



**Frühjahr/Sommer
2024**

**VHS lässt
dich
wachsen**



Frank Klingebiel
Oberbürgermeister



„Wenn wir aufhören zu lernen,
fängt das Altwerden an.“

Franz Carl Endres, (1878-1954),
Schriftsteller, Historiker)

Das neue Kursprogramm der Volkshochschule Salzgitter für das Frühjahr 2024

Liebe Leserinnen und Leser,

ich lade Sie herzlich zu besonderen Reisen ein. Sie brauchen dafür keinen Pass, müssen nicht im Stau stehen und benötigen kein Gepäck. Wenn Sie interessiert sind an abwechslungsreichen Themen, gern mit anderen Menschen lernen und sich austauschen, dann sind Sie in der „Sommerakademie“ unserer Volkshochschule willkommen, die vom 5. bis 25. August 2024 stattfindet.

Mit dieser Premiere macht Ihnen das VHS-Team ein neues Bildungsangebot mit vielen Schnuppermöglichkeiten: Sind Sie interessiert an Steinbildhauerei oder Yoga im Garten? Möchten Sie eine japanische Teezeremonie erleben oder vegetarisch kochen? Oder wollten Sie immer schon mal die italienische oder spanische Sprache kennenlernen oder intensivieren? Diese und andere „Reisen“ können Sie im Sommer machen, ohne die Heimat zu verlassen...

Das Praktische: Wenn Sie ein Angebot vertiefen möchten, können Sie gleich einen Kurs buchen. Gern berät Sie das Team individuell und beantwortet Ihre Fragen. Das Schöne: Die Wartezeit bis zum Start des Herbstsemesters am 1. September wird verkürzt und verübt...

Doch freuen wir uns erst einmal auf das Frühjahr 2024: 120 Gesundheitskurse, 67 Kurse in Fremdsprachen; 64 Kurse in Politik, Gesellschaft, Umwelt; 47 Kurse in der „jungen vhs“; 50 Kurse Kultur und Gestalten; 32 Kurse im Bereich Arbeit und Beruf, 71 Kurse in EDV/Neue Medien und vieles andere mehr... Wer lieber von zu Hause lernt, kann aus 102 digitalen Angeboten wählen. Darunter sind 20 Online-Vorträge aus der beliebten digitalen Reihe „vhs.wissen.live“ mit vielen aktuellen Themen.

Doch ob virtuell oder real: Das Lernen, das Entdecken und Kennenlernen sowie die Gemeinschaft sind die Pluspunkte unserer Volkshochschule.

Mein besonderer Dank gilt dem engagierten VHS-Team, das in Salzgitter einen wichtigen Beitrag zur Wissensvermittlung leistet!

Davon profitieren alle Teilnehmenden, weil Sie – ganz im Sinne von Franz Carl Endres – nicht alt werden, wenn Sie in und mit der Volkshochschule lernen...

Ich wünsche Ihnen deswegen viel Freude beim Stöbern im aktuellen Programmheft. Melden Sie sich einfach an, damit Sie weiterhin jung bleiben!

Ihr

Frank Klingebiel
Oberbürgermeister

Merkwürdig

Zauberer mit Alexander Merk



Einmal im Monat passiert jedem von uns etwas sehr Merkwürdiges. So haben das zumindest Wissenschaftler berechnet. Zauberer Alexander Merk aus Berlin reicht das nicht, er widersetzt sich der Statistik: Der deutsche Meister der Zauberer präsentiert in seinem neuen Programm ein Feuerwerk an wahrhaft merkwürdigen Dingen.

Wundern Sie sich nicht, wenn etwas Gemaltes auf einmal Realität wird, Gedanken gelesen werden oder ein merkwürdiger Poltergeist sein Unwesen treibt. Staunen Sie über eine wahrhaft merkwürdige Entfesselung und erleben Sie, was ein Zauberprofi macht, sollte wirklich mal etwas in die Hose gehen.

Semestereröffnung

Am Donnerstag, 25. Januar 2024,
um 19:00 Uhr in
Salzgitter-Lebenstedt in der
Kulturscheune

Den Preis
bestimmen Sie!
Es wird gesammelt.

Es erwartet Sie eine Zaubershow mit Witz und Poesie und vielen magischen Momenten. Mit diesem Programm wird Alexander Merk seinem Namen würdig; merkwürdig!



- 4 Unterrichtsstätten
- 5 So erreichen Sie uns
- 6 Informationen von A bis Z
- 8 Bildungsurlaub
- 10 Sommerakademie
- 102 Leitbild
- 126 Kurse aus der Nachbarschaft
- 127 Verteilstellen des VHS-Programmheftes
- 129 Anmeldeformular
- 130 AGB und Datenschutzbestimmungen



- 17 **junge vhs**
- 18 Natur erleben
- 18 Bewegung und Körpererfahrung
- 20 Kochen
- 21 Kreatives
- 22 talentCAMPus
- 24 Rund um den Computer
- 24 Trainingskurse Sprachen
- 25 Technik und Naturwissenschaften
- 26 Lernförderprogramme



- 29 **Politik, Gesellschaft und Umwelt**
- 30 Philosophie, Geschichte und Politik
- 31 Pädagogik und Psychologie
- 33 Stiftung „Kinder forschen“
- 33 VHS für alle: Kursangebote für Menschen mit und ohne Handicap
- 34 Recht im Alltag
- 34 Umwelt, Energie und Technik
- 35 Kurse in Kooperation mit dem Naturschutzbund Salzgitter
- 36 Wirtschaft
- 36 Fortbildungen für Dozentinnen und Dozenten
- 37 Politik, Umwelt und Gesellschaft online



- 41 **Reisen mit der VHS**
- 42 Kurzreisen
- 42 Studienreisen



- 43 **Kultur und Gestalten**
- 44 Literatur
- 44 Malen und Zeichnen
- 45 Sommerakademie: Kunsttage
- 46 Plastisches Gestalten
- 46 Musik und Klang
- 47 Fotografie
- 49 Töpfern und Werken
- 50 Textiles Gestalten



- 53 **Gesundheit**
- 54 Vorträge
- 54 Entspannung
- 57 Yoga
- 60 Bewegung und Körpererfahrung
- 61 Tanzen
- 62 Zusammenarbeit mit Sportvereinen
- 64 Selbsthilfe zu Wohlbefinden und Gesundheit
- 64 Bildungsurlaube
- 66 Heimische Kräuter und ätherische Öle
- 67 Kochen
- 69 Fleischlos kochen
- 70 Internationale Küche
- 73 Backen



Foto: Christel Schmidt



- 77 **Arbeit und Beruf**
- 81 Kaufmännische und betriebswirtschaftliche Grundlagen
- 84 Kompetenzentwicklung
- 85 Beruf und Karriere
- 90 Firmenschulungen



- 93 **EDV / Digitales**
- 94 Generation 55+
- 95 Microsoft Office
- 96 Lehrgangssystem Xpert
- 97 Bildbearbeitung und -gestaltung
- 98 Internet
- 98 Smartphone / Tablet
- 100 Web-Seminare
- 103 Online-Seminare
- 105 Bildungsurlaub



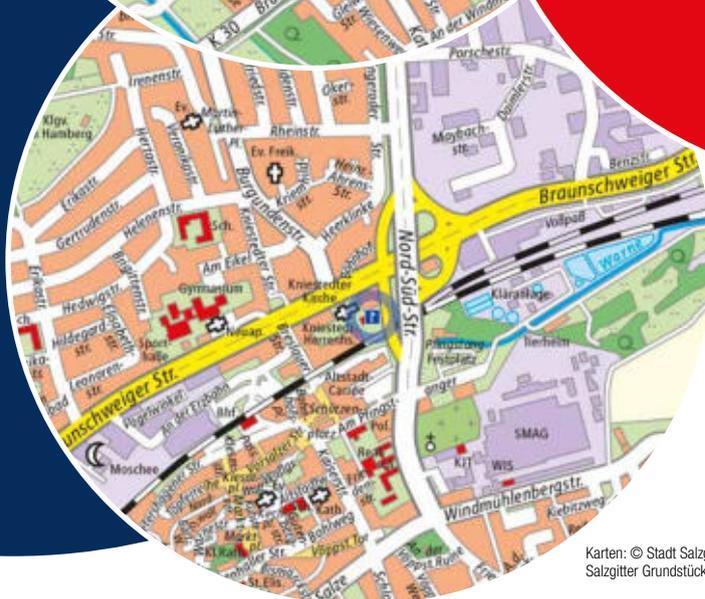
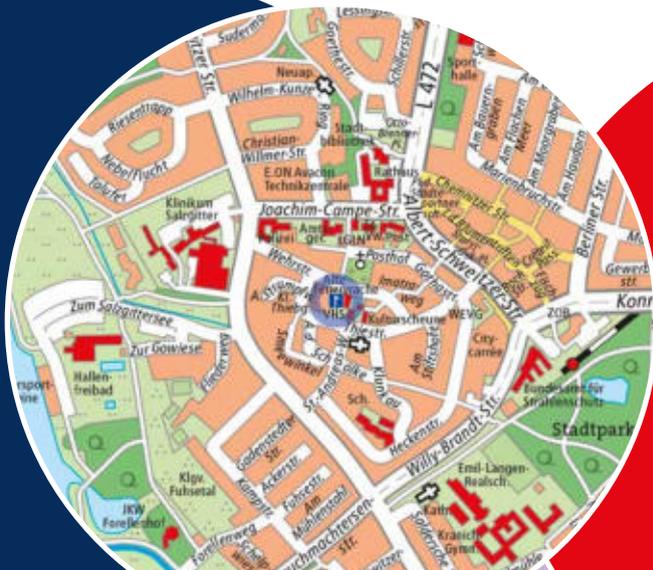
- 107 **Grundbildung**
- 108 Lesen und Schreiben für Erwachsene
- 108 Allgemeine Grundbildung
- 108 Schulabschlüsse
- 108 BONA SZ



- 109 **Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund**
- 110 Deutsch als Fremdsprache
- 111 Kurse und Tests zur Integration und Einbürgerung



- 113 **Sprachen**
- 115 Deutsch als Fremdsprache
- 117 Afrikaans
- 117 Englisch
- 119 Französisch
- 121 Spanisch
- 122 Italienisch
- 123 Türkisch
- 123 Arabisch
- 124 Russisch
- 124 Dänisch
- 125 Japanisch
- 125 Niederländisch



Anschrift

Fachdienst Bildung
Städtische Volkshochschule Salzgitter
Büro Salzgitter-Lebenstedt
Thiestraße 26 a
38226 Salzgitter
Telefon 0 53 41 / 839-36 04

Büro Salzgitter-Bad
Braunschweiger Straße 137 a
38259 Salzgitter
Telefon 0 53 41 / 839-22 00

oder
Telefax 0 53 41 / 839-49 43
vhs@stadt.salzgitter.de
www.vhs-salzgitter.de

Öffnungszeiten

montags und dienstags	09:00 bis 12:00 Uhr 14:00 bis 16:00 Uhr
mittwochs	09:00 bis 12:00 Uhr
donnerstags	09:00 bis 12:00 Uhr 14:00 bis 18:00 Uhr (in den Ferien 14:00 bis 16:00 Uhr)
freitags	geschlossen
weitere Terminvereinbarungen nach Bedarf	

Karten: © Stadt Salzgitter – Eigenbetrieb SZGE,
 Salzgitter Grundstücksentwicklung 2016

Unterrichtsstätten

Salzgitter-Lebenstedt

Arbeitskreis Stadtgeschichte
Gedenk- und Dokumentationsstätte Drütte
 Wehrstraße 29 ☎ 4 45 81

AWISTA Fredenberg
 Kurt-Schumacher-Ring 4 ☎ 9 02 77 12

Begegnungsstätte Brücke
Biologische Station NABU Salzgitter
 Siebenbürgener Straße ☎ 9 02 77 16

Fredenbergforum e.V.
 Kurt-Schumacher-Ring 4 ☎ 5 05 12

Emil-Langen-Realschule
 Saldersche Straße 5 a ☎ 40 97 44

Gottfried-Linke-Realschule
 Hans-Böckler-Ring 8/10 ☎ 0171 970 6097

Hauptschule An der Klunkau
 Klunkau 5 - 7 ☎ 17 86 75

Medienzentrum
 Wehrstraße 29 ☎ 7 90 65 65

Stadtbibliothek
 Joachim-Campe-Straße 4 ☎ 839-34 34

Volkshochschule
 Thiestraße 26 a ☎ 839-36 04

Salzgitter-Bad
Gymnasium SZ-Bad
 Am Eikel 22 ☎ 839-7620

Kindergarten Christ-König
 Gablonzer Straße 23 ☎ 3 12 96

SV Union Salzgitter
 Friedrich-Ebert-Straße 110

Stadtbibliothek
 Marktplatz 11 ☎ 839-20 81

Thermalsolebad
 Parkallee 3 ☎ 30980

Volkshochschule
 Kniestedter Herrenhaus,
 Braunschweiger Straße 137 a ☎ 839-22 00

Salzgitter-Gebhardshagen

Sporthalle Burg
 Sternbergstraße 7 a

SV Glück-Auf Gebhardshagen
 Gustedter Straße 125 ☎ 7 70 15

Salzgitter-Thiede
Grundschule Thiede
 Dr.-Heinrich-Jasper-Straße 16 ☎ 2 61 50

Realschule Thiede
 Panscheberg 56 ☎ 29 34 50

Salzgitter-Watenstedt
Gedenk- und Dokumentationsstätte Drütte
 Tor 1 Salzgitter AG
 Eisenhüttenstraße ☎ 4 45 81

Lengede
TortenWerke GmbH
 Lebenstedter Straße 32 ☎ 0176 789 162 39



Sabine Minkus Manuela Sieker Antje Behre Kristina Wojna Claudia Johannes Isabella Kortun Diana Timmler Ewa Scheibler Paula Grüneberg Kerstin Breshler-Moser

Fachdienst Bildung
Städtische Volkshochschule Salzgitter

Büro Salzgitter-Lebenstedt
Thiestraße 26 a
38226 Salzgitter
Telefon 0 53 41 / 839-36 04

Büro Salzgitter-Bad
Braunschweiger Straße 137 a
38259 Salzgitter
Telefon 0 53 41 / 839-22 00

Weitere Kontakte
Telefax 0 53 41 / 839-49 43
vhs@stadt.salzgitter.de
www.vhs-salzgitter.de

Leitung des Fachdienstes Bildung
Andreas Reichelt
Telefon 0 53 41 / 839-37 03
andreas.reichelt@stadt.salzgitter.de

Verwaltungsleitung des Fachdienstes Bildung
Anna Koch
Telefon 05341 / 839-32 80
anna.koch@stadt.salzgitter.de

Verwaltungsmitarbeiterin
Isabella Kortun
Telefon 05341 / 839-36 96
isabella.kortun@stadt.salzgitter.de

IMPRESSUM:

Herausgeber:
Fachdienst Bildung
Städt. Volkshochschule Salzgitter
Thiestraße 26 a
38226 Salzgitter
Telefon: 0 53 41 / 839-36 04
Telefax: 0 53 41 / 839-49 43
E-Mail: vhs@stadt.salzgitter.de
www.vhs-salzgitter.de

Gestaltung:
oker 11 media house
Juliusstraße 11, 38118 Braunschweig

Druck:
MÖLLER PRO MEDIA GmbH
Zeppelinstraße 6, 16356 Ahrensfelde
Auflage: 6.500 Exemplare

Fotonachweise: S. 3 - 5: VHS, S.10: VHS, S.11:envato, S.12 oben: VHS, S.12 unten: envato, S.13: VHS, S.14 -15: envato, S. 18 - 20: envato, S. 21 oben: VHS, S. 21 unten: envato, S. 22 - 23: VHS, S. 24: envato, S. 25 oben: VHS, S. 25 unten: envato, S. 26 oben: VHS, S. 26 unten: envato, S. 30 oben: VHS, S. 30 unten: envato, S. 33 envato, S. 34: envato, S. 35: envato, S. 37 - 39: envato, S.42: VHS, S.44: VHS, S. 45: envato, S. 46 links: envato, S.46 rechts: VHS, S.47 - 50: envato, S. 51: VHS, S. 56 - 60: envato, S.61 - 62: VHS, S. 64 - 65: envato, S. 66 links: VHS, S. 66 mitte: envato, S. 66 rechts: envato, S. 68: envato, S. 69 oben: envato, S.69 unten: VHS, S. 70: envato, S. 72: envato, S. 81: envato, S. 82: envato, S. 83: envato, S. 84: envato, S.85 oben: VHS, S. 85 unten: envato, S.87 - 90: envato, S. 91: VHS, S. 94 -125: envato, S. 131: VHS

Wir sind für Sie da:

Verwaltung / Anmeldung

N. N.
Telefon 0 53 41 / 839-22 00, vhs@stadt.salzgitter.de

Claudia Johannes
Telefon 0 53 41 / 839-36 04, claudia.johannes@stadt.salzgitter.de

Kimberly Zeidler
Telefon 0 53 41 / 839-36 04, kimberly.zeidler@stadt.salzgitter.de

Verwaltung / Sachbearbeitung

Ellen Simon
Telefon 0 53 41 / 839-37 51, ellen.simon@stadt.salzgitter.de

Diana Timmler
Telefon 0 53 41 / 839-37 06, diana.timmler@stadt.salzgitter.de

Programmplanung und Bildungsberatung

Antje Behre
Telefon 0 53 41 / 839-22 23, antje.behre@stadt.salzgitter.de

Kerstin Breshler-Moser
Telefon 0 53 41 / 839-22 04,
kerstin.breshler-moser@stadt.salzgitter.de

Paula Grüneberg
Telefon 0 53 41 / 839-36 44, paula.grueneberg@stadt.salzgitter.de

Sabine Minkus
Telefon 0 53 41 / 839-37 05, sabine.minkus@stadt.salzgitter.de

Ewa Scheibler
Telefon 0 53 41 / 839-36 89, ewa.scheibler@stadt.salzgitter.de

Manuela Sieker
Telefon 0 53 41 / 839-22 03, manuela.sieker@stadt.salzgitter.de

Kristina Wojna
Telefon 0 53 41 / 839-37 16, kristina.wojna@stadt.salzgitter.de

Anmeldung / Kurs-Service

Anmeldung / Kurs-Service

Anmeldung / Kurs-Service

Integrationskurse

Studienreisen

**Politik / Gesellschaft / Umwelt
Kultur und Gestalten / Reisen
55+ / Stiftung Kinder forschen**

**Arbeit und Beruf / Firmenberatung
Auftragsmaßnahmen**

Gesundheitsbildung / Grundbildung

**Sprachen
Leitung des Fachgebietes
Volkshochschule**

**Angebote für Menschen mit
Migrationshintergrund**

**EDV
talentCAMPus**

**Junge Volkshochschule
BONA-SZ
Stiftung Kinder forschen**

Kooperation „Bildung in Salzgitter“

Die Städtische VHS Salzgitter, die Evangelische Familien-Bildungsstätte und die Katholische Familien-Bildungsstätte haben eine Kooperationsvereinbarung geschlossen, in der es u. a. heißt: „Im Interesse ihrer jeweiligen Zielgruppe koordinieren sie – bei der Bewahrung unterschiedlicher Ausrichtung – ihre Arbeit inhaltlich mit dem Ziel, Doppelangebote zu vermeiden.“

Wenn Sie also spezielle Fragen zum Bereich rund um die Familie haben, können Sie sich informieren bei der:

- Evangelischen Familien-Bildungsstätte Salzgitter, Kattowitzer Str. 225, Tel.: 0 53 41 / 83 63 30
- Katholische Familien-Bildungsstätte Salzgitter, Saldersche Str. 3, Tel.: 0 53 41 / 4 56 82

Schulferien in Niedersachsen

Osterferien: 18. März bis 28. März 2024
Beweglicher Ferientag: 10. Mai 2024
Pfingsten: 21. Mai 2024
Sommerferien: 24. Juni bis 4. August 2024

Im Allgemeinen findet in den Schulferien kein Unterricht statt. Über Ausnahmen werden Sie informiert.

Informationen von A - Z

Anmelden

Eine Kursanmeldung muss schriftlich erfolgen. Nutzen Sie dafür das VHS-Anmeldeformular. Dieses können Sie ausgefüllt persönlich in der VHS Salzgitter-Lebenstedt oder in der VHS-Zweigstelle im Kniestedter Herrenhaus in Salzgitter-Bad abgeben oder per Post oder Fax (0 53 41 / 839-49 40) schicken. Eine Online-Anmeldung ist unter www.vhs-salzgitter.de möglich. Anmeldungen per E-Mail sind nicht ausreichend.

Anmeldebestätigung

Sie erhalten von uns – außer bei Bildungsurlauben oder einer Online-Anmeldung – keine Bestätigung Ihrer Anmeldung. Nur bei Kursausfall oder Kursänderungen werden Sie von uns informiert.

Ausfall von Kursen

Für die Durchführung von Kursen ist eine bestimmte Mindestteilnehmerzahl erforderlich. Wenn ein Kurs z. B. wegen mangelnder Anmeldungen abgesagt werden muss, werden Sie von uns informiert. Bei kurzfristigen Unterrichtsausfällen werden Sie von uns telefonisch oder per E-Mail benachrichtigt. Geben Sie deshalb bitte immer bei der Kursanmeldung Ihre Telefon- oder Handynummer und E-Mail-Adresse an.

Abmelden

Eine kostenfreie Abmeldung ist nur schriftlich gegenüber der VHS bis 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn möglich. Nach dieser Frist ist eine Abmeldung nur dann zulässig, wenn ein vom Teilnehmer bzw. von der Teilnehmerin nicht zu vertretender Grund vorliegt. Bei Krankheit ist die Vorlage eines ärztlichen Attestes notwendig.

Abmeldungen beim Dozenten sind nicht möglich!

Barrierefreiheit

Die VHS-Zweigstelle in Salzgitter-Bad, das Kniestedter Herrenhaus, ist barrierefrei. Die Räume der VHS in der Thiestraße sind teilweise barrierefrei.

Bei Nachfragen wenden Sie sich bitte an die Telefonnummer 0 53 41 / 839-36 04.

Bezahlen

Sie können uns eine Einzugsermächtigung erteilen. Die Gebühren werden dann nach Kursbeginn von Ihrem Konto eingezogen. Sie erhalten von uns auf jeden Fall ein Schreiben, in dem die Abbuchung angekündigt wird.

Achtung! Das Formular zur Einzugsermächtigung und zum SEPA-Lastschriftmandat muss der VHS mit der Originalunterschrift vorliegen.

Falls Sie keine Abbuchung wünschen, erhalten Sie von uns eine Rechnung mit dem Kassenzeichen, das bei der Überweisung angegeben werden muss. Barzahlung ist nur möglich, wenn in der Kursbeschreibung ausdrücklich darauf hingewiesen wird.

Bildungsurlaub

Das Seminar steht allen Interessierten offen. Berufstätige, die Anspruch auf Bildungsurlaub haben, erhalten eine Anmeldebestätigung für die Freistellung durch den Arbeitgeber. Das Seminar ist von der Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung als Bildungsurlaubsveranstaltung im Rahmen des Gesetzes anerkannt. Weitere Informationen lesen Sie auf Seite 10.

Ermäßigungen

Bitte informieren Sie sich vor der Kursanmeldung über mögliche Ermäßigungen. Diese können nur bei Vorlage gültiger Nachweise geltend gemacht werden. Eine nachträgliche Gewährung ist nicht möglich. Im Kursprogramm besonders gekennzeichnete Kurse und Veranstaltungen können von dieser Regelung ausgeschlossen werden.

Fragen und Beratung

Bei allen inhaltlichen Fragen oder auch Fragen zur Einstufung in Sprachkursen stehen Ihnen unsere pädagogischen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zur Verfügung. Sie finden ihre Kontaktdaten auf der ersten Seite des entsprechenden Fachbereiches und auf der Seite 5.

Geschenkgutscheine

Sie können unsere Kurse auch verschenken. Sie erhalten Geschenkgutscheine in der VHS Salzgitter-Lebenstedt oder in der VHS-Zweigstelle im Kniestedter Herrenhaus in Salzgitter-Bad.

Lehrbücher

Kaufen Sie sich das angegebene Lehrbuch erst nach dem 1. Kursabend, wenn sicher ist, dass der gewählte Kurs auch wirklich der richtige für Sie ist.

Parken

Beide Häuser der VHS verfügen über eine ausreichende Anzahl von Parkplätzen.

Warteliste

Wenn in einem gewünschten Kurs bereits alle Plätze belegt sind, nehmen wir Sie gern in eine Warteliste auf. Sollten Plätze frei werden, werden wir Sie darüber informieren. Wenn es möglich ist, versuchen wir bei ausreichend großer Nachfrage einen Zusatztermin für den Kurs anzubieten.

Weitere Teilnahmebedingungen

Alle Teilnahme- und Ermäßigungsbedingungen finden Sie unter AGB und Datenschutzbestimmungen.

Auch die VHS betrifft das Umsatzsteuergesetz!

Sehr geehrte Teilnehmerinnen und Teilnehmer,

beim Durchstöbern unseres vielfältigen Kursangebotes werden Sie bei der Gebührendarstellung teilweise folgenden Hinweis lesen: „(inkl. 19 % Umsatzsteuer)“.

Da wir als Betrieb gewerblicher Art betrachtet werden, sind wir rechtlich dazu verpflichtet, auf einige Kurse eine Umsatzsteuer von 19 % zusätzlich zu der Kursgebühr zu kalkulieren. Diese Umsatzsteuer dient der VHS nicht als Gewinn, sondern muss beim zuständigen Finanzamt wieder abgeführt werden. Wir bemühen uns, bei diesen Kursen die Gebühren so gering wie möglich zu halten, um die zusätzlichen Kosten der Umsatzsteuer damit ausgleichen zu können.

Bei Kursen mit Kursgebühren, die keinen Hinweis auf eine Umsatzsteuer enthalten, liegt eine Umsatzsteuerbefreiung nach § 4 Nr. 22 a UStG vor. Wir hoffen auf Ihr Verständnis. Wir würden uns wünschen, dass Sie weiterhin unser qualitativ und quantitativ hochwertiges Kursprogramm in Anspruch nehmen.

Ihr VHS Team

Bildung und Teilhabe



Was sind Leistungen für Bildung und Teilhabe?

Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene aus Familien mit geringen Einkommen werden durch die Leistungen für Bildung und Teilhabe unterstützt, damit sie Angebote in Schule und Freizeit mit Gleichaltrigen wahrnehmen können.

Wer kann die Zuschüsse erhalten?

Kinder und Jugendliche können die Leistungen für Bildung und Teilhabe bekommen, wenn die Familien eine der folgenden staatlichen Leistungen beziehen:

- Bürgergeld
- Sozialhilfe
- Asylbewerberleistungen
- Wohngeld
- Kinderzuschlag

Die Leistungen gibt es für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bis zum 25. Lebensjahr.

Ausnahme: Die Leistungen zur Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben gibt es nur bis zum 18. Lebensjahr.

Was muss ich tun, um die Zuschüsse zu erhalten?

Bei Bezug von Bürgergeld, von Sozialhilfe oder von Asylbewerberleistungen ist kein gesonderter Antrag auf Bildung und Teilhabe-Leistungen erforderlich. Die gewünschten Leistungen müssen aber noch durch geeignete Nachweise konkretisiert werden.

Empfänger von Wohngeld und Kinderzuschlag müssen alle Leistungen gesondert beantragen.

Übrigens: Lernförderung muss immer extra beantragt werden.

Welche Leistungen gibt es?

Ausflüge und Klassenfahrten:

Die anfallenden Kosten für ein- und mehrtägige Ausflüge mit Schule, Kindertagesstätte, und Kindertagespflege können übernommen werden.

Schulbedarf:

Für Schulmaterialien werden pauschal zum 01. August 130,00 € und zum 01. Februar 65,00 €

gewährt. (Stand 01.01.2024. Seit dem 01.01.21 erfolgt eine jährliche Anpassung).

Schülerbeförderungskosten:

Die Fahrtkosten zur Schule können übernommen werden, wenn zwischen Wohnort und der nächstgelegenen Schule mehr als drei Kilometer liegen und die Übernahme der Kosten nicht bereits von anderer Stelle erfolgt.

Mittagessen:

Die Kosten für das Mittagessen in Schule, Kindertagespflege und Kindertageseinrichtung werden vollständig übernommen.

Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben:

Für Aktivitäten mit anderen Kindern außerhalb der Schule, z. B. in Vereinen, bei Freizeiten oder im Musikunterricht wird ein Budget von monatlich 15,00 € zur Verfügung gestellt. Monatliche Beträge können auch für einmalige, größere Aktivitäten angespart werden.

Lernförderung:

Wenn die wesentlichen Lernziele gefährdet sind und schulische Angebote nicht ausreichen, können die Kosten für Nachhilfeunterricht übernommen werden.



An wen kann ich mich wenden?

Stadt Salzgitter
Fachdienst Soziales und Senioren
Bildung und Teilhabe
Lichtenberger Str. 2a
38226 Salzgitter
Telefon: 0 53 41 / 839-40 88
E-Mail: Bildungspaket@stadt.salzgitter.de

Für Bezieher von Bürgergeld:
Jobcenter Salzgitter
Lichtenberger Str. 2a
38226 Salzgitter
Telefon: 0 53 41/868 480
E-Mail: Jobcenter-Salzgitter@jobcenter-ge.de

Verantwortlich für den Inhalt:
Stadt Salzgitter
Fachdienst Soziales und Senioren
Bildung und Teilhabe
Stand 11/2023

Fotos:
Panthermedia, Stadt Salzgitter, Jobcenter Salzgitter

Bildungsurlaub

Seit Januar 1975 gilt das Niedersächsische Bildungsurlaubgesetz (NBildUG).

Wer ist anspruchsberechtigt?

Anspruchsberechtigt sind alle Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, die ihren Arbeitsplatz in Niedersachsen haben (Arbeiterinnen und Arbeiter, Angestellte, Auszubildende). Anspruchsberechtigt sind auch Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, die ständig wechselnde Einsatzorte in Deutschland haben, deren Arbeitgeber aber in Niedersachsen seinen Hauptsitz hat.

Während des Bildungsurlaubs wird Lohn bzw. Gehalt vom Arbeitgeber weitergezahlt. Voraussetzung für die erstmalige Inanspruchnahme des Bildungsurlaubs ist jedoch, dass das Beschäftigungsverhältnis seit 6 Monaten besteht.

Der Anspruch der Arbeitnehmerin oder des Arbeitnehmers auf Bildungsurlaub umfasst normalerweise fünf Arbeitstage innerhalb eines laufenden Kalenderjahres. Dieser Anspruch gilt auch für Teilzeitbeschäftigte.

Die VHS Salzgitter bietet auch Bildungsurlaube für Teilzeitbeschäftigte an. Teilnehmen können Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, deren Arbeitszeit die Hälfte der regelmäßigen Arbeitszeit (ca. 19,5 Stunden) beträgt. Wird diese Arbeitszeit überschritten, liegt es im Ermessen des Arbeitgebers, ob er den Bildungsurlaub für Teilzeitbeschäftigte genehmigt.

Welchem Zweck dient der Bildungsurlaub?

Bildungsurlaub dient der Weiterbildung im Sinne des § 1 des Erwachsenenbildungsgesetzes. Jede/r Teilnehmer/in entscheidet selbst, in welcher Hinsicht sie ihre bzw. er seine Kenntnisse erweitern will.

Aufgeschoben ist nicht aufgehoben

Ein nicht ausgeschöpfter Bildungsurlaubsanspruch des vorangegangenen Kalenderjahres kann – aber muss nicht – mit dem Bildungsurlaubsanspruch des laufenden Kalenderjahres für einen zusammenhängenden Zeitraum geltend gemacht werden.

Dieselbe Möglichkeit besteht mit Zustimmung des Arbeitgebers für die nicht ausgeschöpften Bildungsurlaubsansprüche der vorangegangenen drei Kalenderjahre, die Zustimmung ist auf Verlangen schriftlich zu erklären.

Anmeldebestätigung

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Bildungsurlaub in Anspruch genommen wird. Nach dem Anmeldeschluss erhalten Sie dann eine Anmeldebestätigung, mit der gleichzeitig die Anerkennung der Veranstaltung bescheinigt wird. Mit dieser Bestätigung teilen Sie spätestens 4 Wochen vor Beginn der Veranstaltung Ihrem Arbeitgeber mit, dass Sie Bildungsurlaub nehmen wollen.

Abmeldung

Eine kostenfreie Abmeldung ist nur bis zum in der Kursbeschreibung angegebenen Anmeldeschluss möglich. Nach dieser Frist ist eine Abmeldung nur schriftlich gegenüber der Städtischen Volkshochschule und nur dann zulässig, wenn ein vom Teilnehmer/in nicht zu vertretender Grund vorliegt. Ein entsprechender Nachweis ist beizufügen.

Teilnahmebestätigung

Zum Schluss eines Bildungsurlaubsseminars erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung, die Sie bitte dem Arbeitgeber vorlegen.

Wer kann noch teilnehmen?

Teilnehmen können alle Interessierten, auch wenn sie nicht oder nicht mehr im Berufsleben stehen.

Kalender für das Frühjahr- / Sommersemester 2024 (inkl. Schulferien und gesetzliche Feiertage in Niedersachsen)

Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August
2 Do	1 Fr	1 Mo Ostermontag	14 1 Mi Tag der Arbeit	1 Sa	1 Mo	1 Do
2 Fr	2 Sa	2 Di	2 Do	2 So	2 Di	2 Fr
3 Sa	3 So	3 Mi	3 Fr	3 Mo	3 Mi	3 Sa
4 So	4 Mo	4 Do	4 Sa	4 Di	4 Do	4 So
5 Mo	5 Di	5 Fr	5 So	5 Mi	5 Fr	5 Mo
6 Di	6 Mi	6 Sa	6 Mo	6 Do	6 Sa	6 Di
7 Mi	7 Do	7 So	7 Di	7 Fr	7 So	7 Mi
8 Do	8 Fr	8 Mo	8 Mi	8 Sa	8 Mo	8 Do
9 Fr	9 Sa	9 Di	9 Do Christi Himmelfahrt	9 So	9 Di	9 Fr
10 Sa	10 So	10 Mi	10 Fr	10 Mo	10 Mi	10 Sa
11 So	11 Mo	11 Do	11 Sa	11 Di	11 Do	11 So
12 Mo Rosenmontag	12 Di	12 Fr	12 So Muttertag	12 Mi	12 Fr	12 Mo
13 Di	13 Mi	13 Sa	13 Mo	13 Do	13 Sa	13 Di
14 Mi	14 Do	14 So	14 Di	14 Fr	14 So	14 Mi
15 Do	15 Fr	15 Mo	15 Mi	15 Sa	15 Mo	15 Do
16 Fr	16 Sa	16 Di	16 Do	16 So	16 Di	16 Fr
17 Sa	17 So	17 Mi	17 Fr	17 Mo	17 Mi	17 Sa
18 So	18 Mo	18 Do	18 Sa	18 Di	18 Do	18 So
19 Mo	19 Di	19 Fr	19 So Pfingsten	19 Mi	19 Fr	19 Mo
20 Di	20 Mi	20 Sa	20 Mo Pfingstmontag	20 Do	20 Sa	20 Di
21 Mi	21 Do	21 So	21 Di	21 Fr	21 So	21 Mi
22 Do	22 Fr	22 Mo	22 Mi	22 Sa	22 Mo	22 Do
23 Fr	23 Sa	23 Di	23 Do	23 So	23 Di	23 Fr
24 Sa	24 So	24 Mi	24 Fr	24 Mo	24 Mi	24 Sa
25 So	25 Mo	25 Do	25 Sa	25 Di	25 Do	25 So
26 Mo	26 Di	26 Fr	26 So	26 Mi	26 Fr	26 Mo
27 Di	27 Mi	27 Sa	27 Mo	27 Do	27 Sa	27 Di
28 Mi	28 Do	28 So	28 Di	28 Fr	28 So	28 Mi
29 Do	29 Fr Karfreitag	29 Mo	29 Mi	29 Sa	29 Mo	29 Do
	30 Sa	30 Di	30 Do Fronleichnam	30 So	30 Di	30 Fr
	31 So Beginn der Sommerzeit		31 Fr		31 Mi	31 Sa

Bildungsurlaub


Foto: Heinke Maaßen

Frühjahr / Sommer 2024
Bildungsurlaub für Vollzeitbeschäftigte

BU Englisch 1 für „falsche“ Anfänger/innen A1	41925	18.03. - 22.03.2024	Seite 119
BU Mentaltraining	34920	22.04. - 26.04.2024	Seite 88
BU Textverarbeitung mit Word	51902	22.04. - 26.04.2024	Seite 105
BU Tabellenkalkulation mit Excel	51903	27.05. - 31.05.2024	Seite 105
BU Webseiten – von der Planung bis zur Fertigstellung	51910	10.06. - 14.06.2024	Seite 105
BU Französisch für Anfänger/innen A1	42965	24.06. - 28.06.2024	Seite 120
BU Spanisch für Anfänger/innen A1	43975	12.08. - 16.08.2024	Seite 121
BU Italienisch für Anfänger/innen A1	45988	12.08. - 16.08.2024	Seite 123
BU Italienisch 2 A1	45989	19.08. - 23.08.2024	Seite 123
BU Italienisch für Anfänger/innen A1 auf Sardinien	45990	auf Anfrage	Seite 123

Bildungsurlaub für Teilzeitbeschäftigte

BU Energie für Beruf und Alltag tanken – halbtags	34930	08.04. - 12.04.2024	Seite 65
BU Achtsam im Beruf und Alltag – halbtags	34915	10.06. - 14.06.2024	Seite 64
BU Dem Leben eine neue Richtung geben – halbtags	50915	auf Anfrage	Seite 65



Sommerakademie

Direkt nach den Sommerferien bieten wir Ihnen im August 2024 im Rahmen unserer Sommerakademie eine sommerlich bunte Auswahl an Kursen.

Entdecken Sie mit uns Ihre Leidenschaft für neue Themenbereiche und erweitern Sie Ihr Wissen in den exklusiven und vielfältigen Angeboten.

Vielleicht möchten Sie einen „Yoga-Kurs im Garten“ besuchen, „Obstkuchen zur Sommerernte“ backen, in Afrikaans hineinschnuppern, mehr über japanische Teezeremonien erfahren oder Ihr erstes digitales Fotobuch erstellen? Oder Ihre Kinder/Großkinder möchten sich mit „Pen und Paper“ versuchen, den Internetführerschein machen oder sich konkreter auf das Abitur vorbereiten?

Vom 23. - 25. August 2024 erwarten Sie zudem unsere Kunst-Tage, organisiert in Kooperation mit der VHS Goslar, mit speziellen Highlights wie bspw. Steinbildhauerei oder Aquarellmalerei.

Sommerhighlights für Kids, Teens und Familien

Wir laden Sie herzlich zu diesem Sommererlebnis ein!
Ihr VHS-Team

Kreative Fotografie mit dem Smartphone: Dein Handy, Deine Kunst! (ab 10 Jahren)

NEU

- Für die Kamera, die man immer dabei hat –**
Du hast ein Smartphone und willst mehr als nur Selfies schießen? Du bist neugierig, wie du echte Kunstwerke mit deinem Handy kreieren kannst? Dann bist du hier goldrichtig!
Was erwartet Dich?
- Grundlagen der Smartphone-Fotografie: Wie funktioniert das eigentlich?
- Motivwahl und Bildkomposition: Was macht ein Foto zum Hingucker?
- Verschiedene Aufnahme-Modi: Portrait, Landschaft und mehr!
- Tipps, Tricks und Tools: geheime Kniffe für coole Schnappschüsse!
- Bildbearbeitung leicht gemacht: Adobe Lightroom und Snapseed im Überblick!
- Bildbesprechung: Was können wir besser machen?
- Was brauchst Du?
- Ein Smartphone (iPhone oder Android)
- Power-Bank (je nach Akkuzustand)
- Speicherplatz für deine Kunstwerke
- Optionale Apps: Adobe Lightroom, Snapseed

Kurs-Nr. 93000

Montag, 05.08.2024, 17:00 - 19:15 Uhr
Montag, 12.08.2024, 17:00 - 19:15 Uhr
Montag, 19.08.2024, 17:00 - 19:15 Uhr
3 Termine, 9 U-Std., 45,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Harald Treder

Kreuzstich für Kids und Teens: Bildung und Kreativität vereint!

NEU

- In unserem Kurs lernt ihr, mit Fäden und Nadeln zu zaubern:
Was wir machen:
- Material und Werkzeug: Wir zeigen, was ihr braucht.
- Kreuzstich-Grundlagen: Wir lernen Schritt für Schritt Kreuzstiche.
- Farben und Muster: Eure Kunstwerke werden bunt und kreativ.
- Erste Projekte: Ihr startet mit einfachen Motiven.
- Praktische Tipps: Wir helfen euch auf dem Weg zur Meisterin/zum Meister.
Unser Ziel:
Am Ende könnt ihr stolz eure eigenen Kunstwerke zeigen, nämlich auf Plastikstramin Schlüssel- oder Schulranzen Anhänger im Harry Potter Look zu sticken!
Bereit zum kreativen Stickabenteuer? Meldet euch an und los geht's!
Mitzubringen sind: eine eigene Schere und ein Getränk. Sonstige Stickmaterialien erhaltet ihr von der Dozentin.

Kurs-Nr. 90202

10.08.2024
Samstag, 15:00 - 18:00 Uhr
1 Termin, 4 U-Std., 35,00 € ohne Ermäßigung inkl. Materialkosten
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Sarah Ulrich

Pen and Paper (ab 14 Jahren)

NEU

- Du magst Fantasy und Abenteuer in Filmen, Serien und Games? Dich schreckt ein wenig Lesestoff nicht ab und du benutzt gerne deine Phantasie? Du hast vielleicht schon von Pen and Papers wie Dungeons & Dragons gehört und wolltest das Fantasy-Phantasie-Spielen schon immer mal ausprobieren, hattest aber nie eine Möglichkeit dazu? Vielleicht hast du es auch schon mal probiert, aber leider fehlt mal wieder ein Spielleiter? Wenn dich diese Fragen ansprechen, ist das hier vielleicht das Richtige für dich. Bis zu sieben Mitstreiter werden in diesem Kurs bei der Erstellung eines individuellen Spielcharakters begleitet. In den folgenden Terminen begeben wir uns gemeinsam auf ein kleines Abenteuer in denen ihr Monster begegnet, Rätsel löst und Schätze sucht. Du siehst dich schon als (z. B.) Halbork-Barbar, als Dunkelelf-Schurke oder als Halbling-Barde? Dann melde dich an und lasse dich und deine zukünftige Abenteuerbande durch eine Welt voller Gefahren führen!
Mitzubringen sind: ein Getränk sowie ggf. ein Pausensnack.

Kurs-Nr. 90230

03.08.2024 - 24.08.2024
Samstag, 13:00 - 18:00 Uhr
4 Termine, 24 U-Std., 25,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Marie Johns

Internetführerschein

Familie mit Kindern (7 - 10 Jahre) – Wochenendseminar –

Im Vordergrund steht die familienfreundliche und sichere PC-Nutzung zu Hause. Wichtigstes Ziel des Kurses ist deshalb die Klärung und Vermittlung von Medienkompetenz. Eltern und Kinder sollen am Kurs gleichermaßen teilhaben – jeder soll sich seine besonderen Wünsche später praktisch am Computer erfüllen können. Ob Preisvergleich und Einkauf im Internet für die Eltern, altersgerechte Seiten mit Rätseln und Spielen für die Kinder oder Blogs und Chaträume für Jugendliche – dies und vieles Andere soll in diesem Kurs erkundet werden.

Themen sind u. a.:

- Suchen und Finden im Internet
- Datenschutz – Chats, persönliche Daten usw.
- Einrichten einer E-Mail-Adresse
- Copyright – Erlaubtes und Verbotenes
- Viren und ihre Gefahren

Die Kursgebühr gilt für einen Erwachsenen + 1 Kind.

Kurs-Nr. 90510

17.08.2024 - 24.08.2024

Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 88,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Kagan Kortun

Word für Abiturienten

NEU

Dieser Kurs richtet sich an Abiturienten, die ein Studium oder eine Ausbildung aufnehmen möchten. Teilnehmen können aber auch Abiturienten, die zunächst ein FSJ, den Bundesfreiwilligendienst oder Praktika geplant haben. In allen Bereichen ist es heutzutage wichtig, dass grundlegende Textverarbeitungskennnisse vorhanden sind. Zukünftige Studenten, die Hausarbeiten/Seminararbeiten und letztendlich eine Bachelorarbeit erstellen müssen, werden untenstehende Kursinhalte dringend benötigen.

Kursinhalte:

- Texte professionell gestalten mit Zeichen-, Absatz- und Seitenformatierung
- Kopf- und Fußzeilen erstellen, Seitenzahlen richtig einrichten
- Umfangreiche Dokumente mit Formatvorlagen gestalten: Deckblatt einrichten, Überschriften und Aufzählungen formatieren
- Inhalts-, Stichwort- und Abbildungsverzeichnisse erstellen
- Grafische Elemente nutzen: Grafiken, SmartArts, Screenshots

Kurs-Nr. 90525

17.08.2024

Samstag, 09:00 - 16:00 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 40,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Lars Kolb

Excel für Abiturienten

NEU

Dieser Kurs richtet sich an Abiturienten, die ein Studium oder eine Ausbildung aufnehmen möchten. Das Programm Excel wird verstärkt in allen Bereichen eingesetzt. Heutzutage ist es wichtig, schnell und effizient Tabellen zu erstellen und Auswertungen vorzunehmen. Häufig müssen vorhandene Daten grafisch in Form von Diagrammen aufbereitet und in andere Office-Programme integriert werden.

Kursinhalte:

- Tabellen in Excel strukturiert aufbauen und gestalten
- Bedingte Formatierungen
- Berechnungen mit Formeln und Funktionen
- Einsatz der Excel-Funktionsbibliothek
- Datenlisten auswerten, sortieren und filtern
- Auswertung und Präsentation von Zahlen mit Diagrammen
- Pivot-Tabellen
- Export der Diagramme in andere Anwendungen, z. B. Word oder PowerPoint

Kurs-Nr. 90530

20.08.2024 - 27.08.2024

Dienstag, 18:30 - 21:30 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 40,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Lars Kolb

Kunst, Kultur und Kreatives

VHS für alle: Mal-Tag

Experimente – bunt ist das Leben

– Wochenendseminar –

Kreativ und mit Freude aus dem Vollen schöpfen:

Bilder gießen, Bilder malen, Bilder spachteln, Bilder übermalen, fließen und entstehen lassen.

In diesem Workshop lernen Sie verschiedenste Maltechniken in Öl, Acryl und mit trockenen Farben wie Art Pouring kennen.

Für Laien und für Könner, die selten zum kreativen Malen kommen.

Empfohlen: unempfindliche Kleidung.

Es entstehen zusätzliche Materialkosten von ca. 15,00 €, welche Sie direkt vor Ort mit der Kursleitung abrechnen.

Dieser Kurs ist für Menschen mit und ohne Handicap.

Kurs-Nr. 23054

25.08.2024

Sonntag, 10:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 9 U-Std., 49,00 € ohne Ermäßigung +

Materialkosten ca. 15,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Julia Wally Wagner



Fineliner –

NEU

Tierzeichnungen leicht gemacht

– Wochenendseminar –

Im Vordergrund dieses Kurses steht, dass man sich einfach – und mit Freude – an das Thema Tierzeichnung herantraut. Bei der Umsetzung gibt es professionelle Unterstützung.

Wir tasten uns an das Zeichnen mit dem Fineliner auf spielerische Art heran. Anhand von Fotos lernen wir, mit dem Fineliner Tiere abzuzeichnen und ihnen einen eigenen Charakter zu geben. Wir werden dabei unterstützt, die Proportionen zu finden und bekommen erklärt, worauf man hier achten kann/muss. Zu Beginn werden die verschiedenen Schraffur-Möglichkeiten gezeigt, um Licht und Schatten zu erzeugen und wie man mit den Finelinern zu zeichnen beginnt, um die Form zu finden. Wir arbeiten in einem Skizzenbuch in DIN A 5- Größe.

Bitte mitbringen:

- 6 Fineliner in unterschiedlichen Linienbreiten (je 1 ST 0.05, 0.1, 0.2, 0.3, 0.5, 0.8 mm), Schreibfarbe schwarz [Empfehlung: STAEDTLER Fineliner pigment liner, schwarz, Set mit 6 Linienbreiten, Pigmenttinte, dokumentenecht, lichtbeständig]
- 1 HB Bleistift, Papier, Bilder/ Fotos als Vorlage
- Das Skizzenbuch kann bei der Dozentin erworben werden. Wer auf losem Papier arbeiten möchte, kann dies gern mitbringen.

Kurs-Nr. 23125

Samstag, 24.08.2024, 10:00 - 16:00 Uhr

Sonntag, 25.08.2024, 10:00 - 16:00 Uhr

2 Termine, 16 U-Std., 72,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Melanie Schöckel



Steinbildhauerei im Garten NEU des Kniestedter Herrenhauses

– Wochenendseminar –

Inmitten des schönen Gartens hinter dem Kniestedter Herrenhaus haben Sie die Möglichkeit, innerhalb eines Wochenendes Skulpturen in figürlicher oder freier Form aus Kalkstein herzustellen.

Gemeinsam mit dem Künstler Holger Lassen werden Sie, ausgehend von Ihren Vorstellungen, in die Technik der Steinbildhauerei eingeführt und bei der Auswahl der Steine und Werkzeuge beraten. Sie werden erfahren, wie harter Stein zu formen ist und erleben, dass es nicht so sehr auf Kraft, sondern auf Ausdauer und Gelassenheit ankommt und wie entspannend und erholsam es ist, sich für mehrere Stunden auf künstlerisches Arbeiten einzulassen.

Bitte Handfeger, Fäustel, Arbeitshandschuhe, Arbeitskleidung, geschlossene Schuhe und Schutzbrille mitbringen. Werkzeug und Material werden gestellt.

Ein Kalkstein ist im Kurspreis inbegriffen, für Essen gilt Selbstverpflegung.

Kurs-Nr. 23300

Freitag, 23.08.2024, 15:00 - 19:00 Uhr

Samstag, 24.08.2024, 10:00 - 17:00 Uhr

Sonntag, 25.08.2024, 10:00 - 17:00 Uhr

3 Termine, 20 U-Std., 155,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus (Garten)
Holger Lassen

Origami – Japanische Papierfaltkunst

NEU

– Wochenendseminar –

Origami ist die traditionelle japanische Kunst des Papierfaltens. Aus einem einfachen Stück Papier können erstaunlich viele Formen kreiert werden. In diesem Kurs werden wir einige Dinge selber falten, unter anderem einen Kranich und einen Samurai-Diener. Origami eröffnet eine Welt voller Überraschungen und bereitet nicht nur Spaß, sondern fördert Geduld, Aufmerksamkeit und Konzentration. Origami ist so einfach für Groß und Klein und eignet sich sehr gut, um Geschenke zu verzieren. Nach diesem Crashkurs kann man sich auch ein Kranich-Mobile falten. Für maximal ein Kind in Begleitung eines erwachsenen Teilnehmers ist die Teilnahme kostenlos.

Kurs-Nr. 23340

17.08.2024

Samstag, 14:00 - 16:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 20,00 € ohne Ermäßigung inkl.

Materialkosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Takashi Kunimoto

Entdecke die Welt der Smartphone-Fotografie

– Wochenendseminar –

Möchten Sie beeindruckende und einzigartige Fotos mit Ihrem Smartphone aufnehmen?

Lernen Sie von Profis, wie Sie das volle Potenzial Ihrer Kamera nutzen können,

Dieser Kurs bietet:

- Expert/innenführung durch die Welt der Smartphone-Fotografie
- Tipps und Tricks zur Verbesserung Ihrer Fotografie und Bildgestaltung
- Praktische Übungen – live!

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte mitbringen: Smartphone mit aufgeladenem Akku und ggf. Powerbank + Ladekabel

Kurs-Nr. 25056

24.08.2024

Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Tanita Teichfischer

Grundlagen derameratechnik und der digitalen Fotografie

– Wochenendseminar –

Dieser Kurs findet für alle Anfänger/innen der Fotografie, die ihre Kamera besser kennenlernen und fotografieren lernen wollen, statt. Voraussetzung für die Teilnahme am Kurs ist der Besitz einer eigenen digitalen Kamera, vorzugsweise Spiegelreflex- oder Systemkameras.

Sie lernen in diesem Kurs etwas über:

- die Einstellmöglichkeiten an der Kamera
- Auswirkung der Einstellungen auf mein Bildergebnis
- Zusammenhänge der Einstellungen verstehen und einsetzen
- freies, praktisches Anwenden der unterschiedlichen Einstellmöglichkeiten / Parameter.

Bitte bringen Sie die Bedienungsanleitungen Ihrer Gerätschaften mit!

Bei entsprechender Wetterlage probieren wir im Freien, Gelerntes anzuwenden.

Kurs-Nr. 25053

25.08.2024

Sonntag, 10:00 - 14:00 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Tanita Teichfischer

Nähkurs für Fortgeschrittene

Eine Leidenschaft, die Kleider schafft

Hier kann nach Herzenslust „gestichelt“ werden:

Unter professioneller Anleitung einer gelernten Schneiderin und Schnitttechnikerin lernen Sie Kniffe aus der Schneiderei, sowie die Möglichkeiten Ihrer Nähmaschinen kennen. Schnittmuster werden verständlich gemacht, beim Zuschneiden und Nähen gibt es genaue Schritt-für-Schritt-Erklärungen ebenso wie viele Tricks, die das Schneiden sehr erleichtern.

Es entsteht Funktionelles und Individuelles, Dekoratives und Zweckmäßiges beim Erlernen der verschiedenen Schneidertechniken, Anregungen und Beratung inklusive.

Trauen Sie sich an Ihr Wunschprojekt heran oder wählen Sie aus einer Menge an Vorschlägen, die vorgestellt werden können.

Bitte bringen Sie eine eigene Nähmaschine mit.

Kurs-Nr. 27035

Freitag, 02.08.2024, 18:00 - 21:00 Uhr

Freitag, 09.08.2024, 18:00 - 21:00 Uhr

Freitag, 16.08.2024, 18:00 - 21:00 Uhr

Freitag, 23.08.2024, 18:00 - 21:00 Uhr

Freitag, 30.08.2024, 18:00 - 21:00 Uhr

5 Termine, 20 U-Std., 80,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Manuela Alker



fit – gesund – lecker



Foto: panthermedia deklafenak

Durch Yoga leichter mit Schmerzen leben

NEU

– Wochenendseminar –

In diesem Seminar erfahren Sie unter anderem im Austausch miteinander, wie einfache Körper-, Atem- und Entspannungstechniken Ihnen dabei helfen können, Erleichterung und Entspannung bei chronischen Schmerzen zu finden.

Bitte eine Yoga-Matte mitbringen.

Kurs-Nr. 31214

10.08.2024

Samstag, 08:30 - 12:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Stephen Raue

Kurs-Nr. 31216

10.08.2024

Samstag, 13:30 - 17:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Stephen Raue

Mit Yoga den Atem spüren und nutzen

NEU

– Wochenendseminar –

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie durch einfache Yoga-Techniken die Verbindung zu Ihrem Atem verstärken und dadurch zu mehr Lebensenergie kommen können. Lernen Sie, wie Sie mit Hilfe von vielfältigen Körper- und Entspannungsübungen die wohltuende Kraft Ihres eigenen Atems nutzen und genießen können.

Bitte eine Yoga-Matte mitbringen.

Kurs-Nr. 31218

17.08.2024

Samstag, 08:30 - 13:00 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 36,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Stephen Raue

Kurs-Nr. 31220

17.08.2024

Samstag, 13:30 - 17:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Stephen Raue

Yoga im Garten

NEU

– Wochenendseminar –

Im schönen Garten des Kniestedter Herrenhaus erwartet Sie eine grüne Umgebung, in der bewusstes Üben und achtsame Entspannung möglich werden. Mit all unseren Sinnen können wir wahrnehmen, was in unserem Körper passiert, während wir auf eine sanfte Art Yoga praktizieren. Bei schlechtem Wetter üben wir im gemütlichen Yoga-Raum.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung sowie dünne Socken und bringen Sie etwas zu trinken, ein kleines Kissen und eine Yoga-Matte mit.

Kurs-Nr. 31232

18.08.2024

Sonntag, 14:00 - 16:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 12,60 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus (Garten)

Nadine Becker

Lach-Yoga macht Spaß und schafft Ausgeglichenheit

NEU

– Wochenendseminar –

Haben Sie schon einmal von Lach-Yoga gehört? Sind Sie neugierig oder haben bereits an einem Kurs dieser Art teilgenommen? Hier haben Sie die Möglichkeit, ohne Grund, Witz oder Ähnliches einfach frei aus dem Herzen zu lachen. Nicht auf Knopfdruck, aber mit Anleitung können Sie ins Lächeln kommen. Lachen und Lächeln lassen uns befreiter fühlen und schenken uns mehr Achtsamkeit, wodurch wir uns und unseren Körper bewusster wahrnehmen können. Lach-Yoga macht einfach Spaß!

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung sowie feste Halbschuhe oder rutschfeste Socken und bringen Sie ein Getränk mit.

Kurs-Nr. 31238

17.08.2024

Samstag, 10:00 - 12:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 12,60 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Nadine Becker

Eine alte Tradition wiederbeleben

NEU

– Kräuterwanderung –

Wir begeben uns auf die Spuren der alten Kräuterfrauen und -männer und lassen die Tradition des „Frauendreibigers“ (Mitte August bis Mitte September) wieder aufleben: Der 15. August ist traditionell der Tag, um einen Kräuterbuschen zu winden, der die jetzt besonders heilkräftigen Kräuter für den bevorstehenden Winter enthält. Diese können wir zum Räuchern, für heilsame Tees oder duftenden Schmuck nutzen. In den weiteren 30 Tagen wird nach altem, überliefertem Wissen der kräuterige Vorrat für die Hausapotheke gesammelt – so auch bei dieser Wanderung.

Wir treffen uns um 10:30 Uhr auf dem Parkplatz am Sportplatz in Groß Elbe. Denken Sie an wetterfeste Kleidung sowie festes Schuhwerk und bringen Sie je nach Bedarf etwas Proviant mit. Eventuell anfallende Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

Kurs-Nr. 34981

17.08.2024

Samstag, 10:30 - 14:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 16,00 € ohne Ermäßigung / + Materialkosten

Treffpunkt: Groß Elbe, Sportheim, Weißer Weg

(Wegweiser an der Haupt- und Durchfahrtsstraße beachten)

Christiane Nusche

Vegetarisch kochen für Anfänger/innen

NEU

Sie wollten schon immer wissen, wie man vielfältig und lecker vegetarisch kochen kann? Dieser Kurs ist speziell für Anfänger/innen konzipiert, die in die Welt der fleischlosen Ernährung einsteigen möchten. Über drei Termine hinweg erhalten Sie fundierte Einblicke in die Grundlagen einer ausgewogenen vegetarischen Lebensweise. Dabei lernen Sie, wie Sie ohne Fleisch und Fisch alle nötigen Nährstoffe abdecken, die der Körper benötigt. Sie werden merken, wie einfach und köstlich der Start sein kann – auf zu einer Reise zu mehr Wohlbefinden und bewusstem Genuss!

Bitte bringen Sie ein scharfes Messer, Geschirrtuch und Restgefäße mit.

Kurs-Nr. 35202

Dienstag, 06.08.2024, 17:30 - 20:30 Uhr

Dienstag, 13.08.2024, 17:30 - 20:30 Uhr

Dienstag, 20.08.2024, 17:30 - 20:30 Uhr

3 Termine, 12 U-Std., 49,40 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Olga Kechter

Vegetarische Sommergerichte

Das Angebot an Sommergemüse ist groß und vielfältig. Mit Hülsenfrüchten, Kernen und weiteren Zutaten können alle Sorten vielfältig zubereitet werden. An diesem Abend werden wir leichte und feine Gerichte ganz ohne Fleisch und Fisch zubereiten. Richtig lecker!

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein scharfes Messer und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35208

14.08.2024

Mittwoch, 18:00 - 21:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 25,60 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Doreen Hildebrandt

Obstkuchen zur Sommerernte

NEU

Passend zur Sommerzeit haben viele leckere Früchte ihre Hochsaison. Auf Märkten und auch in den Geschäften sind frische Obstsorten vorzufinden. Bereiten Sie einen fruchtig frischen Obstkuchen zu und genießen Sie die schönen Momente des Sommers. Bitte bringen Sie für diesen Kurs ein scharfes Messer, ein Geschirrtuch und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35404

09.08.2024

Freitag, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 36,89 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Britta Stenzel



Sprachen und mehr

Afrikaans für Anfänger/innen - Schnupperkurs

NEU

– Wochenendseminar –

Reisen nach Südafrika und Namibia sind bei Deutschen sehr beliebt. Wussten Sie, dass die drittgrößte Sprache in Südafrika Afrikaans ist?

Als jüngste germanische Sprache hat Afrikaans eine stark vereinfachte und fast beugungsfreie Grammatik. Afrikaans ist die am weitesten verbreitete Sprache im südlichen Afrika, obendrein mit Deutsch eng verwandt und relativ leicht zu lernen. Es gibt auch viele Menschen, die als einzige Sprache nur Afrikaans sprechen. Mit nur wenig Aufwand werden Sie sich auf Afrikaans verständigen können und finden, dass Sie plötzlich kein Tourist mehr sind, sondern Gast! In diesem Wochenendworkshop können Sie sich mit einem Südafrikaner sprachlich auf ihre nächste Südafrika- oder Namibiareise vorbereiten und erfahren nebenbei auch viel Wissenswertes über Land und Leute. Bei Bedarf kann ein weiterführender Sprachkurs eingerichtet werden. Sprechen Sie uns an!

Kurs-Nr. 40701

Samstag, 24.08.2024, 10:00 - 14:00 Uhr

Sonntag, 25.08.2024, 10:00 - 14:00 Uhr

2 Termine, 10 U-Std., 55,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Shafiek Klein

BU Spanisch 1 für Anfänger/innen A1

NEU

– Wochenintensivkurs –

Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an alle Arbeitnehmer/innen und Auszubildende, die noch keine Vorkenntnisse in der spanischen Sprache besitzen oder komplett verschüttete Kenntnisse wiedererlangen wollen.

Es wird bei „Null“ begonnen. Bitte besorgen Sie sich vor Kursbeginn das angegebene Lehrbuch.

Lehrbuch: „Con gusto nuevo A1“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-514671-6), ab Lekt. 1

Kurs-Nr. 43975

12.08.2024 - 16.08.2024

Montag - Freitag, 08:30 - 16:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 173,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 08.07.2024

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Mariana Chacón Gómez

BU Italienisch für Anfänger/innen A1

NEU

– Wochenintensivkurs –

Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Dieser Kurs richtet sich an alle Arbeitnehmer/innen und Auszubildende und alle anderen Interessierten, die keine Vorkenntnisse in der italienischen Sprache haben. Es wird bei „Null“ begonnen.

Lehrbuch: „Nuovo Espresso 1“, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-105438-0), ab Lekt. 1

Kurs-Nr. 45988

12.08.2024 - 16.08.2024

Montag - Freitag, 09:00 - 16:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 173,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 08.07.2024

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Sandra Orlando

BU Italienisch 2 A1

NEU

– Wochenintensivkurs –

Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an alle Arbeitnehmer/innen und Auszubildende, die folgende Voraussetzungen erfüllen: Teilnahme an einem Italienischbildungsurlaub 1 oder einem Abendkurs der Stufe Italienisch 1. Der Besuch sollte nicht länger als ein Jahr zurückliegen. Teilnehmer/innen, die diese Voraussetzungen nicht erfüllen, sollten sich von der VHS individuell beraten lassen. Es besteht die Möglichkeit eines Einstufungstests.

Lehrbuch: „Nuovo Espresso 1“, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-105438-0), ab Lekt. 4

Kurs-Nr. 45989

19.08.2024 - 23.08.2024

Montag - Freitag, 09:00 - 16:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 173,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 15.07.2024

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Sandra Orlando



Arabisch lernen beim Kochen

NEU

– Wochenendseminar –

Dieser Kurs verschafft Ihnen einen ersten Kontakt zur arabischen Kultur und Sprache. Beim Kochen lernen Sie Vorgänge und Zutaten arabisch zu benennen und bekommen vielleicht Lust, etwas mehr zu lernen.

Bitte Restegefäße und Geschirrhandtuch mitbringen!

Kurs-Nr. 46410

10.08.2024

Samstag, 10:00 - 14:00 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 31,00 € Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Houcine Hanchi



Digitale Sommer-Specials

Japanische Teezeremonie

NEU

– Wochenendseminar –

Eine japanische Teezeremonie (Chado) können Interessierte mit der Volkshochschule Salzgitter erleben. An einem Nachmittag wird den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ein Teil einer Teezeremonie geboten, wie sie in Japan seit etwa 400 Jahren ausgeübt wird. Sie nehmen selbst an einer japanischen Teezeremonie teil und lernen die Rolle des Gastgebers und Gastes (verbeugen, Körperbewegung, Handhabung der Tee-Utensilien, Tee-Trinken). Außerdem besteht die Möglichkeit Fragen zu stellen.

Chado bedeutet im Japanischen wörtlich „der Tee-weg“. Um diesen Tee-weg hat sich eine faszinierende Kunstform entwickelt, durch die Harmonie und innere Ruhe erreicht werden soll. Während der Teezeremonie bewegen sich der Gastgeber und die Gäste so wie vor 400 Jahren, als der Großmeister Sen-no-Rikyū die Grundregeln festlegte.

Kurs-Nr. 48110

10.08.2024

Samstag, 14:00 - 16:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 20,00 € ohne Ermäßigung inkl.

Materialekosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Takashi Kunimoto



10-Fingersystem am PC in 3 Lektionen

NEU

Crashkurs für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren

– Web-Seminar –

Die Computertastatur blind bedienen zu können und beim Arbeiten am Computer Zeit zu sparen, ist das Ziel des Kurses und das gelingt mit dem Erlernen des 10-Fingersystems! Damit sich die Positionen der Tasten besser einprägen lassen, wird im Kurs eine multisensorische Lerntechnik eingesetzt, bei der Tasten und Farben sowie Symbole miteinander verknüpft werden. Auf diese Weise fällt das Lernen leicht und macht zugleich Spaß! Wir setzen im Kurs eine Online-Lernplattform ein, die im Kurs vorgestellt wird und nach dem Kurs zum weiteren Üben verwendet werden kann. Je öfter das 10-Fingersystem mit dem vorgestellten gratis Online-Schreibtrainer geübt wird, desto schneller können Sie die Tastatur „blind“ bedienen.

Kurs-Nr. 50211

11.08.2024 - 25.08.2024

Sonntag, 10:30 - 12:45 Uhr

3 Termine, 9 U-Std., 35,00 € ohne Ermäßigung

Web-Seminar

Biljana Varzic

Mein erstes digitales Fotobuch

– Wochenendseminar –

Bei einem Fotobuch handelt es sich um ein professionell gedrucktes Buch von Digitalfotos, geeignet auch als Projektdokumentation – oder einfach nur zum Festhalten schöner Urlaubsmomente.

Mit einer kostenlosen Software wird die Verarbeitung der digitalen Fotos vorgenommen. Schritt für Schritt wird vermittelt, wie ein Fotobuch angelegt und online bestellt wird. Dabei werden auch Möglichkeiten der Bildbearbeitung und -verbesserung behandelt und gezeigt, wie Bilder arrangiert und mit Texten versehen werden.

Die Teilnehmer können ihren eigenen Laptop verwenden!

Das fertige Fotobuch kann auf einem USB-Stick gespeichert werden.

Jeder Teilnehmer erhält einen Gutschein der Firma CEWE im Wert von 21,95 € für ein CEWE-Fotobuch. Somit können die Teilnehmer/innen ihr erstes Fotobuch kostenfrei bestellen.

Kurs-Nr. 51603

10.08.2024

Samstag, 10:00 - 15:00 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 33,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Kagan Kortun

ÖKOSTROM FÜR ALLE!

ENERGIE
FÜR'S
LEBEN

- ✓ ab Oktober 2023
- ✓ automatisch
- ✓ ohne Aufpreis

ALLE INFOS HIER:





Bildung macht stark

In den Kursen der Junge Volkshochschule werden die für die spätere Berufswelt entscheidenden Fähigkeiten, wie z. B. Kreativität und die notwendigen Schlüsselkompetenzen: Teamfähigkeit, Kommunikationsfähigkeit, Problemlösefähigkeit, Kritikfähigkeit, Präsentationsfähigkeit und Arbeitsorganisation gefördert. Dabei beziehen sich unsere Kurse auf die individuellen Bedürfnisse und Lebenslagen unserer Teilnehmer/innen.

Unsere Kurse sind eine wichtige Ergänzung zu den schulischen Angeboten. Die Städtische Volkshochschule Salzburg möchte Schüler/innen sowie junge Erwachsene in ihrer persönlichen und beruflichen Orientierung und Motivation stärken.

junge vhs

- 18 Natur erleben
- 18 Bewegung und Körpererfahrung
- 20 Kochen
- 21 Kreatives
- 22 talentCAMPus
- 24 Rund um den Computer
- 24 Trainingskurse Sprachen
- 25 Technik und Naturwissenschaften
- 26 Lernförderprogramme

Fachbereichsleitung und Beratung:

Kristina Wojna
Telefon 0 53 41 / 839-37 16
kristina.wojna@stadt.salzgitter.de



Foto: Christel Schmidt



Achtung!

Für Schüler und Schülerinnen ist die mögliche Ermäßigung in der Gebühr bereits berücksichtigt, außer es wird gesondert darauf hingewiesen.

Hinweis:

Leistungsempfänger nach SGB II (Alg II) und SGB XII erhalten Zuschüsse zur Teilnahme an den Kursen der „jungen vhs“. Bei der Anmeldung ist eine entsprechende Bescheinigung vorzulegen. Informationen erteilt Frau Marie Wicke unter 05341 / 839-39-02 vom FD Kinder, Jugend und Familie.

Siehe auch
Kurs-Nr.: 16046

**Survivaltraining –
Selbsterfahrung
in der Natur**

Seite 35

Natur erleben

**Einblicke in die
Bienenhaltung (ab 6 Jahren)**



– Web-Seminar –

Entdeckt hier die faszinierende Welt der Bienen, ihre Bedeutung für die Umwelt und Landwirtschaft. Wir laden dich ein, mehr über diese wichtigen Bestäuber zu erfahren und ihre Rolle in unserer Welt zu schätzen.

Kurs-Nr. 91220

09.03.2024

Samstag, 14:00 - 15:00 Uhr

1 Termin, 1 U-Std., Anbieter nimmt 2,00 € Verwaltungsgebühren

Web-Seminar

Robert Löffler

Kurs-Nr. 91222

20.04.2024

Samstag, 14:00 - 15:00 Uhr

1 Termin, 1 U-Std., Anbieter nimmt 2,00 € Verwaltungsgebühren

Web-Seminar

Robert Löffler

Nach der Anmeldung erhaltet ihr von uns den Link per Mail.



**VHS lässt
dich
wachsen**

**– In Kooperation mit dem NABU
Salzitter e.V. –**

**Survivaltraining – für taffe Eltern
und mutige Kids**



– Grundkurs –



Dieser besondere Abenteuerstag ist für taffe Eltern konzipiert, die Lust haben, gemeinsam mit ihrem Kind / ihren Kindern die Natur auf spannende Art zu entdecken und sich neuen Herausforderungen zu stellen. Sowohl beim gemeinsamen Lagerbau, dem Errichten eines eigenen Feuers, lösen von Orientierungsaufgaben oder beim Spurenlesen wird das Vertrauen in die gegenseitige Beziehung gestärkt. Ein Tag der euch als gemeinsames Highlight immer in Erinnerung bleiben wird!

Bitte auf wettergerechte Kleidung und Schuhe achten und eigene Verpflegung mitbringen.

Kurs-Nr. 16048

07.04.2024

Sonntag, 10:00 - 16:00 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 65,00 € ohne Ermäßigung inkl. Materialkosten

Die Gebühr wird für ein Elternteil plus ein Kind berechnet. Für jedes weitere Kind werden 32,00 € berechnet. Bitte kontaktieren Sie uns bei zusätzlichen Anmeldungen wegen der Abrechnung.

Salzitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU Salzitter, Siebenbürgener Straße

Marc Hatzenbiler, Andre Kankowsky

Kurs-Nr. 16049

26.05.2024

Sonntag, 10:00 - 16:00 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 65,00 € ohne Ermäßigung inkl. Materialkosten

Die Gebühr wird für ein Elternteil plus ein Kind berechnet. Für jedes weitere Kind werden 32,00 € berechnet. Bitte kontaktieren Sie uns bei zusätzlichen Anmeldungen wegen der Abrechnung.

Salzitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU Salzitter, Siebenbürgener Straße

Marc Hatzenbiler, Andre Kankowsky

Bewegung und Körpererfahrung

**Selbstbehauptungs- und
Resilienztraining
Nach dem Konzept von „Stark
auch ohne Muckis“ (5 - 11 Jahre)**

**„Gegen Gewalt und Mobbing in Kitas und
Schulen“**

– Wochenendseminar –

Ihr wollt euch auch ohne Muckis in der Kita oder in der Schule behaupten. In diesem Selbstbehauptungskurs lernst du

- Bei Beleidigungen ruhig und entspannt zu bleiben
- Konflikte gewaltfrei und eigenständig zu lösen
- Eigene Grenzen zu erkennen und die Grenzen anderer zu akzeptieren
- Den Fokus auf das Gute zu lenken
- Gewalt zu erkennen und richtig Hilfe zu holen
- Auf seine Gefühle zu hören

Wir freuen uns darauf, mit euch gestärkt und motiviert in die neue Kita- oder Schulwoche zu starten.

Kurs-Nr. 90050

Samstag, 02.03.2024, 10:00 - 12:00 Uhr

Sonntag, 03.03.2024, 10:00 - 12:00 Uhr

2 Termine, 4 U-Std., 62,50 € ohne Ermäßigung

Salzitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Raquel Benvenuto-Caruso

Kurs-Nr. 90052

Samstag, 04.05.2024, 10:00 - 12:00 Uhr

Sonntag, 05.05.2024, 10:00 - 12:00 Uhr

2 Termine, 4 U-Std., 62,50 € ohne Ermäßigung

Salzitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Raquel Benvenuto-Caruso

Geschwisterkinder zahlen nur 39,00€

Rundum entspannt und ausgeglichen! (6 - 8 Jahre) NEU

Immer mehr Kinder erleben einen von Stress geprägten Alltag. Vieles wird von ihnen gefordert und es bleibt wenig Zeit für ihre altersgerechten Bedürfnisse. Dies ist leider ein heut aktuelles gesellschaftliches Geschehen. In meinem Entspannungskurs lernen die Kinder in einer Kleingruppe anhand von verschiedenen Entspannungsmethoden (Fantasiereisen, Progressive Muskelentspannung, Autogenem Training, usw.) zur Ruhe zu kommen und sich auf sich selbst zu konzentrieren. Für eine gesunde Entwicklung ist es wichtig, auch Momente der Ruhe zu finden, damit Stressanzeichen wie Schlafstörungen, Kopf- oder Bauchschmerzen, Müdigkeit / Lustlosigkeit, aber auch Traurigkeit, Konzentrationsschwierigkeiten oder schlechte Laune möglichst gar nicht erst auftreten. Denn: Wer sich entspannen kann, ist ausgeglichener und selbstbewusster. Wer sich gut konzentrieren kann, ist kreativer und lernt leichter.

Kurs-Nr. 90070

03.02.2024

Samstag, 10:00 - 12:00 Uhr
1 Termin, 2 U-Std., 29,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Raquel Benvenuto-Carusio

Kurs-Nr. 90072

14.04.2024

Sonntag, 10:00 - 12:00 Uhr
1 Termin, 2 U-Std., 29,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Raquel Benvenuto-Carusio

Geschwisterkinder zahlen nur 25,00 €.



**VHS:
in Balance
bleiben**

Rundum entspannt und ausgeglichen! (9 - 12 Jahre) NEU

Immer mehr Kinder erleben einen von Stress geprägten Alltag. Vieles wird von ihnen gefordert und es bleibt wenig Zeit für ihre altersgerechten Bedürfnisse. Dies ist leider ein heut aktuelles gesellschaftliches Geschehen. In meinem Entspannungskurs lernen die Kinder in einer Kleingruppe anhand von verschiedenen Entspannungsmethoden (Fantasiereisen, Progressive Muskelentspannung, Autogenem Training, usw.) zur Ruhe zu kommen und sich auf sich selbst zu konzentrieren. Für eine gesunde Entwicklung ist es wichtig, auch Momente der Ruhe zu finden, damit Stressanzeichen wie Schlafstörungen, Kopf- oder Bauchschmerzen, Müdigkeit / Lustlosigkeit, aber auch Traurigkeit, Konzentrationsschwierigkeiten oder schlechte Laune möglichst gar nicht erst auftreten. Denn: Wer sich entspannen kann, ist ausgeglichener und selbstbewusster. Wer sich gut konzentrieren kann, ist kreativer und lernt leichter.

Kurs-Nr. 90080

03.02.2024

Samstag, 12:15 - 14:15 Uhr
1 Termin, 2 U-Std., 29,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Raquel Benvenuto-Carusio

Kurs-Nr. 90082

14.04.2024

Sonntag, 12:15 - 14:15 Uhr
1 Termin, 2 U-Std., 29,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Raquel Benvenuto-Carusio

Geschwisterkinder zahlen nur 25,00 €.

Zumba für Kids (5 - 7 Jahre) NEU

– Kleine Füße–Große Bewegungen –

Ihr tanzt gerne, am Liebsten zu eurer Lieblingsmusik? Dann kommt vorbei und lernt Schritt für Schritt zu eurer Musik Zumba zu tanzen und ganz viel Spaß dabei zu haben!

Zumba fördert nicht nur eure Konzentration und euer Selbstvertrauen, sondern Zumba kurbelt auch den Stoffwechsel an und verbessert eure Koordination. Mitzubringen sind: ein Getränk und Turnschuhe.

Kurs-Nr. 90090

08.02.2024 - 25.04.2024

Donnerstag, 16:15 - 17:00 Uhr
10 Termine, 10 U-Std., 95,20 € ohne Ermäßigung
(inkl. 19 % Umsatzsteuer)
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Beate Wehl

Entdecke den coolen Zumba-Rhythmus zum Schnuppern (5 - 7 Jahre) NEU

Schnupperkurs

Bereit, Spaß zu haben und dabei fit zu bleiben? Willkommen zum Zumba Schnupperkurs! Hier entdeckst du die aufregende Welt des Zumba-Tanzes. Egal, ob du schon gern tanzt oder einfach Lust auf Bewegung hast – Zumba macht beides und noch viel mehr möglich. Lasst uns gemeinsam tanzen und jede Menge Spaß haben!

Mitzubringen sind: ein Getränk und Turnschuhe.

Kurs-Nr. 90092

01.02.2024

Donnerstag, 16:15 - 17:15 Uhr
1 Termin, 1 U-Std., 4,00 € ohne Ermäßigung
(inkl. 19 % Umsatzsteuer)
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Beate Wehl



Lachyoga für Kinder (4 - 7 Jahre)

Ihr Kinder lacht herzlich gerne und am besten, wenn Ihr viel Platz zum Toben und Bewegen habt?

Kommt alleine oder mit Freunden zum Lach Yoga! An diesem Tag wollen wir gemeinsam lachen, fröhlich und lustig sein.

Ihr dürft in ein Abenteuer eintauchen und die Tierwelt im Lach Yoga kennenlernen.

Atmen, Dehnen, Bewegen, Klatschen helfen uns, schnell ins Lachen zu kommen... auch ohne Grund! Eine Fantasie- und Entspannungsreise rundet am Ende den Kurs ab.

Mitzubringen sind: Rutschfeste Socken und ein Getränk.

Kurs-Nr. 90100

13.04.2024

Samstag, 14:00 - 16:30 Uhr
1 Termin, 3 U-Std., 14,25 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Nadine Becker

Kurs-Nr. 90101

08.08.2024

Donnerstag, 14:00 - 16:30 Uhr
1 Termin, 3 U-Std., 14,25 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Nadine Becker

Yoga, Lachyoga und Meditation (6 - 10 Jahre)

NEU

Wir wollen an diesem Tag gemeinsam Ruhe finden und meditieren. Einfach mal sitzen und einer geführten Meditation zuhören. Hinein fühlen in den Bauch ... was da passiert, wenn wir einfach mal in Ruhe sitzen und horchen.

Wir werden außerdem viele tolle Yoga Übungen machen, um mal in die Yoga Welt hinein zu schnuppern. Sanfte Bewegung macht Spaß und macht uns fit. Mitzubringen sind: Rutschfeste oder dicke Socken und ein Getränk.

Kurs-Nr. 90110

21.01.2024

Sonntag, 14:00 - 15:30 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., 14,25 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Nadine Becker



Siehe auch
Kurs-Nr. 18140

Magnetismus – unsichtbare Kräfte entdecken

Seite 33

Siehe auch
Kurs-Nr. 18142

Magnetismus – unsichtbare Kräfte entdecken

Seite 33

Siehe auch

Kinder forschen mit Ihrer VHS Salzgitter

Seite 131

Familien-Yoga, Entspannung und Meditation: Harmonie für Groß und Klein

NEU

In der heutigen hektischen Welt, in der Stress und Alltagsverpflichtungen oft überhandnehmen, wird es immer wichtiger, Zeit für Ruhe, Entspannung und innere Ausgeglichenheit zu finden. Yoga, Entspannung und Meditation sind großartige Wege, um dies zu erreichen und die ganze Familie einzubeziehen. In diesem Kurs werden wir gemeinsam in die Welt des Familien-Yoga eintauchen, Entspannungstechniken erlernen und Meditation praktizieren, um Ruhe und Harmonie für jedes Familienmitglied zu schaffen.

Mitzubringen sind: Bequeme Kleidung, Yoga-Matten (falls vorhanden), ein Kissen und Wasserflaschen

Kurs-Nr. 90115

01.06.2024

Samstag, 14:00 - 16:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Nadine Becker

Kurs-Nr. 90116

18.02.2024

Sonntag, 10:00 - 12:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Nadine Becker

Traumreise nach Afrika – Ein Musical Projekt für Kinder von 5 - 11 Jahren

– Workshop mit anschließender Vorführung –



Hier könnt ihr mit dem Musikpädagogen Bernd Lange ein echtes Musical einstudieren und vor euren Eltern, Verwandten und / oder Freunden am Ende auführen.

In einem modernen afrikanischen Märchen schlüpft ihr in verschiedene Schauspielrollen, singt einige Lieder und spielt Trommelrhythmen und sorgt mit entsprechenden Instrumenten für die entsprechende Geräuschkulisse. Ihr werdet nach euren eigenen Wünschen und Fähigkeiten in das Musical eingebunden und natürlich steht der Spaß an erster Stelle.

Kurs-Nr. 90120

02.03.2024

Samstag, 14:00 - 17:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 40,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Bernd Lange

Kurs-Nr. 90122

20.04.2024

Samstag, 14:00 - 17:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 40,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Bernd Lange



VHS:
Stark in die
Zukunft

Kochen

Cooking Kids (8 - 12 Jahre)

– Ferienkurs –

Fertigprodukte sind „out“, selbst gekochtes Essen ist „in“! In diesem Kochkurs lernt ihr, wie man einfache, aber leckere warme und kalte Speisen zubereitet. Dabei werdet ihr feststellen, dass selbst Gekochtes richtig gut schmeckt - selbst wenn es gesund ist. Spaß am Kochen und Erfolgserlebnisse werden garantiert! Bitte Schürze, Restegefäße und ein Geschirrtuch mitbringen.

Kurs-Nr. 90305

21.03.2024

Donnerstag, 11:00 - 14:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 25,00 € ohne Ermäßigung inkl.

Lebensmittelkosten

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sabine Stotz





Kreatives

Kreuzstich für Kids und Teens: Bildung und Kreativität vereint!

NEU

In unserem Kurs lernt ihr, mit Fäden und Nadeln zu zaubern:

Was wir machen:

- Material und Werkzeug: Wir zeigen, was ihr braucht.
- Kreuzstich-Grundlagen: Wir lernen Schritt für Schritt Kreuzstiche.
- Farben und Muster: Eure Kunstwerke werden bunt und kreativ.
- Erste Projekte: Ihr startet mit einfachen Motiven.
- Praktische Tipps: Wir helfen euch auf dem Weg zur Meisterin/zum Meister.
- Unser Ziel: Am Ende könnt ihr stolz eure eigenen Kunstwerke zeigen, nämlich auf Plastikstramin Schlüssel- oder Schulranzen Anhänger im Harry Potter Look zu sticken!

Bereit zum kreativen Stickabenteuer? Meldet euch an und los geht's!

Mitzubringen sind: Bitte bringt eine eigene Schere und ein Getränk mit. Sonstige Stickmaterialien erhaltet ihr von der Dozentin.

Kurs-Nr. 90200

20.04.2024
Samstag, 15:00 - 18:00 Uhr
1 Termin, 4 U-Std., 35,00 € ohne Ermäßigung inkl. Materialkosten
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Sarah Ulrich

Kurs-Nr. 90201

24.06.2024
Montag, 15:00 - 18:00 Uhr
1 Termin, 4 U-Std., 35,00 € ohne Ermäßigung inkl. Materialkosten
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Sarah Ulrich

Kurs-Nr. 90202

10.08.2024
Samstag, 15:00 - 18:00 Uhr
1 Termin, 4 U-Std., 35,00 € ohne Ermäßigung inkl. Materialkosten
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Sarah Ulrich

Ateliertag für junge Künstler (ab 7 Jahren)

Hier könnt ihr nach Herzenslust und Laune bauen, gestalten, malen und euren bunten Tag selbstständig kreativ gestalten. Es werden verschiedene Techniken unter fachkundiger Anleitung angeboten. Ob großformatige Bilder, kleinformatige Objekte, große Skulpturen oder kleine Bilder? Ob einfarbig oder bunt, ob abstrakt oder realistisch, nutzt die Hilfe eurer Dozentin und unser Atelier!
Mitzubringen sind: Ein Getränk und ein Pausensnack.

Kurs-Nr. 90210

20.04.2024
Samstag, 10:00 - 17:00 Uhr
1 Termin, 8 U-Std., 58,31 € ohne Ermäßigung inkl. Materialkosten (Leinwände) und (inkl. 19 % Umsatzsteuer)
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Julia Wally Wagner

Mal-Tag (ab 12 Jahren)

Experimente – bunt ist das Leben – Wochenendseminar –

NEU

Kreativ und mit Freude aus dem Vollen schöpfen: Bilder gießen, Bilder malen, Bilder spachteln, Bilder übermalen, fließen und entstehen lassen.

In diesem Workshop lernst du verschiedenste Maltechniken in Öl, Acryl und mit trockenen Farben wie Art Pouring kennen.

Für Anfänger / innen und Profis, die selten zum kreativen Malen kommen.

Mitzubringen sind: Bitte Kleidung anziehen, die schmutzig werden darf und unempfindlich ist sowie ein Pausensnack und ein Getränk.

Kurs-Nr. 90215

06.04.2024
Samstag, 10:00 - 18:00 Uhr
1 Termin, 9 U-Std., 48,20 € ohne Ermäßigung + Materialkosten von ca. 15,00 €, welche direkt vor Ort mit der Kursleitung abgerechnet wird.
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Julia Wally Wagner



VHS:
voll heiße
Sache

Brickfilms – Trickfilme mit Lego (8 - 12 Jahre)

– Wochenendseminar –

Brick-Filme sind Filme mit Legomännchen. Das klingt vielleicht fürchterlich kompliziert, ist es aber ganz und gar nicht. Mit Digitalkamera und verschiedenen (Lego-)Figuren lassen sich kinderleicht super Geschichten erzählen. Vielleicht ein Märchen im Mittelalter mit Drachen und Rittern? Natürlich ist der Weltraum auch nicht fern, und warum sollten wir nicht unsere Version von „Star Wars“ drehen? Alles ist möglich, denn unsere (Lego-)Schauspieler sind sehr vielseitig.

Mitzubringen sind: Lego, einen gebastelten oder gemalten Hintergrund als Kulisse, Getränk und Pausensnack.

Kurs-Nr. 90220

16.03.2024
Samstag, 10:00 - 13:15 Uhr
1 Termin, 4 U-Std., 25,23 € ohne Ermäßigung inkl. USB-Stick und (inkl. 19 % Umsatzsteuer)
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Isabel Brandis

Pen and Paper (ab 14 Jahren)

NEU

Du magst Fantasy und Abenteuer in Filmen, Serien und Games? Dich schreckt ein wenig Lesestoff nicht ab und du benutzt gerne deine Phantasie? Du hast vielleicht schon von Pen and Papers wie Dungeons & Dragons gehört und wolltest das Fantasy-Phantasie-Spielen schon immer mal ausprobieren, hattest aber nie eine Möglichkeit dazu? Vielleicht hast du es auch schon mal probiert, aber leider fehlt mal wieder ein Spielleiter? Wenn dich diese Fragen ansprechen, ist das hier vielleicht das Richtige für dich.

Bis zu sieben Mitstreiter werden in diesem Kurs bei der Erstellung eines individuellen Spielcharakters begleitet. In den folgenden Terminen begeben wir uns gemeinsam auf ein kleines Abenteuer, in denen ihr Monster begegnet, Rätsel löst und Schätze sucht.

Du siehst dich schon als (z. B.) Halbork-Barbar, als Dunkelelf-Schurke oder als Halbling-Barde? Dann melde dich an und lasse dich und deine zukünftige Abenteurerbande durch eine Welt voller Gefahren führen!

Mitzubringen sind: ein Getränk sowie ggf. ein Pausensnack.

Kurs-Nr. 90230

03.08.2024 - 24.08.2024
Samstag, 13:00 - 18:00 Uhr
4 Termine, 24 U-Std., 25,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Marie Johns



Kultur macht stark. Bündnisse für Bildung Förderprogramm des BMBF 2023 - 2027 talentCAMPus

Sommerferien 2023

Der Geschmack der Wildnis

Zu Beginn der Sommerferien 2023 versammelten sich 18 Kinder und Jugendliche im Alter von 9 - 15 Jahren zu einer ganz besonderen talentCAMPus Projektwoche. Die Teilnehmenden verbrachten fünf Tage (09:30 - 16:00 Uhr) auf der Biologischen Station des NABU (Naturschutzbund) Salzgitters, um den Superkräften unserer heimischen Pflanzen und Kräuter auf die Spur zu kommen und täglich ein leckeres Menü über dem Lagerfeuer zuzubereiten.

Täglich wurde ein 3-Gänge-Menü aus vorrangig regionalen und saisonalen Produkten von den Teilnehmenden selbstständig geplant und umgesetzt, wobei Wildpflanzen vielfältig dabei eingesetzt wurden. Rezepte (z. B. Löwenzahnpesto, Wildkräutersalat oder Feuerbrot mit Kräutern) und Pflanzensteckbriefe wurden während der Woche zu eigenen individuellen Kochbüchern zusammengestellt. Weitere Kreativtechniken wie das Schmieden eines eigenen Brotmessers

mit mobiler Schmieße, das Flechten eines Weidenkorbes, das Gestalten einer Keramiktasse und das Herstellen eines Kräutertrockners standen ebenfalls auf dem Programm und führten an ursprüngliche Handwerksmethoden heran.

Zum Abschluss der gemeinsamen Projektwoche wurde ein Freunde- und Familiennachmittag von den Teilnehmenden konzipiert. Ein selbstkreiertes Wildnisbuffet lud zum Kosten ein, eine Ausstellung der kreativen Werke bot einen Eindruck der thematischen Inhalte des Projektes und ein finales Lagerfeuer mit Stockbrot, Marshmallows und S'mores entließ alle Kinder und Jugendliche glücklich in die verbleibende Ferienzeit.

Kooperationspartner waren bei der Durchführung diesmal der NABU Salzgitter e.V. sowie die Stadtbibliothek Salzgitter.





Herbstferien 2023

Wald erleben

talentCAMPus begeistert die Teilnehmenden

In den Herbstferien war es wieder einmal so weit. Die Volkshochschule Salzgitter veranstaltete vom 16.10. - 20.10.2023 einen talentCAMPus mit dem Thema „Wald erleben“. Es ging trotz des kalten Wetters raus in den Wald. Eine Woche lang dreht sich alles um das Leben im Wald. Gemeinsam erkundeten 8 Mädchen und 9 Jungen den Wald und schauten, was man im Wald und auf der Wiese finden kann. Unterstützt wurden sie dabei von Maximilian, Zahraa und einer Mitarbeiterin der Stadt Salzgitter aus dem Bereich „Natur erleben für Familien“.

Viel Spaß hatten die Teilnehmenden beim Sammeln der Pflanzen, die mit Hilfe einer Blumenpresse getrocknet wurden und dann ihren Platz in einem Herbarium fanden. Die Blumenpresse wurde in der Kunstwerkstatt der Volkshochschule bemalt. Außerdem hat jeder Einzelne ein eigenes Spiel gestaltet. Es wurden Spielbretter, Spielekarton, Spielfiguren und Deko für das eigene Spiel mit viel Liebe zum Detail bemalt. Die Kids konnten sich in der Kunstwerkstatt richtig austoben und auch einige

gesammelten Waldschätze mit in das Spiel einbauen. Ein weiteres Highlight dieser Woche war der Besuch des Wisentgeheges in Springe, um all die Tiere der heimischen Tierwelt zu sehen, die man in unserem Wald nicht unbedingt sieht. Einen ganzen Tag ging es bei Gottseidank trockenem Wetter auf Erkundung. Am Ende der Woche waren alle Kids und auch das Dozententeam zufrieden mit dem Erlebten und den fertigen Produkten. Und einige wollten schon wissen, was denn in den nächsten Ferien angeboten wird.

Kooperationspartner waren dieses Mal die Stadtbibliothek der Stadt Salzgitter und der Kinder- und Jugendtreff Hamberg in Salzgitter-Bad.



Weitere Informationen zum talentCAMPus und den nächsten Projekten können Sie auf unserer Internetseite www.vhs-salzgitter.de nachlesen oder telefonisch bei Frau Sieker unter der Telefonnummer 0 53 41/ 839-22 03 erfragen.



Das Konzept des talentCAMPus ist ein Beitrag des Deutschen Volkshochschul-Verbands (DVV) zum Programm „Kultur macht stark. Bündnisse für Bildung“ des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBF).
Die Volkshochschule Salzgitter beteiligt sich seit 2013 in dem Projekt.

Das Ferienprogramm ist kostenlos einschließlich Verpflegung und Materialien.

Für 2024 sind weitere talentCAMPus-Projekte geplant. Alle drei Projekte sollen in Salzgitter-Bad im Kniestedter Herrenhaus in der Zeit von 09:00 - 16:30 Uhr stattfinden und sind für die Altersgruppe 9 - 15 Jahre konzipiert. Unter dem Projekttitel „Auf Entdeckertour in Salzgitter und Umgebung“ finden folgende Veranstaltungen:

- | | |
|--------------------------------|---------------------|
| Fit ins Jahr | 18.03. – 22.03.2024 |
| Kreativ durchstarten | 24.06. – 28.06.2024 |
| Abschluss bunter Herbst | 07.10. – 11.10.2024 |

nach Genehmigung durch den DVV statt.

Rund um den Computer

10-Fingersystem am PC in 3 Lektionen



Crashkurs für Kinder ab 10 Jahren

– Web-Seminar –

Du willst die Computertastatur sicher und schnell bedienen können und beim Arbeiten am PC Zeit sparen? Dann lerne die Schreibtechnik des 10-Fingersystems am PC kennen! Damit du dir die Position der Tasten besser einprägen kannst, wird im Kurs eine multisensorische Lerntechnik eingesetzt, bei der Tasten und Farben sowie Symbole miteinander verknüpft werden. Du wirst sehen, so fällt das Lernen leicht und macht zugleich Spaß! Wir setzen im Kurs eine Online-Lernplattform ein, die du nach dem Kurs zum weiteren Üben verwenden kannst, sofern du deine Tippgeschwindigkeit weiter verbessern möchtest. Je öfter du das 10-Fingersystem übst, desto schneller kannst du die Tastatur „blind“ bedienen.

Voraussetzung: grundlegende PC-Grundkenntnisse, sicherer Umgang mit der Maus.

Kurs-Nr. 90500

11.07.2024 - 12.07.2024

Donnerstag, 12:00 - 15:00 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 50,00 € ohne Ermäßigung

Web-Seminar

Biljana Varzic

Den Link für das online-Seminar erhältst du nach der Anmeldung von uns!

siehe auch
Kurs-Nr.: 50211
**10-Fingersystem
am PC in 3 Lektionen**

Seite 100



Siehe auch
Kurs-Nr.: 18000
Namen und Gesichter merken
Seite 32

Siehe auch Kurs-Nr.: 18001
Superhirn – Kopfrechnen, schneller als mit dem Taschenrechner
Seite 32

Siehe auch Kurs-Nr.: 18003
Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt
Seite 32

Siehe auch Kurs-Nr.: 18005
5 Wege zu einem perfekten Gedächtnis
Seite 33

Internetführerschein

Familie mit Kindern (7 - 10 Jahre)

NEU

– Wochenendseminar –

Im Vordergrund steht die familienfreundliche und sichere PC-Nutzung zu Hause. Wichtigstes Ziel des Kurses ist deshalb die Klärung und Vermittlung von Medienkompetenz. Eltern und Kinder sollen am Kurs gleichermaßen teilhaben – jeder soll sich seine besonderen Wünsche später praktisch am Computer erfüllen können. Ob Preisvergleich und Einkauf im Internet für die Eltern, altersgerechte Seiten mit Rätseln und Spielen für die Kinder oder Blogs und Chaträume für Jugendliche – dies und vieles andere soll in diesem Kurs erkundet werden.

Themen sind u. a.:

- Suchen und Finden im Internet
- Datenschutz – Chats, persönliche Daten usw.
- Einrichten einer E-Mail-Adresse
- Copyright – Erlaubtes und Verbotenes
- Viren und ihre Gefahren

Die Kursgebühr gilt für einen Erwachsenen + 1 Kind.

Kurs-Nr. 90510

17.08.2024 - 24.08.2024

Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 88,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Kagan Kortun

Internetführerschein für Kids

(3./5. Klasse)

– Ferienkurs –

Spiele, Videos, Chats und vielfältige Informationen: Kids sind fasziniert vom Internet. Die Möglichkeiten, aber auch Gefahren, sind wesentlich größer als bei anderen Medien. In diesem Kurs lernen die Kinder:

- über Kindersuchmaschinen zu recherchieren
- glaubwürdige Quellen auszuwählen
- eigene Beiträge zu erstellen
- wie man sich im Internet verhält
- Umgang mit persönlichen Daten

Als Abschluss wird ein Internetführerschein überreicht.

Kurs-Nr. 90515

30.07.2024 - 01.08.2024

Dienstag - Donnerstag, 09:00 - 12:30 Uhr

3 Termine, 12 U-Std., 66,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Holger Kasseck

Referate schnell vorbereitet (ab 12 Jahren)

PowerPoint für kreative Kids

– Ferienkurs –

Mit PowerPoint lassen sich zum Beispiel Referate für die Schule, Flyer für euren Verein oder auch Animationen schnell und problemlos darstellen. Die Ausgabe erfolgt auf Papier, Folien, auf dem PC-Monitor oder per Beamer.

In diesem Kurs könnt ihr das Programm gründlich kennen lernen.

Inhalte sind u. a.:

- Grundlagen und Grundbegriffe
- Entwurfsvorlagen, Master und Farbschema
- Folien erstellen; Sound, Videos
- Texte, Grafiken, Cliparts, Autoformen
- Animation, Bildschirmpräsentation

Kurs-Nr. 90520

29.07.2024

Montag, 09:30 - 16:30 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 44,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Holger Kasseck

Der Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge Helmut Lange hat zum Thema „Vokabel lernen“ mehrere Bücher geschrieben und zeigt Euch anhand von weiterentwickelten Lernstrategien den Weg zu verblüffenden Lernerfolgen - schon während des Web-Seminars.

Trainingskurse Sprachen

Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt für Schüler/innen



– Web-Seminar –

Wer möchte nicht im Sekundentakt Vokabeln lernen können? Und dabei noch Spaß haben?

Die Schlüsselwortmethode hilft dir dabei Vokabeln nicht nur schneller zu erfassen, sondern auch länger im Kopf zu behalten.

Das zig-fache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert.

Den Zugangslink erhaltet ihr nach der Anmeldung von uns. Die Anleitung, wie man sich in „edudip“ anmeldet, könnt ihr unter dem Reiter „Service“ unter „Downloads“ auf unserer Homepage www.vhs-salzgitter.de entnehmen.

Mitzubringen sind: Bitte halte einen Block und einen Stift bereit.

Kurs-Nr. 92020

07.03.2024

Donnerstag, 16:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., 25,00 € ohne Ermäßigung

Web-Seminar

Helmut Lange

Deutschtraining für ukrainische Kinder (7./8. Klasse)

NEU

Wir helfen euch bei schulischen Problemen weiter! In einer kleinen Gruppe wird in diesem Kurs Deutsch gesprochen, euer Wortschatz aufgefrischt und erweitert sowie Grammatik wiederholt und geübt. Um zu sehen, wo es „klemmt“, bringt bitte eure Schulbücher und Hefte mit.

Kurs-Nr. 92022

04.03.2024 - 03.06.2024
Montag, 14:30 - 16:00 Uhr
10 Termine, 20 U-Std., 96,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Yuliia Kobilianska

Prüfungsvorbereitung Deutsch Klasse 9 und 10

NEU

– Ferienkurs –

Du benötigst Unterstützung im Fach Deutsch? Texte schreiben fällt dir schwer? Gemeinsam bereiten wir dich auf deine Abschlussprüfung vor! Mitzubringen sind: Schulbücher und Schulhefte sowie Schreibmaterialien

Kurs-Nr. 92025

Donnerstag, 21.03.2024, 10:00 - 11:30 Uhr
Freitag, 22.03.2024, 10:00 - 11:30 Uhr
2 Termine, 4 U-Std., 18,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Isabel Barfuss

Französischtraining (7./8. Klasse)

Wir helfen euch bei schulischen Problemen weiter! In einer kleinen Gruppe wird in diesem Kurs Französisch gesprochen, euer Wortschatz aufgefrischt und erweitert sowie Grammatik wiederholt und geübt. Um zu sehen, wo es „klemmt“, bringt bitte eure Schulbücher und Hefte mit.

Kurs-Nr. 92027

12.02.2024 - 06.05.2024
Montag, 14:30 - 16:00 Uhr
10 Termine, 20 U-Std., 96,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Fabrice Tricault

Englischtraining (5./6. Klasse)

Wir helfen euch bei schulischen Problemen weiter! In einer kleinen Gruppe wird in diesem Kurs Englisch gesprochen, euer Wortschatz aufgefrischt und erweitert sowie Grammatik wiederholt und geübt. Um zu sehen, wo es „klemmt“, bringt bitte eure Schulbücher und Hefte mit.

Kurs-Nr. 92029

12.02.2024 - 06.05.2024
Montag, 16:45 - 18:15 Uhr
10 Termine, 20 U-Std., 96,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Alla Bapkauskas



Technik und Naturwissenschaften

Kreative Fotografie mit dem Smartphone: Dein Handy, Deine Kunst! (ab 10 Jahren)

NEU

– Für die Kamera, die man immer dabei hat –

Du hast ein Smartphone und willst mehr als nur Selfies schießen? Du bist neugierig, wie du echte Kunstwerke mit deinem Handy kreieren kannst? Dann bist du hier goldrichtig!

Was erwartet dich?

- Grundlagen der Smartphone-Fotografie: Wie funktioniert das eigentlich?
- Motivwahl und Bildkomposition: Was macht ein Foto zum Hingucker?
- Verschiedene Aufnahme-Modi: Portrait, Landschaft und mehr!
- Tipps, Tricks und Tools: geheime Kniffe für coole Schnapshots!
- Bildbearbeitung leicht gemacht: Adobe Lightroom und Snapseed im Überblick!
- Bildbesprechung: Was können wir besser machen?

Was brauchst Du?

- Ein Smartphone (iPhone oder Android)
- Power-Bank (je nach Akkuzustand)
- Speicherplatz für deine Kunstwerke
- Optionale Apps: Adobe Lightroom, Snapseed

Kurs-Nr. 93000

05.08.2024 - 19.08.2024
Montag, 17:00 - 19:15 Uhr
3 Termine, 9 U-Std., 45,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Harald Treder

Kurs-Nr. 93005

Donnerstag, 01.02.2024, 09:00 - 12:00 Uhr
Donnerstag, 01.02.2024, 15:00 - 17:15 Uhr
Freitag, 02.02.2024, 09:00 - 12:00 Uhr
2 Termine, 11 U-Std., 45,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Harald Treder

Workshop „3D-Druck und Minecraft“ (ab 9 Jahren)

– Ferienkurs –

Das Team von der makerAcademy zeigt dir in diesem Workshop, wie du deine eigenen Minecraft Figuren als Modelle am PC herstellen kannst, bevor diese mit dem 3D-Drucker gefertigt werden.

Die Entwürfe werden dir später in der makerAcademy gedruckt und zur VHS SZ geschickt, wo du sie am Ende abholen kannst.

Kurs-Nr. 93007

02.02.2024
Freitag, 10:00 - 13:00 Uhr
1 Termin, 37,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
N.N.

Kurs-Nr. 93008

01.05.2024
Mittwoch, 10:00 - 13:00 Uhr
1 Termin, 37,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
N.N.

Kurs-Nr. 93009

21.05.2024
Dienstag, 10:00 - 13:00 Uhr
1 Termin, 37,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
N.N.

Unser Sonnensystem (ab 6 Jahren)

NEU

– Ferienkurs –

Wir erforschen unser Sonnensystem und bauen unsere Planeten nach.

Wie groß ist der Merkur? Warum ist es auf der Venus so kalt?

Kurs-Nr. 93010

18.03.2024
Montag, 09:00 - 12:00 Uhr
1 Termin, 4 U-Std., 32,00 € ohne Ermäßigung inkl. Materialkosten
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Isabel Barfuss

Kurs-Nr. 93016

01.07.2024
Montag, 09:00 - 12:00 Uhr
1 Termin, 4 U-Std., 32,00 € ohne Ermäßigung inkl. Materialkosten
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Isabel Barfuss

VHS:
Wissen ist
Macht



Faszination Reptilien – Leopardgeckos (ab 6 Jahren)

NEU

– Ferienkurs –

Wie leben Leopardgeckos? Was fressen Sie und wie fühlen Sie sich an?
Spannende Fragen, die wir mit den Leopardgeckos erkunden werden.

Kurs-Nr. 93020

19.03.2024

Dienstag, 09:00 - 12:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 23,00 € ohne Ermäßigung inkl.

Materialkosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Isabel Barfuss

Kurs-Nr. 93026

02.07.2024

Dienstag, 09:00 - 12:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 23,00 € ohne Ermäßigung inkl.

Materialkosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Isabel Barfuss

Faszination Reptilien – Die Bartagame (ab 6 Jahren)

NEU

– Ferienkurs –

Wie lebt eine Bartagame? Was frisst Sie und wie fühlt Sie sich an? Spannende Fragen, die wir mit Bartagame Bobby und Brunhilde erkunden werden.

Kurs-Nr. 93030

20.03.2024

Mittwoch, 09:00 - 12:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 23,00 € ohne Ermäßigung inkl.

Materialkosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Isabel Barfuss

Kurs-Nr. 93036

03.07.2024

Mittwoch, 09:00 - 12:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 23,00 € ohne Ermäßigung inkl.

Materialkosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Isabel Barfuss



VHS lässt
dich
wachsen

Lernförderprogramme

Word für Abiturienten

NEU

Dieser Kurs richtet sich an Abiturienten, die ein Studium oder eine Ausbildung aufnehmen möchten. Teilnehmen können aber auch Abiturienten, die zunächst ein FSJ, den Bundesfreiwilligendienst oder Praktika geplant haben. In allen Bereichen ist es heutzutage wichtig, dass grundlegende Textverarbeitungskenntnisse vorhanden sind. Zukünftige Studenten, die Hausarbeiten/Seminararbeiten und letztendlich eine Bachelorarbeit erstellen müssen, werden untenstehende Kursinhalte dringend benötigen.

Kursinhalte:

- Texte professionell gestalten mit Zeichen-, Absatz- und Seitenformatierung
- Kopf- und Fußzeilen erstellen, Seitenzahlen richtig einrichten
- Umfangreiche Dokumente mit Formatvorlagen gestalten: Deckblatt einrichten, Überschriften und Aufzählungen formatieren,
- Inhalts-, Stichwort- und Abbildungsverzeichnisse erstellen
- Grafische Elemente nutzen: Grafiken, SmartArts, Screenshots

Kurs-Nr. 90525

17.08.2024

Samstag, 09:00 - 16:00 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 40,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Lars Kolb

Excel für Abiturienten

NEU

Dieser Kurs richtet sich an Abiturienten, die ein Studium oder eine Ausbildung aufnehmen möchten. Das Programm Excel wird verstärkt in allen Bereichen eingesetzt. Heutzutage ist es wichtig, schnell und effizient Tabellen zu erstellen und Auswertungen vorzunehmen. Häufig müssen vorhandene Daten grafisch in Form von Diagrammen aufbereitet und in andere Office-Programme integriert werden.

Kursinhalte:

- Tabellen in Excel strukturiert aufbauen und gestalten
- Bedingte Formatierungen
- Berechnungen mit Formeln und Funktionen
- Einsatz der Excel-Funktionsbibliothek
- Datenlisten auswerten, sortieren und filtern
- Auswertung und Präsentation von Zahlen mit Diagrammen
- Pivot-Tabellen
- Export der Diagramme in andere Anwendungen, z. B. Word oder PowerPoint

Kurs-Nr. 90530

20.08.2024 - 27.08.2024

Dienstag, 18:30 - 21:30 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 40,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Lars Kolb

Mathe-Abiturtraining: Analysis und Integralrechnung

NEU

Stehst du kurz vor deinem Abitur und benötigst dringend noch etwas Hilfe im Fach Mathematik? Dann bist du hier genau richtig.

In diesem Mathekurs werden alle notwendigen Themen erarbeitet, die für das erfolgreiche Bestehen der Mathematik Abiturprüfung 2024 relevant sind. In diesem Kurs wird der Schwerpunkt Analysis und Integralrechnung kompakt und zielführend wiederholt und anhand früherer Abiturprüfungen vertieft.

Kurs-Nr. 92005

26.02.2024 - 01.03.2024

Montag, 18:00 - 19:30 Uhr

4 Termine, 8 U-Std., 43,00 € ohne Ermäßigung inkl.

Materialkosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Irina Bayer

Mathe-Abiturtraining: Analysis und Integralrechnung

NEU

Stehst du kurz vor deinem Abitur und benötigst dringend noch etwas Hilfe im Fach Mathematik? Dann bist du hier genau richtig. In diesem Mathekurs werden alle notwendigen Themen erarbeitet, die für das erfolgreiche Bestehen der Mathematik Abiturprüfung 2024 relevant sind. In diesem Kurs wird der Schwerpunkt Analytische Geometrie (Vektorrechnung) kompakt und zielführend wiederholt und anhand früherer Abiturprüfungen vertieft.

Kurs-Nr. 92007

04.03.2024 - 08.03.2024

Montag, 18:00 - 19:30 Uhr

4 Termine, 8 U-Std., 43,00 € ohne Ermäßigung inkl.

Materialkosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Irina Bayer

Mathe-Abiturtraining: Analysis und Integralrechnung

NEU

Stehst du kurz vor deinem Abitur und benötigst dringend noch etwas Hilfe im Fach Mathematik? Dann bist du hier genau richtig. In diesem Mathekurs werden alle notwendigen Themen erarbeitet, die für das erfolgreiche Bestehen der Mathematik Abiturprüfung 2024 relevant sind. In diesem Kurs wird der Schwerpunkt Stochastik kompakt und zielführend wiederholt und anhand früherer Abiturprüfungen vertieft.

Kurs-Nr. 92009

11.03.2024 - 15.03.2024

Montag, 18:00 - 19:30 Uhr

4 Termine, 8 U-Std., 43,00 € ohne Ermäßigung inkl.

Materialkosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Irina Bayer

Mathetraining für die Oberstufe (11. - 13. Klasse)

NEU

Du hast MATHE-Sorgen? Dann bist du hier genau richtig.

Wir unterstützen Dich.

- bei den Hausaufgaben
 - bei der Vorbereitung auf deine Klassenarbeiten und Klausuren
 - bei der Vorbereitung auf dein Abitur
 - bei allen sonstigen Fragen rund um Mathe
- Mitzubringen sind: aktuelles Mathebuch, Matheheft

Kurs-Nr. 92010

13.02.2024 - 12.03.2024

Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr

5 Termine, 10 U-Std., 52,50 € inkl. Materialkosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Irina Bayer

Kurs-Nr. 92012

16.04.2024 - 28.05.2024

Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr

6 Termine, 12 U-Std., 65,00 € inkl. Materialkosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Irina Bayer



Die Stadt Salzgitter sucht ehrenamtliche Vormünder für Kinder und Jugendliche

Liebe Interessierte (Einwohner/innen und Bürger/innen),

die Stadt Salzgitter sucht engagierte Menschen, die sich für Kinder und Jugendliche, aber auch für unbegleitete Minderjährige einsetzen wollen.



Mit der Gesetzesänderung zu Beginn des Jahres sollen für Kinder und Jugendliche bevorzugt ehrenamtliche Vormünder eingesetzt werden.

Eine Vormundschaft wird eingerichtet, wenn Eltern – aus welchen Gründen auch immer – ihre elterliche Sorge nicht wahrnehmen können. In der Regel wird die Vormundschaft dann durch das Jugendamt wahrgenommen. Die hier beschäftigten Vormünder sind für

mehrere Kinder und Jugendliche verantwortlich. Eine ehrenamtliche Person übernimmt hingegen in der Regel nur für einen einzelnen jungen Menschen die elterliche Sorge und bringt somit eine große zeitliche Ressource mit.

Die Kinder und Jugendlichen brauchen starke Persönlichkeiten, die sie auf ihrem weiteren Lebensweg begleiten und sie unterstützen können.

Die Aufgaben einer/eines Vormünderin/Vormunds sind sehr vielfältig und vergleichbar mit der Wahrnehmung der elterlichen Verantwortung. Neben der rechtlichen Vertretung des Kindes sind zum Beispiel auch Entscheidungen für schulische Angelegenheiten oder die kindgerechte Unterbringung zu treffen.

Als ehrenamtliche/r Vormünderin/Vormund sollten Sie ausreichend Zeit für das von Ihnen betreute Kind oder den Jugendlichen haben. Als vertraute Bezugsperson begleitet Sie das Mündel dauerhaft auf seinem künftigen Weg zu einer/einem starken und selbstbewussten jungen Erwachsenen.

Die Übernahme einer ehrenamtlichen Vormundschaft ist für Sie nicht mit der Aufnahme des Mündels bei sich Zuhause oder finanzieller Unterstützung aus den eigenen Einkünften verbunden.

Haben wir Ihr Interesse geweckt oder haben Sie Fragen, dann wenden Sie sich bitte per E-Mail an den Fachdienst Kinder, Jugend und Familie der Stadt Salzgitter (kinder-jugendfamilie@stadt.salzgitter.de).



Pflegeeltern gesucht!

Sie möchten Kindern ein neues Zuhause auf Zeit geben?

**Sie bringen Geduld, Improvisationstalent,
Stabilität, Verständnis und Zeit mit?**

Dann nehmen Sie Kontakt zu uns auf. Wir beraten Sie gerne persönlich!

**Weitere Informationen erhalten Sie über die Homepage
der Stadt Salzgitter**

www.salzgitter.de: Stadt Salzgitter > Kinder&Familie > Pflegekinderdienst



Kontakt

Stadt Salzgitter

Fachdienst Kinder, Jugend und Familie

Joachim-Campe-Straße 9 – 11

38226 Salzgitter

E-Mail: adoptionsdienst.pflegekinderdienst@stadt.salzgitter.de

Foto: PantherMedia / srubina





VHS: Demokratische Orte des Lernens

Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens. Ein besonderer Stellenwert kommt dabei der politischen Bildung zu, die weder Belehrung noch Parteipolitik verfolgt und die allgemeines Engagement für demokratische Werte, Menschenrechte und gegen Fundamentalismus fördert. In den angebotenen Lernräumen können Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenzen erfahren und entwickelt werden.

Das Programmangebot des Fachbereichs „Politik, Gesellschaft und Umwelt“ ist breit angelegt und umfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen. Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und Globales Lernen sind wesentliche gesellschaftliche Aufgaben.

Fachbereichsleitung und Beratung:

Antje Behre
Telefon 0 53 41 / 839-22 23
antje.behre@stadt.salzgitter.de

Politik, Gesellschaft und Umwelt

- 30 Philosophie, Geschichte und Politik
- 31 Pädagogik und Psychologie
- 33 Stiftung „Kinder forschen“
- 33 VHS für alle: Kursangebote für Menschen mit und ohne Handicap
- 34 Recht im Alltag
- 34 Umwelt, Energie und Technik
- 35 Kurse in Kooperation mit dem Naturschutzbund Salzgitter
- 36 Wirtschaft
- 36 Fortbildungen für Dozentinnen und Dozenten
- 37 Politik, Umwelt und Gesellschaft online



Foto: Lothar Siems



Philosophie, Geschichte und Politik

Vom Dorf zur Stadt

Fahrradtour durch das nördliche Salzgitter – Vortrag –

Am 1. April 1942 wurde die Stadt Salzgitter gegründet. Das Aufbaugelände der Reichswerke „Hermann Göring“ veränderte die bis dahin ländliche Struktur grundlegend. Am Beispiel des nördlichen Salzgitters wollen wir uns diesem Thema nähern. Die Veränderungen während der NS-Zeit prägen noch heute das Stadtbild. Anhand von alten Fotos, Zeitzeugenberichten und Erläuterungen wird der Blick auf diese Spuren gelenkt. Die Strecke beträgt ca. 20 Kilometer. Kinder ab 12 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen. Für ein verkehrssicheres Fahrrad sind die Teilnehmenden selbst verantwortlich.

Treffpunkt: AK Stadtgeschichte, Wehrstr. 29, Salzgitter-Lebenstedt

Die Veranstaltung ist kostenfrei. Um Spenden wird gebeten.

In Kooperation mit dem Arbeitskreis Stadtgeschichte e.V./

Gedenk- und Dokumentationsstätte KZ Drütte
info@gedenkstaette-salzgitter.de / www.gedenkstaette-salzgitter.de

Kurs-Nr. 13018

19.04.2024

Freitag, 16:30 - 19:00 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Drütte, Gedenk- und Dokumentationsstätte

Drütte

Raphael Böß

Meine Ahnen und ich.

Digitale Ahnenforschung

– Web-Seminar –

Wer sich schon mal mit Familienzusammenhängen beschäftigt hat, merkt, wie spannend der Blick in die Vergangenheit ist. Und auch die eigene Geschichte zu erforschen ist aufregend.

Wagen Sie den Weg in geschichtliche Hintergründe, folgen Sie den verzweigten Wegen der Verwandtschaft und recherchieren Sie in eigener Sache. In diesem Kurs werden Ihnen Möglichkeiten der Recherche mithilfe des Internets vorgestellt. Außerdem stellen wir Ihnen das Portal „Archion“ vor, in welchem in Kirchenbüchern online recherchiert werden kann.

Kursinhalte: Grundbegriffe der Familienforschung, Software- und Onlinedienste zur Ahnenforschung, Vorbereitung und Erstellen eines Suchplans, Aufbau und Pflege einer Ahnentafel, Recherche-Quellen im Internet, Namenskunde.

Anforderungen: Grundkenntnisse betr. Internet und „Word“

Kurs-Nr. 13020

Montag, 04.03.2024, 17:00 - 18:30 Uhr

Mittwoch, 06.03.2024, 17:00 - 18:30 Uhr

2 Termine, 4 U-Std., 25,00 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

vhs.cloud

Carmela Klinge

Ahnenforschung Spezial – Familienforschung NS-Zeit

– Web-Seminar –

Wo war meine Familie in der NS-Zeit? Welche Spuren hat diese Zeit in meiner Familie hinterlassen?

Im Rahmen der Ahnenforschung stößt man auf viele Fragen. Die Zeitzeugen innerhalb der Familie werden weniger, aber die heutige Generation hat Fragen. Antworten sind wichtig. Aber wie recherchiert man? Kostet es etwas? Wie strukturiere ich meine Recherche? Wie kann ich damit umgehen? Ein Onlinekurs über Familien- und Ahnenforschung in der NS-Zeit. Ohne Vorkenntnisse

Kurs-Nr. 13022

13.04.2024

Samstag, 17:00 - 19:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 19,00 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

vhs.cloud

Carmela Klinge

Die Biografie meiner Familie

– Web-Seminar –

Familiengeschichten sind einzigartig. Viel zu schade um vergessen zu werden. Wie fängt man an? Wie komme ich ins Gespräch? Wie kann ich das notieren? Wie recherchiere ich, wenn ich die Familienmitglieder nicht mehr kennenlernen konnte?

Ein Onlinekurs für Ihre Familienbiografie

Kurs-Nr. 13024

09.03.2024

Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 25,00 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

vhs.cloud

Carmela Klinge

Vom Dunkel zum Licht

Freimaurer heute

– Gesprächskreis –

Seit über 300 Jahren auf dem Weg zur Weltherrschaft – oder doch nicht? Was ist, was will Freimaurerei? Ein Gesprächskreis der besonderen Art. Nach dem Motto „Wo Rauch ist, da ist auch Feuer“ haben sich auch in unserer anscheinend so aufgeklärten Gesellschaft bis heute viele Vorurteile gegenüber der Freimaurerei gehalten. Was wollen die Männer, die sich zu ihr bekennen? Der Gesprächskreis informiert über Entstehung, Herkunft und Geschichte, philosophische Zusammenhänge und geistige Hintergründe sowie über Ziele und Wertvorstellungen der Freimaurerei in der heutigen Zeit.

Voranmeldung ist zwingend erforderlich.

Kurs-Nr. 13030

14.03.2024

Donnerstag, 18:30 - 21:45 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Dr. Peter Schade, Helge Greunke

Fake News – erkennen?!

NEU

Unsere Medien verbreiten täglich eine Flut an Nachrichten. Nicht nur Zeitungen, Radio und das Fernsehen, sondern auch im Internet wird man informiert. Über Politik, Lokalnachrichten aber auch über Gesundheit und andere Themen. Oft heftig, dramatisch und manchmal auch verstörend. Was ist wahr und was ist eine Falschinformation?

Die Verunsicherung ist zu groß. Nachrichten ignorieren ist auch keine Lösung! Wie kann man Fake News erkennen?

Kurs-Nr. 51250

22.02.2024

Donnerstag, 10:00 - 13:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 20,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Carmela Klinge



Man ist alt
wie ein Haus
und lernt nie aus.



Pädagogik und Psychologie

Mein Gewicht – meine Mutter und ich

NEU

– Vortrag –

Sind Sie schon Ihr ganzes Leben lang unzufrieden mit Ihrem Körper?

Sind Sie gefangen im täglichen Kampf um Ihr Gewicht? Warum gehen andere Frauen viel selbstbewusster mit diesen Themen um und was hat das mit der eigenen Mutter zu tun? Warum ist es immer noch an der Tagesordnung, dass vorrangig schlanke Frauen erfolgreich sind? Ein Wandel in der Gesellschaft findet statt, aber wie geht es Ihnen ganz konkret damit?

Auf diese Fragen werde ich versuchen an diesem Abend Antworten zu geben.

In dieser Veranstaltung erfolgt keine psychologische oder psychotherapeutische Beratung oder Therapie, eine aktive Teilnahme und Austausch sind jedoch ausdrücklich erwünscht.

Kurs-Nr. 13501

13.02.2024

Dienstag, 18:00 - 19:30 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., 10,00 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Dorit Boldt

Hilfe meine Schwiegereltern kommen!

NEU

– Vortrag –

Kennen Sie das? Ihre Schwiegereltern haben sich angekündigt und Ihnen „stehen die Haare zu Berge“?

Oder Sie wünschen sich, dass es schon morgen ist? Warum ist das so?

Wo liegen die Ursachen für dieses schlechte Verhältnis zu ihr oder auch zu ihm?

Weiß seine Mutter alles besser?

Spielt Ihr Schwiegervater den Patriarchen?

Auf diese und andere Fragen werde ich in meinem Vortrag eingehen.

Mit der Hochzeit heiratet man nicht nur die Person, die man liebt, nein man heiratet eine ganze Familie... Und diese Familie hat man sich in den seltensten Fällen ausgesucht.

In dieser Veranstaltung erfolgt keine psychologische oder psychotherapeutische Beratung oder Therapie, eine aktive Teilnahme und Austausch sind jedoch ausdrücklich erwünscht.

Kurs-Nr. 13502

07.05.2024

Dienstag, 18:00 - 19:30 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., 10,00 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Dorit Boldt

Endlich Rentner/in! Und was nun?

NEU

– Vortrag –

Oft wird unsere Rente auch als „Ruhestand“ bezeichnet. Wollen wir das aber erreichen - Ruhe im Sinne von Stillstand? Oder möchten wir unsere Wünsche und Träume wahrnehmen und leben, für deren Erfüllung während der Erwerbstätigkeit kaum Zeit war? Was können wir noch alles tun?

Welche Faktoren wichtig sind, um die neue Lebensphase zur eigenen Zufriedenheit zu gestalten, ist Thema des Vortrages.

In dieser Veranstaltung erfolgt keine psychologische oder psychotherapeutische Beratung oder Therapie, eine aktive Teilnahme und Austausch sind jedoch ausdrücklich erwünscht.

Kurs-Nr. 13504

05.03.2024

Dienstag, 18:00 - 19:30 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., 10,00 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Dorit Boldt

Kontaktabbruch zu den Eltern oder Geschwistern

– Vortrag –

Haben Sie keinen Kontakt mehr zu Ihrer Mutter oder Schwester, zu Ihrem Vater oder Bruder?

Wie geht es Ihnen damit und wie verkräftet das Ihre Familie?

Welche Folgen hat das für Ihre Kinder oder Enkel?

Wann beginnt eigentlich der Abbruch des Kontaktes? Wie wirkt sich das auf jedes einzelne Familienmitglied aus? Welchen Gewinn haben wir, wenn wir den Kontakt zu den uns nahestehenden Familienmitgliedern abbrechen?

Was bringt es mir, den Kontakt wieder aufzunehmen? Auf all diese und andere Fragen werde ich in meinem Vortrag eingehen.

In dieser Veranstaltung erfolgt keine psychologische oder psychotherapeutische Beratung oder Therapie, eine aktive Teilnahme und Austausch sind jedoch ausdrücklich erwünscht.

Kurs-Nr. 13505

23.05.2024

Donnerstag, 18:00 - 19:30 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., 10,00 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Dorit Boldt

Liebe, Wut und Bauchschmerzen

Meine Mutter und ich

– Vortrag –

Was weißt Du über Deine Mutter? Wie ist sie aufgewachsen?

Ich möchte gerne mit den Teilnehmenden dieser Veranstaltung über ihr - oftmals konfliktbeladenes - Verhältnis zu ihrer Mutter ins Gespräch kommen. Vielfältige Faktoren beeinflussen unser Verhältnis heute noch und haben Auswirkungen auf uns, auch wenn wir schon erwachsen sind.

Wir werden uns über schwierige und möglicherweise traumatische Erfahrungen aus der Vergangenheit unserer Mütter austauschen, um besser verstehen zu können, warum sie so sind, wie sie sind. Weshalb wir aufgewachsen sind mit einer Mutter, die lieblos, emotionsarm oder empathiefrei zu uns war. Ich möchte mit Ihnen zudem über transgenerationale Konflikte der Tochter- / Sohn-Mutter-Beziehung sprechen.

In dieser Veranstaltung erfolgt keine psychologische oder psychotherapeutische Beratung oder Therapie, eine aktive Teilnahme und Austausch sind jedoch ausdrücklich erwünscht.

Die Dozentin Frau Boldt ist anerkannte Heilpraktikerin für Psychotherapie sowie systemische Familienberaterin und -therapeutin.

Kurs-Nr. 13506

18.06.2024

Dienstag, 18:00 - 19:30 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., 10,00 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Dorit Boldt



Ausbildung zum/zur Mediator*in

In 2024 bieten wir Ihnen erneut die Möglichkeit, sich online zum/zur Mediator/in ausbilden zu lassen. Mehr dazu finden Sie auf unserer Homepage.

Superhirn – Namen und Gesichter merken



– Web-Seminar –

Viele Menschen können sich zwar sehr gut an Gesichter erinnern, aber der dazugehörige Name ist in den meisten Fällen nicht mehr präsent.

Damit Ihnen in Zukunft auch der richtige Name einfällt, gibt es einfache und wirksame Methoden, sich Gesichter und Namen einzuprägen.

Mit dieser Methode schaffte es auch der Gedächtnissportler Boris Konrad ins Guinness-Buch der Rekorde: 201 Gesichter und die dazugehörigen Namen in nur 15 Minuten.

Der Gedächtnistrainer und Buchautor Helmut Lange zeigen Ihnen anhand von Beispielen, wie Sie auch von dieser Methode profitieren können.

Sie benötigen einen Rechner oder ein Tablet mit Internetzugang sowie ein Headset. Das Seminar wird über die Plattform „edudip“ angeboten.

Den Zugangslink erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung von uns. Auf unserer Homepage, unter dem Reiter „Service“ und „Downloads“, finden Sie eine Anleitung, wie man sich bei „edudip“ anmeldet.

Kurs-Nr. 18000

29.02.2024

Donnerstag, 19:00 - 21:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 25,00 € ohne Ermäßigung

Web-Seminar

Helmut Lange

Superhirn – Kopfrechnen, schneller als mit dem Taschenrechner



– Web-Seminar –

Sie lernen verblüffende Kopfrechenticks, mit deren Hilfe Sie schneller im Kopf rechnen können als mit einem Taschenrechner.

Mit ein bisschen Übung können Sie vielleicht auch schneller rechnen als Sie sprechen können. Die aus Indien stammenden Rechenmethoden (vedische Mathematik) sind in unserem Kulturkreis noch unbekannt, machen viel Spaß und erhöhen das generelle Interesse an Mathematik um ein Vielfaches. Der Buchautor und Andragoge Helmut Lange zeigt Ihnen die besten Kopfrechen-Tricks.

Sie benötigen einen Rechner oder ein Tablet mit Internetzugang sowie ein Headset. Das Seminar wird über die Plattform „edudip“ angeboten.

Den Zugangslink erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung von uns. Auf unserer Homepage, unter dem Reiter „Service“ und „Downloads“, finden Sie eine Anleitung, wie man sich bei „edudip“ anmeldet.

Kurs-Nr. 18001

05.03.2024

Dienstag, 19:00 - 21:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 25,00 €

ohne Ermäßigung

Web-Seminar

Helmut Lange

Siehe auch auf Seite 24
Kurs-Nr. 92020
Superhirn – Vokabeln lernen für Schüler/innen

Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt



– Web-Seminar –

Wer möchte nicht im Sekundentakt Vokabeln lernen können? Und dabei noch Spaß haben?

Die Schlüsselwortmethode hilft Ihnen dabei, Vokabeln nicht nur schneller zu erfassen, sondern auch länger im Kopf zu behalten.

Das zig-fache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert. Der Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge Helmut Lange hat zum Thema „Vokabeln lernen“ mehrere Bücher geschrieben und zeigt Ihnen anhand von weiterentwickelten Lernstrategien den Weg zu verblüffenden Lernerfolgen - schon während des Web-Seminars. Helmut Lange zeigt Ihnen die besten Vokabellern-Tricks. Sie benötigen einen Rechner oder ein Tablet mit Internetzugang sowie ein Headset. Das Seminar wird über die Plattform „edudip“ angeboten. Den Zugangslink erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung von uns. Auf unserer Homepage, unter dem Reiter „Service“ und „Downloads“, finden Sie eine Anleitung, wie man sich bei „edudip“ anmeldet.

Kurs-Nr. 18003

12.03.2024

Dienstag, 19:00 - 21:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 25,00 € ohne Ermäßigung

Web-Seminar

Helmut Lange

Alles rund um Energie und Sanierungen ...

... erfahren Sie unter

<https://www.klimaschutz-niedersachsen.de/veranstaltungen>

in verschiedenen kostenlosen Online-Vorträgen das ganze Jahr hindurch.

Anklicken. Anmelden. Schlauer werden!



Klimaschutz- und
Energieagentur
Niedersachsen


Salzgitter
KINDER FÖRDERN UND FAMILIEN UNTERSTÜTZEN



5 Wege zu einem perfekten Gedächtnis



– Web-Seminar –

Das Denken und Lernen sind zu einem großen Teil durch die Schulzeit geprägt.

Wenn Sie als Lernende/r an Fort- und Weiterbildung teilnehmen, greifen Sie meist auf althergebrachtes Lernverhalten zurück und wundern sich, dass kaum etwas hängen bleibt. Dabei kann Lernen so einfach sein, wenn Sie nur ein paar Merktechniken anwenden. Wenn Sie also in Zukunft Zahlen, Daten, Fakten, Vokabeln, Namen und Gesichter schnell und sicher behalten möchten, dann lassen Sie sich von einem kreativen und einflussreichen Gedächtnistrainer inspirieren. Denn Ihr Gehirn kann viel mehr als Sie denken. Sie bekommen faszinierende Gedächtnistechniken von dem professionellen Andragogen Helmut Lange vermittelt.

Schon während des Seminars kann Ihre Merkfähigkeit um 300% gesteigert werden.

Danach werden Sie nicht mehr lernen, weil Sie müssen, sondern Sie werden lernen, weil Sie wollen!
Just for fun!

Der Onlinekurs spricht jeden an - ob Schüler/innen, Student/innen, Berufstätige oder Senior/innen - probieren Sie es gerne aus!

Sie benötigen einen Rechner oder ein Tablet mit Internetzugang sowie ein Headset. Das Seminar wird über die Plattform „edudip“ angeboten.

Den Zugangslink erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung von uns. Auf unserer Homepage, unter dem Reiter „Service“ und „Downloads“, finden Sie eine Anleitung, wie man sich bei „edudip“ anmeldet.

Kurs-Nr. 18005

16.03.2024

Samstag, 09:00 - 16:30 Uhr

1 Termin, 10 U-Std., 60,00 € ohne Ermäßigung

Web-Seminar

Helmut Lange



VHS lässt dich wachsen



Stiftung Kinder forschen:

Workshop „Magnetismus – unsichtbare Kräfte entdecken“

NEU

Kinder machen schon früh Alltagserfahrungen mit Magneten - beispielsweise an Spielzeugen, Taschenverschlüssen oder dekorativen Objekten, die wie von Zauberhand am Kühlschrank haften.

Die Fortbildung „Magnetismus – unsichtbare Kräfte entdecken“ bietet Ihnen viele Anregungen, um gemeinsam mit den Kindern in Ihrer Einrichtung erste Grunderfahrungen mit Magneten zu sammeln. Sie entdecken und erforschen Wirkungen und Eigenschaften von Magneten und vertiefen Ihr Wissen über magnetische Anwendungs- und Gestaltungsmöglichkeiten. Gemeinsam mit den anderen Teilnehmenden entwickeln Sie Ideen, wie Sie die Kinder beim Lernen gut unterstützen und begleiten können und tauschen sich über nachhaltige Aspekte in Bezug auf Magnete aus.

Beim Forschen spielt auch das Messen, das Vergleichen und insbesondere das Auswerten von Versuchen eine große Rolle. In der Fortbildung werden Sie daher selbst Versuche entwerfen und durchführen, um damit Ihren eigenen Forschungsfragen nachzugehen. Darauf aufbauend sammeln Sie gemeinsam mit den anderen Teilnehmenden Ideen, wie Sie dies auch mit Kindern umsetzen können.

Die Teilnahme an den Workshops der „Stiftung Kinder forschen“ ist pädagogischen Fachkräften/Lehrenden in Kita, Hort oder Grundschule vorbehalten.

Kurs-Nr. 18140

21.03.2024

Donnerstag, 09:00 - 15:30 Uhr

1 Termin, 7 U-Std., 50,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule N.N.

Kurs-Nr. 18142

Montag, 17.06.2024, 15:00 - 18:30 Uhr

Dienstag, 18.06.2024, 15:00 - 18:30 Uhr

2 Termine, 7 U-Std., 50,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus N.N.

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 131.



VHS für alle: Kursangebote für Menschen mit und ohne Handicap

Die folgenden Kursangebote sind **inklusiv** und finden mit Unterstützung durch die Lebenshilfe Salzgitter statt.

VHS für alle: Traumhaft lecker durch Frühling und Sommer

Wir kochen und backen gemeinsam einfache, aber leckere Gerichte. Gesund und bunt.

Bitte mitbringen:

- Boxen für Reste
- Geschirrhandtuch
- Schürze

In den Gebühren sind bereits alle Kosten (auch für Lebensmittel) enthalten.

Der Kurs richtet sich an Menschen mit und ohne Handicap.

Kurs-Nr. 14021

08.03., 12.04. + 21.06.2024

Freitag, 17:00 - 20:00 Uhr

3 Termine, 12 U-Std., 84,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sabine Stotz

VHS für alle: Mal-Tag Experimente – bunt ist das Leben

– Wochenendseminar –

Kreativ und mit Freude aus dem Vollen schöpfen: Bilder gießen, Bilder malen, Bilder spachteln, Bilder übermalen, fließen und entstehen lassen.

In diesem Workshop lernen Sie verschiedenste Maltechniken in Öl, Acryl und mit trockenen Farben wie Art Pouring kennen. Für Laien und für Könnler, die selten zum kreativen Malen kommen. Empfohlen: unempfindliche Kleidung.

Es entstehen zusätzliche Materialkosten von ca. 15,00 €, welche Sie direkt vor Ort mit der Kursleitung abrechnen. Dieser Kurs ist für Menschen mit und ohne Handicap und findet in Kooperation mit der Lebenshilfe Salzgitter statt.

Kurs-Nr. 23054

25.08.2024

Sonntag, 10:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 9 U-Std., 49,00 € ohne Ermäßigung +

Materialkosten ca. 15,00 €

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Julia Wally Wagne

Recht im Alltag

Gesetzliche Erbfolge – Erstellung von Testamenten

– Vortrag –

Es gibt viele Fragen und Probleme, mit denen wir uns nur ungern beschäftigen - der eigene Todesfall gehört dazu.

Der Vortrag erläutert die gesetzliche Erbfolge und die Möglichkeiten abweichender eigener Gestaltungen durch testamentarische Verfügungen - mit der Möglichkeit zur Beantwortung allgemeiner Fragen. Anmeldung ist erforderlich.

Kurs-Nr. 16025

12.03.2024

Dienstag, 18:30 - 21:00 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 16,50 € ohne Ermäßigung
(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sabine Kintea

Gesetzliche Betreuung – Vorsorgevollmachten – Patientenverfügungen

– Vortrag –

In diesem Vortrag werden die Voraussetzungen und Regelungen der gesetzlichen Betreuung erläutert. Sie erfahren zudem mehr über eigene Vorsorge durch Erteilung von Vollmachten und Errichtung einer Patientenverfügung sowie über Unterschiede und Risiken verschiedener Vollmachten und Verfügungen. Anmeldung ist erforderlich.

Kurs-Nr. 16027

04.06.2024

Dienstag, 18:30 - 20:45 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 16,50 € ohne Ermäßigung
(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sabine Kintea



VHS:
Wissen ist
Macht

Umwelt, Energie und Technik

Klimafit

NEU



Rund um den Globus fordern Menschen ein entschlossenes Handeln für mehr Klimaschutz. Bereits jetzt greift der Klimawandel unübersehbar in unseren Alltag ein. Das stellt uns als Privatpersonen, aber auch unsere Kommunen vor neue Herausforderungen.

Denn die aktuellen Extremwetter-Ereignisse zeigen deutlich: Es verändert sich etwas und es muss gehandelt werden! Klimaschutz und Klimaanpassung sind zentrale Aufgaben der Kommunen. Um diese wahrnehmen zu können, braucht die Kommune Bürgerinnen und Bürger, die sich gemeinschaftlich engagieren, mit den Hintergründen vertraut machen und wissen, wie sie in ihrem persönlichen Umfeld aktiv dem Klimawandel begegnen können.

Hier setzt Klimafit an: An sechs interaktiven Kursabenden werden Sie mit den wissenschaftlichen Grundlagen zum Thema Klimawandel und -schutz vertraut gemacht. Der Fokus liegt auf Veränderungen, die der Klimawandel global, in Deutschland und in Ihrer Region herbeiführt und vermittelt Wissens- und Handlungskompetenz zum Klimawandel vor der Haustür. Darüber hinaus gibt der Kurs Anregungen zum gemeinsamen Handeln im Klimaschutz, begleitet Sie bei konkreten CO2-Einsparungen und bietet die Gelegenheit, sich mit Gleichgesinnten und relevanten Akteur:innen in der Kommune zu vernetzen. Dazu wird im Kurs nicht nur das lokale Klimaschutzmanagement eingebunden, sondern auch Initiativen und Expert/innen aus der Region zum direkten Austausch mit Ihnen eingeladen.

Der WWF Deutschland und der Helmholtz-Forschungsverbund Regionale Klimaänderungen und Mensch (REKLIM) haben diesen Kurs entwickelt. Gefördert wird das Projekt vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz (BMWK) im Rahmen der Nationalen Klimaschutzinitiative. Die erfolgreiche Teilnahme wird am Ende des Kurses mit einem Zertifikat ausgezeichnet.

Bei dieser Veranstaltung arbeiten die VHS Salzgitter und die kvhs Peine gemeinsam mit den jeweiligen kommunalen Klimaschutzmanagements zusammen. Drei Kursabende finden in Salzgitter, ein Termin in Peine und zwei Abende als Online-Veranstaltung statt.

Kurs-Nr. 16030

Mittwoch, 10.04.2024, 18:00 - 21:00 Uhr, VHS Salzgitter

Mittwoch, 24.04.2024, 18:00 - 21:00 Uhr, kvhs Peine

Dienstag, 07.05.2024, 18:00 - 21:00 Uhr, online

Mittwoch, 15.05.2024, 18:00 - 21:00 Uhr, VHS Salzgitter

Dienstag, 28.05.2024, 18:00 - 21:00 Uhr, online

Mittwoch, 05.06.2024, 18:00 - 21:00 Uhr, VHS Salzgitter

6 Termine, 24 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Petra Wassmann

Energie im Haushalt richtig verwenden

– Vortrag –

Hohe Energiepreise treiben vielen die Sorgenfalten auf die Stirn oder lässt um die Existenz bangen. Sogar die Verfügbarkeit von Energie scheint plötzlich nicht mehr sicher. Die Politik ruft zum privaten Energiesparen auf und stößt häufig auf die Empörung der Leute. Aber wie viel bringen diese Energiespartipps? Wie viel kostet ein Duschgang, ein Waschmaschinengang tatsächlich? Ist der Waschlappen eine Geheimwaffe gegen Energieabhängigkeit? Sollten Sie in Pullover und Wollsocken investieren? Hier erfahren Sie es... Anmeldung ist erforderlich.

Kurs-Nr. 16032

15.02.2024

Donnerstag, 18:30 - 20:45 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Jan Holzenbecher

Kurs-Nr. 16033

20.02.2024

Dienstag, 18:30 - 20:45 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Jan Holzenbecher

Die Photovoltaikanlage – steuerliche Aspekte

Viele Menschen nutzen bereits die Sonnenenergie zur Produktion von eigenem und sauberem Strom. Doch um diese klimaschonende Energiegewinnung so nutzen zu können, dass es steuerlich keine bösen Überraschungen gibt, sind einige spezifische Aspekte zu beachten. Bedingt durch unsere Gesetzgebung sind einige Formalien zu erfüllen, damit die Stromerzeugung kein Abenteuer im Dschungel des Formalismus wird.

Dieser Vortrag gibt einen Überblick, welche steuerlichen Aspekte bei Anschaffung und Betreiben einer Photovoltaikanlage zu beachten sind. Beleuchtet werden dabei unter anderen die unterschiedlichen Gesetzeslagen der Jahre bis 2022 und ab 2023.

Kurs-Nr. 16038

05.03.2024

Dienstag, 18:30 - 20:45 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Matthias Wegner





Kurse in Kooperation mit dem Naturschutzbund Salzgitter



Wildnis-Overnight – Übernachtung im Wald

– Wochenendseminar –

Wir treffen uns am Nachmittag und errichten gemeinsam unser Schlaflager in der geschützten Wildnis des NABU-Geländes. Ob im Wald in einer selbst gebauten Hütte, in einem Zelt, unter einer Plane oder in einer Hängematte genächtigt werden möchte, ist jedem Teilnehmenden selbst überlassen. Gemeinsam erlernen wir die Kunst des Feuermachens und kochen ein leckeres Essen über dem Lagerfeuer. Sobald es dunkel ist, schärfen wir unsere Sinne und erfahren uns mit Hilfe spannender und unterhaltsamer Übungen selbst im nächtlichen Wald. Am kommenden Morgen widmen wir uns nach einem stärkenden Frühstück gern noch allen offenen Fragen rund um das Leben mit und in der Natur. Nach Absprache stellen die beiden erfahrenen Bushcrafter-Kursleiter gern Materialien zur Übernachtung zur Verfügung.

Bitte tragen Sie wettergerechte Kleidung und Schuhe und bringen Ihre eigene Verpflegung sowie Teller, Becher und Essbesteck mit.

Kursort: Biologische Station NABU, Siebenbürgener Str., Salzgitter-Lebenstedt

Kurs-Nr. 16042

Samstag, 04.05.2024, 16:00 Uhr - Sonntag,
05.05.2024, 11:00 Uhr

2 Termine, 11 U-Std., 46,00 € ohne Ermäßigung +
Materialkosten von ca. 15,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU
Salzgitter, Siebenbürgener Straße

Marc Hatzenbiler, Andre Kankowsky

Kurs-Nr. 16044

Samstag, 08.06.2024, 16:00 -
Sonntag, 09.06.2024, 11:00 Uhr

2 Termine, 11 U-Std., 46,00 € ohne Ermäßigung +
Materialkosten von ca. 15,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU
Salzgitter, Siebenbürgener Straße

Marc Hatzenbiler, Andre Kankowsky

Survivaltraining – Selbsterfahrung in der Natur

in Zusammenarbeit mit dem NABU

Auf der vielseitigen NABU-Station und in ihrem Umkreis lernen wir die wichtigsten Überlebenstechniken und unser Selbst kennen. Auf unserem Streifzug tauchen wir in verschiedene Orientierungsmethoden ein, überlegen, wie wir an sauberes Trinkwasser gelangen können, errichten ein sicheres Lager aus Laubhütten für unsere Mittagspause, lesen und verfolgen Tierspuren und erproben Schleich- und Tarntechniken. Unser Training endet mit der Kunst des Feuermachens, einer gemütlichen Runde am Lagerfeuer und einer Reflexion über die Erfahrungen des Tages.

Bitte tragen Sie wettergerechte Kleidung und Schuhe und bringen Sie eigene Verpflegung mit.

Kurs-Nr. 16046

21.04.2024

Sonntag, 10:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 10 U-Std., 42,00 € ohne Ermäßigung

Materialkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU
Salzgitter, Siebenbürgener Straße

Marc Hatzenbiler, Andre Kankowsky

Survivaltraining – für taffe Eltern und mutige Kids

Grundkurs

Dieser besondere Abenteuertag ist für taffe Eltern konzipiert, die Lust haben, gemeinsam mit ihrem Kind/ ihren Kindern die Natur auf spannende Art zu entdecken und sich neuen Herausforderungen zu stellen. Sowohl beim gemeinsamen Lagerbau, dem Errichten eines eigenen Feuers, lösen von Orientierungsaufgaben oder beim Spurenlesen wird das Vertrauen in die gegenseitige Beziehung gestärkt. Ein Tag, der euch als gemeinsames Highlight immer in Erinnerung bleiben wird!

Bitte auf wettergerechte Kleidung und Schuhe achten und eigene Verpflegung mitbringen.

Kurs-Nr. 16048

07.04.2024

Sonntag, 10:00 - 16:00 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 65,00 € ohne Ermäßigung

Materialkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Die Gebühr wird für ein Elternteil plus ein Kind berechnet. Für jedes weitere Kind werden 32,00 € berechnet. Bitte kontaktieren Sie uns wegen der Anmeldung und Abrechnung bei diesen zusätzlichen Anmeldungen.

Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU

Salzgitter, Siebenbürgener Straße

Marc Hatzenbiler, Andre Kankowsky

Kurs-Nr. 16049

26.05.2024

Sonntag, 10:00 - 16:00 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 80,00 € ohne Ermäßigung

Materialkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Die Gebühr wird für ein Elternteil plus ein Kind berechnet. Für jedes weitere Kind werden 32,00 € berechnet.

Bitte kontaktieren Sie uns wegen der Anmeldung und Abrechnung bei diesen zusätzlichen Anmeldungen.

Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU

Salzgitter, Siebenbürgener Straße

Marc Hatzenbiler, Andre Kankowsky



VHS:
Treffpunkt der
Gleichgesinnten

Wirtschaft

Von der Depoteröffnung bis zum ersten Wertpapierkauf

Viele Menschen arbeiten 40 Jahre lang 40 Stunden pro Woche und haben später in der Rente 40 Prozent weniger Einkommen, während in der Zwischenzeit die Inflation ihre Ersparnisse reduziert.

Dieser Kurs zeigt denjenigen Anlegern Lösungsansätze, die selbst und eigenverantwortlich über ihren Vermögensaufbau entscheiden und die Kontrolle über ihre Geldanlage nicht aus der Hand geben möchten. Er richtet sich an Einsteiger/innen und an Anleger/innen, die mehr Rendite bei vertretbarem Risiko erzielen wollen.

Sie lernen die Chancen und die Risiken beim Investieren an der Börse kennen. Sie erfahren, von welchen gängigen Vorurteilen über die Börsen Sie sich nicht ausbremsen lassen sollten, worauf es bei der Depoteröffnung ankommt, welche Fehler Sie beim Wertpapierhandel unbedingt vermeiden müssen und wie Sie zu den Gewinnern an der Börse gehören. Im Rahmen des Kurses erhalten Sie umfangreiches Schulungsmaterial. Mit dem Kurs ist keine Anlageberatung verbunden.

Kurs-Nr. 17022

04.04.2024 - 25.04.2024

Donnerstag, 18:00 - 20:00 Uhr

4 Termine, 10 U-Std., 66,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Nils-Peter Hoffmann

Existenzgründung – erfolgreich in die Selbstständigkeit NEU

Beim Start in die Selbstständigkeit gibt es zahlreiche Abläufe, Gesetze und Regeln zu beachten und ständig erscheinen neue Informationen. Damit Sie den Überblick behalten, stellen wir Ihnen die wichtigsten Schritte auf dem Weg in die Selbstständigkeit dar. Von der ersten Idee über die Planung und Finanzierung bis hin zum Start der Umsetzung.

Dieses Seminar bietet Ihnen einen kompakten Überblick zu den wichtigsten Themen rund um Gründung und Selbstständigkeit.

- Buchführung, Steuern
- Rechtsformen, rechtliche Aspekte
- Versicherungen / Sozialversicherungen (privat und betrieblich)
- Steuern
- Businessplan
- Finanzierung, Förderung
- Marketing, Werbung
- Fahrplan in die Selbstständigkeit

Es bietet die Möglichkeit, sich auf dem Weg in die Selbstständigkeit mit genügend Informationen zu versorgen, damit das Abenteuer Unternehmen planvoll und solide startet.

Kurs-Nr. 17024

09.03.2024

Samstag, 09:00 - 15:00 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 49,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Matthias Wegner

Steigende Zinsen: Hauskaufformel – wie viel Haus kann ich mir überhaupt noch leisten?

– Online-Vortrag –

Haben Sie sich das auch schon einmal gefragt? Viele fühlen sich beim Hauskauf überfordert. Laut einer Umfrage* ordnete die große Mehrheit der befragten Mieter ihr Wissen über den Immobilienkauf nur als befriedigend und gar nicht vorhanden ein. Nicht nur Mieten, auch andere Kosten steigen unaufhörlich. Taugt die eigene Immobilie als Altersvorsorge? In diesem Praxiskurs erfahren Sie, wie Sie in 5 kinderleichten Schritten in Ihr Eigenheim kommen: Wie und wo fange ich an? Wie viel Haus kann ich mir leisten? Wie viel Eigenkapital brauche ich wirklich? Am Ende des Seminars kennen Sie „alle“ Fallen und halten die praxiserprobte „12-Punkte-Risiko-Checkliste“ in Händen, die Sie vor verhängnisvollen und teuren Fehlern schützt und Sie Ihrem Haus näher bringt.

*Union West

Sie erhalten den Zoom-Link vor der Veranstaltung zugeschickt.

Anmeldeschluss: 24.02.2024

Kurs-Nr. 17025

26.02.2024 - 11.03.2024

Montag, 19:00 - 21:00 Uhr

3 Termine, 8 U-Std., 59,50 € ohne Ermäßigung
(inkl. 19 % Umsatzsteuer)
Zoom
Ralf Schütt

Fortbildungen für Dozentinnen und Dozenten

Lehren lernen

In Zusammenarbeit mit der Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung (AEWB) bietet die Volkshochschule Salzgitter Seminare aus dem Modulsystem „Lehren lernen“ an. Dieses System ermöglicht eine Fortbildung, die modernen Lernwünschen und Forderungen nach einer stärkeren Berücksichtigung selbstorganisierter Lernprozesse entspricht. Es ist geeignet für Kursleiterinnen und Kursleiter aus allen Programmbereichen, für Einsteiger/innen und erfahrenen Pädagogen und Pädagoginnen. Die Gebühr pro Seminar beträgt einheitlich 29,00 € ohne Verpflegung.

In vier Modulen und dem Lehrtraining der kollegialen Beratung erlernen (zukünftige) Lehrende die pädagogischen und didaktischen Aspekte einer erfolgreichen Lehrtätigkeit:

Modul 1: Lernen und die Lernenden (8 UStd.)

Modul 2: Die Rolle des/der Lehrenden (8 UStd.)

Modul 3: Soziale Interaktion im Kurs (8 UStd.)

Modul 4: Didaktik und Methodik der Bildungsarbeit (16 UStd.)

Abschluss und ggf. Zertifikat: Lehrtraining/ Kollegiale Beratung (16 UStd.)

Wie bisher auch können die Module sowohl einzeln als auch gebündelt in einem Kompaktseminar (Bildungsurlaub, 40 UStd.) besucht werden.

Das Lernen und die Lernenden

Modulsystem „Lehren lernen“ Modul 1

Wie lernen Erwachsene? Welche Voraussetzungen und Erwartungen bringen sie mit? Was beeinflusst erfolgreiches Lernen? Und was bedeutet das für mich als Kursleiter/-in? In diesem Modul geht es um die theoretischen Grundlagen zum Thema Lernen in der Erwachsenenbildung. Auf Basis dieses Wissens können Sie als Kursleitung die Bedürfnisse Ihrer Teilnehmenden besser einschätzen.

Das erste Modul der Grundqualifikation „Lehren lernen“ vermittelt die theoretische Basis für die Module 2, 3 und 4. Es ist deshalb empfehlenswert, mit diesem Modul zu beginnen.

Kurs-Nr. 18014

02.11.2024

Samstag, 10:00 - 17:00 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 29,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
N.N.

Die Rolle des/der Lehrenden

Modulsystem „Lehren lernen“ Modul 2

Wer bin ich, wenn ich Kurse leite? Was zeichnet eine/n gute/n Kursleiter/in aus? Was kann ich gut? Was will ich verbessern? In diesem Modul beobachten und hinterfragen Sie Ihr Auftreten und Ihr Selbstverständnis als Kursleitung. Sie erfahren, welchen Einfluss die Beziehung zwischen Kursleitung und Teilnehmenden auf einen erfolgreichen Lernprozess hat und wie Sie diese gestalten können. Sie gewinnen Impulse für Ihre eigene Entwicklung als Lehrende/r.

Darüber hinaus verorten Sie Ihre Lehrtätigkeit innerhalb der Struktur und den Aufgaben der niedersächsischen Erwachsenenbildung.

Kurs-Nr. 18015

17.02.2024

Samstag, 10:00 - 17:00 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 29,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
N.N.

Kurs-Nr. 18016

14.12.2024

Samstag, 10:00 - 17:00 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 29,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
N.N.

Soziale Interaktionen im Kurs

Modulsystem „Lehren lernen“ Modul 3

Gruppen sind dynamisch. Doch was bedeutet das? Wie kann ich als Kursleitung eine Gruppe begleiten und fördern? Und wie gehe ich mit Konflikten im Kurs um? In dieser Fortbildung lernen Sie, wie Sie Gruppen unter Berücksichtigung ihrer Bedürfnisse führen können. Sie erlernen, Gruppenprozesse zu erkennen und sind in der Lage, diese zu moderieren und zu begleiten.

Kurs-Nr. 18018

06.04.2024

Samstag, 10:00 - 17:00 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 29,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
N.N.



Didaktik und Methodik der Bildungsarbeit

Modulsystem „Lehren lernen“ Modul 4:

Wie strukturiere ich meinen Kurs? Welche Methoden gibt es? Und welche sind gut? Wie finde ich nach dem Kurs heraus, was gut lief und was nicht? Und nicht zuletzt: Was zeichnet einen guten Ankündigungstext aus? In diesem Modul steht die konkrete didaktische und methodische Planung Ihres Kurses im Mittelpunkt. Die Basis dafür wurde in den Modulen 1, 2 und 3 geschaffen. Ihnen wird praxisnah vermittelt, wie Sie ein Kurskonzept für Ihren Kurs aufstellen, das sich an Lernzielen orientiert und didaktische Kriterien berücksichtigt. Nicht zuletzt lernen Sie einige Methoden kennen und erfahren, was bei der Auswahl von Methoden und Medien wichtig ist. Ist der Kurs zu Ende, möchten Sie als Lehrende/-r natürlich eine Rückmeldung von den Teilnehmenden erhalten: Dazu werden Methoden für die (Selbst-) Evaluation thematisiert.

- Lernzielorientierte Kursplanung nach didaktischen Kriterien
- Auswahl und Einsatz aktivierender Methoden
- Selbst- und Fremdevaluation
- Impulse für einen ansprechenden Ankündigungstext

Kurs-Nr. 18019

Samstag, 08.06.2024, 10:00 - 18:00 Uhr
 Sonntag, 09.06.2024, 09:00 - 16:00 Uhr
 2 Termine, 16 U-Std., 58,00 €
 Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
 Helga Barbara Gundlach

Dozent/innenkonferenz

Alle Kursleiterinnen und Kursleiter, die an der Volkshochschule Salzgitter unterrichten, sind herzlich zu einer Dozent/innenkonferenz eingeladen. Bitte unbedingt vorher online oder per Mail anmelden.

Kurs-Nr. 18051

07.02.2023
 Mittwoch, 16:30 - 18:45 Uhr
 1 Termin, 3 U-Std., gebührenfrei
 Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
 Sabine Minkus

Keine Angst vor Bildung –
 Wir holen Dich ab!

Politik, Umwelt und Gesellschaft online

Abschied von der Öffentlichkeit



– Online-Vortrag –

Verstärkt durch die fundamentalen Krisen der letzten Jahre gibt es eine Erosion des öffentlichen Raums als Ort der Kommunikation und des Gesprächs, aber auch der wirtschaftlichen Geschäfts- und Austauschbeziehungen.

Der öffentliche Raum war immer beides: Agora und Markt. Wenn wir uns aber alle immer weiter ins Private zurückziehen, stehen unsere politischen, sozialen und wirtschaftlichen Strukturen zur Disposition.

Doch wie kann der öffentliche Raum neu bestimmt und damit auch die moderne Demokratie zukünftig gesichert werden?

Kurs-Nr. 19010

29.01.2024
 Montag, 19:30 - 21:00 Uhr
 1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei
 Prof. Dr. Michael Hüther

Der Tiber und die ewige Stadt



– Online-Vortrag –

Über Jahrtausende war der Tiber Roms Schicksalsfluss. Als Gott verehrt und als Geißel gefürchtet, bestimmte er das Leben der Ewigen Stadt. An seinen Ufern erhoben sich Kirchenstaat und Ghetto, Prunkpaläste und Armenhäuser, hier wurde gekämpft, gelitten, gefeiert – und Geschichte geschrieben. Der Tiber hielt das tägliche Leben in Gang, vom Getreide bis zum Marmor-Obelisk wurde auf ihm alles transportiert. Sein Wasser stillte den Durst der Stadt, trieb Mühlräder an, seine Fischgründe machten die Kirche reich. Ein Fluss voller Grandezza, Schrecken und Wunder.

Kurs-Nr. 19015

05.02.2024
 Montag, 19:30 - 21:00 Uhr
 1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei
 Birgit Schönau

Warum Fachleute und Laien Risiken häufig ganz unterschiedlich bewerten



– Online-Vortrag –

Im Falle von technologischen Risiken, Naturkatastrophen oder auch bei einer Pandemie kommt es immer wieder vor, dass Fachleute und Laien Risiken vollkommen unterschiedlich bewerten.

Die Folge ist nicht selten, dass Bürgerinnen und Bürger sich anders verhalten als die Fachleute sich dies wünschen. Woran kann das liegen?

Dieser Vortrag weist mögliche Ursachen auf und beschäftigt sich mit der Frage, wie man die Kluft überwinden könnte.

Kurs-Nr. 19020

20.02.2024
 Dienstag, 19:30 - 21:00 Uhr
 1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei
 Prof. Dr. Ralph Hertwig

Afrika! Rückblicke in die Zukunft eines Kontinents



– Online-Vortrag –

Wo steht Afrika heute, was wird die Zukunft bringen? Trotz Armut und grassierender Korruption birgt Afrika gewaltige Potenziale: Es ist der rohstoffreichste Kontinent der Erde mit einem großen Reservoir an ungenutztem Agrarland. Und es hat eine junge, schnell wachsende Bevölkerung. Zudem eröffnet die digitale Revolution neue Horizonte. Zwar hat China überall seine Finger im Spiel, doch es kann afrikanische Lösungen geben für die afrikanischen Probleme, etwa durch die Rückbesinnung auf umweltschonende Produktionsformen und wirtschaftliche Alternativen zur westlichen Wachstumsreligion. Kann eine »zivilisatorische Wende« zur Rettung unseres Planeten von Afrika ausgehen?

Kurs-Nr. 19025

25.02.2024
 Sonntag, 19:30 - 21:00 Uhr
 1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei
 Bartholomäus Drill

Wie gestalten wir lebenswerte Städte von morgen?



– Online-Vortrag –

Weltweit leben immer mehr Menschen in Städten. In Deutschland leben schon heute drei von vier Bewohnern (77 Prozent) in Städten und ihren urbanen Nahbereichen, im Jahr 2050 werden es voraussichtlich deutlich über 80 Prozent sein.

Städtebauliche Strukturen beeinflussen maßgeblich die Art und Weise, wie wir uns fortbewegen.

Eine Veränderung des Mobilitätsverhaltens, der Stadtplanung und technologische Innovationen müssen dabei Hand in Hand gehen, um erweiterte Mobilitätsoptionen und eine neue Mobilitätskultur zu entwickeln. Wie lassen sich echte Wahlmöglichkeiten schaffen und Stadträume hin zu vielfältig nutzbaren Lebensräumen entwickeln? Denn urbane Flächen haben nicht nur einen Einfluss auf Klima und Nachhaltigkeit, sondern erfüllen auch Aspekte der sozialen Gerechtigkeit.

Kurs-Nr. 19030

27.02.2024
 Dienstag, 19:30 - 21:00 Uhr
 1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei
 Dr. Klaus J. Beckmann



Geschichte und Zukunft der Mode



– Online-Vortrag –

Befindet sich das System der „schnellen“ Mode, wie es im zwanzigsten Jahrhundert entstanden ist, in einer tiefen Krise?

Die Mode ist ein starker Motor für ökologische und wirtschaftliche Ungleichheiten in der Welt. Das macht die Diskussion über die Vergangenheit und Zukunft der Mode zu einer dringenden Aufgabe.

Eine Betrachtung der Mode als globale Geschichte seit dem Mittelalter zeigt, wie wir über neue ökologische und ästhetische Zukünfte nachdenken können.

Kurs-Nr. 19035

05.03.2024

Dienstag, 19:30 - 21:00 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei

Prof. Dr. Ulinka Rublack

Donald Trump und der Populismus in den USA



– Online-Vortrag –

Donald Trump wird immer wieder als Populist bezeichnet. Dabei ist eigentlich gar nicht klar, was dieser Begriff konkret bedeutet. Im aktuellen Sprachgebrauch werden damit unterschiedslos komplett divergierende politische Haltungen umschrieben. In den USA gab es allerdings um 1900 eine Bewegung, die sich selbst als populistisch bezeichnete und die gerne als Vorbild sämtlicher gegenwärtiger Populisten bezeichnet wird. Der Vortrag geht der Frage nach, ob dies berechtigt ist, oder ob Trump nicht vielmehr ein politisches Phänomen darstellt, das mit dem traditionellen Populismus wenig bis gar nichts mehr zu tun hat.

Michael Hochgeschwender ist Professor für Nordamerikanische Kulturgeschichte, Empirische Kulturforschung und Kulturanthropologie an der LMU

Kurs-Nr. 19040

10.03.2024

Sonntag, 19:30 - 21:00 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei

Prof. Dr. Michael Hochgeschwender



Klimawandel und Wetterkatastrophen: Wie verändern sich Schadenwahrscheinlichkeiten und wie gehen wir damit um?



– Online-Vortrag –

Die mittlere Temperatur auf der Erde (Atmosphäre und Ozeane) hat sich in den letzten 100 Jahren um rund 1,2 Grad erhöht. Dieser Temperaturanstieg erscheint zunächst klein.

Relevanter für die Auswirkungen auf gesundheitliche und wirtschaftliche Risiken ist der Einfluss der Erwärmung auf die Wahrscheinlichkeit von Extremereignissen.

So liegen inzwischen die jährlichen versicherten Schäden aus Wetterkatastrophen weltweit bei über 100 Mrd. Euro – mit steigender Tendenz.

In Deutschland hat die Assekuranz beispielsweise für die Überschwemmung im Ahrtal mehr als 8 Mrd. Euro bezahlt, und damit rund viel Mal so viel wie für das nun zweit teuerste Schadenereignis - das Hochwasser an Elbe, Saale und Donau 2013. Munich Re Analysen von Schadenzeitreihen aus Unwetterereignissen liefern Indizien dafür, dass neben sozioökonomischen Faktoren als Haupttreiber für zunehmende Schäden bereits heute zunehmende Wetterextreme eine Rolle spielen.

Um dieser Entwicklung entgegenzuwirken geht der Vortrag auf Handlungsoptionen ein, die aus der (Rück-)versicherungsperspektive auf verschiedenen Entscheidungsebenen und Zeitskalen den zunehmenden Schäden aus Wetterkatastrophen entgegenwirken.

Kurs-Nr. 19045

12.03.2024

Dienstag, 19:30 - 21:00 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei

Dr. Ernst Rauch

Die multiplen Krisen der Gegenwart



– Online-Vortrag –

Der Journalist Gustav Seibt hat in den letzten Jahren in Essays für die «Süddeutsche Zeitung» die multiplen Krisen der Gegenwart präzise analysiert. In dieser Veranstaltung wird er einige dieser Essays vorstellen und durch historische Betrachtungen oder Vergleiche aufzeigen, was gerade geschieht oder auf dem Spiel steht.

Kurs-Nr. 19050

20.03.2024

Mittwoch, 19:30 - 21:00 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei

Gustav Seibt

Tito – der ewige Partisan



– Online-Vortrag –

Josip Broz Tito war Visionär und Pragmatiker, Stratege und Macher. Im Zweiten Weltkrieg befreite er Jugoslawien mit seinen Partisanen aus eigener Kraft von der deutschen Besatzung. Es war die Rolle, in der er ganz bei sich war und die seine langjährige Herrschaft legitimierte.

Ohne den ewigen Partisanen hätte es Jugoslawien nach dem Zweiten Weltkrieg wahrscheinlich nicht mehr gegeben. Doch Titos Jugoslawien überlebte seinen Schöpfer kaum eine Dekade, und es folgte ein Gewaltausbruch, wie ihn Europa seit dem Zweiten Weltkrieg nicht mehr erlebt hatte. Bei seinem Tod galt er als ein international anerkannter Staatsmann. Heute halten ihn viele für einen brutalen Diktator. Doch was war er wirklich?

Marie-Janine Calic lässt die historische Person hinter den Legenden sichtbar werden und erzählt die Geschichte eines abenteuerlichen Lebens, in dem sich Aufstieg und Fall Jugoslawiens spiegeln.

Kurs-Nr. 19055

24.03.2024

Sonntag, 19:30 - 21:00 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei

Prof. Dr. Marie-Janine Calic

Ein Zoo im 21. Jahrhundert: Die Rolle von Zoos im Bereich Artenschutz, Bildung und Nachhaltigkeit



– Online-Vortrag –

Zoos im 21. Jahrhundert sind kein Selbstzweck, sondern sie sind generationsübergreifende Bildungsstätte, moderne Arche Noah für bedrohte Tierarten und gleichermaßen Orte des Natur- und Artenschutzes.

Sie sind darüber hinaus ein wichtiger Partner im internationalen Artenschutz.

In diesem Zusammenhang stellen sich Fragen rund um „Wie organisieren Zoos die internationale Zusammenarbeit bei den Zuchtbemühungen?“, „Wie erfolgt die Unterstützung von Artenschutzprogrammen weltweit?“ und „Wo ist der Zoo Leipzig aktiv?“.

Anhand konkreter Beispiele und globaler Zahlen und Trends gibt der Vortrag Einblick in die Arbeit moderner Zoos und ihren Auftrag für Bildung und den Erhalt der biologischen Vielfalt auf unserem Planeten.

Kurs-Nr. 19060

10.04.2024

Mittwoch, 19:30 - 21:00 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei

Prof. Dr. Junhold

Man ist alt
wie ein Haus
und lernt nie aus.



VHS: in Balance bleiben



Philosophie in der islamischen Welt



– Online-Vortrag –

Dieser Vortrag thematisiert eine wichtige und oft unterschätzte Tradition der Geschichte der Philosophie, nämlich die Philosophie in der islamischen Welt.

Die chronologischen und geographischen Grenzen dieser Tradition werden skizziert, mit einem Überblick der Verbindung zwischen arabischsprachiger und altgriechischer Philosophie.

Schließlich werden einige zentrale Ideen des wichtigsten islamischen Philosophen Ibn Sina (Avicenna, gest. 1037) besprochen.

Kurs-Nr. 19065

14.04.2024

Sonntag, 19:30 - 21:00 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei

Prof. Dr. Peter Adamson

Antisemitismus: Eine deutsche Geschichte



– Online-Vortrag –

Der Anschlag auf die Synagoge in Halle 2019 hat nicht nur gezeigt, wie gefährlich die Lage für Juden in Deutschland geworden ist – die Debatte hat auch offengelegt, dass antijüdische Einstellungen schon lange in der Mitte der Gesellschaft existieren. Peter Longerich zeigt in seinem Vortrag, dass wir den gegenwärtigen Antisemitismus in Deutschland nicht begreifen können, wenn wir ihn vor allem als Sündenbock-Phänomen verstehen, wie es hierzulande in Schule und Hochschule gelehrt wird. Denn der Blick in die Geschichte offenbart, dass das Verhältnis zum Judentum bis heute vor allem ein Spiegel des deutschen Selbstbildes und der Suche nach nationaler Identität geblieben ist.

Kurs-Nr. 19070

18.04.2024

Donnerstag, 19:30 - 21:00 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei

Prof. Dr. Peter Longerich

Verbreitung und Zustand der Moore in Deutschland, Europa und weltweit



– Online-Vortrag –

Im Vortrag werden Moore in Deutschland, Europa und weltweit vorgestellt und ihre wichtige Rolle für Klima, Wasserhaushalt und die biologische Vielfalt – und damit für uns Menschen – erklärt.

Daran anschließend werden Beispiele für die praktische Umsetzung für Moorschutz und zukunftsfähige, nachhaltige Moornutzung vorgestellt.

Kurs-Nr. 19075

25.04.2024

Donnerstag, 19:30 - 21:00 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei

Dr. Franziska Tanneberger

Das Geld und der Staat. Historische und aktuelle Perspektiven zur Unabhängigkeit der Zentralbanken



– Online-Vortrag –

Die Macht und der Handlungsspielraum der Zentralbanken haben in den Jahren seit der globalen Finanzkrise von 2008 enorm zugenommen.

Auch die Rückkehr der hohen Inflation stellt eine neue Herausforderung für diese Institutionen dar. Sind sie zu mächtig und zu unabhängig von den Regierungen geworden oder sind sie ihnen im Gegenteil zu stark untergeordnet?

Die Wirtschaftshistoriker Harold James und Eric Monnet erörtern, ob und wie die Geschichte Licht auf diese drängenden politischen und wirtschaftlichen Fragen werfen kann.

Kurs-Nr. 19080

29.04.2024

Montag, 19:30 - 21:00 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei

Prof. Dr. Harold James

Zeitenwende im Indopazifik: Der Kollisionskurs zwischen China und den USA



– Online-Vortrag –

Während die Welt gebannt auf die Ukraine schaut, formiert sich viele tausend Kilometer entfernt ein noch viel größerer Konflikt – China und die USA sind im Indopazifik auf Kollisionskurs. Im neuen Epizentrum der globalisierten Weltwirtschaft entscheidet sich, wer im 21. Jahrhundert tonangebend sein wird, der kapitalistisch-demokratische Westen oder das staatskapitalistisch-autokratische Regime Chinas. Die Insel Taiwan, auf die China Anspruch erhebt, ist der Dominostein, dessen Fall die ganze Sicherheitsarchitektur Asiens zum Einsturz bringen würde. Im Vortrag werden die Ursachen und der Verlauf des Konfliktes sowie die sehr unterschiedlichen Interessen der beteiligten Akteure analysiert.

Kurs-Nr. 19085

02.05.2024

Donnerstag, 19:30 - 21:00 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei

Matthias Nass

Gewalt: Die dunkle Seite der Antike



– Online-Vortrag –

In der Rückschau erscheint uns die Antike oft als helle, aufgeklärte Epoche, ein Lichtblick der Menschheitsgeschichte. Dabei vergessen wir jedoch, dass auch die antiken Hochkulturen von Gewalt durchdrungen waren, dass ihre Zeugnisse in Bild und Schrift von Schlachten, Morden und Misshandlungen sprechen.

Im Mittelpunkt dieses Vortrages stehen daher nicht edle Körper, die strahlende Marmorarchitektur und die literarische Hochkultur, sondern die schrecklichen Gewaltexzesse, die diese Epoche ebenfalls prägten. Wie grausam regierten die Herrscher der Antike? Wie und zu welchem Zweck wurde Gewalt dargestellt? Welche Schlüsse müssen wir aus den blutrünstigen Überlieferungen des Altertums ziehen?

Kurs-Nr. 19090

12.05.2024

Sonntag, 19:30 - 21:00 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei

Prof. Dr. Martin Zimmermann

Demokratie – Warum wir Experten (nicht) vertrauen



– Online-Vortrag –

Expertise und Wissenschaft sind sowohl für die Gestaltung des privaten als auch des öffentlichen Lebens heute von größerer Bedeutung als je zuvor.

Gleichzeitig wird Expertise und Wissenschaft vermehrt attackiert und verliert ihren Status als politisch neutrale Instanz. Die Rede von „alternativen Wahrheiten“ oder der Versuch Wissenschaftlerinnen als Erfüllungshelfen einer korrupten politischen Klasse zu porträtieren sind nur zwei Beispiele dafür. Hinter dieser Entwicklung steht die Infragestellung eines „liberalen Wahrheitsregimes“, dessen Funktionsweise soziologisch beschrieben werden kann und auf der Idee der regulativen Wahrheit beruht. Es ist dieses Wahrheitsregime, das insbesondere auch von den autoritär-populistischen Parteien vielerorts angegriffen wird. Dahinter verbirgt sich aber auch ein Angriff auf die Demokratie, die ohne das liberale Wahrheitsregime kaum gedacht werden kann.

Kurs-Nr. 19095

03.06.2024

Montag, 19:30 - 21:00 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei

Prof. Dr. Michael Zürn

Die neue Astronomieära des James-Webb-Weltraumteleskops



– Online-Vortrag –

An Weihnachten 2021 wurde das neue Flaggschiff der Astronomie gestartet: das James Webb Space Telescope (JWST). Das Infrarotobservatorium ist 1,5 Millionen Kilometer von der Erde entfernt und mit seinem 6,5-Meter-Spiegel das aktuell größte satellitengestützte Teleskop.

Die ersten wissenschaftlichen Bilder wurden im Sommer 2022 veröffentlicht. Seither versetzt uns das Superinstrument mit atemberaubenden Bildern und faszinierenden Erkenntnissen immer wieder in Staunen. Es beflügelt das Erforschen von Exoplaneten, Sternen und Galaxien.

Im Vortrag werden die aktuellen Highlights des JWST vorgestellt.

Kurs-Nr. 19100

14.06.2024

Freitag, 19:30 - 21:00 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., gebührenfrei

Dr. Andreas Müller

Keine Angst
vor Bildung –
Wir holen Dich ab!



25. Festival der Klesmer & Weltmusik

24. – 26. Mai 2024

Salzgitter-Bad

Klesmerplatz /
Altstadt

Musik zwischen Tradition und Innovation



Festival



Reisen erweitert den Horizont!

Schon die alten Universalgelehrten schätzten den Ausflug in die Fremde, denn sie wussten: Reisen bildet – und wer daheim bleibt, dem entgeht die Welt.

In diesem Sinne möchte die Städtische Volkshochschule Salzgitter Sie dazu einladen, auf ausgewählten Studienreisen Neuland zu erkunden und Ihr persönliches Wissen zu erweitern. Unter erfahrener Leitung lernen Sie Land und Leute, ihre Sprache sowie Kunst und Kultur an Originalschauplätzen kennen.

Um Ihnen ein Spektrum wohlorganisierter Bildungsreisen präsentieren zu können, arbeitet die VHS mit renommierten Reiseunternehmen zusammen, die ihre Veranstaltungen direkt über dieses Portal anbieten.

Reisen mit der VHS

42 Kurzreisen

42 Studienreisen

Fachbereichsleitung und Beratung: Studienreisen

Antje Behre
Telefon 0 53 41 / 839-22 23
antje.behre@stadt.salzgitter.de

Foto: Bernd Hundertmark



Kurzreisen

Sardiniens Wildkräuter

An der unberührten Seite Sardiniens, der Costa Verde, können Sie mit einer Sardin Wildkräuter entdecken, gemeinsam sammeln und weiterverarbeiten. Im Februar können Sie dort z. B. Wilden Spargel finden und im November Myrthenlikör zubereiten oder wilde Fenchelsamen zum Tee sammeln.

Zeitraum und Preis werden individuell vereinbart. Interessierte melden sich bitte bei Silvana Reupke, E-Mail: zuradili@gmx.de

Kurs-Nr. 45400

30.05.1901

DonnerstagGebühr und Termine auf Nachfrage

Sardinien, Torre dei Corsari

Silvana Reupke

Studienreisen

Studienreise: Albanien im Mai

NEU

Noch unentdeckt vom Massentourismus bietet Albanien, die Perle des Balkans, ein Paradies für Reisende. Das Land mit seiner langen wechselvollen Geschichte von der Antike bis heute ist das Land im Südosten Europas für viele Reisende noch ein fehlender Mosaikstein. Historische Städte, weitläufige Strände, unberührte Nationalparks und eine reiche Kultur mit antiken Ausgrabungsstätten erwarten die Gäste. Albanien - ein echter Geheimtipp, den es zu entdecken gilt.

Start der Tour ist in der Hauptstadt Tirana. Es folgen das historische Kruja mit dem Skanerbeg Museum, dem Nationalhelden Albaniens, und die Hafenstadt Durrës an der Adria. Andere Stationen werden sein die Ausgrabungen von Apollonia, der Llogara Nationalpark, die albanische Riviera, die Grabungsstätte Butrint, die Kulturmetropole Korca, die Bergwelt und natürlich Ohrid, das „Jerusalem des Balkans“ mit dem gleichnamigen See.

Der Reisepreis beträgt ab 12 Personen 1599,00 €, ab 15 Personen 1499,00 € (Einzelzimmerzuschlag 235,00 €). Hin- und Rückflug erfolgen mit der Luft Hansa ab Hannover und die Rundfahrt in modernen Reisebussen. Die Unterbringung ist in 3- bis 4-Sterne-Hotels mit Halbpension (Frühstück und Abendessen).

Ansprechpartnerin VHS Salzgitter:
Antje Behre
Telefon: 0 53 41 / 839-22 23
E-Mail: antje.behre@stadt.salzgitter.de

Reiseleiter Norbert Uhde ist telefonisch erreichbar unter 0 53 71 / 7 50 27 02 und per E-Mail an: reisen.uhde@web.de.

Kurs-Nr. 22747

16.05.2024 - 25.05.2024

Norbert Uhde



VHS:
hier lebt die
Vielfalt!



NEU

Studienreise: Kuba

Terminiert ist bereits vom 17. - 30. November 2024 eine Reise nach Kuba. Die Tour führt von Havanna aus quer durch die Insel von Vinales im Norden durch die Berge nach Santa Clara, Trinidad, Santiago de Cuba und Baracoa bis Holguin. Revolution und Sozialismus haben die Insel auf einzigartige Weise geprägt. Experten und Landsleute werden exklusive Einblicke geben in Politik, Wirtschaft und Kultur.

Ansprechpartnerin VHS Salzgitter:
Antje Behre
Telefon 0 53 41 / 839-22 23
Email antje.behre@stadt.salzgitter.de

Vorabinformationen bei Reiseleiter Norbert Uhde, erreichbar telefonisch unter 0 53 71 / 7 50 27 02, per Email an: reisen.uhde@web.de.

Kurs-Nr. 22749

17.11.2024 - 30.11.2024

Norbert Uhde



Kultur macht stark

In unseren Angeboten der Kulturellen Bildung erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Persönliche und berufliche Interessen lassen sich dabei optimal miteinander verbinden.

Kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Bürgerinnen und Bürger Zugänge zur Kultur und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe, sie fördert Integration und Inklusion. „Gerade die sozialen, kreativen und kommunikativen Potenziale der kulturellen Erwachsenenbildung sind perspektivisch von großer und wachsender Bedeutung“, betont etwa auch die Enquete-Kommission „Kultur in Deutschland“ in ihrem Abschlussbericht.

Fachbereichsleitung und Beratung:

Antje Behre
Telefon 0 53 41 / 839-22 23
antje.behre@stadt.salzgitter.de

Kultur und Gestalten

- 44 Literatur
- 44 Malen und Zeichnen
- 45 Sommerakademie: Kunsttage
- 46 Musik und Klang
- 47 Fotografie
- 49 Töpfern und Werken
- 50 Textiles Gestalten



Foto: Christel Schmidt

Literatur

Literarisches und Kulinarisches in der Stadtbibliothek

Die Vorstellungen der Neuheiten des Bücherfrühlings sind ein fester Programmpunkt. Damit Sie als Leserinnen & Leser nicht die Qual der Wahl zwischen unzähligen Buchneuheiten haben, leisten die Stadtbibliothek Salzgitter, die VHS und die Bibliotheksgesellschaft Salzgitter e.V. Hilfestellung, um den riesigen Bücherberg zu durchdringen.

Die Bibliotheksgesellschaft Salzgitter e.V. sorgt wie immer für einen kleinen Imbiss und Getränke in der Pause. Eine Liste der vorgestellten Bücher und anderen interessanten Neuerscheinungen liegt bereit.

Selbstverständlich finden sich die vorgestellten Bücher auch im Bestand der Stadtbibliothek und können dort ausgeliehen bzw. vorgemerkt werden.

Kurs-Nr. 21009

23.04.2024

Dienstag, 18:30 - 20:45 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Lebenstedt, Stadtbibliothek

Barbara Henning

Kurs-Nr. 21010

25.04.2024

Donnerstag, 18:30 - 20:45 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Stadtbibliothek

Barbara Henning

Malen und Zeichnen

Mal-Tag

Experimente - bunt ist das Leben

– Wochenendseminar –

Kreativ und mit Freude aus dem Vollen schöpfen: Bilder gießen, Bilder malen, Bilder spachteln, Bilder übermalen, fließen und entstehen lassen.

In diesem Workshop lernen Sie verschiedenste Maltechniken in Öl, Acryl und mit trockenen Farben wie Art Pouring kennen.

Für Laien und für Könnern, die selten zum kreativen Malen kommen.

Empfohlen: unempfindliche Kleidung.

Es entstehen zusätzliche Materialkosten von ca. 15,00 €, welche Sie direkt vor Ort mit der Kursleitung abrechnen.

Kurs-Nr. 23051

06.04.2024

Samstag, 10:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 9 U-Std., 52,00 € ohne Ermäßigung +

Materialkosten ca. 15,00 €

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Julia Wally Wagner

The Joy of Painting® Landschaftsmalerei nach BobRoss®:

Die Maltechnik des international bekannten Künstlers BobRoss® garantiert Anfänger*innen und Fortgeschrittenen erstaunliche künstlerische Erfolge. Der Kurs führt Sie in die Wet-on-Wet-Technique® (Nass-in-Nass-Ölmaltechnik) des amerikanischen Malers ein und richtet sich an alle, die Erfahrungen in der Ölmalerei sammeln möchten. Durch die Nass-in-Nass-Technik gelingt das vorgegebene Motiv einfach und unkompliziert.

Sie gestalten unter genauer Anleitung des zertifizierten BobRoss® Kursleiters (CRI) Schritt für Schritt ein Ölgemälde (40 x 50 cm) mit dem vorgegebenen Landschaftsmotiv.

Weitere Informationen zu Motiven, Maltechnik und Kursleiter unter: www.freudezumalen.de

Der Kurs startet mit einer kurzen Einführung. Schritt für Schritt entwickelt sich dann ein ganz persönliches Meisterwerk zur eigenen Freude und aller, die es betrachten.

Die Materialkosten für Leinwand, Farben, Malmedien, Bereitstellung von Spezialpinseln, Palette und Staffelei sind bereits in der Kursgebühr enthalten.

The Joy of Painting®

„Storm on Horizont“

– Wochenendseminar –

Bitte mitbringen: „Malkleider“, eine Papierküchenrolle, eine Packung Babyfeuchttücher, ggf. einen kleinen Imbiss und einen Karton (40 x 50 cm) zum Transport des fertigen Bildes. Ansonsten wird sämtliches Material gestellt.

Kurs-Nr. 23070

16.03.2024

Samstag, 10:30 - 15:00 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 67,00 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19% Umsatzsteuer)

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Stefan Horn

The Joy of Painting® „Evening at Sunset“

– Wochenendseminar –

Bitte mitbringen: „Malkleider“, eine Papierküchenrolle, eine Packung Babyfeuchttücher, ggf. einen kleinen Imbiss und einen Karton (40 x 50 cm) zum Transport des fertigen Bildes. Ansonsten wird sämtliches Material gestellt.

Kurs-Nr. 23073

04.05.2024

Samstag, 10:30 - 15:00 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 67,00 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19% Umsatzsteuer).

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Stefan Horn

Porträt-Zeichnen /-Malen

– Wochenendseminar –

Liebe Kunstschaaffende und Kunstbegeisterte, in dem 2 Tägigen Porträt Workshop werde ich alle meine bis jährigen Erfahrungen als Bildender Künstler und Porträtmaler mit Ihnen mitteilen. Es wird eine spannende Auseinandersetzung mit der Kunst des Porträts. Innerhalb der Gruppe lernen Sie anschaulich die breite Vielfalt verschiedene Zeichen und Maltechniken. Unter Anleitung und Korrektur wird die Entstehung Ihres Bildes begleitet. Viele Tipps und Tricks alter und junger Meister und interessante Anregungen aus der Kunstgeschichte helfen Ihnen von der Skizze bis zum fertigen Bild. Alle Grundlagen /Proportion, Perspektive, Licht und Schatten/ rund ums Porträt, werden verständlich erklärt und demonstriert.

So freuen wir uns über gelungene Ergebnisse. Die Zeichnungen können auch als Vorlagen für spätere Bilder dienen. Teilnahme ab 14 Jahre.

Bitte mitbringen: Zeichenblock DIN A-3, A2, Aquarellblock, Bleistifte, Kohlestift, Kreide, Pinsel, Aquarellfarben sowie persönlich bevorzugte Materialien.

Kurs-Nr. 23095

01. - 02.06.2024

Samstag und Sonntag, 10:30 - 15:30 Uhr

2 Termine, 10 U-Std., 45,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Alex Vasilev





VHS lässt dich wachsen

Sommerakademie: Kunst-Tage
23. - 25. August 2024

Unsere besonderen Kurse vom 23. - 25. August 2024 bieten Ihnen unter professioneller Anleitung die Gelegenheit, mit Gleichgesinnten Ihre kreativen Fähigkeiten zu entfalten und neue Techniken in der Welt der Malerei, der Steinbildhauerei und des Zeichnens zu entdecken. Das Kunst-Wochenende möchten wir auch zum Anlass nehmen, um unsere langjährige Kooperation mit der VHS Goslar zu feiern. Seien Sie dazu herzlichst eingeladen! Sichern Sie sich einen Platz und erleben Sie mit uns ein Wochenende voller Kunst und Inspiration.

VHS für alle: Mal-Tag

Experimente – bunt ist das Leben
– Wochenendseminar –

Kreativ und mit Freude aus dem Vollen schöpfen: Bilder gießen, Bilder malen, Bilder spachteln, Bilder übermalen, fließen und entstehen lassen. In diesem Workshop lernen Sie verschiedenste Maltechniken in Öl, Acryl und mit trockenen Farben wie Art Pouring kennen. Für Laien und für Könnler, die selten zum kreativen Malen kommen. Empfohlen: unempfindliche Kleidung. Es entstehen zusätzliche Materialkosten von ca. 15,00 €, welche Sie direkt vor Ort mit der Kursleitung abrechnen.

Dieser Kurs ist für Menschen mit und ohne Handicap und findet in Kooperation mit der Lebenshilfe Salzgitter statt.

Kurs-Nr. 23054

25.08.2024
Sonntag, 10:00 - 18:00 Uhr
1 Termin, 9 U-Std., 49,00 € ohne Ermäßigung + Materialkosten ca. 15,00 € (inkl. 19 % Umsatzsteuer)
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule Julia Wally Wagner

Aquarell-Malerei

NEU

– Wochenendseminar –

Manchmal fehlt den eigenen Bildern das gewisse "Etwas". Oft sehen Bereiche im Bild langweilig und wenig kreativ aus. Durch innovative Farbtechniken wird es möglich, interessante und attraktive Bildlösungen zu finden. Im Mittelpunkt des Kurses steht die Freude am Malen und Experimentieren. Ein erfahrener Diplom-Künstler begleitet Sie, die vielen Maltechniken zu lernen und auszuprobieren. Anfänger/innen werden in kleinen praktischen Übungen an die Aquarelltechniken herangeführt. Weitere Lerninhalte sind Grundkenntnisse über Papier und Farbqualität, Farblehre, Komposition sowie ein kleiner Überblick über große Meister des Aquarells. Bitte mitbringen: Aquarellpapier/Block- DIN A 3, A 4, Farben, Pinseln, Bleistifte, Bildvorlagen, Radiergummi sowie vorhandenes Material sowie Verpflegung für den Tag

Kurs-Nr. 23096

24.08.2024 - 25.08.2024
Samstag + Sonntag, 10:30 - 16:00 Uhr
2 Termine, 11 U-Std., 49,50 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Alex Vasilev

Siehe auch auf Seite 12

Kurs-Nr. 25056
Entdecke die Welt der Smartphone-Fotografie
Samstag, 24.08.2024 im Kniestedter Herrenhaus

Kurs-Nr. 25053
Grundlagen der Kamertechnik und der digitalen Fotografie
Sonntag, 25.08.2024 im Kniestedter Herrenhaus

Fineliner –Tierzeichnungen leicht gemacht

NEU

– Wochenendseminar –

Im Vordergrund dieses Kurses steht, dass man sich einfach - und mit Freude - an das Thema Tierzeichnung herantraut. Bei der Umsetzung gibt es professionelle Unterstützung. Wir tasten uns an das Zeichnen mit dem Fineliner auf spielerische Art heran. Anhand von Fotos lernen wir, mit dem Fineliner Tiere abzuzeichnen und ihnen einen eigenen Charakter zu geben. Wir werden dabei unterstützt, die Proportionen zu finden und bekommen erklärt, worauf man hier achten kann/muss. Zu Beginn werden die verschiedenen Schraffur-Möglichkeiten gezeigt, um Licht und Schatten zu erzeugen und wie man mit den Finelinern zu zeichnen beginnt, um die Form zu finden. Wir arbeiten in einem Skizzenbuch in DIN A 5.

Bitte mitbringen:

6 Fineliner in unterschiedlichen Linienbreiten (je 1 ST 0.05, 0.1, 0.2, 0.3, 0.5, 0.8 mm), Schreibfarbe Schwarz
1 HB Bleistift, Papier, Bilder/ Fotos als Vorlage
Das Skizzenbuch kann bei der Dozentin erworben werden. Wer auf losem Papier arbeiten möchte, kann dies gern mitbringen.

Kurs-Nr. 23125

24.08.2024 - 25.08.2024
Samstag + Sonntag, 10:00 - 16:00 Uhr
2 Termine, 16 U-Std., 72,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Melanie Schöckel

Steinbildhauerei im Garten des Kniestedter Herrenhauses

NEU

– Wochenendseminar –

Inmitten des schönen Gartens hinter dem Kniestedter Herrenhaus haben Sie die Möglichkeit, innerhalb eines Wochenendes Skulpturen in figürlicher oder freier Form aus Kalkstein herzustellen. Gemeinsam mit dem Künstler Holger Lassen werden Sie, ausgehend von Ihren Vorstellungen, in die Technik der Steinbildhauerei eingeführt und bei der Auswahl der Steine und Werkzeuge beraten. Sie werden erfahren, wie harter Stein zu formen ist und erleben, dass es nicht so sehr auf Kraft, sondern auf Ausdauer und Gelassenheit ankommt und wie spannend und erholend es ist, sich für mehrere Stunden auf künstlerisches Arbeiten einzulassen. Bitte Handfeger, Fäustel, Arbeitshandschuhe, Arbeitskleidung, geschlossene Schuhe und Schutzbrille mitbringen. Werkzeug und Material werden gestellt. Ein Kalkstein ist im Kurspreis inbegriffen, für Essen gilt Selbstverpflegung.

Kurs-Nr. 23300

Freitag, 23.08.2024, 15:00 - 19:00 Uhr
Samstag, 24.08.2024, 10:00 - 17:00 Uhr
Sonntag, 25.08.2024, 10:00 - 17:00 Uhr
3 Termine, 20 U-Std., 155,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus (Garten)
Holger Lassen

Plastisches Gestalten

Origami – Japanische Papierfaltkunst

NEU

– Wochenendseminar –

Origami ist die traditionelle japanische Kunst des Papierfaltens. Aus einem einfachen Stück Papier können erstaunlich viele Formen kreiert werden. In diesem Kurs werden wir einige Dinge selber falten, unter anderem einen Kranich und einen Samurai-Diener. Origami eröffnet eine Welt voller Überraschungen und bereitet nicht nur Spaß, sondern fördert Geduld, Aufmerksamkeit und Konzentration. Origami ist so einfach für Groß und Klein und eignet sich sehr gut, um Geschenke zu verzieren. Nach diesem Crashkurs kann man sich auch ein Kranich-Mobile falten. Für maximal ein Kind in Begleitung eines erwachsenen Teilnehmers ist die Teilnahme kostenlos.

Kurs-Nr. 23340

17.08.2024

Samstag, 14:00 - 16:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 20,00 € ohne Ermäßigung inkl.

Materialkosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Takashi Kunimoto

Siehe auch im
Programmbereich
Sprachen mehr zum
Thema „Japan“



Musik und Klang

Congas – Rhythmen der Karibik

NEU

Lateinamerikanische Rhythmen werden von Congas und einer Vielzahl weiterer Perkussions-Instrumente wie Klanghölzer, Bongos, Guirro und Cowbell getragen.

Ihr Zauber weckt bei Vielen den Wunsch, zu tanzen und selbst zu trommeln.

Im Unterricht beschäftigen wir uns mit der speziellen Spieltechnik für Congas „floating hand“ und mit dem Zusammenspiel der einzelnen Instrumente.

Es werden afrokubanische und populäre Rhythmen erarbeitet, wir spielen sowohl im Ensemble als auch zur Musik vom Tonträger.

Instrumente stehen zur Verfügung, gerne können eigene Instrumente mitgebracht werden.

Dozent:

Kurs-Nr. 24011

09.03.2024

Samstag, 11:00 - 14:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 23,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Bernd Lange



Vorankündigung:
Getting Vocal!
Chorkreis

Mehr dazu finden Sie ab
Januar 2024 auf unserer
Homepage.

Bodypercussion

Dieser Workshop richtet sich an alle, die sich intensiv mit Rhythmus auseinandersetzen wollen. Zielgruppe sind zum Beispiel Chöre bzw. Chormitglieder oder Band-Musiker/innen aller Stilrichtungen wie Gitarrist/innen, Pianist/innen, Schlagzeuger/innen. Auch alle Nicht-Musiker/innen, die die vielfältige Welt des Rhythmus erleben wollen, sind herzlich willkommen!

Ohne Instrumente verbessern wir unsere rhythmischen Fähigkeiten durch Klatschen, Stampfen, Sprechen. Wir benutzen unsere Körper als Klang-erzeuger, beschäftigen uns mit der eigenen Koordinationsfähigkeit und schärfen unsere Sinne für das Zusammenspiel in der Gruppe.

Wir erarbeiten ein Trommelstück aus der lateinamerikanischen Salsa mit verschiedenen Rhythmusbausteinen, Break und kleinen Solos nur mit unseren Stimmen und Klatschen!

Wichtige Aspekte des Workshops sind:

- Rhythmische Schulung durch Body-Perkussion (klatschen, stampfen, sprechen)
- Üben von verschiedenen Rhythmus-Patterns durch call/response
- Auseinandersetzen mit der eigenen Koordinationsfähigkeit
- Timing-Übungen
- Rhythmus als Kommunikation und soziale Interaktion
- rhythmische Notation
- und natürlich - eigentlich als Wichtigstes - Trommeln und Klatschen aus Spaß an Musik und Bewegung

Für viele Teilnehmer/innen bedeutet Bodypercussion eine Abwechslung vom üblichen Lern- und Arbeitsalltag. Sie setzen sich mit Ihrer Musikalität und Ihrer Teamfähigkeit auseinander, Sie nehmen die Gruppe als Ganzes und sich selbst als Teil der Gruppe aus einer anderen Perspektive wahr.

Kurs-Nr. 24013

09.03.2024

Samstag, 14:30 - 17:30 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 23,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Bernd Lange

Bernd Lange ist seit 2000 als freischaffender Musiker und Musiklehrer tätig. Er unterrichtet Schlagzeug, afrikanische Trommeln, Cajon und Congas im Einzel- und Gruppenunterricht, leitet Schul-AGs und Fortbildungen für Erwachsene, Kinder und Jugendliche und unterrichtet musikalische Früherziehung an Kindergärten. Als Musiker spielt er Schlagzeug und Perkussion in mehreren Bands zwischen Pop/Rock und Weltmusik/Jazz, begleitet Chöre und einzelne Projekte für Live-Auftritte und Tonaufnahmen.

Fotografie

Vernissage:

„ATELIER 70 Aktuell“

Kurzvortrag mit anschl. Eröffnung der Fotoausstellung von ATELIER 70 – Ausstellung –

Zu Beginn des Semesters laden wir alle Fotointeressierten zur Ausstellung „ATELIER 70 Aktuell“ ein und freuen uns über ein möglichst volles Haus. Jeder EINZELNE arbeitet für sich und doch arbeiten wir GEMEINSAM. Das ist die Stärke von ATELIER 70. Die Mitglieder der Fotoarbeitsgemeinschaft zeigen zu Beginn des Frühjahrssemesters freie Arbeiten aus ihrer aktuellen Schaffensperiode. Daher steht die Ausstellung unter keinem themenspezifischen Motto, sondern zeigt die individuellen, verschiedenartigsten Motivwelten der einzelnen Mitglieder.

Die Eröffnung der Ausstellung ist am Donnerstag, den 08. Februar 2024 um 19:00 Uhr in der VHS-Fotogalerie in Salzgitter-Lebenstedt, Thiestr. 26 a. Ausstellungsdauer: 08. Februar bis 06. Juni 2024
 Öffnungszeiten: Die Öffnungszeiten und die aktuell gültigen Zugangsbestimmungen entnehmen Sie bitte der Homepage der VHS www.vhs-salzgitter.de.

Kontakt zu ATELIER 70 erhalten Sie unter www.atelier70.de

Kurs-Nr. 25010

08.02.2024

Donnerstag, 19:00 - 21:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Heinke Maaßen, Sandra Schulz, Lothar Siems

Fotoarbeitsgemeinschaft der VHS

ATELIER 70

Die Arbeitsgemeinschaft ist für engagierte Fotointeressierte gedacht, die ihr technisches, kreatives und ästhetisches Wissen der Fotografie erweitern wollen und für die Blende, Verschlusszeit und ISO keine Fremdwörter sind. In der Gemeinschaft werden fotografische Inhalte und Techniken intensiv erarbeitet, vermittelt und in der Gruppe umgesetzt. Zur Praxis zählen gemeinsame Fototouren und gemeinschaftliche praktische Übungen.

Zu den elementaren Aufgaben der Arbeitsgemeinschaft gehört, die Wahrnehmung und das fotografische Sehen zu schulen und die Bildgestaltung zu optimieren. Dazu werden in Bildbesprechungen digitale und analoge Fotografien betrachtet und diskutiert. Dabei setzen sich die Teilnehmenden sowohl mit den Inhalten sowie mit Fragen der Farb- und Bildgestaltungslehre, der Umsetzung kreativer Vorstellungen als auch mit deren Problemlösungen auseinander. Auch die Ausarbeitung von Fotografien und die kreative Gestaltung mittels der digitalen Bildbearbeitung sind Gegenstand dieses Kurses. Im Rahmen der Fotoarbeitsgemeinschaft gibt es eine Gruppe, die die analoge Fotografie von der Aufnahme bis zum selbst entwickelten Format in Schwarzweiß und Farbe wieder entdeckt hat. Ein professionell eingerichtetes Fotolabor steht zur Verfügung. Alle Interessierten sind uns herzlich willkommen. Unser Motto lautet: Voneinander lernen!

Ergebnisse der Arbeitsgemeinschaft ATELIER 70 sind unter www.atelier70.de zu sehen.

Kurs-Nr. 25040

08.02.2024 - 06.06.2024

Donnerstag, 19:30 - 21:00 Uhr

15 Termine, 30 U-Std., 105,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Heinke Maaßen, Sandra Schulz, Lothar Siems

Fotoarbeitsgemeinschaft der VHS

Bildwerk

Die Foto-AG Bildwerk ist eine Arbeitsgemeinschaft für engagierte Fotoamateure/innen, die ihre Fähigkeiten über die Grundkenntnisse hinaus erweitern wollen. Gemeinsames Fotografieren steht dabei im Vordergrund. Fotoexkursionen in die nähere oder weitere Umgebung, Aufnahmen im Studio wie auch experimentelles Erarbeiten neuer Themen und Techniken sind Inhalt unserer Arbeit. Die Ergebnisse werden in der Gruppe besprochen. Besonderer Wert wird auf die Weiterentwicklung von Bildgestaltung, technischer Umsetzung und Kreativität gelegt. Mit dem Austausch von Tipps und Anregungen sowie technischen und praktischen Ratschlägen rund um das Thema Fotografie und der dazu gehörenden Technik unterstützen wir uns gegenseitig. Die Arbeitsgemeinschaft gestaltet die Themen und Inhalte ihrer Arbeit selbstständig, so dass jede/r Teilnehmer/in seine/ihre Wünsche einbringen kann. Außerdem bieten wir unseren Mitgliedern die Möglichkeit, eigene Bilder in themenbezogenen Ausstellungen zu präsentieren. Für die Mitarbeit in unserer Arbeitsgemeinschaft spielt es keine Rolle, welche Kameramarke Sie favorisieren. Unser Anliegen ist Spaß am Fotografieren und Freude an besseren Bildern.

Kurs-Nr. 25050

Montag, 12.02.2024, 19:30 - 21:00 Uhr

Montag, 26.02.2024, 19:30 - 21:00 Uhr

Montag, 11.03.2024, 19:30 - 21:00 Uhr

Montag, 08.04.2024, 19:30 - 21:00 Uhr

Montag, 22.04.2024, 19:30 - 21:00 Uhr

Montag, 06.05.2024, 19:30 - 21:00 Uhr

Montag, 03.06.2024, 19:30 - 21:00 Uhr

Montag, 17.06.2024, 19:30 - 21:00 Uhr

8 Termine, 16 U-Std., 56,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Marcus Nordmeyer

Grundlagen derameratechnik und der digitalen Fotografie

– Wochenendseminar –

Dieser Kurs findet für alle Anfänger/innen der Fotografie, die ihre Kamera besser kennenlernen und fotografieren lernen wollen, statt. Voraussetzung für die Teilnahme am Kurs ist der Besitz einer eigenen digitalen Kamera, vorzugsweise Spiegelreflex- oder Systemkameras.

Sie lernen in diesem Kurs etwas über:

- die Einstellmöglichkeiten an der Kamera
- Auswirkung der Einstellungen auf mein Bildergebnis
- Zusammenhänge der Einstellungen verstehen und einsetzen
- freies, praktisches Anwenden der unterschiedlichen Einstellmöglichkeiten / Parameter.

Bitte bringen Sie die Bedienungsanleitungen Ihrer Gerätschaften mit! Bei entsprechender Wetterlage probieren wir im Freien, Gelerntes anzuwenden.

Kurs-Nr. 25054

04.05.2024

Samstag, 10:00 - 14:00 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Tanita Teichfischer



**VHS:
in Balance
bleiben**



VHS:
in Balance
bleiben

Entdecke die Welt der Smartphone-Fotografie

– Wochenendseminar –

Möchten Sie beeindruckende und einzigartige Fotos mit Ihrem Smartphone aufnehmen?

Lernen Sie von Profis, wie Sie das volle Potenzial Ihrer Kamera nutzen können,

Dieser Kurs bietet:

- Exptert/innenführung durch die Welt der Smartphone-Fotografie
- Tipps und Tricks zur Verbesserung Ihrer Fotografie und Bildgestaltung
- Praktische Übungen - live!

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte mitbringen: Smartphone mit aufgeladenem Akku und ggf. Powerbank + Ladekabel

Kurs-Nr. 25055

15.06.2024

Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Tanita Teichfischer

Siehe auch auf
Seite 97
Kurs-Nr. 51602
Mein erstes digitales
Fotobuch

Kreatives Fotografieren mit dem Smartphone

– für die Kamera, die Sie immer bei sich haben

Sie besitzen ein Smartphone und möchten mehr als nur Schnappschüsse machen? Sie sind interessiert daran, wie Sie mit Ihrem Handy professionelle Fotos schießen können? Dann sind Sie hier genau richtig!

Kursinhalte

- Grundlagen der Smartphone-Fotografie: Verstehen Sie die Technik hinter der Linse.
- Motivwahl & Bildkomposition: Lernen Sie, wie Sie Ihre Fotos interessanter gestalten können.
- Verschiedene Aufnahme-Modi: Von Porträts bis zu Landschaftsaufnahmen.
- Tipps, Tricks & Hilfsmittel: Nutzen Sie Ihr Smartphone optimal aus.
- Bildbearbeitung: Ein Einblick in Adobe Lightroom und Snapseed.
- Bildbesprechung: Gemeinsame Analyse und Verbesserungsvorschläge.

Zielsetzung

- Verbesserung Ihrer fotografischen Fähigkeiten
- Anwendung des Erlernten in verschiedenen Situationen
- Umgang mit unterschiedlichen Lichtverhältnissen
- Entwicklung einer eigenen Bildsprache

Dieser Kurs richtet sich an Fotografie-Einsteiger/innen und alle, die ihre Smartphone-Fotografie verbessern möchten. Sie lernen in Theorie und Praxis und können das Erlernte frei gestalten und bei einem Foto-Walk erproben.

Technische Voraussetzungen:

- Ein Smartphone (iPhone oder Android)
- Optional: Power-Bank für längere Sessions
- Speicherplatz für Ihre Fotos
- Empfohlene Apps: Adobe Lightroom, Snapseed

Kurs-Nr. 25057

29.05.2024 - 12.06.2024

Mittwoch, 18:30 - 20:45 Uhr

3 Termine, 9 U-Std., 40,50 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Harald Treder

Kreative Blitztechnik

NEU

Blitzen – was gern als Notbehelf bei zu wenig Licht ungenutztes angewendet wird hat sich dank moderner Blitzmessung und ausgefeilter Regeltechnik zu einem Bereich in der Fotografie entwickelt, der dem Fotograf/innen völlig neue Perspektiven eröffnet. Aber auch der Einsatz von manuellen Blitzen wird in diesem Workshop gezeigt.

Das gezielte Mischen von Umgebungslicht mit dem Blitzlicht, das Blitzen bei hellem Sonnenschein oder auch das Hantieren mit mehreren Blitzen sind heutzutage kein Problem mehr. Ob im Portrait-Bereich, bei der Event- und Schnappschussfotografie oder auch in der Sachfotografie eröffnet das Blitzen interessante Möglichkeiten.

In dem Workshop wird gezeigt, wie das Blitzen zu einem festen Bestandteil im eigenen fotografischen Repertoire gemacht werden kann.

Bitte die eigene Kamera sowie vorhandenes Blitzgerät und etwas Verpflegung für den Tag mitbringen.

Kurs-Nr. 25059

02.03.2024

Samstag, 10:00 - 14:30 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 24,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Andreas Parke

Basiskurs I: Grundlagen der Digitalfotografie

Digital fotografieren kann jeder. In diesem Kurs für Einsteiger/innen lernen Sie, wofür einige Knöpfe an Ihrer Kamera nützlich sind, aber auch, was sich hinter den Begriffen Brennweite, Blende, Zeit, Schärfentiefe, Weißabgleich usw. verbirgt, wofür die Motivprogramme genutzt werden können und welches Kamerazubehör Sie benötigen. In einer gemeinsamen Exkursion wenden Sie das Erlernte an.

Vier Abende und eine Fotoexkursion sonntags. Der Sonntagstermin wird erst im Kurs endgültig festgelegt.

Kurs-Nr. 25060

06.02.2024 - 27.02.2024

Dienstag, 18:30 - 20:45 Uhr

5 Termine, 16 U-Std., 64,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Marianne Kalnins

Basiskurs II: Kreativ die Fotos gestalten

Wie kann ich die erlernten Handgriffe an der Kamera am besten in gute Aufnahmen umsetzen?

In diesem Kurs erweitern Sie Ihr Basiswissen und schärfen dabei Ihren Blick für Motiv und Gestaltung. Sie verbessern Ihre Ergebnisse, sodass Sie sich mit Ihren Bildern anderen leichter mitteilen können.

Vier Abende und eine Fotoexkursion sonntags. Der Sonntagstermin wird erst im Kurs endgültig festgelegt.

Kurs-Nr. 25070

05.03.2024 - 09.04.2024

Dienstag, 18:30 - 20:45 Uhr

5 Termine, 16 U-Std., 64,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Marianne Kalnins



Basiskurs III: Fotos ohne Automatik

Der Kurs richtet sich an Fotoamateure, die ihre Grundkenntnisse erweitern und verbessern wollen. Es werden Aufnahmetechniken praktisch erprobt, die nicht mit der Automatik durchgeführt werden können. Die manuelle Kamerasteuerung ermöglicht es, den größten fotografischen Freiraum zu bekommen, um sich stärker auf das Bildelement zu fokussieren.

Vier Abende und eine Fotoexkursion sonntags. Der Sonntagstermin wird erst im Kurs endgültig festgelegt.

Kurs-Nr. 25080

16.04.2024 - 07.05.2024
Dienstag, 18:30 - 20:45 Uhr
5 Termine, 16 U-Std., 64,00 € ohne Ermäßigung +
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Marianne Kalnins

S/W-Filme entwickeln

Die Nostalgie kehrt zurück...

In diesem Kurs lernen Sie in unserem Fotolabor, wie man S/W-Filme fachgerecht entwickelt.

Bitte einen eigenen, bereits voll fotografierten Film mitbringen.

Zu den Kursgebühren entstehen noch Materialkosten.

Kurs-Nr. 25090

14.02.2024
Mittwoch, 18:30 - 20:45 Uhr
1 Termin, 3 U-Std., 10,50 € ohne Ermäßigung +
Materialkosten
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Marianne Kalnins

„Fotoprint DIY“: Fotos selbst herstellen

Do it yourself

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie selbst vom entwickelten Film Fotos im Labor herstellen können, und wie Sie mit Tricks und Raffinessen mehr aus Ihren Aufnahmen machen.

Zu den Kursgebühren entstehen noch Materialkosten.

Kurs-Nr. 25092

28.02.2024 - 13.03.2024
Mittwoch, 18:30 - 21:30 Uhr
3 Termine, 12 U-Std., 42,00 € ohne Ermäßigung +
Materialkosten
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Marianne Kalnins

Der kreative Foto-Pool: Fortgeschrittenenkurs

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die schon alle Fotokurse durchlaufen haben und immer noch ein wenig weitermachen möchten. Die Fähigkeit für kreative Bildgestaltung sollte gefördert werden. Auch soll die Themenfotografie bearbeitet werden, genauso wie einzelne besondere Aufnahmetechniken, Fotoprojekte und je nach Schwerpunkt der Themen auch analoge und digitale Fotografie.

Wir wollen uns flexibel im 14-tägigen Rhythmus treffen und nach Wunsch der Gruppe den Kurs gestalten. Bei Bedarf kann auch die S/W-Fotografie/ Labor bearbeitet werden. Ziel ist es, Erfahrungen zu sammeln und auszutauschen, um uns weiterzuentwickeln. Am ersten Abend beschließen wir gemeinsam unsere Vorgehensweise.

Kurs-Nr. 25095

Starttermin: 07.02.2024
Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr
8 Termine, 16 U-Std., 56,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Marianne Kalnins

Töpfern und Werken

TonArt –

Wir treffen den richtigen Ton

(für Anfänger/innen und Fortgeschrittene)

Entdecken Sie Ihre kreative Seite im faszinierenden Töpferkurs der VHS Salzgitter unter der professioneller und erfahrener (An-)Leitung von Iris Stark.

Unser Töpferkurs wurde speziell entwickelt, um Ihnen die Grundlagen des Töpferhandwerks näherzubringen und gleichzeitig Raum für individuelle Kreativität zu schaffen. Ganz gleich, ob Sie Anfänger/in sind oder bereits Vorkenntnisse haben, dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Fähigkeiten zu erweitern und neue Techniken zu erlernen.

Sie lernen die verschiedenen Werkzeuge und Techniken des Töpferns theoretisch und praktisch kennen, erweitern Ihr Wissen über Proportionen und Formen und schulen Ihre Konzentrationsfähigkeit. Die Arbeit mit Ton hat zugleich eine entspannende Wirkung und regt zu Achtsamkeit an, schult taktile Sensorik und Haptik. Sie lehrt Geduld, Ausdauer und, wie man mit Herausforderungen umgeht und Probleme löst. Dabei dürfen Sie sich kreativ durch Ihre eigene Kunst ausleben und – gemeinsam mit Menschen jeden Alters – in freundlicher und unterstützender Umgebung eine der ältesten Kulturtechniken der Welt erlernen. Wir laden Sie herzlich dazu ein!

Kurs-Nr. 26015

08.02.2024 - 07.03.2024
Donnerstag, 17:30 - 20:30 Uhr
5 Termine, 20 U-Std., 110,20 € ohne Ermäßigung +
Materialkosten
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Iris Stark

Kurs-Nr. 26017

04.04.2024 - 02.05.2024
Donnerstag, 17:30 - 20:30 Uhr
5 Termine, 20 U-Std., 110,20 € ohne Ermäßigung +
Materialkosten
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Iris Stark



Textiles Gestalten

Nähen

... ist nachhaltig, nützlich und kreativ. Es macht Sie unabhängiger, schult Ihr Auge und Ihre Hände und schont Ihren Geldbeutel.

Probieren Sie es doch einfach mal mit uns aus!

Nähkurs für Anfänger/innen

In diesem Nähkurs erklärt Ihnen eine gelernte Schneiderin den Umgang mit einer Nähmaschine. Nach einfachen Nähübungen lernen Sie das Zuschneiden nach Schnittmuster und können dann nach ausführlichen Schritt-für-Schritt-Anleitungen einfache Sachen wie zum Beispiel Kissen, Decken oder Einkaufsbeutel nähen.

Falls vorhanden, bitte Nähmaschine mitbringen.

Kurs-Nr. 27010

07.02.2024 - 24.04.2024

Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr

10 Termine, 20 U-Std., 80,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Jenny Mündel

Wir nähen eine Jogginghose

Ob stylisch oder leger, ob beim Sport oder gemütlich zu Hause, Jogginghosen sind bequem und dabei trendy.

In diesem Kurs zeige ich Ihnen, wie Sie ganz unkompliziert eine Jogginghose selbst nähen können. Der erste Termin dient der Vorbesprechung. Bitte eine eigene Nähmaschine mitbringen.

Kurs-Nr. 27013

Mittwoch, 03.04.2024, 16:45 - 17:30 Uhr

Mittwoch, 10.04.2024 - 08.05.2024, 16:45 -

18:15 Uhr

5 Termine, 9 U-Std., 36,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Jenny Mündel



Nähkurs für Anfänger/innen

Im ZickZack über den Karostoff und mit Vollgas in die Seitennaht...

Wer einmal die Bedienung einer Nähmaschine erlernt, wird feststellen, wie leicht Kleidung und Kleinigkeiten aus Stoff geschneidert werden können. Schritt für Schritt erhalten Sie Anleitungen, wie Stoff zugeschnitten wird, wozu ein Schnittmuster dient, wie eine Naht nach der anderen zum Ziel führt und Sie dann sagen können: „Das habe ich selbst genäht!“

Als gelernte Schneiderin erleichtere ich allen Interessierten den Einstieg in das Nähen.

Der erste Termin dient der Vorbesprechung.

Für die darauf folgenden Termine benötigen Sie eine Nähmaschine und alle zuvor besprochenen Materialien.

Kurs-Nr. 27020

Freitag, 09.02.2024, 17:00 - 17:45 Uhr

Freitag, 16.02.2024 - 15.03.2024, 15:00 - 18:00 Uhr

6 Termine, 21 U-Std., 84,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Manuela Alker

Nähkurs für Fortgeschrittene

Eine Leidenschaft, die Kleider schafft

Hier kann nach Herzenslust „gestichelt“ werden:

Unter professioneller Anleitung einer gelernten Schneiderin und Schnitttechnikerin lernen Sie Kniffe aus der Schneiderei, sowie die Möglichkeiten Ihrer Nähmaschinen kennen. Schnittmuster werden verständlich gemacht, beim Zuschneiden und Nähen gibt es genaue Schritt-für-Schritt-Erklärungen ebenso wie viele Tricks, die das Schneidern sehr erleichtern.

Es entsteht Funktionelles und Individuelles, Dekoratives und Zweckmäßiges beim Erlernen der verschiedenen Schneidertechniken, Anregungen und Beratung inklusive. Trauen Sie sich an Ihr Wunschprojekt heran oder wählen Sie aus einer Menge an Vorschlägen, die vorgestellt werden können.

Bitte bringen Sie eine eigene Nähmaschine mit.

Kurs-Nr. 27032

Freitag, 02.02.2024, 18:00 - 21:00 Uhr

Freitag, 09.02.2024, 18:00 - 21:00 Uhr

Freitag, 16.02.2024, 18:00 - 21:00 Uhr

Freitag, 23.02.2024, 18:00 - 21:00 Uhr

Freitag, 01.03.2024, 18:00 - 21:00 Uhr

Freitag, 08.03.2024, 18:00 - 21:00 Uhr

Freitag, 15.03.2024, 18:00 - 21:00 Uhr

7 Termine, 28 U-Std., 112,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Manuela Alker

Kurs-Nr. 27033

10.05.2024 - 21.06.2024

Freitag, 18:00 - 21:00 Uhr

7 Termine, 28 U-Std., 112,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Manuela Alker

Kurs-Nr. 27035

02.08.2024 - 30.08.2024

Freitag, 18:00 - 21:00 Uhr

5 Termine, 20 U-Std., 80,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Manuela Alker



Auf WiederNähen

Schneidern bis der Faden brennt!

– Workshop für Fortgeschrittene –

– Wochenendseminar –

Schneidern bis der Faden brennt!!! Mal richtig viel Zeit, sich mit den eigenen Schneiderprojekten zu befassen, um etwas anzufangen und zu Ende zu bringen. Wagen Sie sich ruhig an ein lange geplantes Vorhaben, denn hier haben Sie endlich viel Raum, Zeit und Unterstützung für Ihre Leidenschaft „Nähen“.

Sie bekommen Anleitungen, Hilfestellungen und Inspirationen bei der Umsetzung Ihrer Ideen und im Umgang mit der Nähmaschine.

Vom Zuschnitt über das Bedienen der Maschine und Einsetzen eines Reißverschlusses bis hin zum Formbügeln einer „Wiener Naht“:

Ich begleite Sie unterstützend Schritt für Schritt bei Ihren Schneidervorhaben.

In dem Kurs wird jede/r Teilnehmer/in bei ihrem/seinem Wissensstand abgeholt und fachkundig sowie praxisnah auf den Weg gebracht.

Unter professioneller Anleitung lernen Sie Tricks und Kniffe aus der (Maß-) Schneiderei sowie die Möglichkeiten der Nähmaschine kennen und fertigen mit geschulter Beratung individuelle Modelle Ihrer Wünsche.

Bitte bringen Sie Ihre eigene Nähmaschine mit.

Kurs-Nr. 27090

Samstag, 24.02.2024, 10:00 - 16:00 Uhr

Sonntag, 25.02.2024, 10:00 - 16:00 Uhr

2 Termine, 16 U-Std., 64,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Manuela Alker

Kurs-Nr. 27091

Samstag, 03.08.2024, 10:00 - 16:00 Uhr

Sonntag, 04.08.2024, 10:00 - 16:00 Uhr

2 Termine, 16 U-Std., 64,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Manuela Alker



Sticken – voll im Trend

NEU

Entdecken Sie mit uns die wunderbare Welt des Stickens! Lernen Sie verschiedene Techniken kennen, von Kreuzstich bis hin zu Freestyle und Modern Embroidery, und verwandeln Sie jedes Stück Stoff in ein einzigartiges Kunstwerk.

Dänischer Kreuzstich Workshop 1

Kreuzstiche für Ostern und Frühling

– Wochenendseminar –

Im Workshop werden Kreuzsticharbeiten nach Mustern von Haandarbejeds Fremme vorgestellt. Ziel ist es, eine Stickarbeit mit Frühlings-/Ostermotiven zu beginnen.

Bereits begonnene Stickarbeiten können gern mitgebracht werden, falls Ratschläge zur Fertigstellung gewünscht sind.

Bitte eine Sticknadel und eine Schere mitbringen. Weitere benötigte Materialien können im Kurs erworben werden.

Kurs-Nr. 27180

02.03.2024

Samstag, 13:30 - 17:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 23,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Christine Bohm

Dänischer Kreuzstich Workshop 1A

Kreuzstich für Ostern und Frühling

– Wochenendseminar –

Im Workshop werden Kreuzsticharbeiten nach Mustern von Haandarbejeds Fremme vorgestellt. Ziel ist es, eine Stickarbeit mit Frühlings-/Ostermotiven zu beginnen.

Bereits begonnene Stickarbeiten können gern mitgebracht werden, falls Ratschläge zur Fertigstellung gewünscht sind.

Bitte eine Sticknadel und eine Schere mitbringen. Weitere benötigte Materialien können im Kurs erworben werden.

Kurs-Nr. 27181

16.03.2024

Samstag, 13:30 - 17:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 23,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Christine Bohm

Dänischer Kreuzstich Workshop 2

Kreuzstiche für den Sommer

– Wochenendseminar –

Im Workshop werden Kreuzsticharbeiten nach Mustern von Haandarbejeds Fremme vorgestellt. Ziel ist es, eine Stickarbeit mit Sommermotiven zu beginnen.

Bereits begonnene Stickarbeiten können gern mitgebracht werden, falls Ratschläge zur Fertigstellung gewünscht sind.

Bitte eine Sticknadel und eine Schere mitbringen. Weitere benötigte Materialien können im Kurs erworben werden.

Kurs-Nr. 27184

01.06.2024

Samstag, 13:30 - 17:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 23,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Christine Bohm

Dänischer Kreuzstich Workshop 2 A

Kreuzstiche für den Sommer

– Wochenendseminar –

Im Workshop werden Kreuzsticharbeiten nach Mustern von Haandarbejeds Fremme vorgestellt. Ziel ist es, eine Stickarbeit mit Sommermotiven zu beginnen.

Bereits begonnene Stickarbeiten können gern mitgebracht werden, falls Ratschläge zur Fertigstellung gewünscht sind.

Bitte eine Sticknadel und eine Schere mitbringen. Weitere benötigte Materialien können im Kurs erworben werden.

Kurs-Nr. 27185

15.06.2024

Samstag, 13:30 - 17:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 23,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Christine Bohm

Sticken leicht gemacht

Grundkurs für Anfänger/innen

und Fortgeschrittene

– Wochenendseminar –

In diesem Workshop lernen Sie alles, was man braucht, um Motive auf Stoff zu sticken.

Von der richtigen Fadenführung über die Auswahl des passenden Garns und der Nadel bis hin zu verschiedenen

Sticktechniken wie z. B. den Ketten-, Knötchen-, Margeritenstich oder die klassische Web-Rose.

Sie lernen, wie Sie Ihr Wunschmotiv auf Stoff übertragen oder einen Stickrahmen für das Projekt vorbereiten.

Am Ende des Kurses sind Ihre Kenntnisse soweit, dass Sie eigenständig Ihr Projekt umsetzen können, um Ihre Handarbeit zu perfektionieren.

In diesem Kurs können Sie auch Ihre bereits bestehenden Kenntnisse vertiefen und erweitern.

Es fallen zusätzliche Materialkosten von ca. 30,00 € an, das Material wird gestellt und kann direkt bei der Dozentin am Veranstaltungstag erworben werden.

Kurs-Nr. 27187

27.04.2024 - 18.05.2024

Samstag, 10:00 - 13:15 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 40,00 € ohne Ermäßigung +

Materialkosten von ca. 30,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Sarah Ulrich

Schick bestickt –

Geburtstagskrone

NEU

Modern Embroidery

– Wochenendseminar –

Voll im Trend: Bei Modern Embroidery dreht sich alles um modernes Sticken von Hand.

Mit etwas Fingergeschick und Geduld erlernen Sie hier, wunderschöne Filzkronen für die Kleinsten zum Geburtstag zu kreieren.

Sie werden sehen wie einfach es ist, mit ein paar Hilfsmitteln die Motive auf den Stoff zu übertragen und beispielsweise

durch einen Plattstich oder den Knötchenstich zauberhafte Krönchen fertigzustellen.

Es fallen zusätzliche Materialkosten von ca. 30,00 € an, das Material wird gestellt und kann direkt bei der Dozentin am Veranstaltungstag erworben werden.

Kurs-Nr. 27189

08.06.2024

Samstag, 10:00 - 14:00 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 25,00 € ohne Ermäßigung +

Materialkosten von ca. 30,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Sarah Ulrich

Kurs-Nr. 27190

22.06.2024

Samstag, 10:00 - 14:00 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 25,00 € ohne Ermäßigung +

Materialkosten von ca. 30,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Sarah Ulrich



Basteln, Kräuter und Kreatives

Ätherische Öle in der Hausapotheke

NEU

– Wochenendseminar –

Entdecken Sie in diesem Kurs die duftenden Heilkräfte der ätherischen Öle. Als Teil der Pflanzenheilkunde gewinnt ihre Anwendung immer mehr an Bedeutung. Probieren Sie ausgewählte, hochwertige ätherische Öle aus und erfahren Sie mehr über ihre Wirkungen. Wussten Sie zum Beispiel, dass Zitronenduft die Konzentration stärkt und Fieber senken kann? Lassen Sie sich in die Welt der Düfte von Cajeput, Thymian, Lavendel und vielen weiteren entführen und stellen Sie am Ende Ihre eigene wohltuende Einreibung her.

Kurs-Nr. 34988

24.02.2024

Samstag, 10:00 - 12:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 17,37 € ohne Ermäßigung inkl.

Materialkosten (inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Anke Hannich

Wohlfühlen mit ätherischen Ölen

NEU

– Wochenendseminar –

In diesem Kurs lernen Sie Düfte für die Seele kennen. Düfte, die uns ein Lächeln auf das Gesicht zaubern, die uns stärken und umarmen, uns Zuversicht schenken und so zu unserem Wohlbefinden im Alltag beitragen können. Sie haben in diesem Kurs die Möglichkeit ausgewählte, hochwertige ätherische Öle auszuprobieren und etwas über ihre Wirkung zu erfahren. Kennen Sie zum Beispiel „Neroli“, den Duft des Bitterorangenbaums? Dieses Öl kann uns dabei helfen, Stress zu lösen. Und dann gibt es noch den Duft der Grapefruit, der ein toller Motivator sein kann. Oder entdecken Sie Benzoe siam, welches Wärme und Gemütlichkeit vermittelt. Aus diesen und anderen Zutaten können Sie dann Ihr individuelles Körperöl herstellen.

Kurs-Nr. 34990

02.03.2024

Samstag, 10:00 - 12:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 17,37 € ohne Ermäßigung inkl.

Materialkosten (inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Anke Hannich

Ätherische Öle
Lernen Sie in unseren neuen Seminaren Wissenswertes zur Herstellung und Anwendung von ätherischen Ölen.



Fassen Sie sich ein Herz auf heimatherzen.de

Gutes tun für unsere Heimat.

heimatherzen.de – die Spendenplattform für Vereine und ihre Unterstützer. Machen Sie mit und unterstützen Sie Ihren Lieblingsverein!

Mehr Infos unter:

www.heimatherzen.de

Die Spendenplattform der

Sparkasse Hildesheim Goslar Peine

Weil's um mehr als Geld geht.





„VHS macht gesünder!“

Das belegt eine bundesweite Studie des Universitätskrankenhauses Eppendorf zur Wirksamkeit von Entspannungskursen an Volkshochschulen.

Um die Gesundheit eigenverantwortlich zu stärken, ist Gesundheitskompetenz unerlässlich. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehört, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können.

All das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig.

Fachbereichsleitung und Beratung:

Paula Grüneberg
Telefon 0 53 41 / 839-36 44
paula.grueneberg@stadt.salzgitter.de

Gesundheit

- 54 Vorträge
- 54 Entspannung
- 57 Yoga
- 60 Bewegung und Körpererfahrung
- 61 Tanzen
- 62 Zusammenarbeit mit Sportvereinen
- 64 Selbsthilfe zu Wohlbefinden und Gesundheit
- 64 Bildungsurlaube
- 66 Heimische Kräuter und ätherische Öle
- 67 Kochen
- 69 Fleischlos kochen
- 70 Internationale Küche
- 73 Backen

Foto: Sandra Schulz

Vorträge



Mit diesen Vorträgen aus der Reihe „Helios-Patientenforum“ informieren die Chefarzte des Helios-Klinikums Salzgitter aus Ihren Spezialgebieten. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.helios-gesundheit.de/salzgitter

Die schmerzhafteste Schulter

– Vortrag –
Kurs-Nr. 30020

21.02.2024

Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Dr. med. Dietmar Loitz,

Ärztlicher Direktor und Chefarzt der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädische Chirurgie

Aktuelle Behandlungsstrategien beim Prostatakrebs

– Vortrag –
Kurs-Nr. 30030

13.03.2024

Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr

1 Termin, gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Prof. Dr. med. Christoph Wiesner,

Chefarzt der Klinik für Urologie

Gesundheit verstehen und leben

Durch gezielte, ganzheitliche Entlastung des Körpers können unsere Selbstheilungskräfte aktiviert werden. Unser Immunsystem ist dann bereit, seine Aufgabe viel besser zu erfüllen. In den folgenden Veranstaltungen, die auch einzeln belegt werden können, erhalten Sie Einblicke in relevante Themen rund um die Aufgaben, Belastungen und Unterstützungsmöglichkeiten bestimmter Organe, damit Sie bewusster Ihre Gesundheit leben.

Darm mit Charme

Gesunder Darm und alles wird leicht

– Vortrag –

Unser Darm spielt nicht nur bei der Verdauung eine wichtige Rolle. Auch das Lymphsystem, die Abwehrkräfte und unsere Stimmung sind von seinem guten Zustand abhängig. Was dabei entscheidend ist und wie Sie Ihren Darm unterstützen können, erfahren Sie in diesem Vortrag.

Voranmeldung ist unbedingt erforderlich.

Kurs-Nr. 30102

13.03.2024

Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 10,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Yvonne Nobis

NEU

Powerfilter Leber

Großes Organ mit großer Wirkung

– Vortrag –

Nicht nur ungesunde Lebensweise und der allgegenwertige Stress sind die Gegner der Leber. Deshalb können auch sehr junge Menschen die Folgen einer überlasteten Leber erfahren. Bei Allergien, Arthrose, Migräne u.v.m. wirkt eine Leberentgiftung sehr unterstützend. Was das Organ noch braucht, um optimal zu funktionieren, wird an diesem Abend beantwortet. Voranmeldung ist unbedingt erforderlich.

Kurs-Nr. 30104

15.05.2024

Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 10,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Yvonne Nobis

NEU

Entspannung

Unsere Angebote im Bereich der Entspannung helfen Ihnen dabei, Körper und Geist durch verschiedenste Techniken (wieder) in Einklang zu bringen. So können Sie länger gesund bleiben und Ihr Wohlbefinden in Beruf und Alltag steigern.

Waldbaden – Shinrin Yoku

Im Rahmen des Projektes

„Natur erleben“

Diese neue Form des Heilens mit den Kräften der Natur wirkt auf Körper und Geist. Ruhig und achtsam gehen wir mit uns und der Natur um, erleben Entspannung und Losgelöst sein vom Alltag. Die Abwehrkräfte werden gestärkt, Stress wird vermindert.

Kinder in Begleitung von Eltern bzw. Großeltern sind zu diesem Abenteuer ebenfalls herzlich eingeladen. Bitte bequeme und wettergerechte Kleidung tragen und ein Picknick mitbringen. Treffpunkt ist der Parkplatz an der Friedrich-Ebert-Straße vor der Firma Holz-Kittler.

Kurs-Nr. 31006

24.05.2024

Freitag, 15:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Friedrich-Ebert-Straße (Parkplatz am Ende der Straße)

Beate Vitt

Kurs-Nr. 31007

14.06.2024

Freitag, 15:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Friedrich-Ebert-Straße (Parkplatz am Ende der Straße)

Beate Vitt



Foto: André Kugellis/Stadt Salzgitter



Kyudo im Garten

– Wochenendseminar –



Kommen Sie in den Garten des Kniestedter Herrenhauses zu einer Einführung in das japanische Bogenschießen. Für diese alte japanische Kunst ist das Erlernen einer besonderen Technik erforderlich. Über acht Bewegungsphasen werden Körperhaltung und Körperspannung präzise koordiniert. Das Training fördert Disziplin, Aufmerksamkeit, Konzentration und innerer Ruhe. Kyudo ist für Frauen und Männer jeden Alters zur persönlichen Weiterentwicklung geeignet. Traditionell wird mit einem Langbogen aus Carbon, Holz und Bambus trainiert. Absolute Anfänger üben anfangs allerdings nicht damit, sondern mit einem speziell hergestellten Übungsgerät.

Für diese Veranstaltung benötigen Sie keine Vorkenntnisse. Bitte bequeme Kleidung tragen und ein Getränk mitbringen. Bei schlechtem Wetter findet der Kurs im Saal statt.

Kurs-Nr. 31011

08.06.2024

Samstag, 14:00 - 17:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus (Garten)

Paul-Ulrich Klinker

Meditation am Abend



Regelmäßiges Meditieren kann sich positiv auf Körper, Geist und Seele auswirken. In diesem Kurs lernen wir über einen längeren Zeitraum verschiedene Techniken, durch die wir Bewusstheit und Achtsamkeit fördern können. Mit der Zeit können wir so mit unseren tiefen Bedürfnissen in Berührung kommen und Kraft für Alltag und Beruf schöpfen. Dadurch können wir mehr Gelassenheit und Selbstvertrauen gewinnen und uns von innen heraus stärken. Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie eine Yoga-Matte mit.

Kurs-Nr. 31018

05.03.2024 - 18.06.2024

Dienstag, 19:00 - 19:45 Uhr

12 Termine, 12 U-Std., 42,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Astrid Heinrich

Meditation und Fantasiereise Kraft tanken

– Wochenendseminar –

Sie möchten den Alltag einmal hinter sich lassen? In diesem Entspannungskurs lernen Sie verschiedene Arten der Meditation kennen, durch die Sie das Hier und Jetzt erleben und sich voll entspannen können. So können Sie den Nachmittag genießen und Kraft tanken. Am Ende des Kurses lade ich Sie auf eine geführte Fantasiereise ein.

Bitte tragen Sie lockere Kleidung und bringen Sie ein kleines Kissen, ein Sitzkissen, etwas zu trinken und eine Yoga-Matte mit.

Kurs-Nr. 31020

24.02.2024

Samstag, 14:00 - 16:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 12,60 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Nadine Becker

Kurs-Nr. 31022

10.03.2024

Sonntag, 14:00 - 16:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 12,60 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Nadine Becker

Klangmassage und Klangkörperreise

– Wochenendseminar –

Eine angenehme Klangschwingung bietet Raum zum Wohlfühlen und Entspannen. Die harmonischen Klänge beruhigen den Geist, die rhythmischen Vibrationen lockern den Körper. Ihre sanfte Wirkungsweise macht die Klangmassage zu einer äußerst effektiven und ganzheitlichen Entspannungsmethode. In der Regel setzt bereits bei der ersten Klangmassage eine tiefe und wohltuende Entspannung ein. Die Klangmassage-Klangkörperreise ist zur Förderung von Entspannung geeignet und bietet Raum zum Wohlfühlen und sich wieder selber spüren. Um das Ganze wundervoll mit den sanften Klängen der Klangschale abzurunden, biete ich zum Schluss eine Klangentspannung in der Gruppe an.

Bitte bequeme Kleidung tragen und eine Yogamatte, eine Decke, ein kleines Kissen und warme Socken mitbringen.

Kurs-Nr. 31024

17.02.2024

Samstag, 10:00 - 13:45 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 21,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Heike Mücklisch



Fotos: Heike Mücklisch



Stressbewältigung durch Achtsamkeit

– Wochenendseminar –

Wir gehen oft über unsere Belastungsgrenze hinaus und übersehen die Zeichen des Körpers und der Seele. Das Üben der Achtsamkeit bewirkt, dass wir auch in schwierigen Situationen handlungsfähig bleiben. Der Geist lernt sich zu beruhigen. Wir werden gelassener und offener. Unser Mitgefühl uns selbst und unseren Mitmenschen gegenüber vergrößert sich. Durch eine achtsame Lebensart verbessert sich unweigerlich Gesundheit, Lebensfreude und innerer Frieden. Dies wirkt sich zutiefst heilsam auf unser Immunsystem und die Selbstregulation aus.

Bitte bequeme Kleidung tragen und warme Socken, eine Yogamatte o. ä., ein Yogakissen oder kleines Kissen sowie eine Decke zum Zudecken mitbringen.

Kurs-Nr. 31015

09.03.2024

Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Angela Marzoll

Qigong

Die langsamen und weich fließenden Übungen im Qigong fördern die Beweglichkeit und verbessern die eigene Körperwahrnehmung. Die Kombination dieser harmonischen Bewegungen mit einer gezielten Atmung entspannt und wirkt beruhigend. Ruhe und ein allgemeines Wohlbefinden tritt ein.

Der Kurs ist für Anfänger/innen und fortgeschrittene Anfänger/innen geeignet. Die unterschiedlichen Qigong-Übungen sind für jede/n erlernbar, insbesondere auch für ältere Menschen. Bitte eine Matte mitbringen und bequeme Kleidung tragen.

Kurs-Nr. 31110

07.02.2024 - 17.04.2024

Mittwoch, 18:15 - 19:15 Uhr

9 Termine, 12 U-Std., 38,40 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Emil-Langen-Realschule
Inge Wenke

Qigong für Neueinsteiger/innen

– Wochenendseminar –

In China haben die Bewegungs- und Atemübungen des Qigong eine lange Tradition. Als eine der Säulen der TCM dienen Qigong-Übungen der Gesunderhaltung. Die fließenden Bewegungsformen des Qigong, verbunden mit der eigenen Vorstellungskraft, eignen sich zur Bewältigung von Alltagsstress. Das regelmäßige Üben der meditativen Elemente ermöglicht einen gelasseneren Umgang mit Ärger und Aggression und fördert innere Ruhe, Ausgeglichenheit und Harmonie. Bitte bequeme Kleidung und warme Socken oder saubere Hallenschuhe sowie Verpflegung mitbringen.

Kurs-Nr. 31112

Samstag, 06.04.2024, 10:00 - 14:00 Uhr

Sonntag, 07.04.2024, 10:00 - 14:00 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 29,60 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Michael Kaestner

Qigong – Entschleunigung

Beim Qigong lernen wir über die Vorstellungskraft, Atmung und Bewegung mit Stress-Situationen konstruktiv umzugehen und unsere Gefühle und Emotionen zu regulieren. Die Übungen wirken u. a. harmonisierend auf das vegetative Nervensystem, stärken das Immunsystem und aktivieren die Vitalkräfte. Bitte eine Matte, ein Kissen, bequeme Kleidung, leichte Schuhe und ein Getränk mitbringen.

– für Anfänger/innen –

Kurs-Nr. 31114

14.02.2024 - 12.06.2024

Mittwoch, 17:45 - 19:15 Uhr

15 Termine, 30 U-Std., 96,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Gabriele Marienhagen

– für Fortgeschrittene –

Kurs-Nr. 31116

13.02.2024 - 11.06.2024

Dienstag, 18:00 - 19:30 Uhr

15 Termine, 30 U-Std., 96,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Emil-Langen-Realschule
Gabriele Marienhagen



Yoga

Erfahren Sie in unseren neuen Yoga-Workshops und Yoga-Seminaren, wie sich die Theorie der Yoga-Philosophie auf Ihre Yoga-Praxis auswirken. Lernen Sie von unseren qualifizierten Dozentinnen und Dozenten die wichtigsten Grundlagen zu den unterschiedlichsten Themen, wobei aber auch Entspannungs- und Bewegungsübungen auf der Matte nicht zu kurz kommen!

Oder möchten Sie lieber einmal ins Yoga hineinschnuppern, ganz ohne Vorkenntnisse? Dann sind unsere Yoga-Kurse am Wochenende genau das Richtige für Sie! Für Yoga-Interessierte bieten wir außerdem wöchentliche Yoga-Kurse an, an denen Sie fortlaufend teilnehmen können.

Sie schaffen es abends nach einem langen Tag nicht mehr aus dem Haus? Dann probieren Sie doch mal unser neues Online-Angebot „Yin Yoga am Abend“. Namaste und viel Spaß!

Mit Yoga Stressresilienz aus- und aufbauen

NEU

– Wochenendseminar –

An diesem Wochenende lernen Sie, was Sie tun können, um im Alltag die Balance zwischen Anspannung und Entspannung wieder herzustellen oder zu erhalten. Dabei erfahren Sie, wie wohltuend es sein kann, in Achtsamkeit Yoga zu praktizieren, den Atem zu begleiten und achtsam zu kommunizieren. Sie sind eingeladen, anhand eines ausgesuchten „Instrumentenkoffers“ Möglichkeiten zur Selbstreflexion und Selbstregulierung auszuprobieren. Dafür erforschen wir Atem und Körper mithilfe einer ausgewogenen Yoga-Praxis sowie einfachen Atemtechniken. Lernen Sie Ihre inneren „Antreiber/innen“ besser kennen, nach Bedarf im Austausch in Zweiergruppen. Kleine theoretische Anteile geben Ihnen hilfreiche Impulse, z. B. zu den verschiedenen Stressarten und Grundlagen des vegetativen Nervensystems. Aufgelockert wird die Theorie immer wieder mit kleinen Erzählungen aus Philosophie und Yoga-Tradition. Die praktischen Einheiten beinhalten unter anderem: die 3-Minuten-Atemmeditation, Yin-Yoga-Anteile, kleine Gehmeditation, Abläufe von Yoga-Haltungen (Vinyasas) und vieles mehr!

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmende mit Yoga-Vorkenntnissen. Bitte mitbringen: eine Yoga-Matte, ein Kissen (gerne ein Yoga-Sitzkissen), eine Decke, dicke Socken, ein Getränk, evtl. Verpflegung für die Mittagspause und Schreibzeug.

Kurs-Nr. 31202

Samstag, 02.03.2024, 11:00 - 17:00 Uhr
Sonntag, 03.03.2024, 11:00 - 15:30 Uhr
2 Termine, 14 U-Std., 75,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Barbara Schröder

Kraftvoll und geerdet mit Yoga das Frühjahr begrüßen

NEU

– Wochenendseminar –

Yoga ist ein ganzheitliches System, welches durch achtsame Schulung die Einheit von Körper, Atem und Geist anstrebt. Von Körperhaltungen (Asanas) über Atemtechniken (Pranayama), Ernährung und Geistes-schulung bietet er uns Jahrtausende alte Heilmetho-den, die gerade heute von unschätzbarem Wert sind. Sie werden an diesem Wochenende eine Auswahl von sanften und kraftvollen Yoga-Haltungen und kleinen Abläufen (Vinyasas) kennenlernen. Mithilfe des Ener-giesystems im Körper aus der Yoga-Lehre üben Sie, sich innerlich auszurichten und die Energie zu halten. Sie wechseln von Stille und Ruhe zu Aktivität und achtsamer, auch kraftvoller Bewegung. Sie werden sowohl dynamische, als auch statische Yoga-Haltun-gen praktizieren und einfache Partner/innen-Übungen genießen. Dabei werden Sie mit allen Sinnesebenen auf eine achtsame Entdeckungsreise gehen, auf der wir den Frühling willkommen heißen. Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmende mit Yoga-Vorkenntnissen. Bitte mitbringen: eine Yoga-Matte, ein Kissen (gerne ein Yoga-Sitzkissen), eine Decke, dicke Socken, ein Getränk, evtl. Verpflegung für die Mittagspause und Schreibzeug.

Kurs-Nr. 31204

Samstag, 16.03.2024, 11:00 - 17:00 Uhr
Sonntag, 17.03.2024, 11:00 - 15:30 Uhr
2 Termine, 14 U-Std., 75,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Barbara Schröder

Einführung ins Satyananda-Yoga

NEU

Yoga für den Alltag

– Wochenendseminar –

Satyananda Yoga vereint unterschiedliche Yoga-Sti-le mit dem Anliegen, Yoga für jede/n erfahrbar und praktizierbar zu machen, unabhängig von Alter und Konstitution. Es handelt sich um einen sanften Yoga-Stil, der auf Hatha-Yoga basiert. Hierbei wird jedoch die Aufmerksamkeit stärker nach innen gelenkt - auf das bewusste Wahrnehmen und Spüren. Die Achtsamkeit zu schulen ist ein Schwerpunkt dieses Work-shops. Neben kurzen theoretischen Einheiten ist die Kernidee, praktische Erfahrungen mit diesem ruhigen Yoga-Stil zu machen.

Inhalte sind:

- Atembeobachtung
- Asanas (Körperhaltungen) und Surya Namaskara (Sonnengruß)
- Yoga Nidra (Tiefenentspannung)
- Theorie

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie warme Socken für den Entspannungsteil sowie Schreibutensilien mit. Bei dieser Veranstaltung über-wiegt der Praxis-Anteil. Bitte nehmen Sie vorher nur ein leichtes Frühstück zu sich.

Kurs-Nr. 31206

09.03.2024
Samstag, 09:00 - 13:00 Uhr
1 Termin, 5 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Annette Bogner

Kurs-Nr. 31208

20.04.2024
Samstag, 09:00 - 13:00 Uhr
1 Termin, 5 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Annette Bogner



Yoga erleben

Dynamisch & ganz ruhig

- Wochenendseminar -

Lernen Sie in diesem Seminar die gesamte Bandbreite des Yoga kennen - von ganz langsam und ruhig bis hin zu kraftvoll und dynamisch.
Bitte ein Yoga-Matte mitbringen.

Kurs-Nr. 31210

04.05.2024

Samstag, 09:00 - 12:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 24,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Stephen Raue

Kurs-Nr. 31212

18.05.2024

Samstag, 09:00 - 12:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 24,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Stephen Raue

Durch Yoga leichter mit Schmerzen leben

- Wochenendseminar -

In diesem Seminar erfahren Sie unter anderem im Austausch miteinander, wie einfache Körper-, Atem- und Entspannungstechniken Ihnen dabei helfen können, Erleichterung und Entspannung bei chronischen Schmerzen zu finden.
Bitte eine Yoga-Matte mitbringen.

Kurs-Nr. 31214

10.08.2024

Samstag, 08:30 - 12:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Stephen Raue

Kurs-Nr. 31216

10.08.2024

Samstag, 13:30 - 17:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Stephen Raue

NEU

Mit Yoga den Atem spüren und nutzen

- Wochenendseminar -

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie durch einfache Yoga-Techniken die Verbindung zu Ihrem Atem verstärken und dadurch zu mehr Lebensenergie kommen können. Lernen Sie, wie Sie mit Hilfe von vielfältigen Körper- und Entspannungsübungen die wohlthuende Kraft Ihres eigenen Atems nutzen und genießen können.
Bitte eine Yoga-Matte mitbringen.

Kurs-Nr. 31218

17.08.2024

Samstag, 08:30 - 13:00 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 36,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Stephen Raue

Kurs-Nr. 31220

17.08.2024

Samstag, 13:30 - 17:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Stephen Raue

NEU

Yoga, Lachen & mehr

- Wochenendseminar -

Wollten Sie schon immer mal zum Yoga? Oder möchten Sie mal wieder ausgelassen lachen? An diesem Samstag können Sie klassische Yogaübungen, Lachyoga-Übungen, Bewegung und Entspannung ausprobieren.
Bitte tragen Sie bequeme Kleidung sowie feste Hallenschuhe oder rutschfeste Socken und bringen Sie ein Getränk mit.

Kurs-Nr. 31234

28.04.2024

Sonntag, 10:00 - 12:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 12,60 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Nadine Becker

Kurs-Nr. 31236

25.05.2024

Samstag, 10:00 - 12:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 12,60 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Nadine Becker

Lach-Yoga macht Spaß und schafft Ausgeglichenheit

- Wochenendseminar -

Haben Sie schon einmal von Lach-Yoga gehört? Sind Sie neugierig oder haben bereits an einem Kurs dieser Art teilgenommen? Hier haben Sie die Möglichkeit, ohne Grund, Witz oder Ähnliches einfach frei aus dem Herzen zu lachen. Nicht auf Knopfdruck, aber mit Anleitung können Sie ins Lächeln kommen. Lachen und Lächeln lassen uns befreiter fühlen und schenken uns mehr Achtsamkeit, wodurch wir uns und unseren Körper bewusster wahrnehmen können. Lach-Yoga macht einfach Spaß!
Bitte tragen Sie bequeme Kleidung sowie feste Hallenschuhe oder rutschfeste Socken und bringen Sie ein Getränk mit.

Kurs-Nr. 31238

17.08.2024

Samstag, 10:00 - 12:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 12,60 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Nadine Becker

NEU

Sanftes Yoga für die Gelenke

- Wochenendseminar -

In diesem Workshop zeige ich Ihnen sanfte Yoga-Übungen, die unsere Gelenke mobilisieren. Sie sind besonders effektiv, um die Beweglichkeit zu stimulieren und zu trainieren. Es bedarf keiner Yoga-Vorkenntnisse.
Bitte tragen Sie bequeme Kleidung sowie dünne Socken und bringen Sie etwas zu trinken, ein kleines Kissen und eine Yoga-Matte mit.

Kurs-Nr. 31230

03.03.2024

Sonntag, 15:00 - 17:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 12,60 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Nadine Becker

Yoga im Garten

- Wochenendseminar -

Im schönen Garten des Kniestedter Herrenhaus erwartet Sie eine grüne Umgebung, in der bewusstes Üben und achtsame Entspannung möglich werden. Mit all unseren Sinnen können wir wahrnehmen, was in unserem Körper passiert, während wir auf eine sanfte Art Yoga praktizieren. Bei schlechtem Wetter üben wir im gemütlichen Yoga-Raum.
Bitte tragen Sie bequeme Kleidung sowie dünne Socken und bringen Sie etwas zu trinken, ein kleines Kissen und eine Yoga-Matte mit.

Kurs-Nr. 31232

18.08.2024

Sonntag, 14:00 - 16:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 12,60 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus (Garten)

Nadine Becker

NEU





Siehe auch
Kurs-Nr. 90115 &
90116
Familien-Yoga
Seite 20

Yin Yoga

Yin Yoga ist ein ruhiger, meditativer Yoga-Stil. Es wird statisch geübt und die Asanas wirken beruhigend, harmonisierend und bringen uns in unsere Mitte zurück. Der Fokus liegt auf dem Bindegewebe und den Gelenken, die dadurch geschmeidig bleiben. Yin Yoga ist besonders effektiv, um die tieferen Schichten des Bindegewebes unseres Körpers, die Faszien, zu stimulieren und zu trainieren. So kann das Qi, die Lebensenergie, wieder ungehindert fließen. Es bedarf keiner Yogakenntnisse.

Bitte bequeme, warme Kleidung tragen und eine Yogamatte, eine Decke sowie ein Sitzkissen mitbringen.

Kurs-Nr. 31260

07.02.2024 - 22.05.2024
Mittwoch, 15:30 - 17:00 Uhr
12 Termine, 20 U-Std., 84,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Petra Winck

Yin Yoga am Abend

– Web-Seminar –



Yin Yoga ist ein eher ruhiger und langsamer Yoga-Stil, bei dem die Entspannung und das zur Ruhe kommen im Mittelpunkt stehen. Die perfekte Yoga-Praxis für den Abend also! Die Übungen werden meist sitzend oder liegend ausgeführt und länger gehalten. Durch das lange Halten der Übungen werden die Muskeln, Bänder und Sehnen gründlich gedehnt. Außerdem werden das tiefliegende Bindegewebe und die Faszien erreicht und aufgelockert. Dadurch können Verspannungen und Blockaden gelöst werden. Yin Yoga sorgt für mehr Bewegungsfreiheit, flexibleres Gewebe und kann gut gegen Rückenschmerzen helfen oder dazu beitragen, ihnen vorzubeugen.

Bitte für den Kurs bereitlegen: eine Yoga-Matte, zwei Yoga-Blöcke oder zwei dicke Bücher, einen Yoga-Gurt oder einen normalen Gürtel sowie ein Yoga-Bolster oder eine dicke gefaltete Decke.

Sie können völlig stressfrei von zu Hause aus teilnehmen. Sie benötigen lediglich ein internetfähiges Gerät wie Handy, Laptop oder Tablet. Den Zugang zum Online-Kurs erhalten Sie nach der Anmeldung.

Kurs-Nr. 31262

20.02.2024 - 07.05.2024
Dienstag, 19:00 - 19:45 Uhr
10 Termine, 10 U-Std., 34,00 € ohne Ermäßigung
vhs.cloud
Silke Gehrmann

Yoga für den Rücken

NEU

Sanfte Übungen schulen die Beweglichkeit der Wirbelsäule und fördern die Kraft der Rückenmuskulatur. Atem- und Entspannungstechniken sorgen dafür, dass die wohltuenden Wirkungen des Yoga bis tief in Körper und den Geist hineinwirken. Hinweise auf rückenfreundliche Bewegungsmuster im Alltag runden die Yoga-Einheiten ab. Dieser Kurs ist für alle geeignet, die ihrem Rücken etwas Gutes tun möchten. Vorkenntnisse werden nicht benötigt.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung sowie warme Socken und bringen Sie eine Decke mit.

Kurs-Nr. 31264

12.02.2024 - 27.05.2024
Montag, 16:15 - 17:45 Uhr
9 Termine, 18 U-Std., 81,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Petra Thunig

ChiYoga

ChiYoga ist Meditation in Bewegung. Ein grundlegendes Element sind sogenannte Flows, fließende Bewegungsabläufe, bei denen eine Übung in die andere fließt. Es ist der Wechsel zwischen Kraft und Entspannung, zwischen Dynamik und Ruhe - immer begleitet durch eine bewusste Atmung. Chi kann mit Energie oder Lebenskraft übersetzt werden. Mit den verschiedenen Übungen des ChiYoga stärken wir unsere Lebenskraft und bringen sie in Fluss.

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie eine Yogamatte, zwei Yoga-Blöcke, ein Handtuch, eine Decke und ein kleines Kissen mit.

Kurs-Nr. 31266

08.02.2024 - 07.03.2024
Donnerstag, 18:30 - 20:00 Uhr
5 Termine, 10 U-Std., 34,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Gabriela Lalla

Yoga & Beckenbodentraining

NEU

Ein kräftiger Beckenboden ist die Grundlage für einen stabilen und gesunden Körper. In diesem Kurs lernen Sie einfache Entspannungstechniken und stärken durch gezieltes Training Ihre gesamte Rückenmuskulatur. Nach einer kurzen Theorie-Phase werden wir nach und nach verschiedene Yoga-, Gymnastik- und Entspannungsübungen ausprobieren und intensivieren. Dieser Kurs ist nicht für Schwangere geeignet. Bitte tragen Sie bequeme Kleidung sowie dünne Socken und bringen Sie etwas zu trinken, ein kleines Kissen und eine Yoga-Matte mit.

Kurs-Nr. 31268

24.05.2024 - 21.06.2024
Freitag, 15:00 - 16:30 Uhr
5 Termine, 10 U-Std., 32,00 €
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Nadine Becker

Fitness-Yoga

NEU

Fitness-Yoga ist eine Synthese aus zwei Bereichen - Fitness und Yoga - um Yoga für Menschen jeden Alters und alle sportlicher Ausbildungsstände zu machen. Während des Unterrichts werden Yoga-Asanas ausgeführt, beginnend mit den einfachsten und allmählich zu komplexeren übergehend. Statische Belastung wechselt sich mit dynamischer Belastung ab und teilweise werden auch Fitnessübungen eingesetzt. Der Atemtechnik wird große Aufmerksamkeit gewidmet.

Fitness-Yoga hilft, die Beweglichkeit der Gelenke wiederherzustellen, die Körperhaltung zu verbessern, die Muskeln elastischer zu machen und Gewicht zu verlieren.

Fitness-Yoga ist ein Gleichgewicht zwischen Körper und Geist, eine Gelegenheit, eine ausgezeichnete körperliche Form zu bekommen, die Konzentration zu entwickeln, Verletzungen zu vermeiden, den mentalen Zustand zu verbessern, das Selbstwertgefühl zu steigern, die Stressresistenz zu erhöhen.

Bringen Sie eine Yogamatte, Trinkwasser, bequeme Sportkleidung und gute Laune mit.

Kurs-Nr. 31270

20.02.2024 - 11.06.2024
Dienstag, 17:00 - 18:30 Uhr
14 Termine, 28 U-Std., 84,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Yolana Tykhonova

Hatha-Yoga

Aus den positiven Erfahrungen der Yoga-Übungen können Sie neue gesundheitsfördernde und lebenbejahende Gewohnheiten entwickeln. Wir befassen uns insbesondere mit Körper-, Atem- und Entspannungsübungen.

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie eine Yogamatte, eine Decke und ein Yogakissen mit.

– Hatha-Yoga am Vormittag –

Kurs-Nr. 31272

09.02.2024 - 16.08.2024

Freitag, 11:00 - 12:30 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 112,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Stephen Raue

– Hatha-Yoga am Nachmittag –

Kurs-Nr. 31274

09.02.2024 - 16.08.2024

Freitag, 15:15 - 16:45 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 112,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Gottfried-Linke-Realschule

Stephen Raue

Yoga in Thiede

Schwerpunkte dieser Yoga-Stunden sind Körperübungen für die Vorbeugung oder Linderung von Beschwerden. Dabei werden Muskeln gelockert, gedehnt und gekräftigt. Im Wechsel von An- und Entspannung wird die Selbstwahrnehmung geschult. Bewusstes Atmen und gezielte Entspannung unterstützen die wohlthuende Wirkung der Übungen.

Bitte bequeme Kleidung tragen und eine Decke, eine Yogamatte sowie ein kleines Kissen mitbringen.

Kurs-Nr. 31280

05.02.2024 - 12.08.2024

Montag, 19:15 - 20:45 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 112,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Thiede, Grundschule Thiede, Musikraum

Stephen Raue

Kurs-Nr. 31282

08.02.2024 - 15.08.2024

Donnerstag, 15:00 - 16:30 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 112,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Thiede, Grundschule Thiede, Musikraum

Stephen Raue

Bewegung und Körpererfahrung

Pilates – Workshop für Interessierte und Anfänger/innen

NEU

– Wochenendseminar –

Pilates ist eine Trainingsmethode, die sich seit Jahrzehnten wachsender Beliebtheit erfreut. Sie erfahren in diesem Workshop, warum das so ist und was diese Methode so effektiv macht, wie Sie davon profitieren können und warum ein kurzes Workout genauso gut ist, wie stundenlanges Trainieren. Sie lernen die „Pre-Pilates-Übungen“ (vorbereitende Übungen) und Pilates-Übungen im Bereich für Anfänger/innen kennen und können die positiven Effekte selber spüren. Bitte bringen Sie eine Yoga-Matte sowie Schreibutensilien mit.

Kurs-Nr. 32004

24.02.2024

Samstag, 09:00 - 12:45 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Annette Bogner

Kurs-Nr. 32006

13.04.2024

Samstag, 09:00 - 12:45 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Annette Bogner

Feldenkrais® - Bewusstheit durch Bewegung

– Wochenendseminar –

Möchten Sie etwas für sich tun - etwas, was Ihnen gut tut? Dann lernen Sie die Feldenkrais-Methode kennen. Durch einfache und sanfte, bewusst ausgeführte Abläufe bauen Sie ein neues Bewegungsrepertoire auf, lösen Verspannungen und verbessern Ihre Beweglichkeit sowie Koordination. Entdecken Sie, wie Sie nicht nur körperlich beweglicher, stabiler und entspannter, sondern auch psychisch gelöst werden. Hiervon können Sie sowohl privat als auch beruflich profitieren.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken, eine Matte, eine Decke und ein Getränk mit.

Kurs-Nr. 32002

17.02.2024

Samstag, 13:30 - 16:30 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 18,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Martina Reichelt

Faszientraining & mehr

NEU

Forscher betrachten die Faszien, unser Bindegewebe, wie ein eigenes Organ, das unseren gesamten Körper durchdringt, ihn zusammenhält und uns unsere Form gibt. Es gibt unterschiedliche Möglichkeiten, um Faszien zu trainieren und zu beeinflussen. Faszien lieben Dehn- und Bewegungsreize. Mit ihnen bleiben sie elastisch und geschmeidig. Verschiedene Impulse regen die Bindegewebszellen an, altes Kollagen durch neues und geschmeidiges Gewebe zu ersetzen. Inhalte des Workshops sind u. a.: das Faszien-gewebe, Dehnen des ganzen Körpers, Aufbau von Kraft, Steigerung der Körperwahrnehmung und Beweglichkeit sowie das Lösen von verklebtem Kollagen und Aufbau von neuem Gewebe mit den MyoFaszialen Tools. Bitte bringen Sie eine Matte, eine Decke, ein Handtuch, ein kleines Kissen und warme Socken mit.

Kurs-Nr. 32000

08.06.2024

Samstag, 10:00 - 14:00 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 20,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Gabriela Lalla

Fit in die Woche

Mit diesem funktionellen Training starten wir locker und frisch in die neue Woche. Die einzelnen Übungen führen wir im Sitzen, im Stehen oder auf der Matte durch, teils mit und teils ohne leichte Kurzhanteln. Dabei werden effektiv alle Gelenke durchbewegt und die Muskeln trainiert. Durch die regelmäßigen Einheiten fördern wir nachhaltig unsere Gesundheit im Privat- und Berufsleben und stärken unser allgemeines Wohlbefinden. Dieser Kurs ist für jedes Alter und Fitnesslevel geeignet. Bitte tragen Sie Sportkleidung, bringen Sie eine Yogamatte und zwei leichte Kurzhanteln oder zwei kleine Wasserflaschen mit.

Kurs-Nr. 32008

05.02.2023 - 17.06.2024

Montag, 09:00 - 09:45 Uhr

16 Termine, 42,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Astrid Heinrich

Fitness nach der Arbeit

– Frauenkurs –

Diese vielseitige Ausgleichsgymnastik dient der Beweglichkeit, Dehnung und Muskelkräftigung. Das Fitnessprogramm wird unter Berücksichtigung wirbelsäulenschonender Übungen durchgeführt und wendet sich auch an Sportanfängerinnen. Sie erhalten Tipps für einfache Übungen, die Sie am Arbeitsplatz anwenden können und durch die Sie langfristig gesund und fit bleiben können.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und eine Yogamatte mit.

Kurs-Nr. 32205

05.02.2024 - 03.06.2024

Montag, 17:00 - 17:45 Uhr

14 Termine, 14 U-Std., 41,60 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Hauptschule An der Klunkau

Ulrike Strohbecke





Beckenbodentraining

– Frauenkurs –

Beckenbodenschwäche und die damit verbundenen gesundheitlichen Probleme und Einschränkungen sind weiterverbreitet als allgemein bekannt. Ein gut funktionierender Beckenboden ist mitverantwortlich für ein gutes Körpergefühl und eine gute Körperhaltung. Dieser Kurs vermittelt gezielte Übungen zur Kräftigung des Beckenbodens, der Körperwahrnehmung und des Haltungsaufbaus. Dies hilft uns, sowohl im Privat- als auch im Berufsleben für unsere Gesundheit vorzusorgen. Bitte bequeme Kleidung tragen und eine Yoga-Matte sowie ein Sitzkissen mitbringen.

Kurs-Nr. 32210

05.02.2024 - 13.05.2024

Montag, 17:00 - 18:00 Uhr

12 Termine, 16 U-Std., 51,20 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Emil-Langen-Realschule
Inge Wenke

Kurs-Nr. 32212

07.02.2024 - 15.05.2024

Mittwoch, 17:00 - 18:00 Uhr

12 Termine, 16 U-Std., 51,20 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Emil-Langen-Realschule
Inge Wenke

Fit in den Tag

Für eine aufrechte und gestärkte Körperhaltung trainieren wir nach einer gezielten Aufwärmphase unseren gesamten Körper von Kopf bis Fuß. So starten wir fit in den (Arbeits-)Tag und bleiben länger körperlich gesund.

Bitte Sportkleidung tragen, eine Matte, ein Handtuch und Trinken mitbringen.

Kurs-Nr. 32230

08.02.2024 - 14.03.2024

Donnerstag, 09:00 - 09:45 Uhr

6 Termine, 6 U-Std., 19,20 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Manuela Voll

Kurs-Nr. 32232

04.04.2024 - 06.06.2024

Donnerstag, 09:00 - 09:45 Uhr

9 Termine, 9 U-Std., 28,80 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Manuela Voll

Wirbelsäulengymnastik

Ziel dieser Gymnastik ist, die Wirbelsäule zu entlasten, um Beschwerden zu vermeiden. Rücken- und Bauchmuskulatur werden gekräftigt. Verkürzte Muskeln werden gedehnt. Durch richtige Übungen und Verhaltensmaßregeln soll eine individuelle, optimale Körperhaltung erreicht werden. Dies hilft unter anderem dabei, den Beruf nachhaltig gesund auszuüben. Im theoretischen Teil werden die wichtigsten Beschwerden, die an der Wirbelsäule entstehen können, besprochen.

Bitte Iso-Matte oder kleine Decke mitbringen.

Kurs-Nr. 32320

05.02.2024 - 26.08.2024

Montag, 09:00 - 09:45 Uhr

19 Termine, 19 U-Std., 66,50 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Fredenber, Fredenbergforum e.V.
Viktor Guschakowski

Kurs-Nr. 32325

05.02.2024 - 26.08.2024

Montag, 10:00 - 10:45 Uhr

19 Termine, 19 U-Std., 66,50 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Fredenber, Fredenbergforum e.V.
Viktor Guschakowski

Kurs-Nr. 32330

05.02.2024 - 26.08.2024

Montag, 11:00 - 11:45 Uhr

19 Termine, 19 U-Std., 66,50 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Fredenber, Fredenbergforum e.V.
Viktor Guschakowski

Kurs-Nr. 32335

05.02.2024 - 26.08.2024

Montag, 12:00 - 12:45 Uhr

19 Termine, 19 U-Std., 66,50 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Fredenber, Fredenbergforum e.V.
Viktor Guschakowski

Tanzen

Zumba®

NEU

Tanzen, Fitness, Spaß

Zumba® ist genau das Richtige für alle, die fit werden oder etwas für ihren Körper tun möchten und dabei auf den Spaß nicht verzichten wollen. Die Tanzschritte sind leicht zu erlernen und jede/r kann sofort mitmachen. Die Bewegungen zu lateinamerikanischer und internationaler Musik kombinieren alle Elemente eines Fitnessstrainings - Ausdauer, Kraft, Gleichgewicht, Beweglichkeit. Der ganze Körper wird trainiert, die Muskeln gestärkt und Kondition aufgebaut. Hier heißt es: Vorbeikommen und Spaß haben!

Kurs-Nr. 32405

12.02.2024 - 27.05.2024

Montag, 18:00 - 19:00 Uhr

9 Termine, 12 U-Std., 64,26 € ohne Ermäßigung
(inkl. 19 % Umsatzsteuer)
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Petra Thunig

FatChanceBellyDance®

Bewegung, Rhythmus, Lebensfreude

Dieser Kurs bietet Ihnen Fitness für Körper, Geist und Seele. Mit Elementen des Orientalischen Tanzes, des Flamencos und des Indischen Tanzes stärken wir die gesamte Muskulatur, kräftigen den Beckenboden und verbessern die Körperhaltung. Wir verbinden harmonische und rhythmische Bewegungen und trainieren dabei Beweglichkeit, Konzentration sowie das Gleichgewicht. Dieser Kurs fasziniert durch seine abwechslungsreiche Lebendigkeit. Lassen Sie sich überraschen!

Es bedarf keiner Vorkenntnisse. Der Kurs ist für jedes Alter und jede Figur geeignet. Bitte tragen Sie ein T-Shirt, eine Leggings oder Sporthose und bringen Sie ein großes Tuch für die Hüften und Tanzschlappchen oder dicke Socken mit.

Kurs-Nr. 32410

16.02.2024 - 26.04.2024

Freitag, 17:00 - 18:30 Uhr

9 Termine, 18 U-Std., 68,54 € ohne Ermäßigung
(inkl. 19 % Umsatzsteuer)
Salzgitter-Lebenstedt, Gottfried-Linke-Realschule,
Gymnastikraum (Zugang über die Turnhalle, Hans-
Böckler-Ring 8/10)
Birgitt Hilse



Foto: Brigitte Hilse

Reha- und Gesundheitssportverein Salzgitter-Bad e.V.

Bewegung in Sporthalle und Natur

Lernen Sie den Reha- und Gesundheitssportverein Salzgitter-Bad e.V. kennen. Der Verein bietet seinen Mitgliedern nicht nur die Möglichkeit zur Teilnahme an den Sportarten, die in Kooperation mit der VHS angeboten werden, Kegeln, Bahnengolf, Wandern und monatliche Kaffee-Nachmittage stehen ebenfalls auf dem Programm. Bei allen Sportangeboten stehen Spaß und Freude an der Bewegung sowie das Erlebnis in der Gruppe im Vordergrund. Menschen mit und ohne Behinderung können daran teilnehmen.

Internet:
www.rgv-salzgitter-bad.de

E-Mail:
info@rgv-salzgitter-bad.de

Telefon:
05341 - 395974



Hallenbosseln

Reha- und Gesundheitssportverein Salzgitter-Bad e.V.

Hallenbosseln funktioniert wie Eisstockschießen, nur nicht auf einer Eisbahn, sondern auf einer Hallenbahn. Es wird im Team gespielt. Technik und Taktik sind mit etwas Übung rasch gelernt. Bitte bequeme Kleidung tragen, Turnschuhe und ein Getränk mitbringen.

Kurs-Nr. 32772

24.05.2024 - 14.06.2024
Freitag, 17:30 - 19:00 Uhr
4 Termine, 8 U-Std., gebührenfrei
Salzgitter-Bad, Gymnasium Salzgitter-Bad, große Halle
Eleonore Müller

Minigolf oder Bahnengolf

Reha- und Gesundheitssportverein Salzgitter-Bad e.V.

Minigolf oder Bahnengolf ist ein großer Freizeitspaß, bei dem Konzentration, Präzision und Emotionen äußerst wichtig sind. Mit der Bewegung an der frischen Luft haben die Mitspielenden ein Erlebnis mit viel Spaß und fördern gleichzeitig ihre Gesundheit. Bitte entsprechende Bekleidung tragen. Minigolfschläger können gestellt werden.

Kurs-Nr. 32774

27.05.2024 - 10.06.2024
Montag, 15:00 - 17:00 Uhr
3 Termine, 8 U-Std., gebührenfrei
Salzgitter-Gebhardshagen, SV Glück Auf Gebhardshagen e.V., Minigolfanlage
Eleonore Müller

Minigolf oder Bahnengolf

Reha- und Gesundheitssportverein Salzgitter-Bad e.V.

Minigolf oder Bahnengolf ist ein großer Freizeitspaß, bei dem Konzentration, Präzision und Emotionen äußerst wichtig sind. Mit der Bewegung an der frischen Luft haben die Mitspielenden ein Erlebnis mit viel Spaß und fördern gleichzeitig ihre Gesundheit. Bitte entsprechende Bekleidung tragen. Minigolfschläger können gestellt werden.

Kurs-Nr. 32774

27.05.2024 - 10.06.2024
Montag, 15:00 - 17:00 Uhr
3 Termine, 8 U-Std., gebührenfrei
Salzgitter-Gebhardshagen, SV Glück Auf Gebhardshagen e.V., Minigolfanlage
Eleonore Müller

Boule (Pétanque)

Reha- und Gesundheitssportverein Salzgitter-Bad e.V.

Boulespielen ist sehr gesellig und hat daher schon viele Fans und Mitspielende. Die RGV-Boule-Gruppe lädt Sie ein, das Spiel kennen zu lernen. Bei schlechtem Wetter findet der Kurs in der Halle statt. Bitte bequeme Kleidung tragen, Turnschuhe und ein Getränk mitbringen.

Kurs-Nr. 32776

04.06.2024 - 25.06.2024
Dienstag, 14:00 - 16:00 Uhr
4 Termine, 10 U-Std., gebührenfrei
Salzgitter-Bad, MTV Sportzentrum, Jahnstraße,
Hamburg-Bouleplatz
Sabine Grieb



Sportkegeln

Reha- und Gesundheitssportverein Salzgitter-Bad e.V.

Unser Ziel ist es nicht, an den Ligen des Deutschen Keglerbunds teilzunehmen, sondern wir setzen vor allem auf Spaß an körperlicher Bewegung beim Freizeitsport. Kegeln ist ein sehr technischer Sport, dessen Bewegungsabläufe immer wieder korrigiert werden müssen, bis sie richtig sitzen und beinahe automatisch ablaufen. Der Schlüssel für eine erfolgreiche Wurfserie liegt in der Beherrschung der Technik und Ausdauer.

Neulinge beim Kegeln können sich recht schnell Grundlagen aneignen, um ihr Spiel zu verbessern und an der Technik, Schrittfolge und Wurfbewegung zu arbeiten.

Alle am Kegelsport Interessierten sind herzlich eingeladen, sich den Herausforderungen auf der Bahn zu stellen.

Bitte bequeme Kleidung tragen und Turnschuhe mitbringen.

Kurs-Nr. 32770

03.04.2024 - 24.04.2024
Mittwoch, 10:00 - 12:00 Uhr
4 Termine, 10 U-Std., gebührenfrei
Salzgitter-Bad, SV Union Salzgitter
Eleonore Müller





Zusammenarbeit mit Sportvereinen

Golf – ein Wochenende zum Schnuppern

Golfclub Salzgitter/Liebenburg e.V.

Möchten Sie den Golfsport selbst erleben und die ersten Golfbälle treffen? Lernen Sie diese Sportart in einer kleinen Gruppe und unter professioneller Anleitung kennen und sorgen Sie dabei für Ihre mentale und körperliche Fitness. Den Golfplatz erkundigen Sie bei Bedarf mit einem Elektro-Cart. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Schläger und Bälle werden gestellt. Bitte bringen Sie Sportschuhe und bei Bedarf Regenbekleidung mit.

Kurs-Nr. 32710

Samstag, 01.06.2024, 16:00 - 18:00 Uhr

Sonntag, 02.06.2024, 15:00 - 18:00 Uhr

2 Termine, 5 U-Std., 24,99 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Salzgitter-Bad; Golf Club Salzgitter / Liebenburg e.V.,

Sportpark Mahner Berg

Christine Walisch

Kapow® - das neue Kardio

Power Workout

SV Glück Auf 1901

Kapow® ist ein Kardio Power Workout, bestehend aus einem Toning und Dance-Aerobic Part. Alle Bewegungen haben ihren Ursprung in einer natürlichen Bewegung. Dies macht das Workout so besonders und leicht nachvollziehbar.

Kurs-Nr. 32720

06.02.2024 - 04.06.2024

Dienstag, 18:30 - 19:30 Uhr

15 Termine, 20 U-Std., 71,40 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Salzgitter-Gebhardshagen, SV Glück Auf Gebhardshagen e.V.

Alina Ludwig

WORLD JUMPING®

SV Glück Auf 1901

WORLD JUMPING® ist ein dynamisches Fitness-Trainingsprogramm und kombiniert „Urban Moves“ und Elemente aus Aerobic, Step-Aerobic, Dance und Sprints. Zu beatstarker, aber auch rhythmischer Musik trainiert jeder auf einem eigenen Trampolin mit Haltegriff.

Kurs-Nr. 32722

06.02.2024 - 04.06.2024

Dienstag, 19:30 - 20:30 Uhr

15 Termine, 20 U-Std., 71,40 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Salzgitter-Gebhardshagen, SV Glück Auf Gebhardshagen e.V.

Alina Ludwig

KAHA®

SV Glück Auf 1901

Langsam und fließend geht eine Bewegung in die andere über, sodass immer genügend Zeit bleibt, diese kontrolliert auszuführen und einen sofortigen Effekt zu spüren. Es kräftigt, dehnt und entspannt entscheidend die Muskelgruppen und führt zu innerer Ruhe.

Kurs-Nr. 32724

07.02.2024 - 05.06.2024

Mittwoch, 17:00 - 18:00 Uhr

15 Termine, 20 U-Std., 71,40 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Salzgitter-Gebhardshagen, SV Glück Auf Gebhardshagen e.V.

Blanka Wehrmann

Zumba® Toning – Ganzkörpertraining mit Hanteln

SV Glück Auf 1901

Toning -Sticks kommen hier zum Einsatz. Es sind sehr leichte, meist mit Sand gefüllte Hanteln (450 g), die auch als Rasseln genutzt werden können. Der Fokus hier liegt auf Übungen, die die Figur formen und die Muskulatur kräftigen.

Kurs-Nr. 32726

07.02.2024 - 05.06.2024

Mittwoch, 19:00 - 20:00 Uhr

15 Termine, 20 U-Std., 71,40 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Salzgitter-Gebhardshagen, SV Glück Auf Gebhardshagen e.V.

Blanka Wehrmann

Seniorenwanderung

in Zusammenarbeit mit dem Harzklub Salzgitter



Vom Solewellenbad aus wandern wir im angepassten Tempo ca. 10 km durchs Grüne nach Liebenburg. Dort kehren wir ins Waldcafé ein und lassen die Wanderung gemütlich ausklingen.

Bitte bequeme Schuhe sowie dem Wetter entsprechende Kleidung tragen und ein Getränk mitbringen.

Anmeldungen möglich bis zum 27.03.2024.

Kurs-Nr. 32715

03.04.2024

Sonntag, 14:00 - 16:15 Uhr

1 Termin, gebührenfrei

Treffpunkt: Salzgitter-Bad, Thermalsolbad (draußen vor dem Eingang)

Regina Girelli

Märzenbecher-Wanderung

in Zusammenarbeit mit dem Harzklub Salzgitter



Kommen Sie mit zu den tollen Beständen der Märzenbecher am Gustedter Berg und im Lichtenberger Wald, denn die ersten Blüten am Ende des Winters faszinieren jedes Jahr aufs Neue. Der Weg beträgt ca. 12 km. Im Wandern geübte Kinder sind ebenfalls eingeladen. Denken Sie an Rucksack-Verpflegung sowie an wettergerechte Kleidung und Schuhe.

Kurs-Nr. 32717

10.03.2024

Sonntag, 09:30 - 13:15 Uhr

1 Termin, gebührenfrei

Treffpunkt: Salzgitter-Lichtenberg, Parkplatz an der Kanzel

Ingrid Redetzki

Waldbaden - Shinrin Yoku

in Zusammenarbeit mit dem Harzklub Salzgitter



Diese neue Form des Heilens mit den Kräften der Natur wirkt auf Körper und Geist. Ruhig und achtsam gehen wir mit uns und der Natur um, erleben Entspannung und Losgelöst sein vom Alltag. Die Abwehrkräfte werden gestärkt, Stress wird vermindert.

Bitte bequeme und wettergerechte Kleidung tragen und ein Picknick mitbringen. Diese Wanderung wird mit 10 Km im Wanderpass gewertet.

Kurs-Nr. 32719

23.03.2024

Samstag, 11:00 - 14:00 Uhr

1 Termin, gebührenfrei

Treffpunkt: Salzgitter-Lichtenberg, Parkplatz an der Kanzel

Regina Girelli



Siehe auch
Kurs-Nr.: 16042 & 16044
Wildnis Overnight
Kurs-Nr.: 16046
Survivaltraining – Selbsterfahrung
in der Natur
Kurs-Nr.: 16048 & 16049
Survivaltraining – für taffe Eltern
und mutige Kids
Seite 35

Selbsthilfe zu Wohlbefinden und Gesundheit

Depression – Was nun?

NEU

Was genau ist eigentlich eine Depression, welche Ursachen gibt es und wie kann der Alltag mit der Erkrankung gestaltet werden?

In dem vierwöchigen Seminar wird Wissen rund um die Erkrankung vermittelt, um das Krankheitsverständnis und den selbstverantwortlichen Umgang zu fördern. Es wird Raum und Gelegenheit geben, persönliche Erfahrungen im Zusammenhang mit der Erkrankung gemeinsam auszutauschen.

Das Seminar richtet sich sowohl an Betroffene als auch an Angehörige.

Themen: Was ist eine Depression? Ursachen und Auslöser; Neurobiologie und Vererbung; Umgang mit der Erkrankung; Rückfallprophylaxe.

Kurs-Nr. 33002

29.02.2024 - 21.03.2024

Donnerstag, 18:00 - 19:30 Uhr

4 Termine, 8 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Maren Banasiewicz

Kurs-Nr. 33004

30.05.2024 - 20.06.2024

Donnerstag, 18:00 - 19:30 Uhr

4 Termine, 8 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Maren Banasiewicz

Klangmassagen während und nach einer Krebserkrankung

NEU

- Wochenendseminar -

Erlernen Sie in diesem Kurs, wie mit Hilfe von Klangschalen Schwingungen entstehen, die besonders tiefe Ebenen im Körper ansprechen. Durch diese Art der ganzheitlichen Entspannung entsteht eine Atmosphäre von Sicherheit und Geborgenheit, die es uns ermöglicht, loszulassen - loszulassen von Stress, Ängsten, Sorgen und Zweifeln, die sich negativ auf unser Wohlbefinden auswirken. Mit Hilfe von Klang- und Mentalreisen sowie anderen Klangübungen können die oft um Krankheit kreisenden Gedanken zur Ruhe kommen, sodass wir unseren Körper und unsere Bedürfnisse wieder bewusst wahrnehmen und sich ein Gefühl der Ausgeglichenheit einstellt.

Bitte bequeme Kleidung tragen sowie ein Handtuch, eine Decke, ein kleines Kissen und warme Socken mitbringen.

Kurs-Nr. 33006

17.02.2024

Samstag, 14:30 - 17:30 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Heike Mücklisch

Siehe auch
Kurs-Nr.: 50219
Einladung zum Glücklichein – das
Mentaltraining für Ihren "inneren
Schweinehund"
Kurs-Nr.: 50230
Überleben in schwierigen Zeiten – in
Lösungen denken
Seite 85



Bildungsurlaube

BU Achtsam im Beruf und Alltag

Ein Weg zur Stressbewältigung

– Wochenintensivkurs halbtags –

Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub für Teilzeitkräfte anerkannt.

Heute leiden viele Menschen an Stress, der sich häufig in Missempfindungen oder in organischen Erkrankungen widerspiegelt. Wie können Sie aus der Stressspirale aussteigen? In diesem Seminar erlernen Sie einen gesunden Umgang mit beruflichen und alltäglichen Belastungen.

Es werden u. a. folgende Inhalte bearbeitet:

- typische Symptome und Erscheinungsformen von Stress
- Stressauslöser
- Auswirkungen von Stress auf den Körper sowie stressrelevante hirneurophysiologische Prozesse
- Stress- und Risikofaktoren
- Zusammenhang von Stress und Lebens- sowie Arbeitsbedingungen

- Akquirierung von Ressourcen zum richtigen Umgang mit Stress
- Methoden der Stressbewältigung, insbesondere die der Achtsamkeit, um die Handlungskompetenz für eigenverantwortliches Gesundheitsverhalten zu stärken

Bitte Matte, bequeme Kleidung und warme Socken für den praktischen Teil mitbringen.

Kurs-Nr. 34915

10.06.2024 - 14.06.2024

Montag - Freitag, 09:00 - 12:30 Uhr

5 Termine, 20 U-Std., 93,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Gabriela Lalla



BU Mentaltraining – ein Beitrag zur Gesundheitsprävention für den beruflichen Alltag

– Wochenintensivkurs –

Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub für Vollzeitkräfte anerkannt.

Dieser Bildungsurlaub fördert den Aufbau von Wissen zur Gesundheitsprävention, insbesondere den Zusammenhang zwischen Stress und körperlichen Beschwerden (wie Kopf-, Schulter- oder Rückenschmerzen). Die Erkenntnis darüber soll dazu beitragen, das Risiko für stressbedingte Krankheiten und damit Tage der Arbeitsunfähigkeit zu minimieren.

Wir werden uns u. a. mit folgenden Inhalten beschäftigen:

- Erscheinungsformen von Stress sowie den Folgewirkungen
- Stress und körperliche Beschwerden
- Grundlagen des Mentaltrainings (Geschichte, aktueller Forschungsstand sowie neurologisches Grundwissen)
- Methoden des Mentaltrainings und Anleitung zur fachgerechten Anwendung
- eigene Verhaltensweisen, Veränderungsmöglichkeiten und eigene Ressourcen

Bitte bequeme Kleidung tragen und warme Socken mitbringen.

Kurs-Nr. 34920

22.04.2024 - 26.04.2024

Montag - Freitag, 09:00 - 16:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 173,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Adam Andrissek

BU Energie für Beruf und Alltag tanken

– Wochenintensivkurs halbtags –

Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub für Teilzeitkräfte anerkannt.

Um den vielfältigen Anforderungen im Beruf und Alltag gerecht zu werden, sind ausreichend Energie und die Fähigkeit, sich zu entspannen, eine wichtige Voraussetzung. Bewusst Ruhepunkte zu setzen und Entspannungspausen einzulegen eröffnet einen Zugang zu den inneren Ressourcen. In dieser Woche lernen Sie Methoden der Körperwahrnehmung und gesundheitsfördernde Verfahren, die zu einer entspannten Atmosphäre am Arbeitsplatz und in der Freizeit beitragen. Neben unterschiedlichen Yoga-Übungen werden Hintergrundwissen und neue Erkenntnisse praxisnah vermittelt.

Bitte Matte, bequeme Kleidung und warme Socken für den praktischen Teil mitbringen.

Kurs-Nr. 34930

08.04.2024 - 12.04.2024

Montag - Freitag, 09:00 - 12:30 Uhr

5 Termine, 20 U-Std., 93,00 € ohne Ermäßigung

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 08.03.2024

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Sabine Switalski-Rieck



BU Dem Leben eine neue Richtung geben

Ein Weg zur Gesundheitsprävention

- Wochenintensivkurs halbtags -

Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub für Teilzeitkräfte anerkannt.

In unserer Leistungsgesellschaft mit den immensen Anforderungen in Beruf und Alltag fühlen sich immer mehr Menschen ständig "unter Strom". Das führt zu Dauerstress und kann Symptome, wie z. B. permanente Müdigkeit, innere Unruhe und eine verringerte Leistungsfähigkeit zur Folge haben. Der Bildungsurlaub fördert das Verständnis für eine eigenverantwortliche Gesundheitsprävention und motiviert beherzt und mutig neue Wege zu gehen. Eine ausgewogene Work-Life-Balance und ein bewusster Umgang mit Achtsamkeit für sich selbst und andere können zur Selbstverständlichkeit werden und zu neuen Kapazitäten für Beruf und Familie führen.

Bitte ein großes Handtuch, eine Decke, eine Matte, bequeme Kleidung, warme Socken, Essen sowie Getränke mitbringen.

Kurs-Nr. 50915

Gebühr und Termine auf Anfrage

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Armbricht

www.awo-salzgitter.de



Mittendrin - mit Herz.

AWO Salzgitter-Wolfenbüttel

AWO in Salzgitter

- allgemeine Sozialberatung
- Rentenberatung
- Eltern-Kinder-Kurberatung
- Kindertagesstätten
- Familienzentren
- Frauenhaus
- AWiSTA Fredenberg
- Ü24 Sozialberatung
- AWiRA Wohncafé
- Ortsvereine mit geselligen Angeboten



Arbeiterwohlfahrt

Kreisverband Salzgitter-Wolfenbüttel e. V.

Neißestraße 16

38226 Salzgitter

Telefon: 05341.43601

www.awo-salzgitter.de

Heimische Kräuter und ätherische Öle

Kräuterwanderungen

Diese Wanderungen wenden sich an Pflanzen- und Naturinteressierte. Sie erfahren Wissenswertes zu heimischen Wildpflanzen und Wildkräutern, lernen sie in ihrer natürlichen Umgebung kennen, erhalten Tipps, worauf Sie beim Sammeln und Verwerten achten sollten - und fördern mit der Bewegung an der frischen Luft Ihre Gesundheit.

Immer der Nase nach

Im März explodiert die Natur förmlich. Auf den Duftspuren von Bärlauch & Co. ist schon reichlich wildes, gesundes Grün zu entdecken. Woran erkenne ich die essbaren ersten Wildkräuter? Wie ernte und verwende ich sie? Das und viel Wissenswertes erfahren Sie auf dieser Frühlingswanderung am Elber Berg.

Wir treffen uns um 10:30 Uhr auf dem Parkplatz am Sportplatz in Groß Elbe. Denken Sie an wetterfeste Kleidung sowie festes Schuhwerk und bringen Sie je nach Bedarf etwas Proviant mit. Eventuell anfallende Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

Kurs-Nr. 34971

16.03.2024

Samstag, 10:30 - 14:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 16,00 € ohne Ermäßigung + Materialkosten

Treffpunkt: Groß Elbe, Sportheim, Weißer Weg (Wegweiser an der Haupt- und Durchfahrtstraße beachten)

Christiane Nusche

Es grünt so grün

Frisches Laub an Baum und Strauch, leckere Knospen, zarte Blättchen der ersten Wildkräuter - auf dieser Wanderung lernen Sie die essbaren Wildkräuter von ihren gefährlichen Doppelgängern zu unterscheiden. Nebenbei gibt es viel Wissenswertes zu Wirkung und Verwendung. Sicher erkannt sind sie köstliche Bereicherungen der Frühjahrsküche zum Nulltarif.

Wir treffen uns um 10:30 Uhr auf dem Parkplatz am Sportplatz in Groß Elbe. Denken Sie an wetterfeste Kleidung sowie festes Schuhwerk und bringen Sie je nach Bedarf etwas Proviant mit. Eventuell anfallende Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

Kurs-Nr. 34973

13.04.2024

Samstag, 10:30 - 14:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 16,00 € ohne Ermäßigung + Materialkosten

Treffpunkt: Groß Elbe, Sportheim, Weißer Weg (Wegweiser an der Haupt- und Durchfahrtstraße beachten)

Christiane Nusche

Frühlingsfit mit Wildkräutern

Wir machen uns auf die Suche nach wertvollen Frühlingskräutern, die unseren Speiseplan bereichern und behilflich beim Erhalt von Fitness und Wohlbefinden sind. Welche sind das? Wie erkennt man sie? Wie bereite ich sie zu? Und wie kann ich meiner Familie die grüne Kost schmackhaft machen?

Wir treffen uns um 10:30 Uhr auf dem Parkplatz am Sportplatz in Groß Elbe. Denken Sie an wetterfeste Kleidung sowie festes Schuhwerk und bringen Sie je nach Bedarf etwas Proviant mit. Eventuell anfallende Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

Kurs-Nr. 34975

04.05.2024

Samstag, 10:30 - 14:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 16,00 € ohne Ermäßigung + Materialkosten

Treffpunkt: Groß Elbe, Sportheim, Weißer Weg (Wegweiser an der Haupt- und Durchfahrtstraße beachten)

Christiane Nusche

Der Meister des Waldes

Nicht nur für die Maibowle ist er gut, der Waldmeister. Er und noch so manches heimische Wildkraut sind für Geschmack und Wohlbefinden zu verwenden. Lernen Sie die Vielfalt des grünen Angebots kennen. Wissenswertes, interessante Informationen und hilfreiche Tipps zum erfolgreichen Einsatz nehmen Sie von dieser Wanderung mit nach Hause.

Wir treffen uns um 10:30 Uhr auf dem Parkplatz am Sportplatz in Groß Elbe. Denken Sie an wetterfeste Kleidung sowie festes Schuhwerk und bringen Sie je nach Bedarf etwas Proviant mit. Eventuell anfallende Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

Kurs-Nr. 34977

25.05.2024

Samstag, 10:30 - 14:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 16,00 € ohne Ermäßigung + Materialkosten

Treffpunkt: Groß Elbe, Sportheim, Weißer Weg (Wegweiser an der Haupt- und Durchfahrtstraße beachten)

Christiane Nusche

Von Hexenkräutern und Zauberpflanzen

Der Sommeranfang und damit der längste Tag des Jahres steht bevor. Nicht nur um diesen Zeitraum ranken sich so manche Geschichten und Mythen. Auf der Wanderung soll sich alles um die Geschichten, die sich unsere Vorfahren erzählten, die Bedeutung und Wirksamkeit, die sie Kräutern und Pflanzen zuschrieben, drehen. Lassen Sie sich verzaubern!

Wir treffen uns um 10:30 Uhr auf dem Parkplatz am Sportplatz in Groß Elbe. Denken Sie an wetterfeste Kleidung sowie festes Schuhwerk und bringen Sie je nach Bedarf etwas Proviant mit. Eventuell anfallende Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

Kurs-Nr. 34979

15.06.2024

Samstag, 10:30 - 14:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 16,00 € ohne Ermäßigung / + Materialkosten

Treffpunkt: Groß Elbe, Sportheim, Weißer Weg (Wegweiser an der Haupt- und Durchfahrtstraße beachten)

Christiane Nusche



Eine alte Tradition wiederbeleben NEU

Wir begeben uns auf die Spuren der alten Kräuterfrauen und -männer und lassen die Tradition des „Frauendreibigers“ (Mitte August bis Mitte September) wieder aufleben: Der 15. August ist traditionell der Tag, um einen Kräuterbuschen zu winden, der die jetzt besonders heilkräftigen Kräuter für den bevorstehenden Winter enthält. Diese können wir zum Räuchern, für heilsame Tees oder duftenden Schmuck nutzen. In den weiteren 30 Tagen wird nach altem, überliefertem Wissen der kräuterige Vorrat für die Hausapotheke gesammelt - so auch bei dieser Wanderung.

Wir treffen uns um 10:30 Uhr auf dem Parkplatz am Sportplatz in Groß Elbe. Denken Sie an wetterfeste Kleidung sowie festes Schuhwerk und bringen Sie je nach Bedarf etwas Proviant mit. Eventuell anfallende Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

Kurs-Nr. 34981

17.08.2024

Samstag, 10:30 - 14:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 16,00 € ohne Ermäßigung / + Materialkosten

Treffpunkt: Groß Elbe, Sportheim, Weißer Weg
(Wegweiser an der Haupt- und Durchfahrtstraße beachten)

Christiane Nusche

**Vorankündigung für das 2. Semester 2024
Anmeldung bereits jetzt möglich.**

Wilde Schätze im frühen Herbst NEU

Wenn der Sommer langsam ausklingt und der frühe Herbst beginnt, gibt es Spannendes in Wald und Flur zu entdecken. Bei dieser Wanderung zeige ich Ihnen die letzten Wildkräuter, bevor sich die Natur in Winterruhe begibt. Interessant sind jetzt vor allem die Früchte von Weißdorn, Schlehe, Vogelbeere & Co., die man lecker zubereiten und verzehren kann. Ebenso nützlich ist auch die Kenntnis um gesunde wilde Wurzeln und Samen sowie deren Verwendungsmöglichkeiten, um den Vorrat für Küche und Hausapotheke für die bevorstehende Erkältungszeit zu bereichern. Dies alles werden wir gemeinsam erkunden.

Wir treffen uns um 10:30 Uhr auf dem Parkplatz am Sportplatz in Groß Elbe. Denken Sie an wetterfeste Kleidung sowie festes Schuhwerk und bringen Sie je nach Bedarf etwas Proviant mit. Eventuell anfallende Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

Kurs-Nr. 34986

14.09.2024

Samstag, 10:30 - 14:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 16,00 € ohne Ermäßigung + Materialkosten

Treffpunkt: Groß Elbe, Sportheim, Weißer Weg
(Wegweiser an der Haupt- und Durchfahrtstraße beachten)

Christiane Nusche

Ätherische Öle

Lernen Sie in unseren neuen Seminaren Wissenswertes zur Herstellung und Anwendung von ätherischen Ölen.

Ätherische Öle in der Hausapotheke NEU

- **Wochenendseminar** -

Entdecken Sie in diesem Kurs die duftenden Heilkräfte der ätherischen Öle. Als Teil der Pflanzenheilkunde gewinnt ihre Anwendung immer mehr an Bedeutung. Probieren Sie ausgewählte, hochwertige ätherische Öle aus und erfahren Sie mehr über ihre Wirkungen. Wussten Sie zum Beispiel, dass Zitronenduft die Konzentration stärkt und Fieber senken kann? Lassen Sie sich in die Welt der Düfte von Cajeput, Thymian, Lavendel und vielen weiteren entführen und stellen Sie am Ende Ihre eigene wohltuende Einreibung her.

Kurs-Nr. 34988

24.02.2024

Samstag, 10:00 - 12:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 17,37 € ohne Ermäßigung inkl. Materialkosten (inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Anke Hannich

Wohlfühlen mit ätherischen Ölen NEU

- **Wochenendseminar** -

In diesem Kurs lernen Sie Düfte für die Seele kennen. Düfte, die uns ein Lächeln auf das Gesicht zaubern, die uns stärken und umarmen, uns Zuversicht schenken und so zu unserem Wohlbefinden im Alltag beitragen können. Sie haben in diesem Kurs die Möglichkeit ausgewählte, hochwertige ätherische Öle auszuprobieren und etwas über ihre Wirkung zu erfahren. Kennen Sie zum Beispiel "Neroli", den Duft des Bitterorangenbaums? Dieses Öl kann uns dabei helfen, Stress zu lösen. Und dann gibt es noch den Duft der Grapefruit, der ein toller Motivator sein kann. Oder entdecken Sie Benzoe siam, welches Wärme und Gemütlichkeit vermittelt. Aus diesen und anderen Zutaten können Sie dann Ihr individuelles Körperöl herstellen.

Kurs-Nr. 34990

02.03.2024

Samstag, 10:00 - 12:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 17,37 € ohne Ermäßigung inkl. Materialkosten (inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Anke Hannich

Kochen

Das breite VHS-Angebot der deutschen und der internationalen Küche steht für kulinarische Vielfalt – Vielfalt, die kulturelle Traditionen und Gruppenidentität widerspiegelt. Von regional über exotisch bis vegan: Kochkurse inspirieren und stehen allen offen.

Kräuter in Theorie und Praxis NEU

Sie möchten in Ihrem Garten oder auf dem Balkon erfolgreich Kräuter anpflanzen und diese auch vielfältig nutzen? Wir werden in der ersten Kursstunde vieles über den richtigen Anbau erfahren. Der zweite Abend gibt uns einen Einblick in die Inhaltsstoffe und Verwendung der Kräuter. Der Abschluss findet in einem etwas längeren Kursabend in der Küche statt, wo wir interessante Kräuterrezepte ausprobieren werden. Ihre Kursleitung ist Ernährungswissenschaftlerin und Gartenfachwart.

Kurs-Nr. 35002

08.04.2024 & 15.04.2024

Montag, 17:30 - 19:00 Uhr

22.04.2024

Montag, 17:30 - 21:15 Uhr

3 Termine, 9 U-Std., 45,60 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Maria Sturm

Kochen mit Kollegen oder Freunden

Neben dem Angebot im laufenden Semester können Sie als Gruppe bis 10 Personen Ihren Kochkurs bestellen. Wie wäre es mit einem Kochabend mit Kollegen oder im Freundeskreis? Oder feiern Sie einfach Ihren nächsten Geburtstag mit einem Kochevent. Nennen Sie uns Ihre Vorstellungen, wir helfen bei der inhaltlichen Planung, organisieren Ihre Veranstaltung und stellen eine erfahrene Kochfachkraft und eine Küche mit separatem Essraum in gepflegter Atmosphäre. Kontakt: Paula Grüneberg, 0 53 41 / 839-36 44, paula.grueneberg@stadt.salzgitter.de

Zusammen leichter – Auf zum Wunschgewicht!

NEU

Haben Sie in der Vergangenheit immer wieder Diäten ausprobiert und wurden am Ende vom Jojo-Effekt eingeholt? Im Kurs „Zusammen leichter – auf zum Wunschgewicht“ bekommen Sie einen Leitfaden an die Hand, wie Sie sich ausgewogen, achtsam und bewusst ernähren. Sie erfahren, wie Sie Gewicht verlieren und es auch langfristig halten können. Wir schauen gemeinsam auf Ihre individuellen Ernährungsprotokolle, verknüpfen dies mit praktischen Einkaufstipps und Sie lernen, in welchem Zusammenhang die Psychologie mit der Ernährung steht. Am Ende des Kurses erwartet Sie ein Highlight, bei dem Sie an einem Kochabend Praxis und Theorie miteinander verbinden dürfen.

Bitte bringen Sie für den Kochabend ein scharfes Messer, ein Geschirrtuch und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35004

05.03.2024 - 07.05.2024

Dienstag, 16:00 - 17:30 Uhr

14.05.2024

Dienstag, 16:00 - 19:45

8 Termine, 19 U-Std., 72,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Britta Stenzel

Ayurvedische Küche

NEU

Tauchen Sie in die Welt der ayurvedischen Küche ein. Die ayurvedische Ernährung differenziert zwischen geistigen, emotionalen und körperlichen Wirkungsweisen. Erfahren Sie, welcher Ayurveda-Typ Sie sind und welche Speisen am besten darauf abgestimmt sind.

Bitte bringen Sie für diesen Kurs ein scharfes Messer, ein Geschirrtuch und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35006

07.06.2024

Freitag, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 33,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Britta Stenzel

Osterschmaus

NEU

Ostern steht vor der Tür und Sie haben noch keine Idee, was Sie an den Feiertagen zubereiten möchten? In diesem Kurs lernen Sie Osterrezepte von herzhaft bis süß kennen. So haben Sie den Plan für das nächste Jahr schon in der Tasche und Sie können entspannt mit Ihren Lieben Ostern verbringen. Bitte bringen Sie für diesen Kurs ein scharfes Messer, ein Geschirrtuch und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35008

13.03.2024

Mittwoch, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 33,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Britta Stenzel

Siehe auch
Kurse 21009 & 21010
Literarisches & Kulinarisches
in der Stadtbibliothek
Seite 44



After-work-cooking

gesund-schnell-nachhaltig

Gesundes Kochen ist immer so zeitaufwendig, da greift man schon mal zur Tütensuppe oder schiebt eine Tiefkühlpizza in den Ofen. Es geht auch anders. An diesem Abend zeige ich Ihnen, wie Sie gesund und vor allem ohne künstliche Zusatzstoffe und Geschmacksverstärker schnell und nachhaltig frische Gerichte lecker zubereiten können.

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein scharfes Messer und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35010

15.05.2024

Mittwoch, 18:00 - 21:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 25,60 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Doreen Hildebrandt

Suppen – Löffelweise Glück

NEU

Fein & cremig: Sanft und sahnig schmeicheln sie wohl jeder Kehle. Cremige Suppen machen sich großartig als edle Vorspeise oder aber als feiner, kleiner Imbiss.

Würzig & exotisch: Mit Gewürzen, Kräutern und einen Hauch von Chili beleben z. B. Asia-Suppen.

Üppig & herzerwärmend: Reichhaltige Eintöpfe sind Suppen, die die Seele wärmen. Einerseits kräftig und deftig, andererseits fein und ausbalanciert.

Sommerlich & aromatisch: Bunte Gemüse, Basilikum – das sind die Zutaten, aus denen im sonnigen Süden die Suppenklassiker gemacht werden.

Erfrischend & kühl: Flirrende Hitze und dampfender Suppentopf? Das geht natürlich nicht zusammen! Deshalb kalte, von innen kühlende Suppen, wie z. B. Gazpacho. Einfach lecker und garantiert hitzefrei! In diesem Kurs finden Sie für jede Gelegenheit das Richtige.

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein scharfes Messer und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35012

14.03.2024

Donnerstag, 17:45 - 21:30 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 34,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sabine Stotz

Brunch – das schöne späte Frühstück

NEU

Kaltes und Warmes. Herzhaftes und Süßes. Die Vielfalt eines Brunches, der die Genüsse von Frühstück (engl. breakfast) und Mittagessen (engl. Lunch) auch wörtlich zusammenbringt, ist immer wieder ein Genuss. Vorgestellt werden bewährte Rezepte, die auf keiner Brunchtafel fehlen sollten. Aber auch neue Ideen und köstliche Rezepte werden umgesetzt, die Ihre Gäste begeistern werden.

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein scharfes Messer und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35014

06.04.2024

Samstag, 10:00 - 14:30 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 39,20 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sabine Stotz

Gourmet – Burger

NEU

Die gestapelten Brötchen sind einfach und schnell gemacht. Auch mit Fisch oder vegetarisch sind sie ein Genuss.

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein scharfes Messer und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35016

08.05.2024

Mittwoch, 17:45 - 21:30 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 34,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sabine Stotz



Pack die Gesundheit in den Mixer

NEU

Vitamine in Bestform

Gesundheit und gleichzeitig lecker-beides zusammen geht nicht? Geht doch! Seit es Smoothies gibt. Die kleinen Powerpakete liefern Vitamine und Ballaststoffe pur, machen angenehm satt und schmecken dazu noch unerschämmt gut. Sie passen zu jeder Tageszeit mit Milch, Joghurt und Quark anstelle des morgendlichen Müslis oder Mittags als kleine Snacks oder zum Dessert. Abends nach dem Sport als schlanke Alternative zu Chips oder Currywurst. In fröhlicher Runde wollen wir Smoothies und dazu passende Appetithäppchen zaubern. Anschließend werden die Kreaturen verköstigt.

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein scharfes Messer und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35018

16.05.2024

Donnerstag, 17:45 - 21:30 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 34,00 € ohne Ermäßigung,

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sabine Stotz

Soul Kitchen – after work

NEU

Essen hält Leib und Seele zusammen.

Mit Wertschätzung für das Produkt und mit Liebe in der Zubereitung entstehen mollige Pasta, cremige Suppen, knackige Bowls, schokoladige Kuchen und andere Seelenstreicher. Seien Sie gespannt und lassen Sie es uns genießen!

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein scharfes Messer und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35020

02.05.2024

Donnerstag, 17:45 - 21:30 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 35,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sabine Stotz

Saucen und Dips

NEU

Saucen sind das Tüpfelchen auf dem i. Heiß oder kalt ergänzen sie feine Gemüse-, Nudel-, und Fleischgerichte aufs köstlichste. Mal samtig weich, mal frisch und würzig-eine gute Sauce macht das Essen erst zum perfekten Genuss. Neben den Klassikern werden wir auch neue, moderne Rezepte ausprobieren.

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein scharfes Messer und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35022

29.05.2024

Mittwoch, 17:45 - 21:30 Uhr

1 Termin, 34,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sabine Stotz

Raffiniert, bunt und vielseitig – Fisch und Salate

NEU

Fit ins Frühjahr mit Vitaminen und Co. Gemüse und Salate sind gesund und reich an Vitaminen und Mineralstoffen. Aber der Fisch hat auch einiges zu bieten: wertvolle Inhaltsstoffe, die in kaum einem anderen Lebensmittel natürlich vorkommen, wie z. B. das lebensnotwendige Jod. Außerdem ist Fischfett besonders hochwertig und gesund für unseren Körper. Es hat einen besonderen Einfluss auf den Blutfettspiegel (Cholesterin und Triglyzeride) Mit Fisch, Gemüse und Salaten lassen sich einfach und schnell viele leckere Gerichte zaubern. Haben Sie Lust auf Fisch und Salat bekommen? Na, dann los...

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein scharfes Messer und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35024

19.06.2024

Mittwoch, 17:45 - 21:30 Uhr

1 Termin, 38,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sabine Stotz

Ladies Night

Mit diversen Menüs und einem Hauch von Chi-Chi werden die Teilnehmerinnen in den höchsten kulinarischen Himmel entführt. Diese Gerichte versetzen selbst verwöhnteste Gaumen ins Schwärmen. Entfliehen Sie für ein paar Stunden dem mitunter grauen Alltag.

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein scharfes Messer, ein Getränk und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35026

14.02.2024

Mittwoch, 17:00 - 21:45 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 57,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ralf Richter



Foto: panthermedia foodandmore

Fleischlos kochen

Vegetarisch kochen für Anfänger/innen

NEU

Sie wollten schon immer wissen, wie man vielfältig und lecker vegetarisch kochen kann? Dieser Kurs ist speziell für Anfänger/innen konzipiert, die in die Welt der fleischlosen Ernährung einsteigen möchten. Über drei Termine hinweg erhalten Sie fundierte Einblicke in die Grundlagen einer ausgewogenen vegetarischen Lebensweise. Dabei lernen Sie, wie Sie ohne Fleisch und Fisch alle nötigen Nährstoffe abdecken, die der Körper benötigt. Sie werden merken, wie einfach und köstlich der Start sein kann – auf zu einer Reise zu mehr Wohlbefinden und bewusstem Genuss!

Bitte bringen Sie ein scharfes Messer, Geschirrtuch und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35202

06.08.2024 - 20.08.2024

Dienstag, 17:30 - 20:30 Uhr

3 Termine, 12 U-Std., 49,40 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Olga Kechter

Vegetarische Curry-Variationen

NEU

Entdecken Sie vielfältige vegetarische Curry-Variationen! Vom cremigen Kokos-Curry-Reis bis hin zu würzigem Linsen-Curry. Die Rezepte bieten eine geschmackliche Reise in die Welt der pflanzlichen Aromen.

Bitte ein scharfes Messer, ein Geschirrtuch und Restegefäße mitbringen.

Kurs-Nr. 35204

11.06.2024

Dienstag, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 28,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Olga Kechter

Vegetarische Frühlingsgerichte

An diesem Abend werden wir leichte und feine Frühlingsgerichte ganz ohne Fleisch und Fisch und vor allem ohne Geschmacksverstärker wie Glutamat oder Hefeextrakt zubereiten. Einfach genial!

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein scharfes Messer und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35206

17.04.2024

Mittwoch, 18:00 - 21:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 25,60 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Doreen Hildebrandt

Vegetarische Sommergerichte

Das Angebot an Sommergemüse ist groß und vielfältig. Mit Hülsenfrüchten, Kernen und weiteren Zutaten können alle Sorten vielfältig zubereitet werden. An diesem Abend werden wir leichte und feine Gerichte ganz ohne Fleisch und Fisch zubereiten. Richtig lecker!

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein scharfes Messer und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35208

14.08.2024

Mittwoch, 18:00 - 21:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 25,60 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Doreen Hildebrandt

Sommerliche Superfoods – vegetarisch, heimisch, gesund

Was haben Sauerkraut, Avocados und Quinoa gemein? Genau, sie gelten als Superfoods. Superfoods sind also Lebensmittel, denen positive Wirkungen auf unsere Gesundheit nachgesagt werden. Sie sollen uns stärken und schön machen. Sie sind herzlich eingeladen, die spannende Welt der Superfoods zu erkunden und neue, sommerliche Rezepte kennenzulernen, die Ihre Alltagsküche bereichern werden.

Bitte bringen Sie ein scharfes Messer, ein Geschirrtuch und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35210

24.05.2024

Freitag, 17:45 - 21:30 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 34,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sabine Stotz

Regionale vegane Küche

Tauchen Sie ein in die Welt der regionalen veganen Küche! Die Rezepte vereinen frische, lokale Zutaten zu köstlichen Gerichten, die nicht nur den Gaumen erfreuen, sondern auch nachhaltig sind. Erfahren Sie, wie vielfältig und genussvoll eine rein pflanzliche Ernährung aus der eigenen Region sein kann.

Bitte ein scharfes Messer, ein Geschirrtuch und Restegefäße mitbringen.

Kurs-Nr. 35302

05.03.2024

Dienstag, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 28,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Olga Kechter

Veganes Street-Food

Genießen Sie die Lebendigkeit und vielfältigen Aromen der Straßenstände: Köstliche Falafel-Wraps, würzige Gemüse-Nudel-Boxen oder ausgefallene vegane Burger - ein Genuss ganz ohne tierische Produkte!

Bitte bringen Sie ein scharfes Messer, ein Geschirrtuch und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35304

12.03.2024

Dienstag, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 28,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Olga Kechter

Vegane Bowls

Ob Buddha-Bowls voller Gemüse und gesunden Saucen oder Smoothie-Bowls mit frischem Obst und knusprigen Toppings - die Rezepte in diesem Kurs bieten eine genussvolle und ausgewogene Möglichkeit, pflanzliche Vielfalt in den Alltag zu bringen!

Bitte ein scharfes Messer, ein Geschirrtuch und Restegefäße mitbringen

Kurs-Nr. 35306

18.06.2024

Dienstag, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 28,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Olga Kechter

Internationale Küche

Italienische Küche mit neuen Rezepten

Es ist erstaunlich, welche unterschiedlichen Gaumenfreuden das Urlaubsland zu bieten hat. Jede Region hat typische Spezialitäten. Beispielsweise liebt man im Süden Fisch, Nudeln und viel Gemüse. Im kühleren Norden bevorzugt man Herzhaftes. Natürlich dürfen auch die schmackhaften Antipasti, leckere Aufläufe und süße Desserts nicht fehlen. Erleben Sie an diesem Abend die ganze Bandbreite der italienischen Küche. Bitte bringen Sie ein scharfes Messer, ein Geschirrtuch und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35100

30.05.2024

Donnerstag, 17:45 - 21:30 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 34,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sabine Stotz

Antipasti

Schmackhafte Vorspeisen aus Italien

In diesem Kochkurs bekommen Sie eine Einführung in die Zubereitung und das kreative Anrichten kleiner italienischer Delikatessen. Kleine Gerichte, großer Genuss: Antipasti sehen nicht nur verführerisch aus, sondern bestechen auch durch ihren fantastischen Geschmack. Sie lernen, wie Sie ganz einfach Ihre eigenen kleinen Köstlichkeiten zaubern können. Im Kurs gibt es Wasser und Tee. Andere Getränke können Sie selbstverständlich gern mitbringen. Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, Einweghandschuhe und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35102

03.04.2024

Mittwoch, 17:00 - 20:45 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 34,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

SZ-Lebenstedt, Emil-Langen-Realschule

Kagan Kortun

Mappa della Pasta Italiana 1

Die Landkarte der italienischen Nudelgerichte

An diesem Abend begeben wir uns auf eine Reise durch Italiens Pasta-Welt. Wir starten in Norditalien und reisen den Stiefel hinab bis nach Sizilien. Wir tauchen in die Welt der verschiedenen Sugas (Saucen). In diesem Kurs verwenden wir schon fertige Paste aus dem Handel, so dass wir den Schwerpunkt auf die Sugas legen können. Insgesamt werden 15 typische italienische Rezepte besprochen und herausgegeben. Die Teilnehmer können frei die Gerichte auswählen, die sie kochen möchten.

Bitte bringen Sie eine Rühr- oder Teigschüssel, ein Geschirrtuch, Getränke (z.B. einen Weißwein) und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35104

30.04.2024

Dienstag, 17:00 - 20:45 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 35,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

SZ-Lebenstedt, Emil-Langen-Realschule

Kagan Kortun





Mappa della Pasta Italiana 2

NEU

Die handgemachte Pasta

Unsere Reise von Teil 1 setzen wir fort, in dem wir zu den einzelnen Sugos nun die Pasta selbst herstellen. Nach einer kurzen Einführung in die verschiedenen Pasta-Sorten, gehen wir gleich über zu den folgenden

Themen:

- welcher Basis-Teig eignet sich für welche Pasta
 - welche Pastaform für welche Sugo (Sauce)
 - welche Werkzeuge nutzen wir zur Herstellung und wie bewahren wir die fertige Pasta am besten auf.
- Im praktischen Teil werden wir uns zwei Pasta Basis-Teig Rezepten (mit und ohne Ei) widmen. Auch gefüllte Pasta wird in diesem Teil nicht fehlen. Am Ende werden wir genussvoll speisen.

Bitte bringen Sie ein Rühr- oder Teigschüssel, ein Geschirrtuch, Getränke (z.B. einen Weißwein) und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35106

15.05.2024

Mittwoch, 17:00 - 20:45 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 35,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

SZ-Lebenstedt, Emil-Langen-Realschule

Kagan Kortun

Prova la carne

Italiens Fleischküche

Schritt für Schritt lernen Sie die besten Fleischrezepte Italiens zu kochen: saftige Steaks, zart Gebratenes, aromatische Soßen! Gekocht werden unterschiedliche Gerichte aus Rind, Kalb, Lamm und Geflügel. Zu jedem Gericht werden die passenden Beilagen zubereitet.

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein Getränk (z. B. Weiß- oder Rotwein) und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35110

24.04.2024

Mittwoch, 17:00 - 20:45 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 37,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

SZ-Lebenstedt, Emil-Langen-Realschule

Kagan Kortun

Pizza Napoletana

Die Mutter aller Pizzen

Nicht umsonst wurde die Urpizza als ein schützenswertes Kulturgut im UNESCO-Weltkulturerbe aufgenommen. In einem kleinen Kreis von Teilnehmenden wird die Herstellung der traditionellen neapolitanischen Pizza in die Tat umgesetzt. Zu den Inhalten gehören nicht nur die Mehlkunde und die Herstellung des Teiges, sondern auch das Belegen und das Backen der Pizzen. Bitte bringen Sie zum Kochabend eine Rühr- oder Teigschüssel, ein Geschirrtuch, Einweghandschuhe, Getränke (vielleicht einen Rotwein) und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35112

22.05.2024

Mittwoch, 17:00 - 20:45 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 32,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Kagan Kortun

Pinsa romana

NEU

Die aromatische Alternative zur Pizza

Die beliebte Pizza – der italienische Klassiker – bekommt Konkurrenz. Der Pinsa-Romana Trend ist schon seit einigen Jahren auf dem Vormarsch. Wir räumen mit dem Mythos der Herkunft aus dem antiken Rom auf. Die Pinsa hat sich zu einer ganz besonderen Spezialität entwickelt: leicht, bekömmlich, außen knusprig und innen weich. Wer die Pizza mag, der wird die Pinsa lieben. Lassen Sie sich von frischem aromatischen Gemüse, unterschiedlichen Käsesorten, Schinken und Salamis verführen. Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein Getränk und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35114

05.06.2024

Mittwoch, 17:00 - 20:45 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 32,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Lebenstedt, Emil-Langen-Realschule

Kagan Kortun

Die sizilianische Küche

NEU

Begeben Sie sich auf eine kulinarische Rundreise, durch Sizilien, auf der alles so ganz anders ist, als das, was man eigentlich aus Italien kennt. Oder haben Sie schon einmal eine Caponata, eine Colatura di Alici oder Salicorne bei ihrem Lieblingsitaliener um die Ecke bekommen? Wenn nicht, seien Sie gespannt was die sizilianische Küche zum Besten gibt. Der Dozent, der selbst vor der Küste von Porto di Panarea kochen durfte, hat viele Rezepte von dort mitgebracht.

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein Getränk und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35116

05.06.2024

Mittwoch, 17:00 - 21:45 Uhr

1 Termin, 52,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ralf Richter

Spanische Tapas

Viele kennen diese spanischen Spezialitäten aus dem Urlaub. Wir werden gemeinsam verschiedene warme und kalte Tapas-Kreationen aus Fisch, Gemüse und Fleisch zubereiten, ein Olivenbrot sowie einen spanischen Mandelkuchen backen und letztendlich genießen. Nach diesem Kurs werden Sie in der Lage sein, sich selbst, Ihre Familie oder Gäste auf eine ganz spezielle Art zu verwöhnen, nämlich mit den kleinen und feinen Tapas.

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein Getränk und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35120

07.02.2024

Mittwoch, 17:00 - 21:45 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 52,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ralf Richter

Die mediterranen Küchen Europas

NEU

Begeben Sie sich auf eine kulinarische Rundreise, durch die Spitzenküchen Europas.

Ihre kulinarische Rundreise beginnt in Deutschland und führt Sie nach Frankreich, Spanien über Italien nach Griechenland. Kommen Sie einfach mit und lassen Sie sich diesen Gaumenschmaus nicht entgehen. Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein Getränk und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35130

21.02.2024

Mittwoch, 17:00 - 21:45 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 57,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ralf Richter

Erleben Sie die Köstlichkeiten der grünen Insel Irland

NEU

Irland ist viel mehr als Temple Bar, Whiskey und beeindruckende Kathedralen. Viele traditionelle irische Rezepte sind zum Teil geprägt von den Wikingern aber auch von den Iren selbst. Verwendung finden Fisch und Meeresfrüchte, insbesondere Forelle, Lachs und Steinbutt sowie Hummer, Muscheln und Austern. Doch auch schmackhafte Gerichte mit Lamm- und Rindfleisch oder Geflügel kommen häufig in Irland auf den Tisch. Als Beilagen werden besonders gerne Kartoffel und Kohl serviert. Rezepte wie Drisheen, Onnemara-Lamm, Shepards Pie und Irish Stew haben der irischen Küche das Image verliehen, rustikal und einfach, aber auch sehr lecker zu sein. Überzeugen Sie sich davon mit einem Guinness und einem Gläschen Baileys!

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein Getränk und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35134

03.04.2024

Mittwoch, 17:00 - 21:45 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 57,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ralf Richter

Genießen wie im Land des Lächelns

Sind Sie ein Fan von Sushi, Sashimi, Wakame Miso? Haben es aber noch nie selbst zubereitet? Dann sind Sie in diesem Kochkurs richtig. Der Dozent, der bei dem deutschen Sushi-Papst Steffen Henssler lernen durfte, zeigt Ihnen, wie Sie unterschiedliche Sushis aus frischem Fisch, aber auch vegetarisch oder als Dessert problemlos herstellen können. Itadaki-masu! Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein scharfes Messer, ein Getränk und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35136

28.02.2024

Mittwoch, 17:00 - 21:45 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 57,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ralf Richter

Kurs-Nr. 35138

12.06.2024

Mittwoch, 17:00 - 21:45 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 57,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ralf Richter

Die karibische Küche – exotisch und verführerisch

Die karibische Küche profitiert von der Vielfalt ihrer heimischen Produkte. Fangfrische Meerestiere werden mit Beilagen wie Okra, Süßkartoffeln, Reis, Bohnen oder Kochbananen kombiniert. Begibt man sich auf die Spuren von Christoph Kolumbus, sollte man sich den Geschmack einer feurigen Bananensuppe oder dem karibischen Kokos-Hähnchen nicht entgehen lassen. Kokos und Chilis verleihen den Gerichten der Karibik ihre charakteristische Schärfe und Exotik. Bon Bini!

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein scharfes Messer und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35140

06.03.2024

Mittwoch, 17:00 - 21:45 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 52,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ralf Richter

Die Vielfalt der afrikanischen Küche

Die afrikanische Küche ist so unterschiedlich wie die Menschen, die auf diesem Kontinent leben. Die vielen Länder und Regionen haben kulinarische Eigenheiten, die von dem heimischen Anbau und von den ehemaligen kolonialen Einflüssen geprägt sind. Ein charakteristisches Merkmal für die afrikanische Küche ist die großzügige Verwendung von Gewürzen wie Koriander, Kardamom, Nelken, Zimt, Ingwer und Chili. Populär in Küstennähe sind Fischgerichte aller Art, z. B. die Cioppino, ein Art Meeresfrüchtetopf, der auch in Italien zu Hause ist. In den nördlichen Ländern Afrikas wie Marokko oder Ägypten spielen Couscous-Rezepte eine wichtige Rolle, im Süden Fleischsorten wie Strauß, Lamm oder Rind. Der Dozent, der gerade erst aus Namibia zurück ist, hat einige interessante Rezepte im Gepäck.

Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein Getränk und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35142

05.06.2024

Mittwoch, 17:00 - 21:45 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 52,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ralf Richter

Indische Küche

Überraschend vielfältig und Facettenreich ist Indiens Küche. Lassen Sie sich verführen von fantasievollen Zutatenkombinationen. Genießen Sie höllisch scharfen Fisch, mildcremige Currys oder vegetarische Gerichte.

Tauchen Sie ein in das Abenteuer „indische Küche“! Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein Getränk und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35144

26.04.2024

Freitag, 17:45 - 21:30 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 36,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sabine Stotz

Kulinarische Reise online



Kochen Sie gemeinsam mit Teilnehmenden aus ganz Deutschland und kommen Sie mit auf eine virtuelle kulinarische Reise. Denn hier heißt es: Zusammen isst man weniger allein. Nach der Anmeldung erhalten Sie die Einkaufsliste zur Vorbereitung und den Zoom-Link für die Veranstaltung.

Maishähnchen an Sojankagemüse



**mit Kräuter-Salzkartoffeln
- Web-Seminar -**

Der Frühling naht und die Menüs werden leichter. In unserem heutigen Kochkurs bereiten wir im Hauptgang leckeres Maishähnchen zu. Dazu servieren wir cremige Kräuter-Salzkartoffeln und ein erfrischend säuerlich-scharfes Sojankagemüse. Zum Dessert genießen wir die Königin der Früchte, die Erdbeere, als frostigen Strudel im Glas.

Ihr Reiseleiter an diesem Abend ist Fabian Heinert aus der vhs Leipzig.

Technik-Check und Kennenlernen ab 17:30 Uhr. Nach der Anmeldung erhalten Sie die Einkaufsliste zur Vorbereitung und den Zoom-Link für die Veranstaltung. Eine Anmeldung gilt für einen Haushalt.

Kurs-Nr. 35190

15.03.2024

Freitag, 17:30 - 19:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung

Zoom

Fabian Heinert





Backen

Cremige Bockspezialitäten

NEU

„Es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen“.

Backen kann unheimlich entspannend sein. Zudem darf sich auch nicht immer an ein Rezept gehalten werden, aber dazu erfahren Sie in diesem Kurs mehr. Freuen Sie sich auf eine verschiedene Vielfalt mit großartigen Genussmomenten.

Bitte bringen Sie für diesen Kurs ein scharfes Messer, ein Geschirrtuch und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35402

03.05.2024

Freitag, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 38,08 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Britta Stenzel

Obstkuchen zur Sommerernte

NEU

Passend zur Sommerzeit haben viele leckere Früchte ihre Hochsaison. Auf Märkten und auch in den Geschäften sind frische Obstsorten vorzufinden.

Bereiten Sie einen fruchtig frischen Obstkuchen zu und genießen Sie die schönen Momente des Sommers.

Bitte bringen Sie für diesen Kurs ein scharfes Messer, ein Geschirrtuch und Restegefäße mit.

Kurs-Nr. 35404

09.08.2024

Freitag, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 36,89 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Britta Stenzel

Torten mit Fondant dekoriieren

NEU

In diesem Kurs lernen Sie den Umgang mit Fondant. Anhand eines Torten-Dummies wird die Torte kunstvoll und glatt eingedeckt. Weiterhin zeigen wir Ihnen das Färben von Fondant mit unterschiedlichen Lebensmittelfarben. Dazu gehört auch die Herstellung von Dekorationselementen, wie Zuckerblumen, Schleifen oder Applikationen. Am Ende dieses Kurses können Sie den fertig dekorierten Torten-Dummie mit nach Hause nehmen und das Gelernte Ihren Liebsten zeigen.

Kurs-Nr. 35406

07.05.2024

Dienstag, 18:00 - 20:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 59,50 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Lengede, TortenWerke GmbH, Lebenstedter Str. 32

Yvonne Schülze-Thüsing

Pralinen selbst gestalten

NEU

Lernen Sie bei uns, wie Sie Ihre eigenen Pralinen herstellen können. In diesem Kurs zeigen wir Ihnen: Das Temperieren von Zartbitterschokolade, das Gießen von ausgewählten Pralinenformen, die fachgerechte Herstellung einer Pralinenfüllung sowie das Verschließen der gefüllten Praline und die finale Präsentation und Aufbewahrung. Sie nehmen die selbst gestalteten Pralinen in einer edlen Schachtel mit nach Hause und können damit Ihre Liebsten überraschen.

Kurs-Nr. 35408

12.03.2024

Dienstag, 18:00 - 20:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 59,50 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Lengede, TortenWerke GmbH, Lebenstedter Str. 32

Yvonne Schülze-Thüsing

Schokotafeln gießen

NEU

Lernen Sie bei uns, wie Sie Ihre eigenen Tafelschokoladen herstellen können. In diesem Kurs zeigen wir Ihnen: Das Temperieren von verschiedenen Schokoladen, das Gießen von Tafelformen, das Dekorieren mit unterschiedlichen Toppings sowie das Beschriften der Tafel mit Spritzschokolade und die finale Präsentation und Aufbewahrung. Sie nehmen die selbst gestaltete Tafeln in einer edlen Schachtel mit nach Hause und können Ihre Liebsten überraschen.

Kurs-Nr. 35410

14.05.2024

Dienstag, 18:00 - 20:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 59,50 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Lengede, TortenWerke GmbH, Lebenstedter Str. 32

Yvonne Schülze-Thüsing

Tortenfiguren modellieren

NEU

Lernen Sie bei uns, süße Tiere aus Fondant zu modellieren. Wir stellen Safari-Tiere, wie Löwe, Giraffe oder Elefant her. Wir zeigen Ihnen verschiedene Modellieretechniken, die auch zu Hause dann leicht anwendbar sind. So krönen Sie Ihre Gebäcke individuell mit süßen Tierchen. Jede modellierte Figur darf mit nach Hause genommen werden.

Kurs-Nr. 35412

30.04.2024

Dienstag, 18:00 - 20:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 59,50 € ohne Ermäßigung

(inkl. 19 % Umsatzsteuer)

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Lengede, TortenWerke GmbH, Lebenstedter Str. 32

Yvonne Schülze-Thüsing



Fotos: TortenWerke GmbH

VHS für alle: Kursangebote für Menschen mit und ohne Handicap in Kooperation mit der Lebenshilfe Salzgitter

VHS für alle: Traumhaft lecker durch Frühling und Sommer

Wir kochen und backen gemeinsam einfache, aber leckere Gerichte. Gesund und bunt.

Bitte mitbringen:

- Boxen für Reste
- Geschirrhandschuh
- Schürze

In den Gebühren sind bereits alle Kosten (auch für Lebensmittel) enthalten.

Der Kurs richtet sich an Menschen mit und ohne Handicap.

Kurs-Nr. 14021

Freitag, 08.03.2024, 17:00 - 20:00 Uhr

Freitag, 12.04.2024, 17:00 - 20:00 Uhr

Freitag, 21.06.2024, 17:00 - 20:00 Uhr

3 Termine, 12 U-Std., 84,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sabine Stotz

Salzgitter Geheimnisse

MEDIEN ZENTRIUM



Das Medienzentrum der Stadt Salzgitter stellt eine zentrale Fachkompetenz im Kontext der audiovisuellen Darstellung dar. In den letzten Jahren hat es eine umfangreiche Sammlung informativer Inhalte auf verschiedenen Onlineplattformen der Stadt Salzgitter bereitgestellt. Dies dient dem Ziel, den Bürgerinnen und Bürgern die Möglichkeit zur verstärkten Partizipation an

städtischen Ereignissen zu bieten.

Ein herausragendes Projekt des Medienzentrums ist "Salzgitter Geheimnisse". In diesem Format richtet sich der Fokus auf die Geschichten und Menschen des Salzgittergebiets. "Salzgitter Geheimnisse" erlaubt es, weniger bekannte Aspekte unserer Stadt zu beleuchten und faszinierende Geschichten über die Bewohner und Besonderheiten zu präsentieren.

Von historischen Anekdoten bis hin zu Porträts tragen diese Dokumentationen dazu bei, die kulturelle Vielfalt und das Erbe unserer Stadt darzustellen. Die filmische Arbeit im Rahmen dieses Formats erfordert ein tiefes Verständnis für die lokale Geschichte und eine außergewöhnliche Fähigkeit im Geschichtenerzählen.



Dreharbeiten zwischen Barum und Heerte

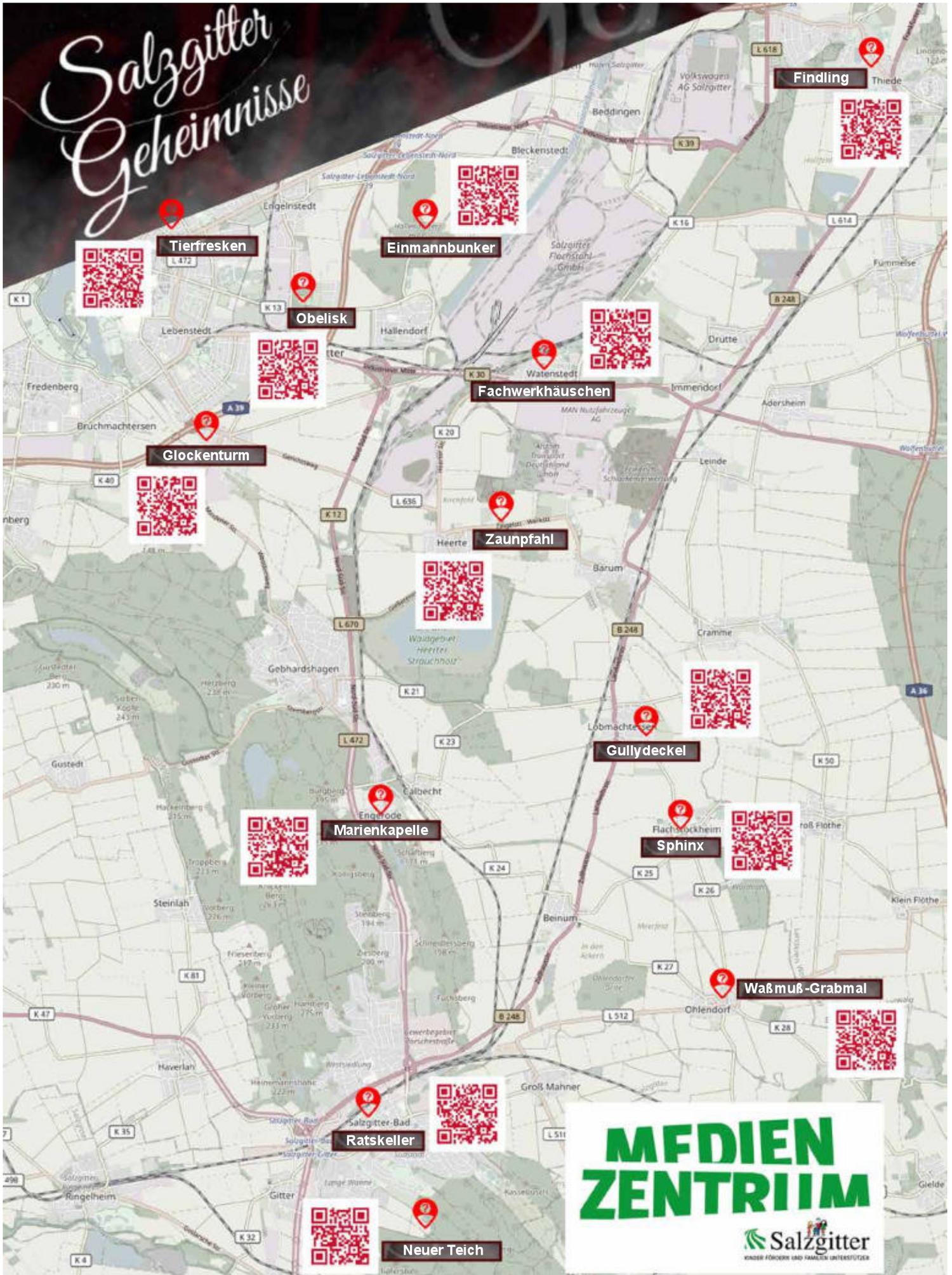


Du willst alle
Geheimnisse auf
einem Blick?

Dann scanne den
QR-Code!



Salzgitter Geheimnisse



**MFDIEN
ZENTRIUM**

Salzgitter
KINDER FÖRDERN UND FAMILIEN UNTERSTÜTZEN

Kultur vom Amt 1. Halbjahr 2024



Mandowar
Country-Folk-Metal-Band
Sa. 13. Januar



Polkaholix
SpeedPolka-BrassMetal
Fr. 19. Januar



Akustik Duo

Richie Arndt & Kellie Rucker
Fr. 26. Januar



Henrik Freischlader
Bring back the Time
Fr. 09. Februar



Hiss
Überall Daheim
Sa. 24. Februar



Marleys Ghost
Deutschlands Bob Marley
Tribute Band Nummer Eins
Fr. 08. März



Expromt
Weltmusik
Fr. 22. März



The Cast
Die Rockstars der Oper
Sa. 13. April



Danny Bryant
Rise
Fr. 19. April



Paperboys
Sparkle And Shine Tour
So. 21. April



Ulrich Ellison & Tribe
Tribal Blues Rock From
Austin TX
Fr. 26. April



Randy Hansen
Sa. 26. Oktober

Veranstaltungsorte



Kulturscheune im Alten Dorf
Thiistr. 22, 38226 SZ-Lebenstedt



Kniestedter Kirche
Braunschweiger Str. 133, 38259 SZ-Bad



Fachdienst Kultur der Stadt Salzgitter

Karteninfo unter 0171 / 86 22 976 oder
antje.fischer@stadt.salzgitter.de





„Fit für den Beruf – Weiterkommen mit der VHS“

Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung und Bewahrung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe.

Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit.

Ein Hauptbestandteil sind Fachlehrgänge für das berufliche Weiterkommen in kaufmännischen und betriebswirtschaftlichen Bereichen sowie zur Optimierung von Managementkompetenzen.

Veranstaltungen zu Querschnittsthemen, die berufliche und persönliche Kompetenzen stärken, runden das Angebot ab.

Arbeit und Beruf

- 81 Kaufmännische und betriebswirtschaftliche Grundlagen
- 84 Kompetenzentwicklung
- 85 Beruf und Karriere
- 90 Firmenschulungen

Fachbereichsleitung und Beratung:

Kerstin Breshler-Moser
Telefon 0 53 41 / 839-2204
kerstin.breshler-moser@stadt.salzgitter.de

Foto: Wolfgang Runge



Berufliche Weiterbildung mit bundesweit anerkannten Abschlüssen

Xpert Business ist das bundeseinheitliche Kurs- und Zertifikatssystem für die kaufmännische Weiterbildung an Volkshochschulen.

Xpert Business-Kurse vermitteln fundierte kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kompetenzen vom Einstieg bis zum Hochschulniveau.

In überschaubaren Kursbausteinen werden Sie Schritt für Schritt zu anerkannten Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüssen geführt. Jeder Baustein kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden.

So sichern Sie Ihren persönlichen Bildungserfolg kleinschrittig und unwiderruflich. Und das Beste: Einen abgeschlossenen Kursbaustein können Sie sogar in mehrere Abschlüsse einbringen.



Xpert Business Abschlüsse | Betriebswirtschaft

	Geprüfte Fachkraft (XB)				Buchhalter/in (XB)			Manager/in (XB) Betriebswirtschaft	
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalter/in	Personal- und Lohnbuchhalter/in	Finanz- und Lohnbuchhalter/in	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen Lohn Controlling
Finanzbuchführung (1)	●	●							●
Finanzbuchführung (2)	●		●		●		●	●	●
Finanzbuchführung (3) EDV	●				●		●		●
Bilanzierung			●		●		●	●	●
Finanzwirtschaft		●			●		●	●	●
Kosten- und Leistungsrechnung		●			●		●	●	●
Controlling		●						●	●
Betriebliche Steuerpraxis			●					●	●
Lohn und Gehalt (1)				●				●	●
Lohn und Gehalt (2)				●		●	●		●
Lohn und Gehalt (3) EDV				●		●	●		●
Personalwirtschaft						●			
Personale Kompetenzen	Teamentwicklung, Projektmanagement, Moderationstraining, Wirksam vortragen								●

Alle Kursmodule mit Stundenzahlen und Lernzielkatalogen finden Sie auf der Xpert-Business-Webseite unter dem Link: <http://www.xpert-business.eu/kursuebersicht.html>.

Wir bieten Ihnen Live-Webinare mit Durchführungsgarantie

Durch das Xpert Business LernNetz können wir Ihnen nun auch Durchführungsgarantien für alle vorstehenden Kurse geben.

Sie nehmen an bundesweiten Live-Webinaren ganz bequem von zu Hause aus teil. Entsprechende Prüfungen werden hier bei uns vor Ort in der Volkshochschule Salzgitter durchgeführt.



Was ist ein Live-Webinar?

Ein Live-Webinar ist eine Seminar, das über das Internet gehalten wird und bei dem Sie live mit einem Dozenten verbunden sind, der einen Vortrag hält, Übungsaufgaben stellt oder Praxisfälle demonstriert. Über einen Chat haben Sie die Möglichkeit, Ihre Fragen an den Dozenten zu richten. Zudem wird das Webinar aufgezeichnet und dient so als Grundlage für die Vor- und Nachbereitung von Kurssequenzen.

Hier können Sie sich über den nachstehenden Link ein Live-Webinar in einer Demo-Version anschauen: <http://xpert-business-lernnetz.de/infovideo/aktuell>.

Credit-Points fürs Studium

An vielen Hochschulstandorten und Kammern werden für Xpert Business-Abschlüsse wertvolle Credit-Points fürs Studium angerechnet. So z. B. an 31 Standorten der FOM-Hochschule, mehreren Handwerkskammern und bundesweit an der Euro-Fernhochschule.

Genaue Informationen über Hochschul- und Kammer-Anerkennungen und Credit-Points erhalten Sie auf der Xpert Business-Webseite über folgenden Link: <http://www.xpert-business.eu/hochschule>.



Live-Webinare im Xpert Business LernNetz

Live-Webinare mit Durchführungsgarantie

Mit unserem Partner „Xpert Business LernNetz“ können wir Ihnen nun auch Durchführungsgarantien für alle angebotenen Xpert Business-Seminare geben.

Sie nehmen an bundesweiten Live-Webinaren ganz bequem von zu Hause aus teil.

Entsprechende Prüfungen werden bei uns vor Ort in der Volkshochschule Salzgitter durchgeführt.

Alle Kursmodule mit Stundenzahlen und Terminen finden Sie hier im Programmheft auf den Folgeseiten.

Weitere Infos sowie Lernzielkataloge können Sie auf der Xpert-Business-Webseite unter folgendem Link einsehen:

<http://www.xpert-business.eu/kursuebersicht.html>.



Einfache Anmeldung zu einem Xpert Business Live-Webinar

Sie buchen das gewünschte Live-Webinar hier bei uns in der Volkshochschule Salzgitter, am besten gleich „online“ unter www.vhs-salzgitter.de.

Sie erhalten von uns dann einen Teilnehmer-Code, mit dem Sie sich auf der Webseite des Xpert Business LernNetz registrieren und Ihren persönlichen Account anlegen können:

https://www.xpert-business-lernnetz.de/app/user_login.php.

Von diesem Account aus erhalten Sie Zugang zu dem gebuchten Live-Webinar.

Die Lieferung der Kursmaterialien erfolgt anschließend direkt an Ihre hinterlegte Empfängeradresse.

Technik und Ablauf eines Live-Webinars – bequem von zu Hause aus

• Technische Voraussetzungen

Sie benötigen zur Teilnahme an den Live-Webinaren eine **stabile Internetverbindung** (mind. 2 Mbit/s), einen **aktuellen Browser** (wir empfehlen zur Teilnahme an den Live-Webinaren den Browser Google Chrome oder Mozilla Firefox), eine **Soundausgabe** per Kopfhörer oder Lautsprecher. Mikrofon oder Webcam werden **nicht** benötigt.

• Technik-Test

Vor Kursbeginn können Sie mit einem Technik-Test ausprobieren, ob Sie mit Ihrem Browser den Online-Seminarraum betreten und alles sehen und hören können. In Ihrem Teilnehmer-Account finden Sie den Link zum Test-Raum. Der Test-Raum ist einige Wochen vor Semesterbeginn wochentags mehrere Stunden geöffnet. Sie können ihn in dieser Zeit beliebig oft betreten. Die genauen Öffnungszeiten entnehmen Sie dem aktuellen Kursplan des jeweiligen Semesters.

• Virtueller Online-Seminarraum

Es erwarten Sie

- Ein Dozent und ein Moderator
- Audio-Übertragung
- Folienpointer
- Aktive Arbeitsfläche
- Sie hören den Dozenten und sehen, was auf der Arbeitsfläche geschieht
- Live-Chat für Ihre Fragen
- Ihre Kursmaterialien zu Hause zum Mit- und Nachlesen

• Ablauf des Live-Webinars

Geregelter Zeitplan (2 Stunden pro Seminartag)

- Zu Beginn Fragerunde zur letzten Seminareinheit (20 Minuten)
- Stoffvermittlung und Fragerunden im Live-Chat (ca. 100 Minuten)
- Halbzeitpause (5 Minuten)
- Individuelle Nachbereitung zu Hause mit Videoaufzeichnungen. Die Video-Aufzeichnung eines Live-Seminarabends wird im Laufe des folgenden Tages bereitgestellt. Die Videos aller Seminarabende stehen bis zum Beginn des nächsten Semesters zur Verfügung.
- Sie erhalten eine Teilnahmebescheinigung des absolvierten Live-Webinars

• Optionale Zertifikatsprüfung des Xpert Business Online-Seminars

Sie können jeden Kursbaustein einzeln und unabhängig voneinander belegen und mit einer Prüfung abschließen. Während eine Teilnahmebescheinigung lediglich Ihre Teilnahme am Kurs, nicht aber Ihren tatsächlichen Lernerfolg dokumentiert, können Sie mit einem Zertifikat Ihr erworbenes Wissen nachweisen. Die Zertifikate werden im Xpert Business System bundesweit anerkannt. Die Prüfungen werden schriftlich in der Volkshochschule Salzgitter abgelegt. Nach bestandener Prüfung erhalten Sie das entsprechende Xpert Business Zertifikat ausgehändigt.

Termine im Überblick

Die nachstehenden Termine gelten für alle angebotenen Live-Webinare des Xpert Business LernNetz. Ausnahmen sind unter „Bemerkung“ ausgewiesen.

Sie haben Fragen? Einfach anrufen: 0 53 41 / 839-22 04
Weitere Infos auch unter: <https://www.xpert-business-lernnetz.de>



25.01.2024		Frühestmöglicher Start der Einschreibungen für das Frühjahrssemester					
26.02.2024 - 04.03.2023 11.03.2024 - 18.03.2024		Technik-Test					
Jeder Seminartermin beginnt um 18:30 Uhr und endet um 20:30 Uhr!	EÜR	L&G mit Datev	FiBu mit Datev	Bilanzierung, Controlling, KLR, Personalwirtschaft	Fibu 2, L&G 2, Betriebliche Steuerpraxis	Fibu 1, L&G1	
05.03.2024	x		x	x	x	x	
07.03.2024	x		x	x	x	x	
12.03.2024	x		x	x	x	x	
14.03.2024	x		x	x	x	x	
19.03.2024	x	x	x	x	x	x	
21.03.2024	x	x	x	x	x	x	
09.04.2024	x	x	x	x	x	x	
11.04.2024	x	x	x	x	x	x	
16.04.2024	x	x		x	x	x	
18.04.2024	x	x	x	x	x	x	
23.04.2024	x	x		x	x	x	
25.04.2024	bei Bedarf	x	x	x	x	x	
30.04.2024		x		x	x	x	
02.05.2024		x	x	x	x	x	
07.05.2024		x		x	x	x	
14.05.2024		x		x	x	x	
16.05.2024		x	x	x	x	x	
04.06.2024		x		x	x	x	
06.06.2024		x	x	x	x	x	
11.06.2024		x		x	x	x	
13.06.2024		bei Bedarf	x	bei Bedarf	x	x	
18.06.2024					x	x	
20.06.2024			x		bei Bedarf	x	
25.06.2024						x	
27.06.2024			x			bei Bedarf	
04.07.2024			bei Bedarf				
vs. 30.09.2024		Ende des Semesters und Ende der Video-Verfügbarkeit					



Kaufmännische und betriebswirtschaftliche Grundlagen

Berufliche Qualifizierung mit dem XB LernNetz – wählen Sie die Module für Ihre Qualifizierung.

Sie können im Rahmen des Baukastensystems einzelne Kurse belegen, die – nach erfolgreich abgelegten Einzelprüfungen – zu einem entsprechenden Gesamtzertifikat Ihrer gewählten Qualifizierung führen.

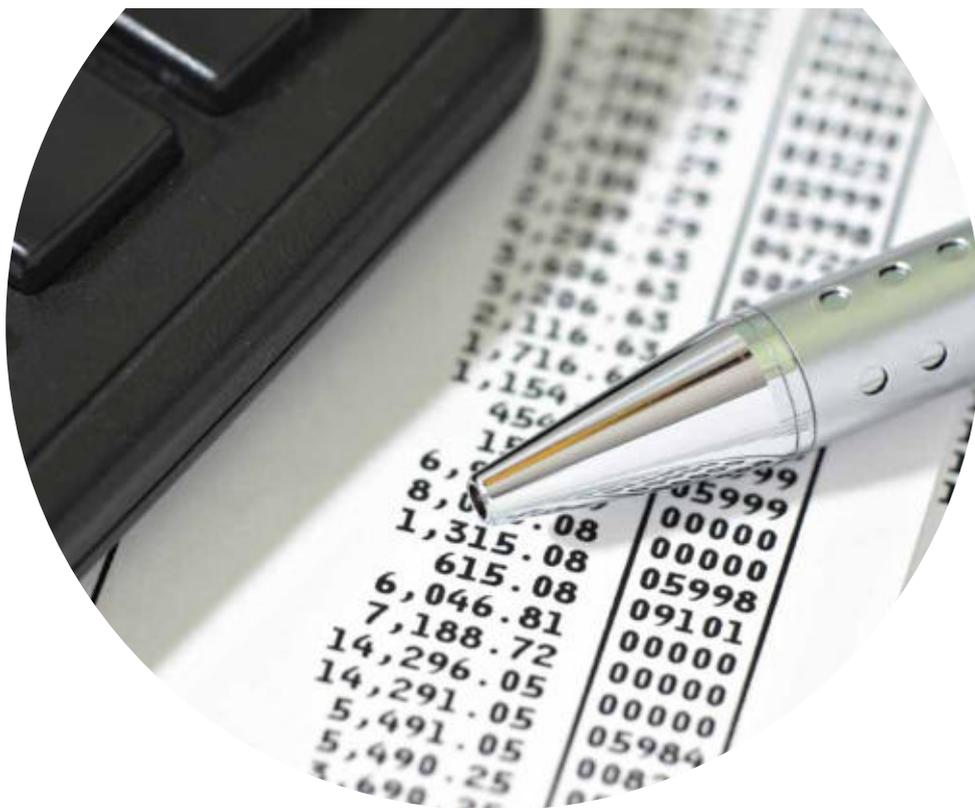
Hinweis: Nach jedem Baustein kann eine Prüfung abgelegt werden, für die ein Zeugnis ausgestellt wird. Sie müssen jedoch nicht an einer Prüfung teilnehmen.

Die schriftliche Prüfung dauert 180 Minuten und findet in der Volkshochschule statt. Pro Prüfung fallen 95,00 € Prüfungsgebühr an.

Die Ausstellung eines Gesamtzertifikates einer Qualifizierung ohne Ablegung von Einzelprüfungen ist allerdings nicht möglich.

Alle erreichbaren Xpert Business-Abschlüsse finden Sie auf den vorherigen Seiten oder auf www.xpert-business.eu

Hinweis: Es handelt sich ausschließlich um Web-Seminare, an denen Sie von zu Hause aus teilnehmen.



Finanzbuchführung 1

– Web-Seminar –



Nach diesem Lehrgang verfügen Sie über fundiertes Grundlagenwissen zur doppelten Buchführung. Sie können unternehmerische Geschäftsfälle (z. B. in Form von Rechnungen, Belegen, Kontoauszügen) in Buchungssätze umsetzen und in der laufenden Buchführung erfassen. Sie sind in der Lage, sich in unterschiedliche Buchführungssysteme einzuarbeiten und die laufende Buchführung eines Unternehmens zu erledigen.

Kursinhalte & Lernzielkatalog: www.xpert-business.eu/lernzielkataloge

Kursumfang: 40 Unterrichtseinheiten

Vorkenntnisse: Keine

Kurs-Nr. 50002

05.03.2024 - 25.06.2024

Dienstag + Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

24 Termine, 48 U-Std., 350,00 € ohne Ermäßigung

inklusive Lehr- und Übungsbücher, ggf. zuzüglich

95,00 € Prüfungsgebühren

Web-Seminar

Xpert Business Lernnetz

Finanzbuchführung 2

– Web-Seminar –



Umfassende und aktuelle Kenntnisse der Finanzbuchführung gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen, um betriebliche Buchungsvorgänge gezielt und sinnvoll auswerten zu können. In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. Dazu werden die in der Praxis eingesetzten DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04 verwendet. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten.

Kursinhalte & Lernzielkatalog: www.xpert-business.eu/lernzielkataloge

Kursumfang: 44 Unterrichtseinheiten

Vorkenntnisse: Fachliche Grundlagen, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.

Kurs-Nr. 50005

05.03.2024 - 18.06.2024

Dienstag + Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

22 Termine, 44 U-Std., 320,00 € ohne Ermäßigung

inklusive Lehr- und Übungsbücher, ggf. zuzüglich

95,00 € Prüfungsgebühren

Web-Seminar

Xpert Business Lernnetz

Finanzbuchführung 3 mit Datev

– Web-Seminar –



In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware DATEV anzuwenden. Sie lernen laufende Geschäftsvorfälle zu buchen, Jahresabschlussbuchungen durchzuführen sowie aussagekräftige Auswertungen zu erzeugen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Für die Dauer dieses Kurses erhalten Sie einen kostenfreien Zugang zur Datev-Programmversion „Datev Financial Office“.

Kursinhalte & Lernzielkatalog: www.xpert-business.eu/lernzielkataloge

Kursumfang: 32 Unterrichtseinheiten

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1 + 2“ vermittelt.

Kurs-Nr. 50007

05.03.2024 - 27.06.2024

Dienstag + Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 270,00 € ohne Ermäßigung

inklusive Lehr- und Übungsbücher, ggf. zuzüglich

95,00 € Prüfungsgebühren

Web-Seminar

Xpert Business Lernnetz

Prüfung über 180
Minuten

Xpert Business Zertifikat auf
Anfrage!

Lohn und Gehalt 1

– Web-Seminar –



Die Lohn- und Gehaltsrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Reisekosten, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich. Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung. Nach erfolgreichem Abschluss sind Sie in der Lage, Lohnabrechnungen zu erstellen und die erforderlichen Meldungen an die Sozialversicherung und das Finanzamt zu übermitteln.

Kursinhalte & Lernzielkatalog: www.xpert-business.eu/lernzielkataloge

Kursumfang: 48 Unterrichtseinheiten

Vorkenntnisse: Keine

Kurs-Nr. 50009

05.03.2024 - 25.06.2024

Dienstag + Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

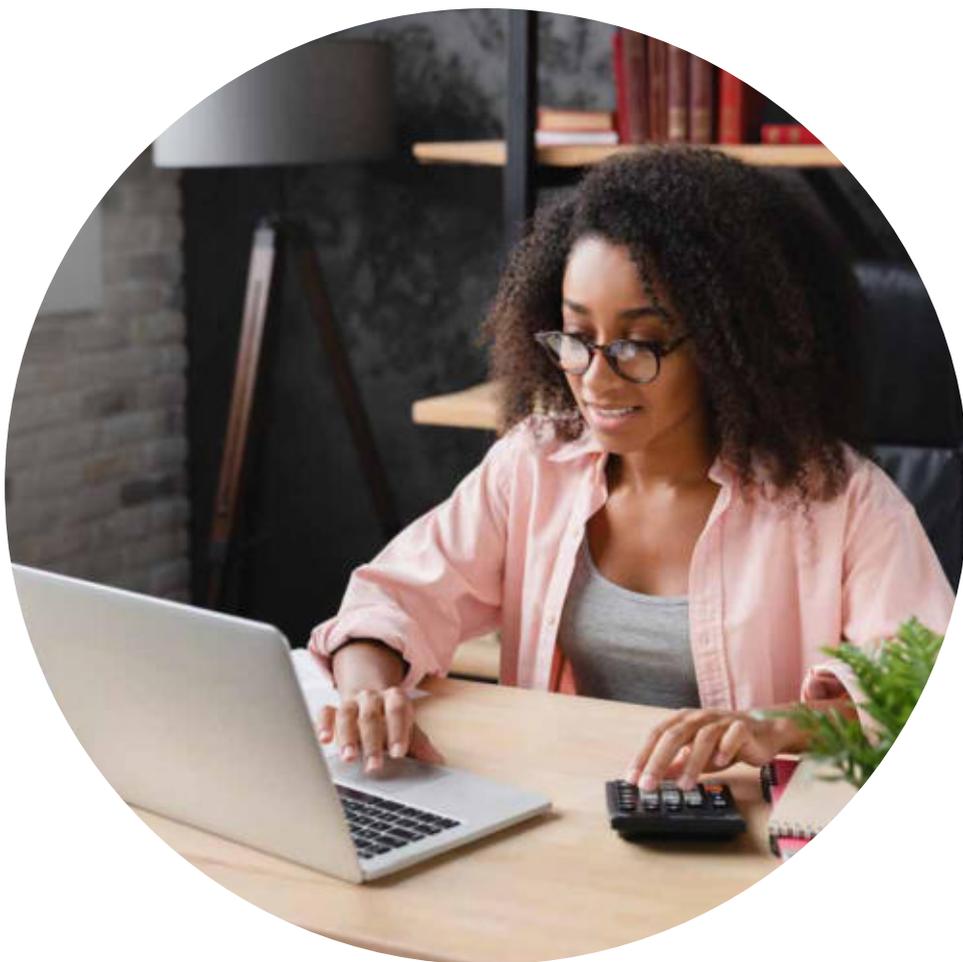
24 Termine, 48 U-Std., 350,00 € ohne Ermäßigung

inklusive Lehr- und Übungsbücher, ggf. zuzüglich

95,00 € Prüfungsgebühren

Web-Seminar

Xpert Business Lernnetz



Lohn und Gehalt 2

– Web-Seminar –



Die Lohn- und Gehaltsbuchführung dient der Ermittlung des steuer- und beitragspflichtigen Bruttoentgeltes von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern sowie der Berechnung der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dieser Kurs vermittelt weiterführende und vertiefende Kenntnisse der Lohnbuchhaltung und geht dabei insbesondere auf die zahlreichen Sonderregelungen, verschiedene steuerfreie Einkommensarten und die besondere steuerrechtliche Behandlung bestimmter Arbeitnehmergruppen ein.

Kursinhalte & Lernzielkatalog: www.xpert-business.eu/lernzielkataloge

Kursumfang: 44 Unterrichtseinheiten

Vorkenntnisse: Fachliche Grundlagen, wie im Kurs „Lohn und Gehalt 1“ vermittelt.

Kurs-Nr. 50011

05.03.2024 - 18.06.2024

Dienstag + Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

22 Termine, 44 U-Std., 320,00 € ohne Ermäßigung

inklusive Lehr- und Übungsbücher, ggf. zuzüglich

95,00 € Prüfungsgebühren

Web-Seminar

Xpert Business Lernnetz

Lohn und Gehalt 3 mit Datev

– Web-Seminar –



In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software DATEV anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Für die Dauer dieses Kurses erhalten Sie einen kostenfreien Zugang zur Datev-Programmversion „Datev Financial Office“.

Kursinhalte & Lernzielkatalog: www.xpert-business.eu/lernzielkataloge

Kursumfang: 32 Unterrichtseinheiten

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Lohn und Gehalt 1 + 2“ vermittelt.

Kurs-Nr. 50013

19.03.2024 - 11.06.2024

Dienstag + Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 270,00 € ohne Ermäßigung

inklusive Lehr- und Übungsbücher, ggf. zuzüglich

95,00 € Prüfungsgebühren

Web-Seminar

Xpert Business Lernnetz

Kosten- und Leistungsrechnung

– Web-Seminar –



Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung als Teil des betrieblichen Rechnungswesens. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie das Betriebsergebnis eines Unternehmens ermitteln und Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche und über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte treffen.

Kursinhalte & Lernzielkatalog: www.xpert-business.eu/lernzielkataloge

Kursumfang: 40 Unterrichtseinheiten

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.

Kurs-Nr. 50015

05.03.2024 - 11.06.2024

Dienstag + Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

20 Termine, 40 U-Std., 300,00 € ohne Ermäßigung

inklusive Lehr- und Übungsbücher, ggf. zuzüglich

95,00 € Prüfungsgebühren

Web-Seminar

Xpert Business Lernnetz

Prüfung über 180
Minuten

Xpert Business Zertifikat auf
Anfrage!



Bilanzierung

– Web-Seminar –



Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Bilanzierung als Bestandteil des externen Rechnungswesens. Sie lernen Jahresabschlüsse und Bilanzen zu erstellen und auszuwerten und wenden dabei die entsprechenden gesetzlichen Grundlagen an. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Lage und Entwicklung eines Unternehmens auf der Grundlage von Kennzahlen beurteilen.
Kursinhalte & Lernzielkatalog: www.xpert-business.eu/lernzielkataloge
Kursumfang: 40 Unterrichtseinheiten
Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 2“ vermittelt.

Kurs-Nr. 50017

05.03.2024 - 11.06.2024

Dienstag + Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

20 Termine, 40 U-Std., 300,00 € ohne Ermäßigung

inklusive Lehr- und Übungsbücher, ggf. zuzüglich

95,00 € Prüfungsgebühren

Web-Seminar

Xpert Business Lernnetz

Controlling

– Web-Seminar –



Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse zum betrieblichen Controlling als Bestandteil des internen Rechnungswesens. Er stellt die Ziele eines Controllings dar und führt in die wichtigsten Controlling-Instrumente und -methoden ein. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie wichtige Unternehmensziele explizit und messbar formulieren und die Zielerreichung überwachen. Sie lernen für alle Bereiche des Unternehmens, wie im Falle von Zielabweichungen Handlungsalternativen und Maßnahmen entwickelt werden.

Kursinhalte & Lernzielkatalog: www.xpert-business.eu/lernzielkataloge

Kursumfang: 40 Unterrichtseinheiten

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1 + 2“ vermittelt.

Kurs-Nr. 50018

05.03.2024 - 11.06.2024

Dienstag + Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

20 Termine, 40 U-Std., 300,00 € ohne Ermäßigung

inklusive Lehr- und Übungsbücher, ggf. zuzüglich

95,00 € Prüfungsgebühren

Web-Seminar

Xpert Business Lernnetz

Betriebliche Steuerpraxis

– Web-Seminar –



Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen die wichtigen betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer kennen und erfahren, wie die jeweiligen Steuern ermittelt, entsprechende Steuererklärungen erstellt und Meldeverfahren an das Finanzamt durchgeführt werden. Darüber hinaus werden Sie in der Lage sein, steuerliche Aspekte in wichtige unternehmerische Entscheidungen einzubringen, z. B. bei der Bildung von Rücklagen. Sie können bestehende Alternativen beurteilen und Lösungen im Sinne Ihres Unternehmens finden.

Kursinhalte & Lernzielkatalog: www.xpert-business.eu/lernzielkataloge

Kursumfang: 44 Unterrichtseinheiten

Vorkenntnisse: Keine

Kurs-Nr. 50019

05.03.2024 - 18.06.2024

Dienstag + Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

22 Termine, 44 U-Std., 320,00 € ohne Ermäßigung

inklusive Lehr- und Übungsbücher, ggf. zuzüglich

95,00 € Prüfungsgebühren

Web-Seminar

Xpert Business Lernnetz

Einnahmen-Überschussrechnung

– Web-Seminar –



Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschussrechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten. Sie werden Schritt für Schritt anhand von Beispielen durch das Formular zur Erstellung einer EÜR geführt.

Kursinhalte & Lernzielkatalog: www.xpert-business.eu/lernzielkataloge

Kursumfang: 22 Unterrichtseinheiten

Vorkenntnisse: Keine

Kurs-Nr. 50020

05.03.2024 - 23.04.2024

Dienstag + Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

11 Termine, 22 U-Std., 190,00 € ohne Ermäßigung

inklusive Lehr- und Übungsbücher, ggf. zuzüglich

60,00 € Prüfungsgebühren

Web-Seminar

Xpert Business Lernnetz

Personalwirtschaft

– Web-Seminar –



Ein professionelles Personalmanagement gehört in großen Unternehmen schon immer zu den Kernaufgaben der Unternehmensführung. Nicht nur durch den zunehmenden Fachkräftemangel erkennen aber auch immer mehr kleine und mittlere Unternehmen die Vorteile, ihre Mitarbeiter/innen zielgerichtet einzusetzen und zu leiten. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie die richtigen Mitarbeiter/innen auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmer/innen berücksichtigt werden.

Kursinhalte & Lernzielkatalog: www.xpert-business.eu/lernzielkataloge

Kursumfang: 40 Unterrichtseinheiten

Vorkenntnisse: Keine

Kurs-Nr. 50021

05.03.2024 - 11.06.2024

Dienstag + Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

20 Termine, 40 U-Std., 300,00 € ohne Ermäßigung

inklusive Lehr- und Übungsbücher, ggf. zuzüglich

95,00 € Prüfungsgebühren

Web-Seminar

Xpert Business Lernnetz



Prüfung über
180 Minuten
Xpert Business
Zertifikat auf Anfrage!

Keine Angst
vor Bildung –
Wir holen Dich ab!

vhsQuickSteps – Kompetenzbildung

Im Rahmen stark anwendungsbezogener vhs-QuickSteps empfiehlt sich aufseiten der Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Einsatz eines zweiten Monitors bzw. eines weiteren Endgeräts – beispielsweise eines Tablet-Computers – für die ZOOM-Übertragung, um so ein paralleles Mitarbeiten am Hauptgerät zu ermöglichen. Ein ZOOM-Testaccount findet sich unter der Internetadresse „https://zoom.us/test“.

Zur Durchführung der Veranstaltung wird eine mit der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union (EU-DSGVO) konforme Version der Konferenzsoftware ZOOM eingesetzt.

Die QuickSteps finden in Kooperation mit der VHS Cuxhaven statt.

High Performance Teams in Unternehmen



Standortanalyse – Roadmaps – Meilensteine – Pulse Check

– Web-Seminar –

Teambuilding als Grundlage eines erfolgreichen „Teamworking“ stellt sich als wesentlicher Faktor für die Produktivitätssteigerung in Unternehmen dar. „Arbeiten im Team“ bedeutet nicht etwa „Toll, ein anderer macht's!“, sondern „Together Everyone Achieves More“ (zu Deutsch „Zusammen erreicht jeder mehr!“). Für High Performance Teams sind Werte wie Transparenz (Transparency) und Offenheit (Openness) essenziell und werden von diesen konsequent gelebt. Einheitliche Visionen, ein funktionsübergreifendes Denken, eine ausgeprägte Fehlerkultur, regelmäßige Reflexionen, die Fähigkeit zur Selbstorganisation sowie Zeit und Raum zur gemeinsamen Entwicklung sind weitere, entscheidende Aspekte entsprechender Arbeitsgruppen.

Highlights:

- Faktoren einer professionellen Teambuilding und -arbeit
- Standortanalyse und Zielorientierung
- Roadmaps – der Weg führt zum Ziel bzw. zu Meilensteinen
- Pulse Check – Zufriedenheit der Teammitglieder
- Das PLUS: Einschlägige Checklisten zur Teambuilding

Für eine erfolgreiche Teilnahme sind keine spezifischen Vorkenntnisse erforderlich.

Kurs-Nr. 50410

06.02.2024

Dienstag, 10:30 - 12:00 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., 19,00 € ohne Ermäßigung

Zoom

N.N.

Agiles Projektmanagement mit Scrum



Rollen, Ereignisse und Artefakte – Anwendungsszenarien

– Web-Seminar –

Ein agiles Projektmanagement orientiert sich an unterschiedlichen Methodensets bzw. Frameworks, die auf eine flexible Anpassung an tatsächlich gegebene Bedingungen ausgerichtet sind. Dabei wird ein adaptives Planen fokussiert und die zur Verfügung stehende Zeit stellt sich insoweit als entscheidender Faktor für einen Erfolg des Ansatzes dar.

Insbesondere das Rahmenwerk Scrum basiert auf einer „schnellen“ Abstimmung aller Beteiligten und durchläuft streng aufeinander abgestimmte Phasen – etwa Sprints oder Backlogs. Dieses Framework, verbindlich am sogenannten Scrum Guide ausgerichtet, setzt insbesondere sich selbstorganisierende Teams, die gemeinsame Werte teilen und sich auf die 12 Prinzipien des Agilen Manifests stützen, voraus.

Highlights:

- Agiles versus klassisches Projektmanagements
- Rollen, Ereignisse und Artefakte im Detail
- Szenarien zur Initiierung, Planung und Durchführung mit Kanban
- Planspiele – spielerisches Planen: Kreativitätstechniken
- Das PLUS: Ausblick – „Was ist ‚duales‘ Projektmanagement?“

Für eine erfolgreiche Teilnahme sind keine spezifischen Vorkenntnisse erforderlich.

Kurs-Nr. 50420

08.03.2024 - 15.03.2024

Freitag, 10:30 - 12:00 Uhr

2 Termine, 4 U-Std., 57,00 € ohne Ermäßigung

Zoom

N.N.

MS Project im klassischen Projektmanagement – Initiieren, Planen, Durchführen und Überwachen von Projekten



– Web-Seminar –

Unter Project, das sich nahtlos in das Office-Paket von Microsoft bzw. unter MS 365 einfügt, werden sogenannte Vorgänge bearbeitet. Gemeint sind damit unter anderem individuelle oder auf eine Teamarbeit ausgerichtete Aufgaben (Vorhaben). Dabei können sequenzielle und mittlerweile auch iterative Entwicklungen vollständig abgebildet werden. Basispläne ermöglichen insoweit einen Soll-Ist-Vergleich während laufender Projekte. Balken- bzw. Gantt-Diagramme stellen sich als Visualisierungs- und Steuerungselemente für ein Monitoring bzw. Controlling dar. Insgesamt gewährleisten zahlreiche Ansichten unter Project eine zuverlässige Einordnung laufender Projektstatus. Cloudbasiert in Workflows eingebunden diese eingebunden ermöglicht Project eine Kollaboration „in Echtzeit“.

Highlights:

- Basiswissen zur Theorie des Projektmanagements
 - Regelwerke in der Übersicht – etwa die Best-Practice-Methode „Prince2“
 - Professionelle individuelle und kollaborative Anwendung von MS Project
 - Initiieren, Planen, Durchführen und Überwachen von Projekten
 - Das PLUS: Projektstrukturpläne (PSP) – Termin-, Kosten- und Ressourcenplanung
- Für eine erfolgreiche Teilnahme sind keine spezifischen Vorkenntnisse erforderlich.

Kurs-Nr. 50425

12.04.2024 - 19.04.2024

Freitag, 10:30 - 12:00 Uhr

2 Termine, 4 U-Std., 57,00 € ohne Ermäßigung

Zoom

N.N.





Agiles Prozessmanagement



Kontinuierliche Anpassungen in Unternehmen

– Web-Seminar –

Unter den aktuellen Rahmenbedingungen einer „BANI-Welt“ müssen sich Unternehmen enormen Herausforderungen stellen. Eben volatile und zudem „brüchige“ Verhältnisse sind es, die ein hohes Maß an Verunsicherung, das wiederum sehr häufig innovationshemmend wirkt, befördern. Ein agiles Prozessmanagement – mit seinem Anspruch einer kontinuierlichen Verbesserung – trägt insoweit dazu bei, „Leistungssprünge“ zu bewirken, ohne dabei gesicherte Strukturen zu verwerfen.

Ein agiles Prozessmanagement soll nämlich etablierte Vorgehensweisen nicht ersetzen, sondern als Rahmenkonzept dort zur Anwendung kommen, wo es einen klaren und absehbaren Nutzen für Unternehmen bringen kann.

Highlights:

- „BANI-Welt“ – eine Einordnung der Rahmenbedingungen
- Agiles Prozessmanagement zur kontinuierlichen Verbesserung
- Agilität gleich Struktur und Flexibilität (Rahmenkonzept)
- Transparente Beispiele aus den Bereichen Verwaltung und Service
- Das PLUS: Alternative, mit der EU-DSGVO konformer Apps

Für eine erfolgreiche Teilnahme sind keine spezifischen Vorkenntnisse erforderlich.

Kurs-Nr. 50430

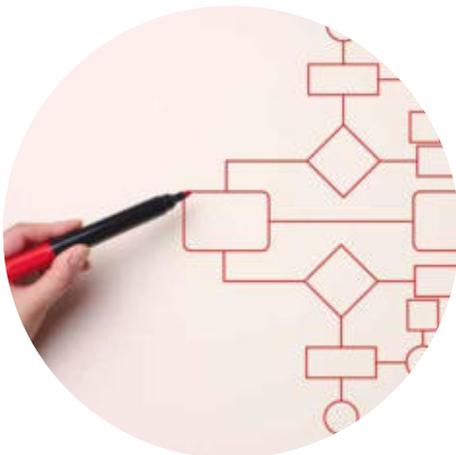
11.07.2024 - 12.07.2024

Donnerstag, 10:30 - 12:00 Uhr

2 Termine, 4 U-Std., 38,00 € ohne Ermäßigung

Zoom

N.N.



Beruf und Karriere - Kommunikation und Persönlichkeitsentwicklung

Einladung zum Glückhsein – das Mentaltraining für Ihren „inneren Schweinehund“

– Wochenendseminar –

Die Bezeichnung „innerer Schweinehund“ umschreibt die Allegorie der Willensschwäche, die eine Person daran hindert, unangenehme Tätigkeiten auszuführen, die als ... geboten gesehen werden oder für die jeweilige Person sinnvoll erscheinen (auszugsweise Definition gemäß Wikipedia).

In unserem Seminar machen Sie aus Ihrem „inneren Schweinehund“ einen hilfreichen Gefährten. Freuen Sie sich auf Lösungen, um Ihre Ziele leichter zu erreichen und für Sie vorteilhafte Routinen in Ihren Alltag zu integrieren.

Zum Inhalt:

- Der Schlüssel zu unserem Potential - unsere Glaubenssätze
- Der Schlüssel zu unserem Erfolg - unsere Motivation, unsere Willensstärke
- Das „jetzt oder später“ - Genuss-Dilemma
- Die 7 erfolgreichsten Willensstrategien
- Ziele mental verankern

Kurs-Nr. 50219

15.06.2024

Samstag, 10:00 - 16:30 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 48,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Armbrrecht

Überleben in schwierigen Zeiten – in Lösungen denken

Sie stehen beruflich und/oder privat unter Leistungsdruck und sehnen sich nach körperlicher und geistiger Ausgeglichenheit? In diesem Seminar erhalten Sie wertvolle Tipps, mit den aktuellen Herausforderungen unserer Zeit gelassener und damit erfolgreicher umzugehen. Freuen Sie sich auf einen Abend, bei dem Ihr „Denken in Lösungen“ und die Steigerung Ihrer Resilienz mit Mittelpunkt stehen.

Kurs-Nr. 50230

06.04.2024

Samstag, 10:00 - 16:30 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 48,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Armbrrecht

Kommunikation:



Jetzt verstehe ich Dich/Sie besser!

– Wochenendseminar –

Wir kennen Situationen, in denen Gespräche trotz größter Bemühungen schwierig verlaufen. Wieso verstehe ich diese Person besser als die andere und umgekehrt? Wie entstehen Kommunikationsstörungen? Beispiel: „Ich hätte gerne Zeit für mich“. Empfänger der Nachricht versteht: „Ich hätte gerne Zeit ohne Dich!“ Erfahren Sie von den vier Botschaften einer Kommunikation und ihren Fallstricken.

Mit einer klaren, personenbezogenen Kommunikation gewinnen Sie die andere Person besser für Ihre Sache!

Kurs-Nr. 50225

17.02.2024

Samstag, 09:00 - 15:45 Uhr

1 Termin, 7 U-Std., 38,50 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Helena Moser

Die genetische Persönlichkeit:

Meine Reaktion und die Bedürfnisse des anderen besser verstehen!

NEU

– Wochenendseminar –

Jeder von uns hat eine genetische Grundstruktur seiner Persönlichkeit. Wieso wirkt der eine auf mich sympathisch und der andere nicht? Und wie gelingt es mir, eine Person besser für eine Sache zu gewinnen? In diesem Seminar erkennen Sie Ihre Stärken und auch Ihre Begrenzungen aufgrund Ihrer genetischen Veranlagung. Sie lernen das Verhalten Ihres Gesprächspartners und die körperlichen Signale besser zu deuten. So können Sie zum Beispiel Ihre Argumente wirkungsvoller im Gespräch einsetzen. Dies gilt beruflich als auch privat. Mit einer auf die Bedürfnisse ausgerichteten Gesprächsführung gewinnen Sie die Person leichter für Ihre Sache!

Kurs-Nr. 50226

Freitag, 09.02.2024, 16:45 - 18:15 Uhr
Samstag, 10.02.2024, 10:00 - 15:30 Uhr
2 Termine, 8 U-Std., 44,00 €
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Helena Moser

Business-Knigge leicht gemacht

NEU

– Wochenendseminar –

Neben fachlicher Qualifikation ist ein selbstsicheres und gewinnendes Auftreten ein wichtiger Schlüssel für eine erfolgreiche Karriere. Wer die „Spielregeln“ moderner Umgangsformen kennt und in jeder Situation souverän und stilsicher aufzutreten weiß, kann überzeugen und gewinnt Sympathien. Von der Macht des ersten Eindrucks bis hin zum 1x1 der Umgangsformen im Geschäftsleben und gelingendem „Small Talk“ unterstützen Sie die Inhalte des Seminartages darin wertvolle Beziehungen zu Kollegen und Kunden aufzubauen und sich selbst und das Unternehmen, für das Sie stehen, erfolgreich zu repräsentieren.

Kurs-Nr. 50260

01.06.2024
Samstag, 10:00 - 16:00 Uhr
1 Termin, 7 U-Std., 42,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Michael Armbrecht

10-Fingersystem am PC in 3 Lektionen



Crashkurs für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren

– Web-Seminar –

Die Computertastatur blind bedienen zu können und beim Arbeiten am Computer Zeit zu sparen ist das Ziel des Kurses und das gelingt mit dem Erlernen des 10-Fingersystems! Damit sich die Positionen der Tasten besser einprägen lassen, wird im Kurs eine multisensorische Lerntechnik eingesetzt, bei der Tasten und Farben sowie Symbole miteinander verknüpft werden. Auf diese Weise fällt das Lernen leicht und macht zugleich Spaß! Wir setzen im Kurs eine Online-Lernplattform ein, die im Kurs vorgestellt wird und nach dem Kurs zum weiteren Üben verwendet werden kann. Je öfter das 10-Fingersystem mit dem vorgestellten gratis Online-Schreibtrainer geübt wird, desto schneller können Sie die Tastatur „blind“ bedienen.

Kurs-Nr. 50211

11.08.2024 - 25.08.2024
Sonntag, 10:30 - 12:45 Uhr
3 Termine, 9 U-Std., 35,00 € ohne Ermäßigung
Web-Seminar
Biljana Varzic



Der Pflegestützpunkt informiert und berät individuell:

- zu Leistungen und Hilfen rund um die Pflege einschl. Hilfe bei der Antragstellung
- über geeignete ambulante, teilstationäre und stationäre Pflegeangebote
- zur Versorgung mit Pflegehilfsmitteln
- bei der Bewältigung von Alltagsproblemen und Krisensituationen
- über Entlastungsangebote für pflegende Angehörige
- zu ehrenamtlichen Diensten und Selbsthilfegruppen

Öffnungszeiten

Mo, Di, Do, Fr von 9 - 12:30 Uhr
Mo, Di von 14 - 16 Uhr
Do von 14 - 18 Uhr

Im Rathaus der Stadt Salzgitter
Joachim-Campe-Str. 6 - 8
38226 SZ-Lebenstedt

7. Stockwerk, Zimmer 709
Tel.: (05341) 839 3250 und (05341) 839 4427



Der Pflegestützpunkt ist ein gemeinsames Projekt der Niedersächsischen Pflegekassen sowie der Stadt Salzgitter.



Beruf und Karriere – alles rund um die Ausbildung

Vorbereitung auf die Ausbildereignungsprüfung

„10-Tages-Kurs Ausbilderlehrgang – intensiv“
Vorbereitung auf die praktische Ausbildereignungsprüfung

Im Laufe des Lehrgangs wird eine Unterweisung sowie eine Präsentation von der Dozentin vorgestellt und anhand dieser, das Bewertungsschema der IHK, grundsätzliche Probleme bewusst gemacht und dargestellt. Jeder Teilnehmende kann aufgrund dieser Dokumentation entscheiden, für welche Form der Unterweisung er sich entscheidet. Die berufs- und arbeitspädagogischen Inhalte werden anwendungsbezogen erarbeitet und das Konzept für den Prüfungsausschuss erstellt.

Inhalte:

- Ziel der Berufsausbildung, Kompetenzen, Schlüsselqualifikationen
- Lern- und Behaltensprozess
- Planung, Durchführung und Kontrolle des Lernprozesses
- Rahmenbedingungen der praktischen Prüfung
- das Thema der Unterweisung
- Richtlernziel, Groblernziel, Feinlernziel unter Berücksichtigung der SMART-Regel
- Motivation- der Weg zum Erfolg
- Methodenwahl zur Prüfungssituation und allgemeinen Ausbildungssituationen
- Auswahl der Arbeitsmittel
- Medien, Kommunikationsmittel zur Unterstützung und Verbesserung von Lernprozessen
- die Wirkung eines Ausbilders (Kommunikation und Verhalten)
- Lernzielkontrollen gestalten, umsetzen und verbessern

Vorbereitung schriftliche Ausbildereignungsprüfung:

Die Kursteilnehmenden werden auf alle vier Handlungsfelder entsprechend der schriftlichen Prüfungsrelevanz vorbereitet. Es erfolgt eine Übersicht und Vertiefung in alle Gesetzestexte und Verordnungen zur Berufsausbildung. Mit Abschluss der Handlungsfelder erfolgt eine Lernerfolgskontrolle durch mögliche IHK-Prüfungsfragen und gemeinsamer Korrektur.

Inhalte:

- Handlungsfeld 1: Ausbildungsvoraussetzungen prüfen und planen
- Handlungsfeld 2: Ausbildung vorbereiten und bei der Einstellung von Auszubildenden mitwirken
- Handlungsfeld 3: Ausbildung durchführen
- Handlungsfeld 4: Ausbildung abschließen

Kurs-Nr. 50240

04.03.2024 - 15.03.2024

Montag, 08:30 - 16:00 Uhr

10 Termine, 80 U-Std., 497,00 € inkl. Materialkosten; ggf. Prüfungsgebühr von 210,00€; Bitte Lehrbuch vorher besorgen (13,90€), Gesetzestext, Buch, Softcover, 102., neu bearbeitete Auflage. 2023, XLII, 1040 S., Beck im dtv. ISBN 978-3-406-80155-6
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Melanie Kiehnert

Mit Abschluss des Vorbereitungskurses sind die Teilnehmenden auf die schriftliche und praktische Prüfung vorbereitet und können die Prüfung absolvieren. Die schriftliche Prüfung wird immer am 1. Dienstag des Monats durchgeführt, nicht jedoch in den Ferienzeiten Niedersachsens.

Interessant für all jene, die die praktische Prüfung wiederholen, bereits den Fachwirt absolviert haben (und somit von der schriftlichen Prüfung befreit sind) oder sich die Inhalte der schriftlichen AEVO-Prüfung selbst aneignen möchten:

Vorbereitung auf die Ausbildereignungsprüfung

„Kurzlehrgang 3-Tages-Kurs“

Vorbereitung auf die praktische Ausbildereignungsprüfung

Im Laufe des Lehrgangs wird eine Unterweisung sowie eine Präsentation von der Dozentin vorgestellt und anhand dieser, das Bewertungsschema der IHK, grundsätzliche Probleme bewusst gemacht und dargestellt. Jeder Teilnehmende kann aufgrund dieser Dokumentation entscheiden, für welche Form der Unterweisung er sich entscheidet. Die berufs- und arbeitspädagogischen Inhalte werden anwendungsbezogen erarbeitet und das Konzept für den Prüfungsausschuss erstellt.

Inhalte:

- Ziel der Berufsausbildung, Kompetenzen, Schlüsselqualifikationen
- Lern- und Behaltensprozess
- Planung, Durchführung und Kontrolle des Lernprozesses
- Rahmenbedingungen der praktischen Prüfung
- das Thema der Unterweisung
- Richtlernziel, Groblernziel, Feinlernziel unter Berücksichtigung der SMART-Regel
- Motivation- der Weg zum Erfolg
- Methodenwahl zur Prüfungssituation und allgemeinen Ausbildungssituationen
- Auswahl der Arbeitsmittel
- Medien, Kommunikationsmittel zur Unterstützung und Verbesserung von Lernprozessen
- die Wirkung eines Ausbilders (Kommunikation und Verhalten)
- Lernzielkontrollen gestalten, umsetzen und verbessern

Kurs-Nr. 50250

Donnerstag, 25.04.2024, 08:30 - 16:00 Uhr

Freitag, 26.04.2024, 08:30 - 16:00 Uhr

Montag, 29.04.2024, 08:30 - 16:00 Uhr

3 Termine, 24 U-Std., 270,00 € ggf. Prüfungsgebühr
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Melanie Kiehnert

VHS lässt
dich
wachsen





BU Energie für Beruf und Alltag tanken

– Wochenintensivkurs –

Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub für Teilzeitkräfte anerkannt.

Um den vielfältigen Anforderungen im Beruf und Alltag gerecht zu werden, sind ausreichend Energie und die Fähigkeit, sich zu entspannen, eine wichtige Voraussetzung. Bewusst Ruhepunkte zu setzen und Entspannungspausen einzulegen eröffnet einen Zugang zu den inneren Ressourcen. In dieser Woche lernen Sie Methoden der Körperwahrnehmung und gesundheitsfördernde Verfahren, die zu einer entspannten Atmosphäre am Arbeitsplatz und in der Freizeit beitragen. Neben unterschiedlichen Yoga-Übungen werden Hintergrundwissen und neue Erkenntnisse praxisnah vermittelt.

Bitte Matte, bequeme Kleidung und warme Socken für den praktischen Teil mitbringen.

Kurs-Nr. 34930

08.04.2024 - 12.04.2024

Montag - Freitag, 09:00 - 12:30 Uhr

5 Termine, 20 U-Std., 93,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 04.03.2024

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Sabine Switalski-Rieck

BU Dem Leben eine neue Richtung geben

Ein Weg zur Gesundheitsprävention

– Wochenintensivkurs –

Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub für Teilzeitkräfte anerkannt.

In unserer Leistungsgesellschaft mit den immensen Anforderungen in Beruf und Alltag fühlen sich immer mehr Menschen ständig „unter Strom“. Das führt zu Dauerstress und kann Symptome, wie z. B. permanente Müdigkeit, innere Unruhe und eine verringerte Leistungsfähigkeit zur Folge haben. Der Bildungsurlaub fördert das Verständnis für eine eigenverantwortliche Gesundheitsprävention und motiviert beherzt und mutig neue Wege zu gehen. Eine ausgewogene Work-Life-Balance und ein bewusster Umgang mit Achtsamkeit für sich selbst und andere können zur Selbstverständlichkeit werden und zu neuen Kapazitäten für Beruf und Familie führen.

Bitte ein großes Handtuch, eine Decke, eine Matte, bequeme Kleidung, warme Socken, Essen sowie Getränke mitbringen.

Kurs-Nr. 50915

Gebühr und Termine auf Nachfrage

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Armbricht

Bildungsurlaube für Ihren beruflichen Erfolg

Die Inhalte der nachstehend aufgeführten Seminare sind speziell auf das berufliche Umfeld zugeschnitten. Sie beziehen sich auf die Bereiche „Beruf und Praxis“, „Neue Medien und Praxis“ sowie „Beruf und Gesundheit“.

BU Achtsam im Beruf und Alltag

Ein Weg zur Stressbewältigung

– Wochenintensivkurs –

Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub für Teilzeitkräfte anerkannt.

Heute leiden viele Menschen an Stress, der sich häufig in Missemphindungen oder in organischen Erkrankungen widerspiegelt. Wie können Sie aus der Stressspirale aussteigen? In diesem Seminar erlernen Sie einen gesunden Umgang mit beruflichen und alltäglichen Belastungen.

Es werden u. a. folgende Inhalte bearbeitet:

- typische Symptome und Erscheinungsformen von Stress
- Stressauslöser
- Auswirkungen von Stress auf den Körper sowie stressrelevante hirneurologische Prozesse
- Stress- und Risikofaktoren
- Zusammenhang von Stress und Lebens- sowie Arbeitsbedingungen
- Akquirierung von Ressourcen zum richtigen Umgang mit Stress
- Methoden der Stressbewältigung, insbesondere die der Achtsamkeit, um die Handlungskompetenz für eigenverantwortliches Gesundheitsverhalten zu stärken

Bitte Matte, bequeme Kleidung und warme Socken für den praktischen Teil mitbringen.

Kurs-Nr. 34915

10.06.2024 - 14.06.2024

Montag - Freitag, 09:00 - 12:30 Uhr

5 Termine, 20 U-Std., 93,00 € ohne Ermäßigung

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 06.05.2024

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Gabriela Lalla

BU Mentaltraining – ein Beitrag zur Gesundheitsprävention für den beruflichen Alltag

– Wochenintensivkurs –

Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub für Vollzeitkräfte anerkannt.

Dieser Bildungsurlaub fördert den Aufbau von Wissen zur Gesundheitsprävention, insbesondere den Zusammenhang zwischen Stress und körperlichen Beschwerden (wie Kopf-, Schulter- oder Rückenschmerzen). Die Erkenntnis darüber soll dazu beitragen, das Risiko für stressbedingte Krankheiten und damit Tage der Arbeitsunfähigkeit zu minimieren.

Wir werden uns u. a. mit folgenden Inhalten beschäftigen:

- Erscheinungsformen von Stress sowie den Folgewirkungen
- Stress und körperliche Beschwerden
- Grundlagen des Mentaltrainings (Geschichte, aktueller Forschungsstand sowie neurologisches Grundwissen)
- Methoden des Mentaltrainings und Anleitung zur fachgerechten Anwendung
- eigene Verhaltensweisen, Veränderungsmöglichkeiten und eigene Ressourcen

Bitte bequeme Kleidung tragen und warme Socken mitbringen.

Kurs-Nr. 34920

22.04.2024 - 26.04.2024

Montag - Freitag, 09:00 - 16:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 173,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 18.03.2024

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Adam Andrissek

BU Englisch 1 für „falsche“ Anfänger/innen A1

– **Wochenintensivkurs** –
Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an Teilnehmer/innen, die vor langer Zeit einmal Englischunterricht hatten und deren Kenntnisse vollkommen verschüttet sind. Es wird bei „Null“ begonnen. Achtung: Der Kurs ist nicht für Teilnehmer/innen geeignet, die noch nie Englischunterricht hatten. Lassen Sie sich beraten! Unterrichtsmaterial: Die Dozentin arbeitet mit eigens für den BU erstellten Unterrichtsmaterialien.

Kurs-Nr. 41925

18.03.2024 - 22.03.2024

Montag - Freitag, 09:00 - 17:00 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 173,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 12.02.2024

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
 Kateryna Paladi

BU Französisch für Anfänger/innen A1

– **Wochenintensivkurs** –
Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Dieser Wochenintensivkurs richtet sich an alle Arbeitnehmer/innen und Auszubildende, die schon mal vor langer Zeit Französischkenntnisse erworben haben und deren Vorkenntnisse in der französischen Sprache komplett verschüttet sind. Es wird bei „Null“ begonnen. Bitte besorgen Sie sich vor Kursbeginn das angegebene Lehrbuch.

Lehrbuch: „Rencontres en français A1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-529642-8), ab Lekt. 1

Kurs-Nr. 42965

24.06.2024 - 28.06.2024

Montag - Freitag, 08:30 - 16:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 170,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 20.05.2024

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
 Fabrice Tricault

BU Italienisch für Anfänger/innen A1

– **Wochenintensivkurs** –
Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Dieser Kurs richtet sich an alle Arbeitnehmer/innen und Auszubildende und alle anderen Interessierten, die keine Vorkenntnisse in der italienischen Sprache haben. Es wird bei „Null“ begonnen.

Lehrbuch: „Nuovo Espresso 1“, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-105438-0), ab Lekt. 1

Kurs-Nr. 45988

12.08.2024 - 16.08.2024

Montag - Freitag, 09:00 - 16:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 173,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 08.07.2024

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
 Sandra Orlando

BU Italienisch 2 A1

– **Wochenintensivkurs** –
Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an alle Arbeitnehmer/innen und Auszubildende, die folgende Voraussetzungen erfüllen: Teilnahme an einem Italienischbildungsurlaub 1 oder einem Abendkurs der Stufe Italienisch 1. Der Besuch sollte nicht länger als ein Jahr zurückliegen. Teilnehmer/innen, die diese Voraussetzungen nicht erfüllen, sollten sich von der VHS individuell beraten lassen. Es besteht die Möglichkeit eines Einstufungstests.

Lehrbuch: „Nuovo Espresso 1“, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-105438-0), ab Lekt. 4

Kurs-Nr. 45989

19.08.2024 - 23.08.2024

Montag - Freitag, 09:00 - 16:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 173,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 15.07.2024

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
 Sandra Orlando

BU Italienisch für Anfänger/innen auf Sardinien A1

– **Wochenintensivkurs** –
Dieser auch als Bildungsurlaub anerkannte Kurs

richtet sich an alle Arbeitnehmer/innen und Auszubildende und alle anderen Interessierten, die keine oder nur geringe Vorkenntnisse in der italienischen Sprache haben. Sie erlernen die italienische Sprache und lernen Land, Leute und Kultur mit einer Sardinien kennen. Im Reisepreis enthalten sind: Übernachtung inkl. Halbpension, 2 Ausflüge und Sprachunterricht.

Interessierte melden sich bitte bei Silvana Reupke, E-Mail: zuradili@gmx.de
 Lehrbuch: „Espresso“, Bd. 1, Hueber-Verlag.

Kurs-Nr. 45990

Gebühr und Termine auf Nachfrage

Sardinien, Torre dei Corsari
 Silvana Reupke



NEU

NEU

BU Textverarbeitung mit Word

Xpert Europäischer ComputerPass
 – **Wochenintensivkurs** –
Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die bereits Grundkenntnisse in Word haben.

Kursinhalte:

- Textteile markieren und bearbeiten
- Texte gestalten und ausdrucken
- Seiten gestalten
- Tabellen einrichten und bearbeiten
- Zeichnungselemente, Grafiken einfügen und bearbeiten
- Serienbriefe erstellen
- Kuverts und Etiketten erstellen

Nach Abschluss dieses Kurses können Sie an der Xpert-Prüfung „Textverarbeitung mit Word (Basics)“ teilnehmen. Der Prüfungstermin erfolgt in Absprache mit den Teilnehmer/innen.

Kurs-Nr. 51902

22.04.2024 - 26.04.2024

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 212,00 € ohne Ermäßigung

inkl. Lehrbuch zuzüglich ggf. Prüfungsgebühr

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 18.03.2024

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
 N.N.

BU Tabellenkalkulation mit Excel

Xpert Europäischer ComputerPass
 – **Wochenintensivkurs** –
Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die bereits Grundkenntnisse in Excel haben. Sie können Daten eingeben und auch einfache Berechnungen ausführen - möchten aber nun Excel auch „richtig“ anwenden.

Kursinhalte:

- Tabellen erstellen, gestalten und ausdrucken
- einfache und verschachtelte Verknüpfungen anwenden
- Funktionen anwenden
- Präsentationsgrafiken erstellen

Nach Abschluss dieses Kurses können Sie auch an der Xpert-Prüfung „Tabellenkalkulation Excel“ teilnehmen. Der Prüfungstermin erfolgt in Absprache mit den Teilnehmer/innen.

Kurs-Nr. 51903

27.05.2024 - 31.05.2024

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 212,00 € ohne Ermäßigung

inkl. Lehrbuch zuzüglich ggf. Prüfungsgebühr

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 22.04.2024

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
 Kagan Kortun

BU Webseiten – von der Planung bis zur Fertigstellung

– Wochenintensivkurs –

Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Webseiten werden heutzutage immer öfter mit Content-Management-Systemen (CMS) erzeugt. Nicht mehr die Erstellung einzelner HTML-Seiten, sondern die Generierung der Inhalte aus Datenbanken oder Dateien steht im Mittelpunkt vieler Softwareprodukte. CMS zeichnen sich insbesondere durch die dynamische Pflege der Webseiten, eine strikte Trennung von Inhalt und Layout aus.

Als CMS kommt hier das populäre Joomla zum Einsatz. Es zeichnet sich durch die Vielfalt an Erweiterungen und seiner Einfachheit aus. So können Webseitenbetreiber auch ohne Programmierkenntnisse sehr schnell zu professionellen Seiten gelangen.

Neben den CMS-Techniken werden Grundzüge von HTML und PHP mitvermittelt, so dass auch eigene Änderungen direkt am Webseitencode erfolgen können.

Die grafische Gestaltung wird durch eine Vielzahl von sogenannten Webseitenvorlagen (Templates) vereinfacht. Diese werden nach den eigenen Wünschen und Vorstellungen graphisch verändert.

Die Teilnehmer bekommen eine Testumgebung im Internet und können da direkt ihre Webseite erstellen. Voraussetzungen: Grundkenntnisse übers Internet und Textverarbeitung. Programmierkenntnisse sind nicht notwendig.

Kurs-Nr. 51910

10.06.2024 - 14.06.2024

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 215,00 € ohne Ermäßigung

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 06.05.2024

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Kagan Kortun



Firmenschulungen – sowohl intern als auch extern

Seminare, Infos und Tipps für kleine und mittlere Unternehmen

Die nachstehenden Seminare richten sich an alle, die bereits ein kleines oder mittleres Unternehmen oder einen Ausbildungsbetrieb führen.

Die Seminarinhalte können in der angebotenen Bandbreite Antworten auf viele Fragestellungen geben und sollen die Teilnehmer für die Anforderungen und Verantwortung sensibilisieren sowie entsprechende Hilfestellungen aufzeigen.

Die Volkshochschule Salzgitter bietet darüber hinaus eine Vielzahl von maßgeschneiderten Fortbildungen an, die auf Ihre Firma abgestimmt sind. Speziell für die Auszubildenden von Betrieben werden verschiedene Grundlagen- und Auffrischungseminare ausbildungsbegleitend angeboten.

Gerne informieren wir Sie:

Telefon: 0 53 41 / 839-22 04.

Physikalische Grundlagen für Auszubildende

Weitere Informationen und Termine auf Anfrage

Kurs-Nr. 50930

Kosten auf Nachfrage

Politische Bildung für Auszubildende – Demokratie und Toleranz

Weitere Informationen und Termine auf Anfrage

Kurs-Nr. 50935

Kosten auf Nachfrage

Einführung in die Grundlagen des Gesundheitsmanagements

Weitere Informationen und Termine auf Anfrage

Kurs-Nr. 50940

Kosten auf Nachfrage

Marketing des neuen Jahrtausends mit Facebook, Twitter & Co.

Weitere Informationen und Termine auf Anfrage

Kurs-Nr. 50951

Kosten auf Nachfrage

Moderne Kommunikationsmittel im Unternehmen

Weitere Informationen und Termine auf Anfrage

Kurs-Nr. 50953

Kosten auf Nachfrage

Mathematische Grundlagen für Auszubildende

Weitere Informationen und Termine auf Anfrage

Kurs-Nr. 50920

Kosten auf Nachfrage

Chemische Grundlagen für Auszubildende

Weitere Informationen und Termine auf Anfrage

Kurs-Nr. 50925

Kosten auf Nachfrage



Firmenseminare

passgenau auf Sie zugeschnitten!

Hinter alten
Mauern lebt Bildung
auf neuestem Stand
– eine perfekte
Symbiose.

Wissen
ist
Macht!

Stark
in die
Zukunft!

Wir bieten Ihnen Grundlagen- und Expertenwissen sowie Auffrischungsschulungen an, da ist für jeden von Ihnen etwas dabei.

- Finanzbuchhaltung
- Personal- und Rechnungswesen
- MS Office
- Büromanagement
- Kundenkommunikation über Webseiten und Social Media
- Internetsicherheit
- Sprachen (Business English, Deutsch als Fremdsprache ...)
- Führung, Moderation, Rhetorik, Präsentation
- gesundheitliche Themen wie Resilienztraining und Stressmanagement
- teambildende Maßnahmen wie Kochveranstaltungen
- und vieles mehr!

Seminare und Fortbildungen sind möglich als inhouse-Schulung bei Ihnen im Betrieb oder im Kniestedter Herrenhaus, dem Veranstaltungsort mit dem besonderen Flair!

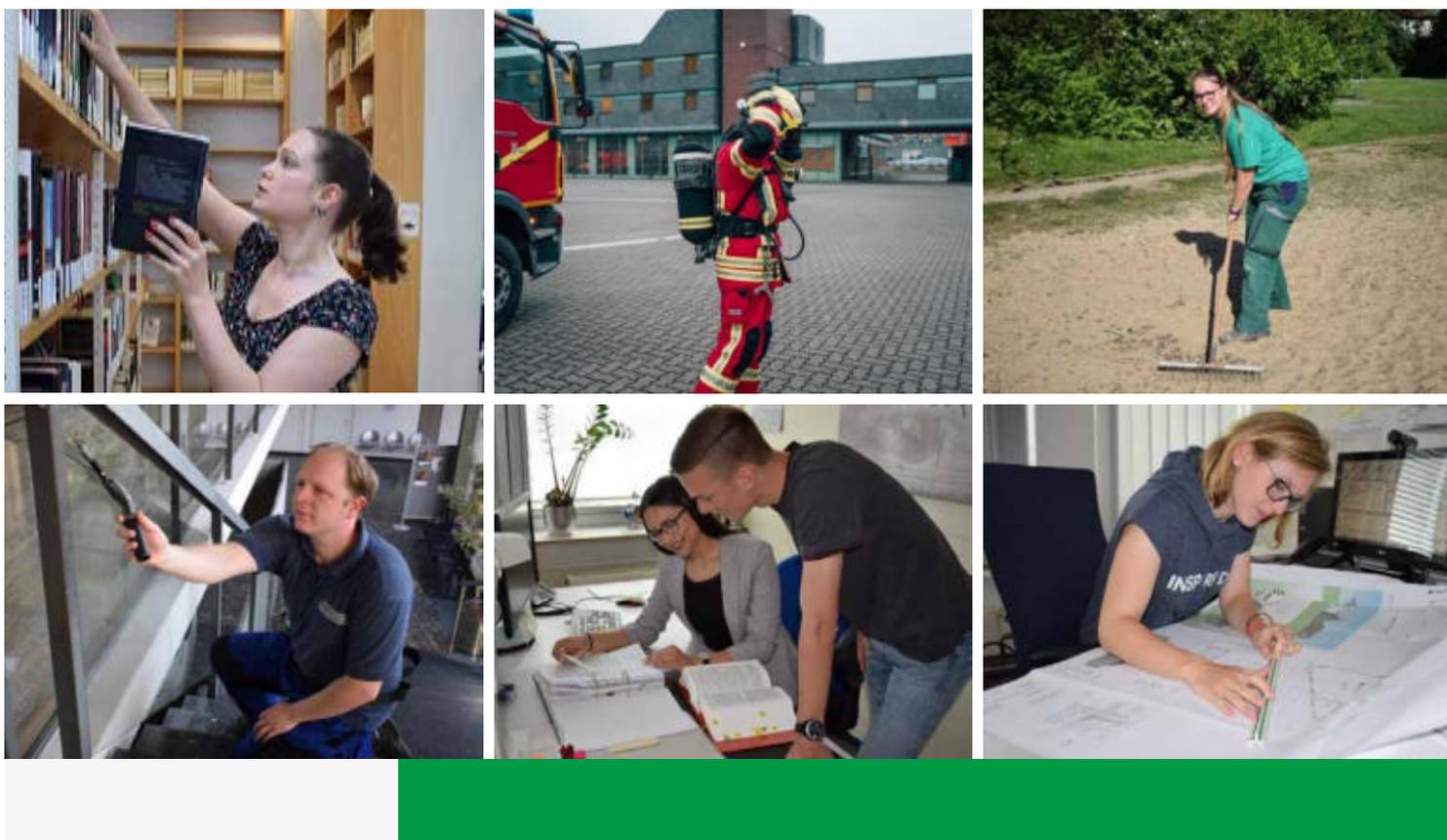
- Seminarräume mit moderner Präsentationstechnik
- Fachräume (helle Lehrküche, Yoga-, Werk- und Keramikräume)
- Park mit großer Terrasse
- gemütliche Sitzecken
- gebührenfreie Parkplätze
- Getränkeservice
- behindertengerechte Einrichtung



Volkshochschule
Salzgitter

Information und Beratung:

Kerstin Breshler-Moser
Telefon 0 53 41 / 839-22 04
kerstin.breshler-moser@stadt.salzgitter.de



Gemeinsam mehr bewirken – nimm Salzgitters Zukunft in die Hand!

Wir sind vielfältiger als Du denkst!

Bei der Stadt Salzgitter findest Du einen passenden Job mit spannenden Aufgaben:

Du bist...

- ...**Ingenieur/-in** oder **Architekt/-in** und willst das Stadtbild gestalten?
- ...**Sozialarbeiter/-in** und willst deine Mitbürger/-innen unterstützen?
- ...im **Verwaltungsbereich** ausgebildet und vielseitig einsetzbar?
- ...**Informatiker/-in** und willst den öffentlichen Dienst fit für die Zukunft machen?
- ...**handwerklich** begabt und hast eine abgeschlossene Ausbildung?
- ...Lebensretter/-in im **Feuerwehr-** oder **Rettungsdienst**?
- ...**Ärztin** oder **Arzt** und dir liegt die Gesundheit deiner Mitmenschen am Herzen?

*Auch als Ausbildung oder
Studium mit
Übernahmegarantie!*

Dann schau Dich auf unserem Karriereportal
nach Deinem neuen Job um!

Du suchst noch nach der passenden Ausbildung für Dich?
Dann bist Du auf unserem Karriereportal genau richtig!

Hier geht's zum Karriereportal:



🌐 karriere.salzgitter.de
✉️ bewerbung@stadt.salzgitter.de

**Scan den QR-Code –
schick uns Deine Bewerbung!**



Sind Sie schon EDV-Profi?

Computerkenntnisse sind heute ein Teil der persönlichen Identität und gesellschaftlicher Teilhabe geworden.

Deshalb ist die Weiterbildung im IT-Bereich unverzichtbarer und zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit.

Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den Neuen Medien stellt einen Schwerpunkt des Programmbereichs „EDV / Neue Medien“ dar. Vertreten sind aber auch Qualifizierungslehrgänge zum „Xpert Europäischen ComputerPass“.

EDV / Digitales

- 94 Generation 55+
- 95 Microsoft Office
- 96 Lehrgangssystem Xpert
- 97 Bildbearbeitung und -gestaltung
- 98 Internet
- 98 Smartphone / Tablet
- 100 Web-Seminare
- 103 Online-Seminare
- 105 Bildungsurlaub

Fachbereichsleitung und Beratung:

Manuela Sieker
Telefon 0 53 41 / 839-22 03
manuela.sieker@stadt.salzgitter.de

Foto: Bernd Hundertmark



Generation 55+

Umgang mit dem Computer – Teil 1



Die Basics

Dieser Kurs soll Sie in einer Gruppe Gleichgesinnter unter erfahrener und geduldiger Anleitung in einer überschaubaren Gruppe bei den ersten praktischen Schritten in die Welt der Computer und des Internets begleiten.

Themen sind die Tastatur und Windows, das Erstellen von Texten und das Speichern, das Erstellen einer PDF und wie bewege ich mich sicher im Internet. Damit haben wir das erste Handwerkszeug erlernt.

Kurs-Nr. 51210

20.02.2024 - 22.02.2024

Dienstag - Donnerstag, 09:00 - 11:30 Uhr

3 Termine, 9 U-Std., 45,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Aaron Kielkowsky

Kurs-Nr. 51211

04.03.2024 - 06.03.2024

Montag - Mittwoch, 09:00 - 11:30 Uhr

3 Termine, 9 U-Std., 45,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Aaron Kielkowsky

Kurs-Nr. 51214

26.02.2024 - 11.03.2024

Montag, 16:00 - 18:15 Uhr

3 Termine, 9 U-Std., 45,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Akin Uysal

Umgang mit dem Computer – Teil 2



Ich will mehr wissen

Das erste Handwerkszeug ist uns sicher, aber ich habe da noch ein paar Fragen! Na klar, kümmern wir uns um die Grundlagen für E-Mails und digitale Netzwerke. Außerdem – wie kommen meine Fotos vom Smartphone auf meinen Laptop? Oder auf den USB-Stick?

Voraussetzungen: Einfacher Umgang mit Word und Windows

Kurs-Nr. 51223

02.04.2024 - 04.04.2024

Dienstag - Donnerstag, 09:00 - 11:30 Uhr

3 Termine, 9 U-Std., 45,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Aaron Kielkowsky

Kurs-Nr. 51224

16.04.2024 - 18.04.2024

Dienstag - Donnerstag, 09:00 - 11:30 Uhr

3 Termine, 9 U-Std., 45,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Aaron Kielkowsky

Kurs-Nr. 51225

08.04.2024 - 22.04.2024

Montag, 16:00 - 18:15 Uhr

3 Termine, 9 U-Std., 45,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Akin Uysal

Umgang mit dem Computer – Teil 3



Was gibt es noch?

Internetsicherheit – auf was muss ich achten? Cloud, was ist denn das? Wie kann ich Texte auf meine Fotos bekommen? Wie kann ich meine E-Mails speichern? Sie haben schon mit den Programmen gearbeitet und möchten Ihr Wissen vertiefen. Gute Idee, denn es gibt Tipps und Kniffe, die uns das digitale Arbeiten erleichtern. Lassen Sie uns gemeinsam entdecken, was möglich ist.

Voraussetzungen: Einfacher Umgang mit Word und Windows

Kurs-Nr. 51235

14.05.2024 - 16.05.2024

Dienstag - Donnerstag, 09:00 - 11:30 Uhr

3 Termine, 9 U-Std., 45,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Aaron Kielkowsky

Entscheidungshilfen beim Kauf eines Smartphones



Wie findet man das richtige Gerät, den richtigen Tarif? Woran lässt sich ein gutes Gerät erkennen und worauf muss man beim Kauf achten? Es gibt eine Vielzahl an billigen und teuren Geräten. Oft wird zu viel gezahlt – sowohl für den Tarif, als auch für das Gerät. In diesem Kurs wird besprochen, worauf man beim Kauf achten sollte und wie ein günstiger Tarif gefunden wird – auch ohne Bindungsfristen. Es ist Platz für Fragen. Der Kurs richtet sich insbesondere an Personen, die sich demnächst ein Smartphone kaufen wollen.

Kurs-Nr. 51240

14.02.2024

Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Gennadij Bayer

Kurs-Nr. 51241

14.03.2024

Donnerstag, 18:00 - 20:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Gennadij Bayer

WhatsApp – So geht moderne Handy-Kommunikation



Vergessen Sie E-Mail, SMS, Facebook und die Telefon-App – langwieriges Anmelden, kompliziertes Dateien anhängen und das Benutzen vieler verschiedener Apps für die Kommunikation mit Ihren Lieben. Egal ob klassischer Text wie bei SMS oder E-Mail oder Versenden von Sprachnachrichten, Videoclips, Bildern – WhatsApp ist das Universal-Kommunikationswerkzeug, welches von immer mehr Menschen gerne und häufig genutzt wird. Sogar Telefonie und Video-Telefonie können Sie mit WhatsApp nutzen. Erfahren Sie, wie Sie WhatsApp einrichten, bedienen und sinnvoll einsetzen. Sie werden sehen: Es ist ganz einfach!

Inhalt u. a.:

- Erste Einstellungen
- Profilfoto
- Status
- WhatsApp-Kontakte verwalten
- Text- und Sprachnachrichten versenden
- Bilder und Videos versenden
- Telefonieren, Videotelefonie

Kurs-Nr. 51244

27.02.2024 - 05.03.2024

Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr

2 Termine, 4 U-Std., 20,00 € ohne Ermäßigung +

Materialkosten

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Gennadij Bayer

Kurs-Nr. 51245

03.04.2024 - 10.04.2024

Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr

2 Termine, 4 U-Std., 20,00 € ohne Ermäßigung +

Materialkosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Gennadij Bayer

Fake News – erkennen?!



Unsere Medien verbreiten täglich eine Flut an Nachrichten. Nicht nur Zeitungen, Radio und das Fernsehen, sondern auch im Internet wird man informiert. Über Politik, Lokalnachrichten aber auch über Gesundheit und andere Themen. Oft heftig, dramatisch und manchmal auch verstörend. Was ist wahr und was ist eine Falschinformation?

Die Verunsicherung ist zu groß. Nachrichten ignorieren ist auch keine Lösung! Wie kann man Fake News erkennen?

Kurs-Nr. 51250

22.02.2024

Donnerstag, 10:00 - 13:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 20,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Carmela Klinge



Microsoft Office

Textverarbeitung mit Word

Grundkurs kompakt – Wochenendseminar –

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre Texte mit dem Textverarbeitungsprogramm Word effizient erstellen. Anhand vieler praktischer Übungen bearbeiten und layouten Sie Ihre Dokumente. Zusätzlich binden Sie tabellarische Übersichten ein und legen Ihre Seitengestaltung fest. Und ganz besonders spannend: Sie erfahren viele Tipps und Tricks zur optimalen Nutzung. Die Inhalte des Kurses auf einen Blick:

- Word kennen lernen
- Text bearbeiten und formatieren
- Absätze formatieren
- Dokumente gestalten
- Seitenlayout gestalten
- Tabellen verwenden
- Dokument überprüfen
- Dokument drucken
- Tipps und Tricks

Kurs-Nr. 51310

Samstag, 24.02.2024, 10:00 - 17:00 Uhr
 Sonntag, 25.02.2024, 10:00 - 15:00 Uhr
 2 Termine, 14 U-Std., 75,00 € ohne Ermäßigung
 Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
 Lars Kolb

Workshop Word Einfügen von Bildern, Textfeldern, Autoformen, SmartArt und Diagrammen

Nutzen Sie Word nicht nur zum Schreiben von Briefen, Listen oder Tabellen. Gestalten Sie Ihre Texte ansprechend mit Bildern, WordArt, Autoformen und sog. SmartArts. Oder vielleicht sollen farbige Textfelder oder Diagramme eingefügt werden. Warum werden sie nicht dort eingefügt, wo ich es wollte? Wie kann ich sie verkleinern oder vergrößern? Wie kann man ein Objekt/Bild zuschneiden? Das alles zeigt Ihnen dieser Kurs.

Die Teilnehmerzahl ist auf maximal fünf begrenzt.

Kurs-Nr. 51314

12.03.2024
 Dienstag, 18:30 - 21:30 Uhr
 1 Termin, 4 U-Std., 56,00 € ohne Ermäßigung
 Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
 Lars Kolb



Keine Angst vor Bildung – Wir holen Dich ab!

Workshop Word Tabellen

Word verfügt über eine leistungsstarke Tabellenfunktion. Ob Zellen miteinander verbinden, Text in eine Tabelle umwandeln oder eine Tabelle in Text umwandeln, Formeln zur Berechnung einer Summe in einer Tabelle einfügen. Zahlenformate verwenden, „optimale Breite“ anwenden – das alles ist auch in Word möglich. Dafür benötigt man kein Tabellenkalkulationsprogramm.

Die Teilnehmerzahl ist auf maximal fünf begrenzt.

Kurs-Nr. 51315

02.04.2024
 Dienstag, 18:30 - 21:30 Uhr
 1 Termin, 4 U-Std., 56,00 € ohne Ermäßigung
 Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
 Lars Kolb



Das besondere Kursformat der VHS Salzgitter

Kurse mit Durchführungsgarantie ab 2 Personen

Kleine Gruppe: 2 – 5 Personen
 Individuelles Coaching zu dem jeweiligen Themengebiet



Workshop Word Serienbrief

Mit der Seriendruckfunktion können Sie einen Brief an unterschiedliche Empfänger versenden. Anhand von Beispielen wird gezeigt, wie Serieldokumente für unterschiedliche Bedürfnisse erstellt werden (Etiketten, Listen, Briefe, E-Mails). Außerdem wird auf die Funktion von Bedingungsfeldern und Datenfiltern eingegangen. Weiterhin lernen Sie die unterschiedlichen Datenquellen (z. B. Excel-Tabellen) für Serieldokumente kennen.

Voraussetzungen sind gute Windows- und Word-Kenntnisse

Die Teilnehmerzahl ist auf maximal fünf begrenzt.

Kurs-Nr. 51316

30.04.2024 - 07.05.2024
 Dienstag, 18:30 - 21:30 Uhr
 2 Termine, 8 U-Std., 112,00 € ohne Ermäßigung
 Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
 Lars Kolb



Workshop Word Dokument- und Formatvorlagen

In diesem Workshop erhalten Sie Gelegenheit, sich intensiv mit Word-Funktionen rund um das Thema Vorlagen zu beschäftigen. Dokumentvorlagen für Briefe, Berichte, Protokolle usw. erleichtern die Arbeit im Büro. Dabei spielen Formatvorlagen, mit denen Textteile schnell und sicher formatiert werden, eine zentrale Rolle.

Sie sollten über gute Vorkenntnisse in Word verfügen. Die Teilnehmerzahl ist auf maximal fünf begrenzt.

Kurs-Nr. 51317

04.06.2024 - 11.06.2024
 Dienstag, 18:30 - 21:30 Uhr
 2 Termine, 8 U-Std., 112,00 € ohne Ermäßigung
 Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
 Lars Kolb



Es finden auch spezielle Kurse für Kinder und Jugendliche statt, z. B.

Referate schnell vorbereitet (ab 12 Jahren)

PowerPoint für kreative Kids – Ferienkurs –

Kurs-Nr. 90520
 29.07.2024

Word für Abiturienten

Kurs-Nr. 90525
 17.08.2024

Excel für Abiturienten

Kurs-Nr. 90530
 20.08.2024 - 27.08.2024
 Weitere Informationen siehe Seite 26

Excel – Grundstufe

– Wochenendseminar –

Excel, das Programm der unbegrenzten Möglichkeiten, liegt leider auf vielen PCs völlig ungenutzt. In diesem Excel-Einstiegsseminar wird die grundlegende Arbeitsweise von Excel vermittelt. Wir erstellen Tabellen mit relativ einfachen Berechnungen, gestalten und drucken diese und stellen Teilbereiche in Form von Diagrammen dar.

Kurs-Nr. 51320

Samstag, 06.04.2024, 10:00 - 17:00 Uhr
 Sonntag, 07.04.2024, 10:00 - 15:00 Uhr
 2 Termine, 14 U-Std., 79,90 € ohne Ermäßigung inkl. Unterrichtsmaterial
 Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
 Kagan Kortun

Excel – Kniffe und Tricks

– Wochenendseminar –

Zehn Funktionen braucht die/der durchschnittliche Excel-Nutzer/in. In diesem Kurs werden die wichtigsten Funktionen ausführlich vorgestellt und geübt. Damit erhalten Sie ein sicheres Fundament für Ihren „Excel-Alltag“ und können sich leicht weitere Funktionen erarbeiten.

- Funktionen geschickt kombinieren und verschachteln
 - relative, absolute und gemischte Bezüge
 - Aufbau und Formulierung von Formeln und Funktionen
 - WENN – einfach und verschachtelt
 - Und / Oder
 - zählenwenn / summewenn
 - Sverweis / Wverweis
 - Zeitberechnungen
 - Datenüberprüfung
 - Gültigkeitskriterien festlegen mit Eingabe- und Fehlermeldung
 - Auswahllisten vorgeben
- Voraussetzungen: Windows- und Excel-Kenntnisse

Kurs-Nr. 51321

Samstag, 04.05.2024, 10:00 - 17:00 Uhr
Sonntag, 05.05.2024, 10:00 - 15:00 Uhr
2 Termine, 14 U-Std., 75,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Kagan Kortun

Workshop Excel Pivot-Tabellen



Pivot-Tabellen werden in Excel viel zu selten benutzt. Das liegt vor allem daran, dass man nicht weiß, wie sie erstellt werden und vor allem wofür man sie erstellt. In diesem Kurs werden Sie anhand kleiner Beispiele die Anwendung kennen lernen. Pivot-Tabellen dienen dazu, Daten in Excel leichter auszuwerten, ohne komplizierte Formeln einzubauen. Es können verschiedene Filter- und Berechnungsmethoden übersichtlich dargestellt werden, ohne den Datenbestand zu verändern.
Die Teilnehmerzahl ist auf maximal fünf begrenzt.

Kurs-Nr. 51322

09.04.2024 - 23.04.2024
Dienstag, 18:15 - 20:30 Uhr
3 Termine, 9 U-Std., 126,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Kagan Kortun

Keine Angst
vor Bildung –
Wir holen Dich ab!

Die so gekennzeichneten Kurse bietet die Volkshochschule Salzgitter in Kooperation mit der Volkshochschule Braunschweig, dem Bildungszentrum Wolfenbüttel und der Volkshochschule Wolfsburg an. Für die Kurse geben wir Ihnen eine Durchführungsgarantie ab 3 Teilnehmenden.



OneNote – das digitale Notizbuch



– Web-Seminar –

OneNote ist ein Tool für Ideensammlungen, Vorbereitungen und Informationsübermittlungen in einem! Für jedes Meeting, privat oder geschäftlich, ein hilfreiches Tool, das zeitsparende Funktionen und Möglichkeiten miteinander verbindet. Auf einfachstem Wege können Sie verschiedenste Formate und Medien miteinander verbinden. Nicht nur das, auch Projektbearbeitung im Team ist möglich! Ob auf dem Laptop, Smartphone oder Tablet – OneNote ist immer dabei.

Voraussetzung: Grundkenntnisse Word, sicheres Navigieren in Windows

Inhalte:

- Einstieg
- Inhalte einfügen und formatieren
- Dateien einbetten
- Notizbücher organisieren
- Notizen überprüfen und Schützen
- Dateien verwalten
- Inhalte teilen

Kurs-Nr. 51819

17.02.2024
Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr
1 Termin, 4 U-Std., 27,00 € ohne Ermäßigung
vhs.cloud
Carmela Klinge

Digitales Ablagesystem



– Web-Seminar –

Wie werden heute Dateien abgelegt? Brauchen wir noch Ordner? Wohin mit meinen E-Mails? Auf dem Weg zum papierlosen Büro gibt es einiges zu bedenken und Neues zu entdecken. Durch den Aufbau neuer Strukturen in Ihrem Explorer und die Zusammenarbeit mit OneNote, Outlook und der Cloud ist das Ablage-Management einfacher und übersichtlicher geworden. Wir haben neue Möglichkeiten! Probieren wir sie aus.

Kurs-Nr. 51820

Montag, 05.02.2024, 10:00 - 13:00 Uhr
Mittwoch, 07.02.2024, 10:00 - 13:00 Uhr
2 Termine, 4 U-Std., 36,00 € ohne Ermäßigung
vhs.cloud
Carmela Klinge

Wir bieten noch weitere Seminare aus dem Bereich Microsoft Office als Online-Veranstaltungen an.

Weitere Informationen finden Sie auf den Seiten 100 - 104

Lehrgangssystem Xpert Europäischer ComputerPass

Xpert Europäischer ComputerPass (ECP)



Das Lehrgangssystem vermittelt umfassende Kenntnisse und praktische Fertigkeiten mit gängigen Office-Programmen. Es besteht aus den nachstehenden Modulen.

Xpert Starter z. Zt. nicht im Angebot

Textverarbeitung Basics

Tabellenkalkulation

Präsentation

Kommunikation

Datenbankanwendung

z. Zt. nicht im Angebot

Die Lehrgänge richten sich an Teilnehmer/innen aus dem privaten und öffentlichen Dienstleistungs- und Verwaltungsbereich sowie aus dem kaufmännischen Bereich von Handels- und Industriebetrieben, an Selbstständige aus Klein- und Mittelbetrieben sowie an Privat-Nutzer.

ComputerPass Xpert

Nach erfolgreicher Absolvierung von drei frei wählbaren Modulen aus dem Lehrgangssystem wird der Abschluss „Xpert Europäischer ComputerPass“ erreicht.

ComputerPass Xpert Master

Nachdem zwei weitere Module erfolgreich absolviert wurden, wird der Abschluss „Europäischer ComputerPass Xpert Master“ erworben.

Über jede erfolgreich abgeschlossene Modulprüfung wird ein Zertifikat ausgestellt. Wenn Sie die genannten Prüfungen bestehen, erhalten Sie zusätzlich das jeweilige Gesamtzertifikat.

Hinweis:

Kurse, die mit dem Xpert-Logo gekennzeichnet sind, können mit einer Prüfung abgeschlossen werden. Diese Prüfung gehört zu dem Lehrgangssystem „Xpert Europäischer ComputerPass“. Die **Prüfungsgebühr** beträgt jeweils 60,00 €.

Die Kurse können auch von Teilnehmern besucht werden, die nicht den Abschluss anstreben und auch keine Prüfung im einzelnen Fach machen wollen.

Falls Sie noch Fragen dazu haben, melden Sie sich bitte unter der Telefonnummer 0 53 41 / 839-22 03.



BU Textverarbeitung mit Word



Xpert Europäischer ComputerPass – Wochenintensivkurs –

Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die bereits Grundkenntnisse in Word haben.

Kursinhalte:

- Textteile markieren und bearbeiten
- Texte gestalten und ausdrucken
- Seiten gestalten
- Tabellen einrichten und bearbeiten
- Zeichnungselemente, Grafiken einfügen und bearbeiten
- Serienbriefe erstellen
- Kuverts und Etiketten erstellen

Nach Abschluss dieses Kurses können Sie an der Xpert-Prüfung „Textverarbeitung mit Word (Basics)“ teilnehmen. Der Prüfungstermin erfolgt in Absprache mit den Teilnehmer/innen.

Kurs-Nr. 51902

22.04.2024 - 26.04.2024

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 212,00 € ohne Ermäßigung

inkl. Lehrbuch zuzügl. ggf. Prüfungsgebühr

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 18.03.2024

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

N.N.

BU Tabellenkalkulation mit Excel



Xpert Europäischer ComputerPass – Wochenintensivkurs –

Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die bereits Grundkenntnisse in Excel haben. Sie können Daten eingeben und auch einfache Berechnungen ausführen – möchten aber nun Excel auch „richtig“ anwenden.

Kursinhalte:

- Tabellen erstellen, gestalten und ausdrucken
- einfache und verschachtelte Verknüpfungen anwenden
- Funktionen anwenden
- Präsentationsgrafiken erstellen

Nach Abschluss dieses Kurses können Sie auch an der Xpert-Prüfung „Tabellenkalkulation Excel“ teilnehmen. Der Prüfungstermin erfolgt in Absprache mit den Teilnehmer/innen.

Kurs-Nr. 51903

27.05.2024 - 31.05.2024

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 212,00 € ohne Ermäßigung

inkl. Lehrbuch zuzügl. ggf. Prüfungsgebühr

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 22.04.2024

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Kagan Kortun



VHS:
voll heiße
Sache

Bildbearbeitung und Gestaltung

Mein erstes digitales Fotobuch

– Wochenendseminar –

Bei einem Fotobuch handelt es sich um ein professionell gedrucktes Buch von Digitalfotos, geeignet auch als Projektdokumentation – oder einfach nur zum Festhalten schöner Urlaubsmomente.

Mit einer kostenlosen Software wird die Verarbeitung der digitalen Fotos vorgenommen. Schritt für Schritt wird vermittelt, wie ein Fotobuch angelegt und online bestellt wird. Dabei werden auch Möglichkeiten der Bildbearbeitung und -verbesserung behandelt und gezeigt, wie Bilder arrangiert und mit Texten versehen werden.

Die Teilnehmer können ihren eigenen Laptop verwenden! Das fertige Fotobuch kann auf einem USB-Stick gespeichert werden.

Jeder Teilnehmer erhält einen Gutschein der Firma CEWE im Wert von 21,95 € für ein CEWE-Fotobuch. Somit können die Teilnehmer/innen ihr erstes Fotobuch kostenfrei bestellen.

Kurs-Nr. 51602

09.03.2024

Samstag, 10:00 - 15:00 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 33,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Kagan Kortun

Kurs-Nr. 51603

10.08.2024

Samstag, 10:00 - 15:00 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 33,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Kagan Kortun

Die so gekennzeichneten Kurse bietet die Volkshochschule Salzgitter in Kooperation mit der Volkshochschule Braunschweig, dem Bildungszentrum Wolfenbüttel und der Volkshochschule Wolfsburg an. Für die Kurse geben wir Ihnen eine Durchführungsgarantie ab 3 Teilnehmenden.



Photoshop Elements Bildbearbeitung



– Web-Seminar –

In diesem strukturierten Einstiegsseminar erlernen Sie effektiv die grundlegenden Funktionen von Photoshop Elements kennen und können anhand von praktischen Beispielen den effektiven Einsatz der wichtigsten Werkzeuge und die umfangreichen Möglichkeiten der Bildbearbeitung mit Photoshop Elements anwenden. Ziel ist es, die Bildbearbeitung mit Photoshop Elements unter fachkundiger Anleitung effektiv anzuwenden.

Teilnahmevoraussetzungen: Sicherer Umgang mit Microsoft Windows

Für diesen Online-Kurs benötigen Sie einen Windows-PC mit Internetzugang, ein Headset (Kopfhörer und Mikrofon) und möglichst eine Kamera (Webcam an Ihrem Bildschirm), damit Sie sich und die Kursleiterin und die anderen Teilnehmenden sehen und hören können.

Unsere Online-Kurse finden immer live statt. Vieles ist dabei genauso wie in einem „normalen“ Seminar: Kursleitung und Teilnehmende treffen sich zur festgelegten Uhrzeit, begrüßen sich, man kann die anderen Teilnehmenden sehen und hören, es gibt ggf. Präsentationen, Erklärungen, Fragen, Diskussionen, Übungen usw.

Kurs-Nr. 51824

02.04.2024 - 09.04.2024

Dienstag, 17:30 - 20:30 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 72,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Merle Hübner



Wir setzen auf
HERDT
Schulungsmaterialien
www.herd.com

Internet

Internetführerschein

Familie mit Kindern (7 – 10 Jahre) – Wochenendseminar –

NEU

Im Vordergrund steht die familienfreundliche und sichere PC-Nutzung zu Hause. Wichtigstes Ziel des Kurses ist deshalb die Klärung und Vermittlung von Medienkompetenz. Eltern und Kinder sollen am Kurs gleichermaßen teilhaben – jeder soll sich seine besonderen Wünsche später praktisch am Computer erfüllen können. Ob Preisvergleich und Einkauf im Internet für die Eltern, altersgerechte Seiten mit Rätseln und Spielen für die Kinder oder Blogs und Chaträume für Jugendliche – dies und vieles Andere soll in diesem Kurs erkundet werden.

Themen sind u. a.:

- Suchen und Finden im Internet
 - Datenschutz – Chats, persönliche Daten usw.
 - Einrichten einer E-Mail-Adresse
 - Copyright – Erlaubtes und Verbotenes
 - Viren und ihre Gefahren
- Die Kursgebühr gilt für einen Erwachsenen + 1 Kind.

Kurs-Nr. 90510

17.08.2024 - 24.08.2024
Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr
2 Termine, 8 U-Std., 88,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Kagan Kortun

Es finden auch spezielle Kurse für Kinder und Jugendliche statt, z. B.

Internetführerschein für Kids (3./5. Klasse)

- Ferienkurs -

Spiele, Videos, Chats und vielfältige Informationen: Kids sind fasziniert vom Internet. Die Möglichkeiten, aber auch Gefahren, sind wesentlich größer als bei anderen Medien. In diesem Kurs lernen die Kinder:

- über Kindersuchmaschinen zu recherchieren
- glaubwürdige Quellen auszuwählen
- eigene Beiträge zu erstellen
- wie man sich im Internet verhält
- Umgang mit persönlichen Daten

Als Abschluss wird ein Internetführerschein überreicht.

Kurs-Nr. 90515

30.07.2024 - 01.08.2024
Dienstag - Donnerstag, 09:00 - 12:30 Uhr
3 Termine, 12 U-Std., 66,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Holger Kasseck

TikTok, Instagram, Facebook & Co.

Die sozialen Medien sind nicht nur in der privaten Kommunikation weit verbreitet. In diesem Kurs erhalten Sie einen Überblick wie diese Plattformen funktionieren und wie man sie richtig nutzt.

Bitte bringen Sie ein betriebsbereites geladenes Gerät (Smartphone und / oder Tablet) und Ihr Ladekabel mit.

Kurs-Nr. 51528

28.02.2024 - 06.03.2024
Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr
2 Termine, 4 U-Std., 20,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Gennadij Bayer

Onlinebetrug – das erwischt doch nur die Anderen

- Woran erkenne ich eine Fake-Internetseite?
- Kann man Fake-Bewertungen erkennen?
- Was ist Phishing und wie erkenne ich einen Phishingversuch?

Dies und andere Themenbereiche sind Inhalte des Kurses.

Voraussetzungen: PC- und Internet-Grundkenntnisse

Kurs-Nr. 51530

22.04.2024
Montag, 18:00 - 20:15 Uhr
1 Termin, 3 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Gennadij Bayer

Bankgeschäfte mit dem Handy – wie geht das sicher?

Ihr Handy wird zur Geldbörse. Bezahlen mit dem Handy ist mittlerweile gängige Praxis beim Einkaufen. Sie halten im Geschäft Ihr Handy vor einen Scanner und der Bezahlvorgang ist ohne weitere Maßnahmen innerhalb einer Sekunde ausgeführt. Das Bezahlen mit dem Handy funktioniert im Prinzip wie das Bezahlen mit einer EC-Karte. Die sichere Anwendung dieser Technologie ist Thema dieses Kurses.

Kurs-Nr. 51540

04.03.2024
Montag, 17:30 - 20:30 Uhr
1 Termin, 4 U-Std., 20,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Gennadij Bayer

Passwörter, Passphrasen und digitaler Nachlass

NEU

Im Internet werden an vielen Stellen Passwörter benötigt, z. B. für E-Mail-Postfächer, Online-Shops oder den Zugang zu sozialen Netzwerken. Kann ich ein sicheres Passwort erstellen? Was ist eine Passphrase? Und was muss ich beachten, wenn ich meinen digitalen Nachlass regeln möchte?

Kursinhalt:

- Grundregeln im Umgang mit Passwörtern
- Ein- oder mehrere Passwörter – Was ist sinnvoll?
- Passwörter dauerhaft speichern? – Vor- und Nachteile
- Kriterien für gute Passwörter
- Methode zur Konstruktion sicherer Passwörter
- Tipps für den digitalen Nachlass

Kurs-Nr. 51803

21.02.2024
Donnerstag, 16:00 - 18:30 Uhr
1 Termin, 3 U-Std., 27,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Carmela Klinge

Smartphone / Tablet

Sicherer Umgang mit Smartphone und / oder Tablet – Einsteigerkurs

In diesem Kurs lernen Sie in der Praxis Ihr Smartphone oder Tablet kennen. Sie erfahren in einfachen Schritten, wie Sie Ihr Smartphone oder Tablet bedienen.

Wie kann man Nachrichten und Bilder empfangen und versenden? Worauf müssen Sie bei den Einstellungen achten? Wie installiert und deinstalliert man Apps? Wie sucht und findet man Informationen und Produkte im Internet? Hilfe zur Selbsthilfe: Wie findet man selbst eine Lösung? Welche Sicherheitseinstellungen sind ratsam?

Dieser Kurs richtet sich vor allem nach den Bedürfnissen der Teilnehmenden. Die Themen werden am Beginn gemeinsam abgestimmt. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig, erste Erfahrungen sind hilfreich.

Bringen Sie bitte ein betriebsbereites und geladenes Gerät und Ihr Ladekabel mit.

Kurs-Nr. 51731

15.02.2024 - 29.02.2024
Donnerstag, 18:00 - 19:30 Uhr
3 Termine, 6 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Gennadij Bayer

Kurs-Nr. 51732

09.04.2024 - 23.04.2024
Dienstag, 18:00 - 19:30 Uhr
3 Termine, 6 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Gennadij Bayer

Sicherer Umgang mit Smartphone und / oder Tablet – Teil 2

Entdecke noch mehr Möglichkeiten

In diesem Kurs lernen Sie weitere Möglichkeiten der Android-Welt kennen. Die Funktionsvielfalt der Handys und Tablets mit Android-System werden intensiver betrachtet. Aufbauend auf Teil 1 werden hier nützliche Apps und Tools vorgestellt und natürlich werden auch Fragen zu Sicherheit und Datenschutz geklärt.

Die Funktionen im Zusammenhang mit anderen Google-Diensten, Cloudspeicher und mehr stehen im Vordergrund und Ihre Fragen sollen natürlich auch nicht zu kurz kommen.

Voraussetzung: Das Mitbringen eigener Geräte ist zwingend erforderlich.

Kurs-Nr. 51738

16.05.2024 - 23.05.2024

Donnerstag, 18:00 - 19:30 Uhr

2 Termine, 4 U-Std., 20,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Gennadij Bayer

Android-Tablet und Smartphone – Teil 1

Das Handy (z. B. Samsung) ist längst nicht mehr nur ein Telefon, sondern vielmehr ein Computer für die Hosentasche. Tablets arbeiten genauso gut wie Notebooks, sind dabei aber wesentlich handlicher.

Terminplaner, E-Mail und Internet an jedem Ort. Verwenden Sie Ihr Gerät als Navigationsgerät oder virtuellen Reiseführer und schlagen Sie Informationen im Internet nach.

Themen sind:

- Was ist Android (verschiedene Versionen)?
- Welche Voraussetzungen braucht man, um das Gerät richtig zu nutzen (Internet-Flatrate, WLAN, Google Account usw.)
- Touchscreen richtig bedienen
- verschiedene Oberflächen/Hersteller
- Einstellungen vornehmen
- Google-Account, E-Mail-Konto und WLAN einrichten
- Was sind Apps und Widgets?
- Anpassungen am eigenen Gerät (Startbildschirm, Hintergrundbild, Klingelton etc.)

Voraussetzung: Das Mitbringen eigener Geräte ist zwingend erforderlich.

Kurs-Nr. 51733

16.05.2024 - 23.05.2024

Donnerstag, 09:15 - 12:30 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 40,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Holger Kasseck

Kurs-Nr. 51734

11.06.2024 - 12.06.2024

Dienstag - Mittwoch, 09:15 - 12:30 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 40,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Holger Kasseck

Kreatives Fotografieren mit dem Smartphone

– für die Kamera, die Sie immer bei sich haben

Sie besitzen ein Smartphone und möchten mehr als nur Schnappschüsse machen? Sie sind interessiert daran, wie Sie mit Ihrem Handy professionelle Fotos schießen können? Dann sind Sie hier genau richtig! Kursinhalte

- Grundlagen der Smartphone-Fotografie: Verstehen Sie die Technik hinter der Linse.
- Motivwahl & Bildkomposition: Lernen Sie, wie Sie Ihre Fotos interessanter gestalten können.
- Verschiedene Aufnahme-Modi: Von Porträts bis zu Landschaftsaufnahmen.
- Tipps, Tricks & Hilfsmittel: Nutzen Sie Ihr Smartphone optimal aus.
- Bildbearbeitung: Ein Einblick in Adobe Lightroom und Snapseed.
- Bildbesprechung: Gemeinsame Analyse und Verbesserungsvorschläge.

Zielsetzung

- Verbesserung Ihrer fotografischen Fähigkeiten
 - Anwendung des Erlernten in verschiedenen Situationen
 - Umgang mit unterschiedlichen Lichtverhältnissen
 - Entwicklung einer eigenen Bildsprache
- Dieser Kurs richtet sich an Fotografie-Einsteiger und alle, die ihre Smartphone-Fotografie verbessern möchten. Sie lernen in Theorie und Praxis und können das Erlernte frei gestalten und bei einem Foto-Walk erproben.

Technische Voraussetzungen

- Ein Smartphone (iPhone oder Android)
- Optional: Power-Bank für längere Sessions
- Speicherplatz für Ihre Fotos
- Empfohlene Apps: Adobe Lightroom, Snapseed

Kurs-Nr. 25057

29.05.2024 - 12.06.2024

Mittwoch, 18:30 - 20:45 Uhr

3 Termine, 9 U-Std., 40,50 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Harald Treder

Ich bin dann mal weg – mit dem Smartphone auf Wander- oder Radtour

Wie wandern Sie oder machen Sie eine Radtour? Immer noch mit Karten in der Hand? Oder möchten Sie sich z. B. am Rad durch Ansage navigieren lassen?

Moderne Smartphones und Tablets besitzen meist auch einen GPS-Empfänger und können damit navigieren. Hier erhalten Sie einen Überblick über Smartphones (iOS oder Android) und nützliche APPs. Auch die Kombination, am Computer zu planen und aufs Handy zu laden, vereinfacht die Vorphase! Strecken werden dadurch kalkulierbarer von der Zeit, der km und von der Belastung her.

Grundlagen in GPS, Internet, Online- und Offline-Karten werden am Anfang des Kurses vermittelt. Auch sich wiederfinden und seinen Standort feststellen, kann schon bei einer Stadtbesichtigung sehr nützlich sein.

Wir bieten ein Komplettangebot: Erst planen und dann loslegen. Auf Wunsch wird eine Wander- oder Radtour gemeinschaftlich unternommen.

Kurs-Nr. 51740

Samstag, 20.04.2024, 10:00 - 13:00 Uhr

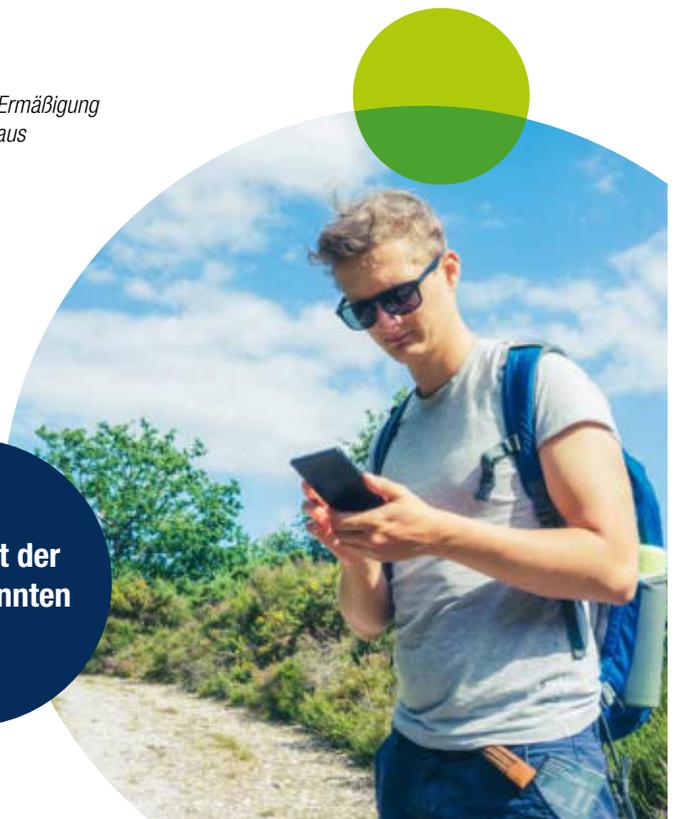
Samstag, 27.04.2024, 10:00 - 13:00 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 40,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Kagan Kortun

VHS:
Treffpunkt der
Gleichgesinnten



Digitales Lernen

Digitale Medien und das Internet gehören heute längst zu unserem Alltag. Dabei ist in unserer digitalen Gesellschaft, die sich ständig und rasant verändert, die Bereitschaft und Motivation zum lebenslangen Lernen immens wichtig. Digitales Lernen bietet eine Vielzahl an Möglichkeiten. E-Learning bedeutet, das Lernen mit digitalen Medien. Es ist unabhängig davon, ob sie offline am eigenen PC oder Tablet genutzt werden oder über Online-Lernangebote im Internet.

Sie haben hier die Wahl zwischen Web-Seminaren und Online-Seminaren. Welche Form passt besser zu Ihnen? Schauen Sie sich die nachstehenden Angebote genauer an und entscheiden Sie selbst.

Web-Seminare



Ein Web-Seminar ist ein live im Internet stattfindendes Seminar. Die Teilnehmenden betrachten nicht irgendeine Aufzeichnung eines Dozenten, wie man sie z. B. auf Videoplattformen wie Youtube finden kann. Sondern das Web-Seminar wird live und in Echtzeit übers Internet ausgestrahlt. Typisch für ein Web-Seminar ist wie bei jedem Seminar ein festgelegter Start- und Endzeitpunkt. Es handelt sich dabei also nicht um eine beliebig abspielbare Aufzeichnung, sondern um eine Live-Übertragung.

Das Web-Seminar findet u. a. in unseren virtuellen Schulungsräumen in der vhs.cloud statt. Dort lernen Sie unter Anleitung des Dozenten / der Dozentin gemeinsam mit anderen Teilnehmenden bequem von zuhause aus.

10-Fingersystem am PC in 3 Lektionen



Crashkurs für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren

– Web-Seminar –

Die Computertastatur blind bedienen zu können und beim Arbeiten am Computer Zeit zu sparen ist das Ziel des Kurses und das gelingt mit dem Erlernen des 10-Fingersystems! Damit sich die Position der Tasten besser einprägen lassen, wird im Kurs eine multisensorische Lerntechnik eingesetzt, bei der Tasten und Farben sowie Symbole miteinander verknüpft werden. Auf diese Weise fällt das Lernen leicht und macht zugleich Spaß! Wir setzen im Kurs eine Online-Lernplattform ein, die im Kurs vorgestellt wird und nach dem Kurs zum weiteren Üben verwendet werden kann. Je öfter das 10-Fingersystem mit dem vorgestellten gratis Online-Schreibtrainer geübt wird, desto schneller können Sie die Tastatur „blind“ bedienen.

Kurs-Nr. 50211

11.08.2024 - 25.08.2024

Sonntag, 10:30 - 12:45 Uhr

3 Termine, 9 U-Std., 35,00 € ohne Ermäßigung

Web-Seminar

Biljana Varzic

Word Grundlagen



– Web-Seminar –

Vor dem Web-Seminar gibt es eine kleine Einführung zur Oberfläche Big Blue Button (vhs.cloud), so bekommen Sie die Sicherheit an diesem Web-Seminar teilzunehmen.

Themen: Aufbau und Menüstruktur, Grundlagen der Textverarbeitung, Texteingabe, Dokument speichern und öffnen, Textabschnitte löschen, kopieren, verschieben, Zeichen-, Absatz- und Seitenformatierung, Grafiken einfügen und bearbeiten, Tabulatoren, Dateieigenschaften, Rechtschreibung, Druckfunktionen
Voraussetzung: Sicherer Umgang mit Windows
Das Programm muss auf dem Rechner installiert und betriebsbereit sein.

Kurs-Nr. 51805

05.03.2024 - 12.03.2024

Dienstag, 18:00 - 21:15 Uhr

3 Termine, 12 U-Std., 108,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Klaus Fabian

Die so gekennzeichneten Kurse bietet die Volkshochschule Salzgitter in Kooperation mit der Volkshochschule Braunschweig, dem Bildungszentrum Wolfenbüttel und der Volkshochschule Wolfsburg an. Für die Kurse geben wir Ihnen eine Durchführungsgarantie ab 3 Teilnehmenden.



MS Office – Einsatz im Büroalltag



– Web-Seminar –

Das Seminar gibt in kompakter Form einen Überblick über die Anwendungsmöglichkeiten der Programme Word, Excel, PowerPoint und Outlook.

Die verwendeten Beispiele und Übungen unterstützen Sie bei der professionellen Erstellung von Geschäftskorrespondenz inklusive E-Mail-Korrespondenz.

EDV-Grundkenntnisse (Umgang mit Ordnern und Dateien) im Rahmen eines Einsteigerkurses werden vorausgesetzt.

Voraussetzungen: Sicherer Umgang mit Windows, Grundkenntnisse von MS Office.

Kurs-Nr. 51811

20.02.2024 - 23.04.2024

Dienstag, 18:00 - 21:15 Uhr

8 Termine, 32 U-Std., 288,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Ingrid Milark

Unschlagbar im Team – Outlook und OneNote



– Web-Seminar –

Modernes Zeitmanagement mit Outlook und OneNote. Arbeiten mit Outlook: Meistens werden E-Mails verwaltet und der Kalender genutzt. Aber Outlook ist Ihre Kommunikationszentrale und in Kombination mit OneNote einfach genial. Wir kennen es aus dem Alltag: Das Chaos, weil sich Besprechungsanfragen schwierig gestalten oder „ich habe alles im Kopf“ und dann doch etwas vergessen. Richtig eingesetzt erspart es Ihnen Zeit und Frust. In diesem Workshop geht es um Effizienz in der Tages- und Wochenplanung. Aber auch um effektive Vorbereitung der Besprechungen und OneNote als Teamplayer. – Damit die Zeit endlich wieder Ihnen gehört.

Kurs-Nr. 51813

20.04.2024

Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 36,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Carmela Klinge

Formulare erstellen mit Word und MS Form



– Web-Seminar –

Unser Arbeitsalltag hat sich im Office/Back-Office sehr verändert. Geteilte Arbeitsmöglichkeiten – Homeoffice oder Präsenz und trotzdem Teamarbeit. Um die neuen Anforderungen trotzdem sicher zu erarbeiten, braucht es planbare Arbeitsabläufe. Dabei helfen Formulare. Die kann man rasch in Word erstellen. Wenn es dann auch noch Umfragen oder Quizze sein sollen, dann brauchen wir Microsoft Forms. Lassen Sie uns auch das Programm auf leichte Art kennenlernen. Einfach mal ausprobieren!

Kurs-Nr. 51815

19.02.2024 - 26.02.2024

Montag, 17:00 - 18:30 Uhr

2 Termine, 4 U-Std., 36,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Carmela Klinge



Excel Grundlagen

– Web-Seminar –



Vor dem Web-Seminar gibt es eine kleine Einführung zur Oberfläche Big Blue Button (vhs.cloud), so bekommen Sie die Sicherheit an diesem Web-Seminar teilzunehmen.

Themen:

- Daten eingeben und bearbeiten
- Zelle, Spalten, Zeilen
- Einfache Formeln AutoAuffüllen von Zeilen
- Daten sortieren und filtern
- Zellen formatieren
- AutoSumme

Voraussetzung: Sicherer Umgang mit Windows
Das Programm Excel 2013 / 2016 oder 2019 muss auf dem Rechner installiert und betriebsbereit sein.

Kurs-Nr. 51816

Dienstag, 14.05.2024, 18:00 - 21:15 Uhr

Donnerstag, 16.05.2024, 18:00 - 21:15 Uhr

Donnerstag, 23.05.2024, 18:00 - 21:15 Uhr

3 Termine, 12 U-Std., 108,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Klaus Fabian

PowerPoint Grundlagen

– Web-Seminar –



Vor dem Web-Seminar gibt es eine kleine Einführung zur Oberfläche Big Blue Button (vhs.cloud), so bekommen Sie die Sicherheit an diesem Web-Seminar teilzunehmen.

Themen:

- Benutzeroberfläche
- Folienlayout
- Folien hinzufügen und bearbeiten
- Texte einfügen und formatieren
- Tabellen einfügen und bearbeiten
- Bilder einfügen und bearbeiten
- Illustrationen einfügen und bearbeiten
- Kopf-/Fußzeile, Datum, Foliennummern
- Animationen
- Druckoptionen, Handzettel, Notizseiten

Voraussetzung: Sicherer Umgang mit Windows
Das Programm PowerPoint 2013 / 2016 oder 2019 muss auf dem Rechner installiert und betriebsbereit sein.

Kurs-Nr. 51818

Dienstag, 16.01.2024, 18:00 - 21:15 Uhr

Dienstag, 18.01.2024, 18:00 - 21:15 Uhr

Dienstag, 23.01.2024, 18:00 - 21:15 Uhr

3 Termine, 12 U-Std., 108,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Klaus Fabian

OneNote – das digitale Notizbuch



– Web-Seminar –

OneNote ist ein Tool für Ideensammlungen, Vorbereitungen und Informationsübermittlungen in einem! Für jedes Meeting, privat oder geschäftlich, ein hilfreiches Tool, das zeitsparende Funktionen und Möglichkeiten miteinander verbindet. Auf einfachstem Wege können Sie verschiedenste Formate und Medien miteinander verbinden. Nicht nur das, auch Projektbearbeitung im Team ist möglich! Ob auf dem Laptop, Smartphone oder Tablet – OneNote ist immer dabei.

Voraussetzung: Grundkenntnisse Word, sicheres Navigieren in Windows

Inhalte:

- Einstieg
- Inhalte einfügen und formatieren
- Dateien einbetten
- Notizbücher organisieren
- Notizen überprüfen und Schützen
- Dateien verwalten
- Inhalte teilen

Kurs-Nr. 51819

17.02.2024

Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 27,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Carmela Klinge

Was ist die vhs.cloud?



Die **vhs.cloud** ist das Online-Netzwerk der Volkshochschulen in Deutschland. Auf der **vhs.cloud** erhält jede Volkshochschule ihren eigenen geschützten Arbeitsbereich für die webbasierte Kommunikation und die Zusammenarbeit in der Volkshochschule sowie in einzelnen Arbeitsgruppen.

Die **vhs.cloud** steht allen zur Verfügung, die an einer Volkshochschule arbeiten, lehren und lernen. Als Kursteilnehmerin oder Kursteilnehmer haben

Sie Zugang zu den (Online-)Kursen, die Sie an Ihrer Volkshochschule gebucht haben.

Digitales Ablagesystem

– Web-Seminar –



Wie werden heute Dateien abgelegt? Brauchen wir noch Ordner? Wohin mit meinen E-Mails? Auf dem Weg zum papierlosen Büro gibt es einiges zu bedenken und Neues zu entdecken. Durch den Aufbau neuer Strukturen in Ihrem Explorer und die Zusammenarbeit mit OneNote, Outlook und der Cloud ist das Ablagemanagement einfacher und übersichtlicher geworden. Wir haben neue Möglichkeiten! Probieren wir sie aus.

Kurs-Nr. 51820

Montag, 05.02.2024, 17:00 - 18:30 Uhr

Mittwoch, 07.02.2024, 17:00 - 18:30 Uhr

2 Termine, 4 U-Std., 36,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Carmela Klinge

Photoshop Elements Bildbearbeitung



– Web-Seminar –

In diesem strukturierten Einstiegsseminar erlernen Sie effektiv die grundlegenden Funktionen von Photoshop Elements kennen und können anhand von praktischen Beispielen den effektiven Einsatz der wichtigsten Werkzeuge und die umfangreichen Möglichkeiten der Bildbearbeitung mit Photoshop Elements anwenden. Ziel ist es, die Bildbearbeitung mit Photoshop Elements unter fachkundiger Anleitung effektiv anzuwenden. Teilnahmevoraussetzungen: Sicherer Umgang mit Microsoft Windows

Für diesen Online-Kurs benötigen Sie einen Windows-PC mit Internetzugang, ein Headset (Kopfhörer und Mikrofon) und möglichst eine Kamera (Webcam an Ihrem Bildschirm), damit Sie sich und die Kursleiterin und die anderen Teilnehmenden sehen und hören können.

Unsere Online-Kurse finden immer live statt. Vieles ist dabei genauso wie in einem „normalen“ Seminar: Kursleitung und Teilnehmende treffen sich zur festgelegten Uhrzeit, begrüßen sich, man kann die anderen Teilnehmenden sehen und hören, es gibt ggf. Präsentationen, Erklärungen, Fragen, Diskussionen, Übungen usw.

Kurs-Nr. 51824

02.04.2024 - 09.04.2024

Dienstag, 17:30 - 20:30 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 72,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Merle Hübner



Einführung in die Bildbearbeitung mit Affinity Photo



– Web-Seminar –

Affinity Photo ist eine professionelle Software zur Fotobearbeitung in günstiger Dauerlizenz und eine echte Alternative zu Photoshop und anderen kostspieligen Anwendungen. So bietet diese Software eine umfangreiche Palette an Effekten, Korrekturen und den nötigen Werkzeugen, um Ihre Fotos aufzuwerten. Dieser Onlinekurs führt den Teilnehmer in die Funktionalität der Software ein und zeigt an praktischen Beispielen, wie Sie das Optimale aus Ihren Fotos herausholen.

Inhalte:

- Einführung in die Programmoberfläche
- Werkzeuge, Farben und Filter
- Auflösung und Bildschärfe
- RGB, CMYK und weitere Farbmodi
- Verarbeiten von RAW-Formaten
- Ebenen, Masken und Live Filter

Teilnahmevoraussetzungen: Grundlegende Kenntnisse in einem Windowssystem und dem Internet.

Für diesen Online-Kurs benötigen Sie:

- Windows-PC mit Internetzugang
- eine aktuelle Affinity Photo Installation

Kurs-Nr. 51823

16.05.2024 - 30.05.2024

Donnerstag, 18:00 - 20:15 Uhr

3 Termine, 9 U-Std., 81,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Merle Hübner

Affinity Photo Bildbearbeitung Aufbaukurs



– Web-Seminar –

Dieser Onlinekurs ist für Teilnehmende konzipiert, die bereits erste Erfahrungen mit der Bildbearbeitungssoftware Affinity gemacht haben, respektive den Online Einführungskurs Affinity Photo besucht haben.

Folgende Inhalte werden bearbeitet:

- Tonwert und Gradationskurven
- HSL und selektive Farbkorrektur
- Text mit Schnittmaske
- Ebenentechniken
- Unschärfe
- Portraitretusche
- Tipps und Tricks

Teilnahmevoraussetzungen: Grundlegende Kenntnisse mit Windows, Internet und Affinity Photo

Für diesen Online-Kurs benötigen Sie:

- Windows-PC mit Internetzugang
- eine aktuelle Affinity Photo Installation

Kurs-Nr. 51824

06.06.2024 - 20.06.2024

Donnerstag, 18:00 - 20:30 Uhr

3 Termine, 9 U-Std., 81,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Merle Hübner

Affinity Publisher



– Web-Seminar –

Affinity Publisher ist eine moderne, professionelle DTP-Anwendung für Textlayouts. Mit der intuitiven Bedienung dieser inspirierenden App setzen Sie Ihre kreativen Ideen rund ums Marketing elegant in Szene. Nach einer Einführung in die Funktionsweise und die Oberfläche geht es an das Layouten mit Texten, Bildern und Grafiken. Masterseiten, Layoutseiten, Ebenen, Farben, Stile und der smarte Wechsel zur Fotobearbeitung mit allen Möglichkeiten zur Aufbereitung oder Retusche der eingebauten Fotos. Viele wertvolle Tipps und Tricks rund um das Layout, Effekte und die Veröffentlichung runden den Kurs ab.

Ziel dieses Online-Kurses ist es, Ihnen Kenntnisse und Fertigkeiten vom Entwurf bis zum professionellen Druck zu vermitteln, damit Ihre nächsten Broschüren, Karten, Flyer, Plakate oder Bücher ein voller Erfolg werden.

Teilnahmevoraussetzungen: Grundlegende Kenntnisse in einem Windowssystem und dem Internet.

Für diesen Online-Kurs benötigen Sie einen Windows-PC mit Internetzugang, ein Headset (Kopfhörer und Mikrofon) und möglichst eine Kamera (Webcam an Ihrem Bildschirm), damit Sie sich und die Kursleiterin und die anderen Teilnehmenden sehen und hören können.

Unsere Online-Kurse finden immer live statt. Vieles ist dabei genauso wie in einem „normalen“ Seminar: Kursleitung und Teilnehmende treffen sich zur festgelegten Uhrzeit, begrüßen sich, man kann die anderen Teilnehmenden sehen und hören, es gibt ggf. Präsentationen, Erklärungen, Fragen, Diskussionen, Übungen usw.

Kurs-Nr. 51825

07.02.2024 - 14.02.2024

Mittwoch, 17:30 - 20:30 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 72,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Merle Hübner

Die so gekennzeichneten Kurse bietet die Volkshochschule Salzgitter in Kooperation mit der Volkshochschule Braunschweig, dem Bildungszentrum Wolfenbüttel und der Volkshochschule Wolfsburg an. Für die Kurse geben wir Ihnen eine Durchführungsgarantie ab 3 Teilnehmenden.



Programmierung mit Python – Grundlagen



– Web-Seminar –

Der Windows Python-Grundkurs ist für Anfänger/innen gedacht, die noch keinerlei Erfahrungen mit der Programmierung gesammelt haben. Sie lernen in diesem Kurs am Beispiel von Python die Grundlagen der Programmierung kennen. In diesem Kurs werden Sie die elementaren Bestandteile wie Variablen, Kontrollstrukturen, Datentypen und deren Verwendung kennenlernen.

Themen:

- Datentypen
- Zeichenketten
- Variablen
- Listen
- Kontrollstrukturen
- Schleifen
- Benutzersteuerung
- Funktionen
- Module
- Input/Output

Voraussetzungen: Sicherer Umgang mit Windows
Teilnehmende benötigen einige Programme. Bei der Anmeldung erhalten Sie eine PDF-Datei mit der notwendigen Beschreibung und ein Installationsvideo.

Kurs-Nr. 51826

04.06.2024 - 27.06.2024

Dienstag + Donnerstag, 18:00 - 21:15 Uhr

8 Termine, 32 U-Std., 288,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Klaus Fabian

Programmierung mit Java – Grundlagen



– Web-Seminar –

Sie erhalten eine schnelle Einführung in die Programmierung mit der Sprache Java. Lernen Sie, wie Sie Java-Programme kompilieren und testen. Behandelt werden zunächst grundlegende Mechanismen der prozeduralen Programmierung (Variablen + Datentypen, Anweisungen, Konstanten, Operatoren, Ein/Ausgabe, Kontrollstrukturen, Funktionen, überladene Funktionen). Danach werden sie mit den Grundlagen der objektorientierten Programmierung in Java vertraut gemacht (Klassen / Objekte, Vererbung / Polymorphismus, Packages, Interfaces). Die Themen sind durch viele Beispiele veranschaulicht.

Die Schulung erfolgt ausschließlich unter Windows Betriebssystem.

Voraussetzungen: Sicherer Umgang mit Windows, Internetzugang, Headset oder Lautsprecher und Mikrofon.

Kurs-Nr. 51828

19.02.2024 - 13.03.2024

Montag + Mittwoch, 18:00 - 21:15 Uhr

8 Termine, 32 U-Std., 288,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Oliver Mittag

Online-Seminar



Sind Sie „fit“ für ein Online-Seminar?

- Wenn die nachstehenden Punkte auf Sie zutreffen, dann ist Online-Lernen die „richtige“ Wahl für Sie.
- Sie verfügen zu Hause oder im Büro über einen PC/ Notebook mit Internet-Anschluss.
 - Sie besitzen eine eigene E-Mail-Adresse und können E-Mails empfangen und versenden (auch mit Anlagen).
 - Sie kennen sich in der Bedienung des Internet-Browsers aus und haben Grundkenntnisse in der Textverarbeitung (erstellen, abspeichern, aufrufen eines Textes).
 - Sie sind von Natur aus motiviert, Neues zu lernen und besitzen auch eine gewisse Disziplin.

- Sie sind beruflich oder privat so eingespannt, dass die Teilnahme an regulären, herkömmlichen Weiterbildungskursen schwierig für Sie ist.
- Sie kommunizieren gerne über das Internet mit anderen Teilnehmern, um Erfahrungen auszutauschen und helfen bei der Lösung von Aufgabenstellungen.
- Sie haben innerhalb des Seminares ca. 4 - 5 Stunden / Woche zur Verfügung, in der Sie sich dem Online-Lernen widmen können.

Das jeweilige Programm muss auf Ihrem Rechner installiert sein.

Durch die intensive Betreuung einer erfahrenen EDV-

Bereits seit über 10 Jahren bietet die VHS Salzgitter Online-Seminare an.

Dozentin während der Online-Lernphase und der Möglichkeit sich räumlich und zeitlich unabhängig weiterzubilden, werden Sie die Vorzüge eines Online-Lernens bald zu schätzen wissen.

In Zusammenarbeit mit weiteren Volkshochschulen bieten wir folgende Online-Seminare an:

Microsoft Word – Weiterführende Techniken



– Online-Seminar –

Inhalte:

Erstellen und Bearbeiten von Tabellen und Tabulatoren, Spaltenlayout, Einfügen von Grafiken und SmartArts, individuelle Aufzählungszeichen und Symbole, Kopf- und Fußzeilen. Erstellen eines beidseitigen Flyers, eines Aushangzettels und einer Einladung. Die Aufgaben können auch mit einer älteren/neueren Version erledigt werden!

Voraussetzung: Word-Grundkenntnisse

Kurs-Nr. 51832

18.03.2024 - 07.04.2024

3 Wochen, 145,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

Kurs-Nr. 51833

06.05.2024 - 26.05.2024

3 Termine, 145,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

„Wissenschaftliche“ Arbeiten mit Microsoft Word



– Online-Seminar –

Inhalte:

Erstellen einer Formatvorlage, Inhalts- und Abbildungsverzeichnis, Index, Zitate, Fuß- und Endnoten, Einfügen und Bearbeiten von Diagrammen, Textmarken und Hyperlinks innerhalb eines Dokumentes, Erstellen und Bearbeiten von Schnellbausteinen

Voraussetzung: Word Grundkenntnisse

Kurs-Nr. 51837

04.03.2024 - 17.03.2024

2 Wochen, 94,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

Kurs-Nr. 51838

10.06.2024 - 23.06.2024

2 Termine, 94,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

Microsoft Excel Grundlagen



– Online-Seminar –

Inhalte:

Aufbau eines Tabellenblattes, Formatierungen, Sortieren von Daten, Rechnen mit den Grundrechenarten, Prozentrechnung, einfache mathematische und statistische Formeln (Summe, Mittelwert, max, min, runden), relativer/absoluter Bezug, Anlegen eines Benutzerformates, Einsatz einer bedingten Formatierung, Einführung in die WENN-Funktion.

Die Aufgaben können auch mit einer älteren/neueren Version erledigt werden!

Kurs-Nr. 51841

26.02.2024 - 24.03.2024

4 Wochen, 189,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

Kurs-Nr. 51842

08.04.2024 - 05.05.2024

4 Wochen, 189,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

Kurs-Nr. 51843

27.05.2024 - 21.06.2024

4 Wochen, 189,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz



**VHS:
Wissen ist
Macht**

Microsoft Excel – Weiterführende Techniken – Teil 1



– Online-Seminar –

Inhalte:

Komplexere WENN-Funktionen mit Bedingung, verschachtelte Funktionen, Verweisfunktionen (Sverweis, Verweise etc.), Tabellen konsolidieren, Einsatz der Funktionen: summewenn(s), zählenwenn(s) und mittelwertwenn(s) sowie Erstellen einer Matrix(array) formel

Die Aufgaben können auch mit einer älteren/neueren Version erledigt werden!

Voraussetzung: Excel-Grundkenntnisse

Kurs-Nr. 51845

26.02.2024 - 10.03.2024

2 Wochen, 94,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

Kurs-Nr. 51846

08.04.2024 - 21.04.2024

2 Wochen, 94,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

Kurs-Nr. 51847

06.05.2024 - 19.05.2024

2 Termine, 94,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

Microsoft Excel – Weiterführende Techniken – Teil 2



– Online-Seminar –

Inhalte:

Erstellen unterschiedlicher Diagramme (inkl. Sekundärachse), Rechnen mit Datum / Uhrzeit (inkl. Zeitberechnung über 24 Stunden), weitere Datumsfunktionen (datedif, Kalenderwoche etc.), Zielwertsuche, Solver

Die Aufgaben können auch mit einer älteren/neueren Version erledigt werden!

Voraussetzung: Excel-Grundkenntnisse

Kurs-Nr. 51851

11.03.2024 - 24.03.2024

2 Wochen, 94,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

Kurs-Nr. 51852

08.04.2024 - 21.04.2024

2 Wochen, 94,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

Kurs-Nr. 51853

27.05.2024 - 09.06.2024

2 Termine, 94,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

Microsoft Excel – Weiterführende Techniken – Teil 3



– Online-Seminar –

Diverse logische und statistische Funktionen (Häufigkeit, Rang etc.), Erstellen und Filtern einer Datenbank, Datenbankfunktionen (dbmin/max, dbsumme etc.) Textfunktionen (verketten, glätten etc.) Einführung in Pivot-Tabellen.

Die Aufgaben können auch mit einer älteren/neueren Version erledigt werden!

Voraussetzung: Excel-Grundkenntnisse

Kurs-Nr. 51855

18.03.2024 - 31.03.2024

2 Wochen, 94,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

Kurs-Nr. 51856

29.04.2024 - 12.05.2024

2 Wochen, 94,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

Kurs-Nr. 51857

03.06.2024 - 16.06.2024

2 Termine, 94,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

InDesign – Grundlagen



– Online-Seminar –

Objekte zeichnen und bearbeiten, Farben und Verläufe, Grafik- und Textplatzierung, Anlegen eines individuellen Zeichenformates, Einfügen von Aufzählungszeichen, Tabellen erstellen, Grundlagen des Pfadwerkzeuges, Arbeiten mit Ebenen, Erstellen einer Mustervorlage. Am Ende des Seminars sind Sie in der Lage u. a. einen Briefbogen, eine Visiten(klapp) karte, einen Handzettel sowie einen beidseitigen Flyer zu erstellen.

Kurs-Nr. 51860

04.03.2024 - 31.03.2024

4 Wochen, 189,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

Kurs-Nr. 51861

08.04.2024 - 05.05.2024

4 Wochen, 189,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

Kurs-Nr. 51862

03.06.2024 - 30.06.2024

4 Termine, 189,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

InDesign – Weitere Techniken



– Online-Seminar –

Excel-Tabellen und Diagramme einfügen, Konturen und Flächen von Tabellen, Bilder in Tabellen einfügen, Verschachtelte Zeichen-/Absatzformate, Objektformate, Textumfluss, Initialen, unterschiedliches Spaltenlayout

Voraussetzung: Grundlagen oder gleichwertige Kenntnisse

Kurs-Nr. 51865

22.04.2024 - 05.05.2024

2 Wochen, 94,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

Kurs-Nr. 51866

08.07.2024 - 21.07.2024

2 Wochen, 94,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz



Buchhandlung im Ärztehaus

Schreibwaren, Zeitschriften und Schulbücher

Buchhandlung im Ärztehaus
Sonja Nickel
Chemnitzer Straße 78 38226
Salzgitter
Telefon (0 53 41) 4 44 57
Telefax (0 53 41) 1 55 80
 (0 15 73) 4 40 01 91



Einführung in die Bildbearbeitung mit Affinity Photo



– die Alternative zu Photoshop (ohne Abo)
– Online-Seminar –

Affinity Photo bietet Ihnen alle Werkzeuge, die Sie als Fotograf brauchen. RAW-Entwicklung, Farb-, Kontrast- und Belichtungskorrekturen, Werkzeuge zum Freistellen, Arbeiten mit Auswahlen, Ebenen und Masken, Öffnen und Bearbeiten von Photoshop-Dateien in Affinity und vieles mehr.

Kursinhalt:

- Anpassung der Arbeitsoberfläche
- Farb-, Kontrast- und Belichtungskorrekturen
- Arbeiten mit den Auswahlwerkzeugen
- Texteingabe- und -bearbeitung
- Einführung in Ebenen, Masken und Filtern

Kurs-Nr. 51880

04.03.2024 - 31.03.2024

4 Wochen, 189,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

Kurs-Nr. 51881

29.04.2024 - 26.05.2024

4 Wochen, 189,00 € ohne Ermäßigung

Doris Opitz

Bildungsurlaub

Hinweis:

Kurse, die mit dem Xpert-Logo gekennzeichnet sind, können mit einer Prüfung abgeschlossen werden. Diese Prüfung gehört zu dem Lehrgangssystem „Xpert Europäischer ComputerPass“.

Die **Prüfungsgebühr** beträgt jeweils 60,00 €.

Die Kurse können auch von Teilnehmern besucht werden, die nicht den Abschluss anstreben und auch keine Prüfung im einzelnen Fach machen wollen.

Falls Sie noch Fragen dazu haben, melden Sie sich bitte unter der Telefonnummer
0 53 41 / 839-22 03.



BU Textverarbeitung mit Word



Xpert Europäischer ComputerPass

– Wochenintensivkurs –

Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die bereits Grundkenntnisse in Word haben.

Kursinhalte:

- Textteile markieren und bearbeiten
- Texte gestalten und ausdrucken
- Seiten gestalten
- Tabellen einrichten und bearbeiten
- Zeichnungselemente, Grafiken einfügen und bearbeiten
- Serienbriefe erstellen
- Kuverts und Etiketten erstellen

Nach Abschluss dieses Kurses können Sie an der Xpert-Prüfung „Textverarbeitung mit Word (Basics)“ teilnehmen. Der Prüfungstermin erfolgt in Absprache mit den Teilnehmer/innen.

Kurs-Nr. 51902

22.04.2024 - 26.04.2024

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 212,00 € ohne Ermäßigung

inkl. Lehrbuch zuzügl. ggf. Prüfungsgebühr

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 18.03.2024

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

N.N.

BU Tabellenkalkulation mit Excel



Xpert Europäischer ComputerPass

– Wochenintensivkurs –

Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die bereits Grundkenntnisse in Excel haben. Sie können Daten eingeben und auch einfache Berechnungen ausführen – möchten aber nun Excel auch „richtig“ anwenden.

Kursinhalte:

- Tabellen erstellen, gestalten und ausdrucken
- einfache und verschachtelte Verknüpfungen anwenden
- Funktionen anwenden
- Präsentationsgrafiken erstellen

Nach Abschluss dieses Kurses können Sie auch an der Xpert-Prüfung „Tabellenkalkulation Excel“ teilnehmen. Der Prüfungstermin erfolgt in Absprache mit den Teilnehmer/innen.

Kurs-Nr. 51903

27.05.2024 - 31.05.2024

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 212,00 € ohne Ermäßigung

inkl. Lehrbuch zuzügl. ggf. Prüfungsgebühr

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 22.04.2024

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Kagan Kortun

BU Webseiten – von der Planung bis zur Fertigstellung

– Wochenintensivkurs –

Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Webseiten werden heutzutage immer öfter mit Content-Management-Systemen (CMS) erzeugt. Nicht mehr die Erstellung einzelner HTML-Seiten, sondern die Generierung der Inhalte aus Datenbanken oder Dateien steht im Mittelpunkt vieler Softwareprodukte. CMS zeichnen sich insbesondere durch die dynamische Pflege der Webseiten, eine strikte Trennung von Inhalt und Layout aus. Als CMS kommt hier das populäre Joomla zum Einsatz. Es zeichnet sich durch die Vielfalt an Erweiterungen und seiner Einfachheit aus. So können Webseitenbetreiber auch ohne Programmierkenntnisse sehr schnell zu professionellen Seiten gelangen. Neben den CMS-Techniken werden Grundzüge von HTML und PHP mitvermittelt, so dass auch eigene Änderungen direkt am Webseitencode erfolgen können. Die grafische Gestaltung wird durch eine Vielzahl von sogenannten Webseitenvorlagen (Templates) vereinfacht. Diese werden nach den eigenen Wünschen und Vorstellungen graphisch verändert. Die Teilnehmer bekommen eine Testumgebung im Internet und können da direkt ihre Webseite erstellen. Voraussetzungen: Grundkenntnisse übers Internet und Textverarbeitung. Programmierkenntnisse sind nicht notwendig.

Kurs-Nr. 51910

10.06.2024 - 14.06.2024

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 215,00 € ohne Ermäßigung

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 06.05.2024

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Kagan Kortun

Eine chronologische Übersicht aller Bildungsurlaube finden Sie auf Seite 9 des Programmheftes.

Bildungsurlaub

Das Seminar steht allen Interessierten offen. Berufstätige, die Anspruch auf Bildungsurlaub haben, erhalten eine Anmeldebestätigung, die Sie zwecks Freistellung bei Ihrem Arbeitgeber einreichen können. Das Seminar ist von der Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung als Bildungsurlaubsveranstaltung im Rahmen des Gesetzes anerkannt.

Wir setzen auf
HERDT
Schulungsmaterialien
www.herdtd.com



Salzgitter-Bad – Staatlich anerkannter Ort mit Solekurbetrieb

Durchatmen & Genießen

am Gradierpavillon im Rosengarten oder im Thermalsolbad.

Viele Gesundheitsangebote und Themenrundgänge.

Tourist-Information – Ansprechpartner für:

- Informationsbroschüren
- Rad- und Wanderkarten
- Gastgeberverzeichnis
- Stadtrundfahrten
- Stadtrundgänge
- Werksbesichtigungen

Weitere Informationen unter: www.tourismus-salgitter.de



Tourist-Information
Windmühlenbergstr. 20
38259 Salzgitter
☎ 0 53 41 / 900 99 40
info@tourismus-salgitter.de





Es ist nie zu spät und nie zu früh

Mit Unterstützung der Volkshochschule erwerben Erwachsene im Rahmen der Grundbildung grundlegende Kompetenzen, die für ein selbstständiges Leben, für die Teilhabe in unserer Gesellschaft und für das berufliche Fortkommen notwendig sind.

Von Bedeutung ist dabei das Erlernen der Lese- und Schreibfähigkeit für Menschen, die diese in ihrer Schulzeit nicht ausreichend erworben haben.

Weitere Lern- und Sozialkompetenzen werden auch für Schülerinnen und Schüler durch Maßnahmen wie das vielfältige VHS-Angebot für BONA SZ gefördert.

Fachbereichsleitung und Beratung:

Paula Grüneberg
Telefon 0 53 41 / 839-36 44
paula.grueneberg@stadt.salzgitter.de

Grundbildung

- 108 Lesen und Schreiben für Erwachsene
- 108 Allgemeine Grundbildung
- 108 Schulabschlüsse
- 108 BONA SZ

Foto: Peggy Bögner



**Bildung für alle –
für ein kleines Budget**

Lesen und Schreiben für Erwachsene

Lesen und Schreiben

– Grundkurs am Abend –

Der Kurs richtet sich an alle, die nicht lesen und schreiben können oder nur über geringe Lese- und Schreibkenntnisse verfügen.

Kurs-Nr. 60703

05.02.2024 - 17.06.2024

Montag, 19:00 - 21:15 Uhr

16 Termine, 48 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Gudrun Tesche-Spittler

Lesen und Schreiben

– Grundkurs am Vormittag –

In diesem Kurs erwerben Sie eine ausreichende Sicherheit im Lesen und Schreiben. Der Kurs richtet sich an alle, die nicht lesen und schreiben können oder nur über geringe Lese- und Schreibkenntnisse verfügen.

Kurs-Nr. 60704

06.02.2024 - 18.06.2024

Dienstag, 09:00 - 11:15 Uhr

17 Termine, 51 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Gudrun Tesche-Spittler

Allgemeine Grundbildung

Online-Lernen mit dem vhs-Lernportal

Schreiben, Rechnen und vieles mehr

Das vhs-Lernportal bietet viele kostenlose Lernprogramme. In diesem Kurs erfahren Sie mehr über die Anmeldung beim vhs-Lernportal. Sie können ganz einfach über Ihren Computer oder das Handy mitmachen. Wir testen zusammen ein paar Programme. Es gibt Online-Kurse fürs Schreiben, Rechnen, zur Gesundheit und vieles mehr. Nach diesem Kurs können Sie entspannt zu Hause oder unterwegs online weiterlernen.

Kurs-Nr. 60102

21.02.2024

Mittwoch, 13:00 - 16:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Paula Grüneberg

Schulabschlüsse

Möchten Sie einen Schulabschluss nachholen und wissen nicht, wo?

Wir beraten Sie gerne über Möglichkeiten, welche die Region bietet. Bitte wenden Sie sich dazu an Paula Grüneberg, Tel.: 0 53 41 / 839-36 44.

BONA SZ

Im Auftrag von BONA SZ (Berufsorientierung und Nachwuchssicherung für gewerblich-technische und naturwissenschaftliche Berufe) werden die sozialen Kompetenzen aller Schüler und Schülerinnen der Jahrgänge 8 - 11 festgestellt. Diese umfangreiche Maßnahme ist Teil eines Konzeptes, das Jugendlichen die intensive Beschäftigung mit den Themen Berufseignung und -orientierung ermöglichen soll, so dass sie gezielt und rechtzeitig Anhaltspunkte für ihren Berufswahlprozess erhalten. Ziel ist die Ermittlung entwicklungs- und ausbaufähiger Potentiale und Ressourcen durch Fremdbeobachtung. Durch geeignete Instrumente werden persönliche, soziale und fachliche Fertigkeiten sowie die Schlüsselkompetenzen Teamfähigkeit, Medienkompetenz, Problemlösefähigkeit, Empathie, Präsentationsfähigkeit, Kritikfähigkeit und Arbeitsorganisation überprüft. Darüber hinaus werden Tests zur Verwaltungsarbeit, zum logischen Denken und zum technischen Verständnis durchgeführt. Neben anderen Weiterbildungseinrichtungen beteiligt sich die Städtische Volkshochschule an diesem Projekt.

Möchten Sie mitarbeiten?

Für BONA SZ sucht die Volkshochschule Dozentinnen bzw. Dozenten.

Voraussetzungen:

- abgeschlossenes Studium oder abgeschlossene Berufsausbildung
- Berufserfahrung
- Erfahrung im Pädagogik-Bereich
- Bereitschaft zur Fortbildung

Weitere Informationen bekommen Sie unter der Telefonnummer 0 53 41 / 839-3716

In der Welt zu Hause



Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen.

Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens. Sprachkompetenz ermöglicht es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen.

Sprachkenntnisse gelten als Schlüssel der Integration. Sie sind notwendige Bedingung für die Eingliederung in Schule, Ausbildung, Beruf und Gesellschaft. Integration zu befördern ist ein zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule.

Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

- 110 Deutsch als Fremdsprache
- 111 Kurse und Tests zur Integration und Einbürgerung

Fachbereichsleitung und Beratung:

Ewa Scheibler
Telefon 0 53 41 / 839-36 89
ewa.scheibler@stadt.salzgitter.de



Foto: Sandra Schulz

Trainingskurse für Schülerinnen und Schüler

Deutsch

In kleinen Gruppen wird in diesen Kursen auf die individuellen Probleme von Schülerinnen und Schülern der Klasse 7 - 10 eingegangen.

Daten: Siehe junge vhs

Deutschtraining für ukrainische Kinder (7./8. Klasse)

NEU

Wir helfen euch bei schulischen Problemen weiter! In einer kleinen Gruppe wird in diesem Kurs Deutsch gesprochen, euer Wortschatz aufgefrischt und erweitert sowie Grammatik wiederholt und geübt. Um zu sehen, wo es „klemmt“, bringt bitte eure Schulbücher und Hefte mit.

Kurs-Nr. 92022

04.03.2024 - 03.06.2024

Montag, 14:30 - 16:00 Uhr

10 Termine, 20 U-Std., 96,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Yuliia Kobilianska

Prüfungsvorbereitung Deutsch Klasse 9 und 10

NEU

– Ferienkurs –

Du benötigst Unterstützung im Fach Deutsch? Texte schreiben fällt dir schwer? Gemeinsam bereiten wir dich auf deine Abschlussprüfung vor!

Mitzubringen sind: Schulbücher und Schulhefte sowie Schreibmaterialien

Kurs-Nr. 92025

Donnerstag, 21.03.2024, 10:00 - 11:30 Uhr

Freitag, 22.03.2024, 10:00 - 11:30 Uhr

2 Termine, 4 U-Std., 18,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Isabel Barfuss



Deutsch als Fremdsprache

Diese Kurse wenden sich an Bürgerinnen und Bürger, die noch keine Kenntnisse in der deutschen Sprache besitzen.

Achtung: Begrenzte Teilnehmerzahl, daher sollten Sie sich sofort schriftlich anmelden.

EINE ZAHLUNG IN RATEN IST AUF ANTRAG MÖGLICH!

Deutsch – Anfängerkurse A1/A2

Deutsch – Anfängerkurs 1 A1

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: „Berliner Platz“, Bd. 1 NEU, Kursbuch und Arbeitsbuch in einem Band mit Zusatzteil im Alltag EXTRA, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-606026-4). Ab Lektion 1

Der Kurs findet montags und mittwochs statt.

Kurs-Nr. 80402

05.02.2024 - 17.06.2024

Montag + Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr

32 Termine, 96 U-Std., 336,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Grundschule Am Ostertal

N.N.

Deutsch – Anfängerkurs 2 A1

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen. Lehrbuch: „Berliner Platz“, Bd. 1 NEU, Kursbuch und Arbeitsbuch in einem Band mit Zusatzteil im Alltag EXTRA, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-606026-4). Ab Lektion 7

Der Kurs findet montags und mittwochs statt.

Kurs-Nr. 80403

05.02.2024 - 17.06.2024

Montag + Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr

32 Termine, 96 U-Std., 336,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Grundschule Am Ostertal

Manfred Splittgerber

Deutsch – Aufbaukurs 3 A2

Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen, die das Level A1 erreicht haben. Lehrbuch: „Berliner Platz“, Bd. 2 NEU, Kursbuch und Arbeitsbuch in einem Band mit Zusatzteil im Alltag EXTRA, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-606040-0). Ab Lektion 13

Der Kurs findet montags und mittwochs statt.

Kurs-Nr. 80404

05.02.2024 - 17.06.2024

Montag + Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr

32 Termine, 96 U-Std., 336,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Grundschule Am Ostertal

Monika Splittgerber

Keine Angst
vor Bildung –
Wir holen Dich ab!

Deutsch – Aufbaukurs 4 A2

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen der Stufe A1. Lehrbuch: „Berliner Platz“, Bd. 2 NEU, Kursbuch und Arbeitsbuch in einem Band mit Zusatzteil im Alltag EXTRA, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-606040-0). Ab Lektion 19

Der Kurs findet montags und mittwochs statt.

Kurs-Nr. 80405

05.02.2024 - 17.06.2024

Montag + Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr

32 Termine, 96 U-Std., 336,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Aaron Kielkowsky

Deutsch – Aufbaukurse B1/ C1

Deutsch – Aufbaukurs 6 B1

Lehrbuch: „Schritte plus neu 6 Deutsch als Zweitsprache für Alltag und Beruf“, Hueber -Verlag (ISBN 978-3-19-641085-3).

Der Kurs findet montags und mittwochs statt.

Kurs-Nr. 80408

05.02.2024 - 17.06.2024

Montag + Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr

32 Termine, 96 U-Std., 336,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Thorsten Krohe

Online – Deutsch – Aufbaukurs B1 Teil 1



– Web-Seminar –

Dieser Kurs wird online im virtuellen Klassenzimmer in der vhs.cloud stattfinden. Vor Kursbeginn müssen Sie sich in der vhs.cloud anmelden. Die Zugangsdaten für den Kurs sowie eine kurze Anleitung werden dann per E-Mail verschickt. Als Teilnehmer/-in benötigen Sie ein Laptop oder ein Tablet bzw. einen Computer mit Webcam und Headset. Grundlegende PC-Kenntnisse, wie für die Benutzung des Internets und sozialer Netzwerke, sind ausreichend. Die Unterrichtsatmosphäre ist nicht anders als im Präsenzunterricht.

Eine Zahlung in Raten ist auf Antrag möglich.

Lehrbuch: „Berliner Platz“, Bd. 3 NEU, Kursbuch und Arbeitsbuch in einem Band mit Zusatzteil im Alltag EXTRA, Klett-Verlag (ISBN: 978-3-12-606057-8). Ab Lektion 25

Der Kurs findet dienstags und freitags statt.

Kurs-Nr. 80412

06.02.2024

Dienstag, 18:00 - 20:15 Uhr

34 Termine, 102 U-Std., 357,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Aaron Kielkowsky



Online – Deutsch: Zielniveau – C1 Teil 1



– Web-Seminar –

In der Vergangenheit haben zahlreiche Teilnehmerinnen und Teilnehmer bei uns erfolgreich Prüfungen auf dem Niveau B2 abgelegt. Da mehrfach nach einem Kursangebot gefragt wurde, in dem die Deutschkenntnisse noch weiter verbessert werden können, bieten wir „Deutsch: Zielniveau C1 / Teil 1“ an. Im Herbstsemester folgt dann Teil 2. Am Ende des zweiten Teils wird auf Wunsch eine Prüfung auf der Niveaustufe C1 angeboten.

Dieser Kurs wird online im virtuellen Klassenzimmer in der vhs.cloud stattfinden. Als Teilnehmer/in benötigen Sie ein Laptop oder ein Tablet, bzw. einen Computer mit Webcam und Headset.

Eine Zahlung in Raten ist auf Antrag möglich.

Der Kurs findet montags und mittwochs statt, 18:00 - 21:15 Uhr.

Lehrbuch: „Sicher C1.1“, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-501208-9), ab Lektion 1

Für diesen Kurs können Sie sich als Interessent/in anmelden.

Sie werden benachrichtigt sobald er startet.

Kurs-Nr. 80415

2x pro Woche, 18:00 - 21:15 Uhr

30 Termine, 120 U-Std., 420,00 € ohne Ermäßigung
vhs.cloud

Deutsch für den Beruf B2

Online – Deutsch – für die Pflege / Altenpflege B2 - Teil 2



– Web-Seminar –

Dieser Kurs richtet sich an Pflegekräfte in der Kranken- und Altenpflege. Der Kurs beinhaltet die grundlegenden Abläufe im Krankenhaus und im Altenheim, wie z.B. das Schreiben einer Pflegeanamnese oder Dienstplänen, die Kommunikation mit Patienten bzw. Bewohnern, Kollegen und Vorgesetzten. Die unterschiedlichen Arbeitsweisen im Krankenhaus, Altenheim und beim ambulanten Pflegedienst werden angesprochen (z.B. Operationen im Krankenhaus, Stürze im Seniorenheim, Umgang mit Demenz usw.).

Der Kurs findet komplett online als Konferenz in der vhs.cloud statt. Vor Kursbeginn müssen sich die Teilnehmer/innen in der vhs.cloud registrieren. Die Zugangsdaten für den Kurs sowie eine kurze Anleitung werden per E-Mail verschickt.

Als Teilnehmer/in benötigen Sie ein Laptop, Tablet oder einen PC mit Webcam und Headset.

Grundlegende PC-Kenntnisse, wie für die Benutzung des Internets oder sozialer Netzwerke erforderlich, sind ausreichend.

Die Unterrichts Atmosphäre ist nicht anders als im Präsenzunterricht. Die Dozentin arbeitet in Kooperation mit einem Krankenpfleger für Intensivmedizin sowie einer Altenpflegerin in Leitungsposition.

Der Kurs findet dienstags und donnerstags statt.

Eine Zahlung in Raten ist auf Antrag möglich.

Lehrbuch: Linie 1 Pflege B2, Klett- Verlag (ISBN 978-3-12-607183-3) ab Lektion 8.

Kurs-Nr. 80420

13.02.2024 - 20.06.2024

Dienstag + Donnerstag, 19:00 - 21:15 Uhr

32 Termine, 96 U-Std., 384,00 € ohne Ermäßigung
vhs.cloud

Sablene Kielkowsky, Aaron Kielkowsky

Kurse und Tests zur Integration und Einbürgerung

Integrationskurse

Die Städtische Volkshochschule Salzgitter führt für Zuwanderer/innen seit 2005 Integrationskurse im Auftrag des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF) durch. Integrationskurse bestehen aus einem Deutschkurs und einem Orientierungskurs. Wer einen Integrationskurs besuchen möchte, benötigt in der Regel eine Teilnahmeberechtigung. Je nach Zielgruppe bestätigen die Ausländerbehörde, das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF), der Träger der Grundsicherung für Arbeitssuchende (Jobcenter Salzgitter u. a.) oder das Bundesverwaltungsamt die Teilnahmeberechtigung. Vor der Anmeldung müssen alle Teilnehmer/innen an einem Einstufungstest teilnehmen. Zur Anmeldung bringen Sie bitte Ihren Pass und aktuellen Aufenthaltstitel bzw. Ihren Personalausweis mit.

Informationen und Anmeldung

Städtische Volkshochschule Salzgitter
Thiestraße 26 a, 38226 Salzgitter
Frau Scheibler
Tel. 0 53 41 / 839-36 89

Alphabetisierungskurse

Auch Alphabetisierungskurse werden als besondere Form von Integrationskursen von der Städtischen Volkshochschule Salzgitter im Auftrag des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge durchgeführt. Der Deutschkurs umfasst hier zunächst 900 Unterrichtsstunden, der Orientierungskurs 100 Unterrichtsstunden. Ein neuer Kurs beginnt voraussichtlich im 1. Halbjahr 2024. Für die meisten Teilnehmer/innen ist die Teilnahme kostenlos, in bestimmten Fällen wird ein Kostenbeitrag zu leisten sein. Die Zahl der Teilnehmer/innen in Alphabetisierungskursen ist auf 16 begrenzt.

Zweitschriftlernerkurse

Als weitere besondere Form von Integrationskursen werden seit Frühjahr 2017 Zweitschriftlernerkurse für Personen angeboten, die in der Sprache ihres Herkunftslandes alphabetisiert wurden, das lateinische Alphabet aber nicht beherrschen. Der Deutschkurs umfasst hier zunächst 900 Unterrichtsstunden, der Orientierungskurs 100 Unterrichtsstunden. Ein Zweitschriftlernerkurs beginnt voraussichtlich im 1. Halbjahr 2024. Für die meisten Teilnehmer/innen ist die Teilnahme kostenlos, in bestimmten Fällen wird ein Kostenbeitrag zu leisten sein. Die Zahl der Teilnehmer/innen in Zweitschriftlernerkursen ist auf 25 begrenzt.

VHS:
Vielfalt hat
Substanz



Allgemeine Integrationskurse

In allgemeinen Integrationskursen umfasst der Deutschkurs auch zukünftig 600 Unterrichtsstunden, der Orientierungskurs 100 Unterrichtsstunden. Neue Kurse beginnen voraussichtlich im 1. Halbjahr 2024. Für die meisten Teilnehmer/innen ist die Teilnahme kostenlos, in bestimmten Fällen wird ein Kostenbeitrag zu leisten sein. Die Zahl der Teilnehmer/innen in allgemeinen Integrationskursen ist auf 25 begrenzt.

Wiederholungsmöglichkeit (300 Unterrichtsstunden)

Am Ende der allgemeinen Integrationskurse soll in der DTZ-Sprachprüfung möglichst das Niveau B1 erreicht werden. Manche Teilnehmerinnen und Teilnehmer können dieses Ziel in 600 Unterrichtsstunden jedoch nicht erreichen. Wer ordnungsgemäß an einem Integrationskurs teilgenommen hat und das Niveau B1 noch nicht erreicht hat, kann vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) zu einer Wiederholung von 300 Unterrichtsstunden zugelassen werden. Die Wiederholung der Sprachprüfung wird ebenfalls vom BAMF finanziert.

Berufsbezogene Deutschförderung (DeuFöV)

Die Städtische Volkshochschule führt Maßnahmen zur "Berufsbezogenen Deutschförderung" durch. Als Voraussetzung sollten Interessierte in der Regel sämtliche Fördermöglichkeiten im Rahmen der Integrationskurse ausgeschöpft haben. Ein neuer Kurs beginnt voraussichtlich im 1. Halbjahr 2024.

Telc Deutsch A2/B1

Bei der Prüfung "telc Deutsch A2/B1" sind schriftliche und mündliche Aufgaben zu lösen. Die Prüfung besteht aus folgenden drei Teilen:

- Lesen und Hören
- Schreiben
- Sprechen

Prüfungstraining Telc Deutsch A2/B1

Telc Deutsch A2/B1 bescheinigt Sprachkenntnisse auf der Niveaustufe A2 und B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens. Sprachkenntnisse auf dieser Stufe sind bei der Einbürgerung nachzuweisen. Um die Prüfung telc Deutsch A2/B1 kennenzulernen, in einem Modelltest zu üben und sich mit Zusatzmaterialien darauf vorzubereiten, bieten wir dieses Prüfungstraining an.

Kurs-Nr. 80434

13.04.2024

Samstag, 09:00 - 15:00 Uhr

1 Termin, 7 U-Std., 28 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Stephanie Lönneker

Termine Telc Deutsch A2/B1

Prüfungstermin: 27.04.2024

Anmeldeschluss: 23.03.2024

Die Kosten betragen 140,00 € und sind bei der Anmeldung zu entrichten.



Einbürgerungskurs

Für die Einbürgerung ist die erfolgreiche Teilnahme an einem Einbürgerungstest vorgeschrieben. Einen Kurs zur Vorbereitung auf diesen Einbürgerungstest bieten wir wegen geringer Nachfrage in vergangenen Semestern nicht mehr an. In Einzelfällen ist die Teilnahme am Orientierungskurs eines Integrationskurses möglich, sofern es dort freie Plätze gibt.

Einbürgerungstests

Anmeldung:

Fachdienst Bildung

Thiestr. 26 a

38226 Salzgitter

Frau Simon, Tel. 0 53 41 / 839-37 51

Zur Anmeldung ist ein gültiger Pass ggf. mit Aufenthaltstitel vorzulegen sowie eine Gebühr von 25,00 € zu entrichten.

Die Prüfung dauert 60 Minuten, es werden 33 Fragen gestellt. Der Test ist bestanden, wenn mindestens 17 Fragen richtig beantwortet sind.

Einen interaktiven Fragenkatalog mit den 310 Fragen (300 zu Deutschland und 10 zu Niedersachsen) einschließlich der richtigen Antworten können Sie unter www.bamf.de einsehen.

Termine:

Test: Do., 22.02.2024, 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: Do., 25.01.2024

Test: Do., 25.04.2024, 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: Do., 28.03.2024

Test: Do., 20.06.2024, 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: Do., 23.05.2024

Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen begrenzt.

Die KVHS Goslar führt diese Tests ebenfalls durch. Informationen dazu erhalten Sie bei Frau Schulte, Tel. 0 53 21 / 76 430.



VHS:
Stark in die
Zukunft

In der Welt zu Hause



Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens.

Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachpolitische Ziel „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern.

Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sprachkompetenz ermöglicht es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen.

Sprachen

- 115 Deutsch als Fremdsprache
- 117 Afrikaans
- 117 Englisch
- 119 Französisch
- 121 Spanisch
- 122 Italienisch
- 123 Türkisch
- 123 Arabisch
- 124 Russisch
- 124 Dänisch
- 125 Japanisch
- 125 Niederländisch

Fachbereichsleitung und Beratung:

Sabine Minkus
Telefon 0 53 41 / 839-37 05
sabine.minkus@stadt.salzgitter.de

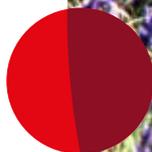


Foto: Christel Schmidt



Wie finde ich den richtigen Kurs?

Unsere Sprachkurse sind in der Regel so aufgebaut, dass ein längerfristiges Lernen möglich ist. In der Praxis heißt dies, die Kurse sind in Stufen untergliedert, die je nach Gruppenstärke etwa vier Semester ausfüllen. Auf der Suche nach einem passenden Kurs ist die erste Frage, welche Vorkenntnisse Sie haben und welche Stufe als Einstieg geeignet ist.

Dabei gilt folgende Orientierung:

Keine Vorkenntnisse in der Fremdsprache – Anfangsstufe A1
Schulkenntnisse aber vieles vergessen – Anfangsstufe A1
Schulkenntnisse – 5 oder 6 Jahre – entspricht Stufe A2
Schulkenntnisse – 8 oder 9 Jahre – entspricht Stufe B1
Schulkenntnisse – Abitur als Leistungskurs – entspricht Stufe B2

Wie gut sind meine Vorkenntnisse heute?

Bei der Beantwortung dieser Frage helfen Ihnen ein Einstufungstest und eine persönliche Beratung:

Übrigens noch ein Hinweis:

Alle Lehrwerke, die in den Sprachkursen der VHS eingesetzt werden, können Sie in der Stadtbibliothek Salzgitter ausleihen. Und für die Fortgeschrittenen gibt es eine Menge Literatur in Englisch, Französisch, Spanisch, Italienisch, Türkisch etc.

Fremdsprachenberatung

Falls Sie unsicher sind, welcher Kurs für Sie geeignet ist, können Sie sich persönlich oder telefonisch beraten lassen:

Sabine Minkus, Tel.: 0 53 41 / 839 3705

Oder Sie nutzen unseren Service eines kostenfreien Online-Einstufungstests unter: www.vhs-salzgitter.de

Dort finden Sie unter dem Reiter „Service“ einen „Sprachencheck“, der Ihnen zu unseren Lehrwerken Einstufungstests anbietet, die Sie selbst durchführen können.

Chancen durch Zertifizierung

Die VHS ist anerkanntes Prüfungszentrum für:

- Die Europäischen Sprachenzertifikate (TELC)
- Die Cambridge-Prüfungen
- Die Prüfungen der London Chamber of Commerce and Industry (LCCI)
- Die Prüfungen des Goetheinstituts (Deutsch als Fremdsprache)
- Diplôme d'Études de Langue Française (DELF)

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen

Die Hinweise A1, A2, B1, B2, C1 und C2 hinter den Kursnamen beziehen sich auf die Niveaustufen des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens:

Kurssysteme Fremdsprachen

Das Kurssystem unseres Fremdsprachenangebots richtet sich nach dem vom Europarat entwickelten gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen. Die sechsstufige, europaweit gültige Skala beschreibt, welche Fertigkeiten ein Kursteilnehmer / eine Kursteilnehmerin in der jeweiligen Sprache erwirbt. Oberstes Lernziel in diesen Beschreibungen wie auch in unseren Kursen ist die Kommunikationsfähigkeit. Die folgenden Stufenbeschreibungen können Ihnen nützliche Hinweise geben, welcher Kurs für Sie geeignet ist. Im Zweifelsfall machen Sie bitte von unserer Sprachberatung Gebrauch!

C2

Am Ende der Stufe C2 können Sie:

- Hören** – ohne Schwierigkeiten die gesprochene Sprache verstehen
- Sprechen** – sich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen sicher und angemessen beteiligen
- Lesen** – jede Art geschriebenen Texts mühelos lesen
- Schreiben** – anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und sich differenziert ausdrücken

C1

Am Ende der Stufe C1 können Sie:

- Hören** – Unterhaltungen und Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen
- Sprechen** – sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken
- Lesen** – komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen
- Schreiben** – sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben

B2

Am Ende von der Stufe B2 können Sie:

- Hören** – im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird
- Sprechen** – sich relativ mühelos an einer Diskussion beteiligen und Ihre Ansichten vertreten
- Lesen** – Artikel und Berichte über aktuelle Fragen und Gegenwart verstehen
- Schreiben** – detaillierte Texte, z. B. Aufsätze oder Berichte, schreiben

B1

Am Ende der Stufe B1 können Sie:

- Hören** – das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird
- Sprechen** – in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedergeben
- Lesen** – Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen
- Schreiben** – persönliche Briefe schreiben

A2

Am Ende von der Stufe A2 können Sie:

- Hören** – einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche von kurzen Mitteilungen verstehen
- Sprechen** – kurze einfache Gespräche in Situationen des Alltags führen
- Lesen** – kurze einfache Texte, z. B. Anzeigen, Speisekarten, verstehen
- Schreiben** – kurze Notizen und Mitteilungen abfassen

A1

Am Ende der Stufe A1 können Sie:

- Hören** – einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen
- Sprechen** – sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen
- Lesen** – einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z. B. Auf Schildern und Plakaten
- Schreiben** – einfache Standardformulare, z. B. Im Hotel, ausfüllen



Deutsch

Deutsch – Anfängerkurs 2 A1

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen. Lehrbuch: „Berliner Platz“, Bd. 1 NEU, Kursbuch und Arbeitsbuch in einem Band mit Zusatzteil im Alltag EXTRA, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-606026-4). Ab Lektion 7

Der Kurs findet montags und mittwochs statt.

Kurs-Nr. 80403

05.02.2024 - 17.06.2024

Montag + Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr

32 Termine, 96 U-Std., 336,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Grundschule Am Ostertal

Manfred Splittgerber

Deutsch – Aufbaukurs 3 A2

Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen, die das Level A1 erreicht haben. Lehrbuch: „Berliner Platz“, Bd. 2 NEU, Kursbuch und Arbeitsbuch in einem Band mit Zusatzteil im Alltag EXTRA, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-606040-0). Ab Lektion 13

Der Kurs findet montags und mittwochs statt.

Kurs-Nr. 80404

05.02.2024 - 17.06.2024

Montag + Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr

32 Termine, 96 U-Std., 336,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Grundschule Am Ostertal

Monika Splittgerber

Deutsch – Aufbaukurs 4 A2

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen der Stufe A1. Lehrbuch: „Berliner Platz“, Bd. 2 NEU, Kursbuch und Arbeitsbuch in einem Band mit Zusatzteil im Alltag EXTRA, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-606040-0). Ab Lektion 19

Der Kurs findet montags und mittwochs statt.

Kurs-Nr. 80405

05.02.2024 - 17.06.2024

Montag + Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr

32 Termine, 96 U-Std., 336,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Aaron Kielkowsky

Deutsch – Aufbaukurse B1/ C1

Deutsch – Aufbaukurs 6 B1

Lehrbuch: „Schritte plus neu 6 Deutsch als Zweitsprache für Alltag und Beruf“, Hueber -Verlag (ISBN 978-3-19-641085-3).

Der Kurs findet montags und mittwochs statt.

Kurs-Nr. 80408

05.02.2024 - 17.06.2024

Montag + Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr

32 Termine, 96 U-Std., 336,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Thorsten Krohe

Prüfungsvorbereitung Deutsch Klasse 9 und 10

NEU

– Ferienkurs –

Du benötigst Unterstützung im Fach Deutsch? Texte schreiben fällt dir schwer? Gemeinsam bereiten wir dich auf deine Abschlussprüfung vor!

Mitzubringen sind: Schulbücher und Schulhefte sowie Schreibmaterialien

Kurs-Nr. 92025

Donnerstag, 21.03.2024, 10:00 - 11:30 Uhr

Freitag, 22.03.2024, 10:00 - 11:30 Uhr

2 Termine, 4 U-Std., 18,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Isabel Barfuss

Deutsch als Fremdsprache

Diese Kurse wenden sich an Bürgerinnen und Bürger, die noch keine Kenntnisse in der deutschen Sprache besitzen

Achtung: Begrenzte Teilnehmerzahl, daher sollten Sie sich sofort schriftlich anmelden.

EINE ZAHLUNG IN RATEN IST AUF ANTRAG MÖGLICH!

Deutsch – Anfängerkurse A1/A2

Deutsch – Anfängerkurs 1 A1

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: „Berliner Platz“, Bd. 1 NEU, Kursbuch und Arbeitsbuch in einem Band mit Zusatzteil im Alltag EXTRA, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-606026-4). Ab Lektion 1

Der Kurs findet montags und mittwochs statt.

Kurs-Nr. 80402

05.02.2024 - 17.06.2024

Montag + Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr

32 Termine, 96 U-Std., 336,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Grundschule Am Ostertal

N.N.

Trainingskurse für Schülerinnen und Schüler

Deutsch

In kleinen Gruppen wird in diesen Kursen auf die individuellen Probleme von Schülerinnen und Schülern der Klasse 7 - 10 eingegangen.

Daten: Siehe junge vhs

Deutschtraining für ukrainische Kinder (7./8. Klasse)

NEU

Wir helfen euch bei schulischen Problemen weiter!

In einer kleinen Gruppe wird in diesem Kurs Deutsch gesprochen, euer Wortschatz aufgefrischt und erweitert sowie Grammatik wiederholt und geübt. Um zu sehen, wo es „klemmt“, bringt bitte eure Schulbücher und Hefte mit.

Kurs-Nr. 92022

04.03.2024 - 03.06.2024

Montag, 14:30 - 16:00 Uhr

10 Termine, 20 U-Std., 96,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Yuliia Kobilianska

Online – Deutsch: Aufbaukurs – B1 Teil 1



– Web-Seminar –

Dieser Kurs wird online im virtuellen Klassenzimmer in der vhs.cloud stattfinden. Vor Kursbeginn müssen Sie sich in der vhs.cloud anmelden. Die Zugangsdaten für den Kurs sowie eine kurze Anleitung werden dann per E-Mail verschickt. Als Teilnehmer/-in benötigen Sie ein Laptop oder ein Tablet bzw. einen Computer mit Webcam und Headset. Grundlegende PC-Kenntnisse, wie für die Benutzung des Internets und sozialer Netzwerke, sind ausreichend. Die Unterrichtsatmosphäre ist nicht anders als im Präsenzunterricht.

Eine Zahlung in Raten ist auf Antrag möglich.

Lehrbuch: „Berliner Platz“, Bd. 3 NEU, Kursbuch und Arbeitsbuch in einem Band mit Zusatzteil im Alltag EXTRA, Klett-Verlag (ISBN: 978-3-12-606057-8). Ab Lektion 25

Der Kurs findet dienstags und freitags statt.

Kurs-Nr. 80412

06.02.2024

Dienstag, 18:00 - 20:15 Uhr

34 Termine, 102 U-Std., 357,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Aaron Kielkowsky

Prüfungstraining – telc Deutsch A2/B1

– Wochenendseminar –

Telc Deutsch A2/B1 bescheinigt Sprachkenntnisse auf der Niveaustufe A2 und B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens. Sprachkenntnisse auf dieser Stufe sind bei der Einbürgerung nachzuweisen. Um die Prüfung telc Deutsch A2/B1 kennenzulernen, in einem Modelltest zu üben und sich mit Zusatzmaterialien darauf vorzubereiten, bieten wir dieses Prüfungstraining an.

Kurs-Nr. 80434

13.04.2024

Samstag, 09:00 - 15:00 Uhr

1 Termin, 7 U-Std., 28,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Stephanie Lönneker

Online – Deutsch: Zielniveau – C1 Teil 1



– Web-Seminar –

In der Vergangenheit haben zahlreiche Teilnehmerinnen und Teilnehmer bei uns erfolgreich Prüfungen auf dem Niveau B2 abgelegt. Da mehrfach nach einem Kursangebot gefragt wurde, in dem die Deutschkenntnisse noch weiter verbessert werden können, bieten wir „Deutsch: Zielniveau C1 / Teil 1“ an. Im Herbstsemester folgt dann Teil 2. Am Ende des zweiten Teils wird auf Wunsch eine Prüfung auf der Niveaustufe C1 angeboten.

Dieser Kurs wird online im virtuellen Klassenzimmer in der vhs.cloud stattfinden. Als Teilnehmer/in benötigen Sie ein Laptop oder ein Tablet, bzw. einen Computer mit Webcam und Headset.

Eine Zahlung in Raten ist auf Antrag möglich.

Der Kurs findet montags und mittwochs statt, 18:00 - 21:15 Uhr.

Lehrbuch: „Sicher C1.1“, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-501208-9), ab Lektion 1

Für diesen Kurs können Sie sich als Interessent/in anmelden.

Sie werden benachrichtigt sobald er startet.

Kurs-Nr. 80415

2x pro Woche, 18:00 - 21:15 Uhr

30 Termine, 120 U-Std., 420,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Deutsch für den Beruf B2

Online – Deutsch – für die Pflege / Altenpflege B2 – Teil 2



– Web-Seminar –

Dieser Kurs richtet sich an Pflegekräfte in der Kranken- und Altenpflege. Der Kurs beinhaltet die grundlegenden Abläufe im Krankenhaus und im Altenheim, wie z.B. das Schreiben einer Pflegeanamnese oder Dienstplänen, die Kommunikation mit Patienten bzw. Bewohnern, Kollegen und Vorgesetzten. Die unterschiedlichen Arbeitsweisen im Krankenhaus, Altenheim und beim ambulanten Pflegedienst werden angesprochen (z.B. Operationen im Krankenhaus, Stürze im Seniorenheim, Umgang mit Demenz usw.).

Der Kurs findet komplett online als Konferenz in der vhs.cloud statt. Vor Kursbeginn müssen sich die Teilnehmer/innen in der vhs.cloud registrieren. Die Zugangsdaten für den Kurs sowie eine kurze Anleitung werden per E-Mail verschickt.

Als Teilnehmer/in benötigen Sie einen Laptop, Tablet oder einen PC mit Webcam und Headset.

Grundlegende PC-Kenntnisse, wie für die Benutzung des Internets oder sozialer Netzwerke erforderlich, sind ausreichend.

Die Unterrichtsatmosphäre ist nicht anders als im Präsenzunterricht. Die Dozentin arbeitet in Kooperation mit einem Krankenpfleger für Intensivmedizin sowie einer Altenpflegerin in Leitungsposition.

Der Kurs findet dienstags und donnerstags statt.

Eine Zahlung in Raten ist auf Antrag möglich.

Lehrbuch: Linie 1 Pflege B2, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-607183-3) ab Lektion 8.

Kurs-Nr. 80420

13.02.2024 - 20.06.2024

Dienstag + Donnerstag, 19:00 - 21:15 Uhr

32 Termine, 96 U-Std., 384,00 € ohne Ermäßigung

vhs.cloud

Sabiene Kielkowsky, Aaron Kielkowsky

Man ist alt
wie ein Haus
und lernt nie aus



Was ist die vhs.cloud?

Die vhs.cloud ist das Online-Netzwerk der Volkshochschulen in Deutschland. Auf der vhs.cloud erhält jede Volkshochschule ihren eigenen geschützten Arbeitsbereich für die webbasierte Kommunikation und die Zusammenarbeit in der Volkshochschule sowie in einzelnen Arbeitsgruppen.

Die vhs.cloud steht allen zur Verfügung, die an einer Volkshochschule arbeiten, lehren und lernen. Als Kursteilnehmerin oder Kursteilnehmer haben Sie Zugang zu den (Online-)Kursen, die Sie an Ihrer Volkshochschule gebucht haben.





Englisch

Englisch 2 A1

Dieser Kurs ist eine Einführung in die englische Sprache für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen.

Lehrbuch: „Let's Enjoy English A1.1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-501630-9), ab unit 5

Kurs-Nr. 41198

05.02.2024 - 17.06.2024

Montag, 18:30 - 20:00 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 96,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Alla Bakpaukas

Englisch 3 A1

– auch für Schichtarbeiter/innen –

Dieser Kurs ist eine Einführung in die englische Sprache für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen.

Lehrbuch: „Let's Enjoy English A1.2“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-501632-3), ab unit 1

Kurs-Nr. 41200

06.02.2024 - 18.06.2024

Dienstag, 09:00 - 10:30 Uhr

17 Termine, 34 U-Std., 102,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Kateryna Paladi

Englisch 3 A1

– auch für Schichtarbeiter/innen –

Dieser Kurs ist eine Einführung in die englische Sprache für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen.

Lehrbuch: „Let's Enjoy English A1.2“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-501632-3), ab unit 1

Kurs-Nr. 41201

06.02.2024 - 18.06.2024

Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr

17 Termine, 34 U-Std., 102,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Kateryna Paladi

Englisch für Wiedereinsteiger/innen A1

NEU

Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen deren Englischkenntnisse komplett verschüttet sind, die bei „Null“ beginnen und wiederholen möchten. Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Kurs-Nr. 41240S

07.02.2024 - 12.06.2024

Mittwoch, 15:00 - 16:30 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 96,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Mandy Just



Afrikaans

Afrikaans für Anfänger/innen – Schnupperkurs

NEU

– Wochenendseminar –

Reisen nach Südafrika und Namibia sind bei Deutschen sehr beliebt. Wussten Sie, dass die drittgrößte Sprache in Südafrika Afrikaans ist?

Als jüngste germanische Sprache hat Afrikaans eine stark vereinfachte und fast beugungsfreie Grammatik. Afrikaans ist die am weitesten verbreitete Sprache im südlichen Afrika, obendrein mit Deutsch eng verwandt und relativ leicht zu lernen. Es gibt auch viele Menschen, die als einzige Sprache nur Afrikaans sprechen. Mit nur wenig Aufwand werden Sie sich auf Afrikaans verständigen können und finden, dass Sie plötzlich kein Tourist mehr sind, sondern Gast! In diesem Wochenendworkshop können Sie sich mit einem Südafrikaner sprachlich auf ihre nächste Südafrika- oder Namibiareise vorbereiten und erfahren nebenbei auch viel Wissenswertes über Land und Leute. Bei Bedarf kann ein weiterführender Sprachkurs eingerichtet werden. Sprechen Sie uns an!

Kurs-Nr. 40701

Samstag, 24.08.2024, 10:00 - 14:00 Uhr

Sonntag, 25.08.2024, 10:00 - 14:00 Uhr

2 Termine, 10 U-Std., 55,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Shafiek Klein

Trainingskurse für Schülerinnen und Schüler

Englisch

In kleinen Gruppen wird in diesen Kursen auf die individuellen Probleme von Schülerinnen und Schülern der Klasse 5 - 10 eingegangen.

Daten: Siehe junge vhs OASE

Englischtraining (5./6. Klasse)

Wir helfen euch bei schulischen Problemen weiter!

In einer kleinen Gruppe wird in diesem Kurs Englisch gesprochen, euer Wortschatz aufgefrischt und erweitert sowie Grammatik wiederholt und geübt. Um zu sehen, wo es „klemmt“, bringt bitte eure Schulbücher und Hefte mit.

Kurs-Nr. 92029

12.02.2024 - 06.05.2024

Montag, 16:45 - 18:15 Uhr

10 Termine, 20 U-Std., 96,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Alla Bakpaukas

Englisch – Anfangsstufen A1

Die Kurse der Stufe A1 ermöglichen Ihnen, in ein bis vier Semestern das Level A1 des Europäischen Referenzrahmens (GER / CEFR) zu erreichen. Anhand konkreter Alltagssituationen werden Wortschatz und Strukturen erarbeitet und Dialoge geübt, so dass Sie am Ende einfache Alltagskommunikation in vertrauten Situationen bewältigen können.

Englisch 1 für Anfänger/innen A1

NEU

Dieser Kurs ist eine Einführung in die englische Sprache für Teilnehmer/innen ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen.

Lehrbuch: „Let's Enjoy English A1.1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-501630-9), ab unit 1

Kurs-Nr. 41196

05.02.2024 - 17.06.2024

Montag, 18:30 - 20:00 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 96,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Kateryna Paladi

Englisch – Auffrischung A2

Sie hatten gute Sprachkompetenzen auf dem Level A2 des Europäischen Referenzrahmens und möchten Ihre Sprachfertigkeiten auffrischen um sich wieder sicherer zu fühlen? Die Kurse der Auffrischung A2 ermöglichen Ihnen eine Wiederholung Ihrer verloren gegangenen Kenntnisse des Level A2 (GER / CEFR).

Englisch für Wiedereinsteiger/innen A2

NEU

Dieser Kurs ist für alle, die ihre Englischkenntnisse auffrischen, gleichzeitig Neues und Interessantes kennenlernen und dann beim Smalltalk mit Freunden oder Kollegen brillieren wollen.

Lehrbuch: „Let's Enjoy English A2.1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-501638-5), ab unit 1

Kurs-Nr. 41202

06.02.2024 - 18.06.2024

Dienstag, 20:15 - 21:45 Uhr

17 Termine, 32 U-Std., 102,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Kateryna Paladi

Englisch für Wiedereinsteiger/innen A2

– auch für Schichtarbeiter/innen –

Dieser Kurs ist für alle, die ihre Englischkenntnisse auffrischen, gleichzeitig Neues und Interessantes kennenlernen und dann beim Smalltalk mit Freunden oder Kollegen brillieren wollen.

Lehrbuch: „Let's Enjoy English A2.1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-501638-5), ab unit 7

Kurs-Nr. 41270

06.02.2024 - 11.06.2024

Dienstag, 10:45 - 12:15 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 96,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Ingeborg Rehkater

Kurs-Nr. 41272

06.02.2024 - 11.06.2024

Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 96,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Ingeborg Rehkater



VHS lässt
dich
wachsen

Englisch Intensiv Level A2+

– Wochenendseminar –

This course is aimed at participants who have reached an A2 level of English who want to repeat, intensify and expand their vocabulary, grammatical and conversational skills in everyday situations and work systematically towards level B1.

Für Wiedereinsteiger/innen, die ihr Englisch systematisch auffrischen und verbessern wollen. Dieser Kurs ist zum einen ein kurzes Review der Themen und der Grammatik der Stufe A2 und bereitet systematisch auf die Stufe B1 vor.

Abwechslungsreiche Themen und Übungen helfen dabei, den Wortschatz zu reaktivieren und die Grammatik zu festigen. Wiederholt werden zum Beispiel Genitiv-s (Peter's son), some/any, Adjektive und Adverbien (good/well) und die Zeiten simple present, present progressive, simple past und present perfect (goes/is going/went/has gone).

Kurs-Nr. 41285

Samstag, 13.04.2024, 09:00 - 16:30 Uhr

Sonntag, 14.04.2024, 09:00 - 16:30 Uhr

Samstag, 20.04.2024, 09:00 - 16:30 Uhr

Sonntag, 21.04.2024, 09:00 - 16:30 Uhr

4 Termine, 32 U-Std., 138,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Tiffany Cohoon

Englisch – Weiterführende Kurse B1

Sie haben Sprachkompetenzen auf dem Level A2 des Europäischen Referenzrahmens erreicht und möchten Ihre Sprachfertigkeiten vertiefen und erweitern? Die weiterführenden Kurse B1 ermöglichen Ihnen das Erreichen eines unabhängigen Sprachgebrauchs auf dem Level B1 (GER / CEFR). Am Ende dieses Levels werden Sie die Hauptpunkte in Texten und Reden verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und es um vertraute Dinge geht. Sie werden die meisten Situationen bewältigen können, denen Sie auf Reisen begegnen.

English on Monday B1

– vormittags –

Join our conversation group and learn about other countries and cultures. New members welcome!

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Kurs-Nr. 41530

05.02.2024 - 13.05.2024

Montag, 09:30 - 11:00 Uhr

12 Termine, 24 U-Std., 84,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Janet Kielhorn

Englisch für

Fortgeschrittene A2 / B1

NEU

Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen des Levels A2 (5 - 6 Jahre Schulenglisch) geeignet, die ihre Kenntnisse weiter in Richtung B1 aufbauen möchten. Der Fokus des Unterrichts wird auf die Kommunikation gelegt.

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Kurs-Nr. 41531

05.02.2024 - 17.06.2024

Montag, 20:15 - 21:45 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 96,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Kateryna Paladi

Englisch B1

– auch für Schichtarbeiter/innen –

Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen des Levels A2 (5 - 6 Jahre Schulenglisch) geeignet, die ihre Kenntnisse weiter aufbauen möchten.

Lehrbuch: „Let's Enjoy English B1.1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-501644-6), ab unit 6

Kurs-Nr. 41532

07.02.2024 - 12.06.2024

Mittwoch, 10:45 - 12:15 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 96,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Alla Bapkauskas

Kurs-Nr. 41534

07.02.2024 - 12.06.2024

Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 96,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Alla Bapkauskas

Englisch – Konversation A2 / B1

Sie haben Sprachkompetenzen auf dem Level A2 oder B1 des Europäischen Referenzrahmens erreicht und möchten Ihre Sprachfertigkeiten vertiefen und erhalten? Die Konversationskurse ermöglichen Ihnen das Erreichen eines unabhängigen Sprachgebrauchs auf dem Level B1 (GER / CEFR). Sie werden Ihre Fähigkeit stärken, in den meisten Situationen Alltagskonversation führen zu können.

English Conversation A2

Come along to this group to practise and improve your ability in communicating in spoken English. Perhaps your motivation lies in travelling abroad for pleasure or on business; perhaps you have relatives in English-speaking countries or perhaps you just want to meet interesting people in a stimulating group to enjoy the company or you need brain-jogging!

Whatever your reasons may be you will gain confidence while sharing your experiences with others. You will be able to extend your vocabulary or brush up your grammar where necessary. We are working with the help of „Spotlight“ magazine.

Kurs-Nr. 41738

07.02.2024 - 12.06.2024

Mittwoch, 17:00 - 18:30 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 96,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Alla Bapkauskas

Englisch Conversation Group B1

– vormittags –

Come along to this group to practise and improve your ability in communicating in spoken English. New members welcome!

Kurs-Nr. 41754

08.02.2024 - 16.05.2024

Donnerstag, 09:00 - 10:30 Uhr

12 Termine, 24 U-Std., 84,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Janet Kielhorn

Englisch – Konversation B2

Let's talk about it B2

Fancy exercising your vocal cords? Then come join our weekly class! We make use of a variety of topics and sources to help you keep in touch with your inner English speaker. Yes, you may make suggestions - and yes, sometimes we do repeat a bit of grammar...

Kurs-Nr. 41760

08.02.2024 - 06.06.2024

Donnerstag, 18:30 - 20:00 Uhr

15 Termine, 30 U-Std., 105,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Britta Schorsch

Englisch – Intensivkurse / Bildungsurlaub A1 – B2

BU Englisch 1 für „falsche“ Anfänger/innen A1

– Wochenintensivkurs –

Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an Teilnehmer/innen, die vor langer Zeit einmal Englischunterricht hatten und deren Kenntnisse vollkommen verschüttet sind. Es wird bei „Null“ begonnen. Achtung: Der Kurs ist nicht für Teilnehmer/innen geeignet, die noch nie Englischunterricht hatten. Lassen Sie sich beraten! Unterrichtsmaterial: Die Dozentin arbeitet mit eigens für den BU erstellten Unterrichtsmaterialien.

Kurs-Nr. 41925

18.03.2024 - 22.03.2024

Montag - Freitag, 09:00 - 17:00 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 173,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 12.02.2024

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Kateryna Paladi



Französisch

Trainingskurse für Schülerinnen und Schüler

Französisch

In kleinen Gruppen wird in diesen Kursen auf die individuellen Probleme von Schülerinnen und Schülern der Klasse 7 - 8 eingegangen.

Daten: Siehe junge vhs OASE

Französischtraining (7./8. Klasse)

Wir helfen euch bei schulischen Problemen weiter! In einer kleinen Gruppe wird in diesem Kurs Französisch gesprochen, euer Wortschatz aufgefrischt und erweitert sowie Grammatik wiederholt und geübt. Um zu sehen, wo es „klemmt“, bringt bitte eure Schulbücher und Hefte mit.

Kurs-Nr. 92027

12.02.2024 - 06.05.2024

Montag, 14:30 - 16:00 Uhr

10 Termine, 20 U-Std., 96,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Fabrice Tricault

Französisch – Anfangsstufen A1

Französisch zum Kennenlernen A1 – Schnupperkurs mit Einstufungsberatung

NEU

– Wochenendseminar –

Dieser Kurs ist für alle Interessierten, für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse oder Teilnehmer/innen deren Kenntnisse komplett verschüttet sind. Hier können Sie die französische Sprache kennenlernen und ausprobieren. Bei Bedarf kann ein weiterführender Kurs eingerichtet werden oder Sie lassen sich von der Dozentin beraten, welcher Kurs für Sie passend ist.

Kurs-Nr. 42169

03.02.2024

Samstag, 10:00 - 12:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Fabrice Tricault

Französisch 1 für Anfänger/innen A1



– Hybrid-Seminar –

Sie möchten die französische Sprache von Grund auf lernen oder alte, verschollene Kenntnisse grundlegend auffrischen? Dann ist dieser Kurs für Sie richtig. Es wird bei „Null“ begonnen. Dieser Kurs wird als Hybridkurs angeboten. Das heißt, Sie können in Präsenz vor Ort teilnehmen oder sich von zuhause online dazu schalten.

Lehrbuch: „Rencontres en français A1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-529642-8), ab Lekt. 1

Kurs-Nr. 42174

05.02.2024 - 17.06.2024

Montag, 18:00 - 19:30 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 128,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Fabrice Tricault

Wir besorgen
von heute auf morgen

Lesezeichen

Buchhandlung

Vorsalzer Straße 3
38259 Salzgitter (Bad)
Tel. (0 53 41) 3 12 80
Fax (0 53 41) 39 66 64
buchhandlung.lesezeichen@t-online.de

Französisch 2 A1

– Hybrid-Seminar –



Sie möchten die französische Sprache von Grund auf lernen oder alte Kenntnisse grundlegend auffrischen? Dieser Kurs wird als Hybridveranstaltung angeboten. Das heißt, Sie können in Präsenz am Unterricht teilnehmen oder sich online von zuhause zuschalten. Lehrbuch: „Voyages NEU A1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-529412-7), ab Lekt. 5

Kurs-Nr. 42175

06.02.2024 - 11.06.2024

Dienstag, 15:30 - 17:00 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 128,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Fabrice Tricault

Französisch für Wiedereinsteiger/innen A1/A2



– Hybrid-Seminar –

Für Teilnehmer/innen mit sehr guten Grundkenntnissen der Stufe A1 (mindestens 1 Jahr) und Wiedereinsteiger/innen, die ihre Kenntnisse erweitern und wieder auffrischen wollen. Dieser Kurs wird als Hybridveranstaltung angeboten. Das heißt, Sie können in Präsenz am Unterricht teilnehmen oder sich online von zuhause zuschalten. Lehrbuch: „Rencontres en français A2“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-529648-0).

Kurs-Nr. 42178

05.02.2024 - 17.06.2024

Montag, 19:30 - 21:00 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 128,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Fabrice Tricault

Französisch – Aufbaustufen A2

Französisch A2

– Hybrid-Seminar –



Ein Kurs für alle (auch für Wiedereinsteiger), die mindestens drei Jahre Französischunterricht hatten. Dieser Kurs wird als Hybridkurs angeboten. Das heißt, Sie können in Präsenz vor Ort teilnehmen oder sich von zuhause online dazuschalten. Lehrbuch: „Rencontres en français A2“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-529648-0), ab Lekt. 1.

Kurs-Nr. 42185

06.02.2024 - 11.06.2024

Dienstag, 17:00 - 18:30 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 128,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Fabrice Tricault

Französisch Auffrischung A2

– Hybrid-Seminar –



Ein Kurs für alle (auch für Wiedereinsteiger), die mindestens drei Jahre Französischunterricht hatten. Dieser Kurs wird als Hybridkurs angeboten. Das heißt, Sie können in Präsenz vor Ort teilnehmen oder sich von zuhause online dazuschalten. Lehrbuch: „Rencontres en français A2“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-529648-0), ab Lekt. 6.

Kurs-Nr. 42840

06.02.2024 - 11.06.2024

Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 128,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Fabrice Tricault

Online Französisch Auffrischung A2

– Web-Seminar –



Sie glauben, Ihre einst guten Französischkenntnisse seien „eingerostet“ und möchten sich dieser Sprache nun mit neuem Elan widmen? Für Sie ist der Kurs ebenso geeignet wie für Lernende, die gerade das Niveau A2 abgeschlossen haben und das Gelernte noch besser verankern wollen. Dieser Kurs bietet eine Auffrischung nicht nur Ihrer Grammatikkenntnisse, sondern fordert Sie auch im freien Sprechen. Soyez les bienvenus!

Lehrbuch: „Rencontres en français A2“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-529648-0).

Nach Anmeldung werden Sie in die vhs.cloud, in der Ihr Kurs stattfinden wird, aufgenommen und erhalten eine Kurzanleitung, wie Sie den digitalen Kursraum betreten können. Die Konferenz findet über Big Blue Button statt.

Sie benötigen einen leistungsstarken Internetzugang und einen internetfähigen PC mit Lautsprecher oder Kopfhörer.

Kurs-Nr. 42842

09.02.2024 - 14.06.2024

Freitag, 18:00 - 19:30 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 128,00 €

vhs.cloud

Fabrice Tricault

Französisch – Weiterführende Kurse B1 - B2

Parlons français B1

– Hybrid-Seminar –



Ein Kurs für alle (auch für Wiedereinsteiger), die mindestens drei Jahre Französischunterricht hatten. Dieser Kurs wird als Hybridveranstaltung angeboten. Das heißt, Sie können in Präsenz am Unterricht teilnehmen oder sich online von zuhause zuschalten. Lehrbuch: „Rencontres en français B1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-529649-7), ab Lekt. 1 und „Écoute“.

Kurs-Nr. 42845

05.02.2024 - 17.06.2024

Montag, 16:15 - 17:45 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 128,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Fabrice Tricault

Französisch – Intensivkurs / Bildungsurlaub A1

BU Französisch für Anfänger/innen A1

– Wochenintensivkurs –
Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Dieser Wochenintensivkurs richtet sich an alle Arbeitnehmer/innen und Auszubildende, die schon mal vor langer Zeit Französischkenntnisse erworben haben und deren Vorkenntnisse in der französischen Sprache komplett verschüttet sind. Es wird bei „Null“ begonnen. Bitte besorgen Sie sich vor Kursbeginn das angegebene Lehrbuch.

Lehrbuch: „Rencontres en français A1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-529642-8), ab Lekt. 1

Kurs-Nr. 42965

24.06.2024 - 28.06.2024

Montag - Freitag, 08:30 - 16:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 173,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 20.05.2024

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Fabrice Tricault

Keine Angst
vor Bildung –
Wir holen Dich ab!



**Spanisch – Weiterführende Kurse
B1 / B2**

Spanisch Auffrischung B1

Dieser Kurs ist für Lerner/innen mit Vorkenntnissen der Stufe A2. Wir festigen Grammatik und Sprachanwendung und bauen die Fertigkeiten weiter aus. Quereinsteiger/innen sind herzlich willkommen.

Lehrbuch: „Con gusto nuevo B1“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-514684-6), ab Lekt. 3

Kurs-Nr. 43785

15.02.2024 - 13.06.2024

Donnerstag, 18:00 - 19:30 Uhr

15 Termine, 30 U-Std., 105,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Mariana Chacón Gómez

**Spanisch für Fortgeschrittene /
Konversation B2**

Die bisher erworbenen Kenntnisse werden anhand von Lektüre, Zeitungsartikeln (Ecos) oder auch Kochrezepten vertieft und erweitert. Neueinsteiger/innen sind herzlich willkommen.

Kurs-Nr. 43790

14.02.2024 - 12.06.2024

Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr

15 Termine, 30 U-Std., 105,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Mariana Chacón Gómez

**Spanisch – Intensivkurse /
Bildungsurlaub A1**

**BU Spanisch 1 für
Anfänger/innen A1**

NEU

– Wochenintensivkurs –

Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an alle Arbeitnehmer/innen und Auszubildende, die noch keine Vorkenntnisse in der spanischen Sprache besitzen oder komplett verschüttete Kenntnisse wiedererlangen wollen. Es wird bei „Null“ begonnen. Bitte besorgen Sie sich vor Kursbeginn das angegebene Lehrbuch.

Lehrbuch: „Con gusto nuevo A1“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-514671-6), ab Lekt. 1

Kurs-Nr. 43975

12.08.2024 - 16.08.2024

Montag - Freitag, 08:30 - 16:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 173,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 08.07.2024

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Mariana Chacón Gómez



Spanisch

Spanisch – Anfangsstufen A1

**Spanisch 1 für
Anfänger/innen A1**

NEU

Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: „Con gusto nuevo A1“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-514671-6), ab Lekt. 1

Kurs-Nr. 43036

13.02.2024 - 11.06.2024

Dienstag, 19:30 - 21:00 Uhr

15 Termine, 30 U-Std., 105,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

N.N.

Spanisch 2 A1

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen.

Lehrbuch: „Con gusto nuevo A1“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-514671-6), ab Lekt. 3

Kurs-Nr. 43040

13.02.2024 - 11.06.2024

Dienstag, 19:30 - 21:00 Uhr

15 Termine, 30 U-Std., 105,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Mariana Chacón Gómez

Spanisch 4 A1

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen.

Lehrbuch: „Con gusto nuevo A1“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-514671-6), ab Lekt. 7

Kurs-Nr. 43045

15.02.2024 - 13.06.2024

Donnerstag, 19:30 - 21:00 Uhr

15 Termine, 30 U-Std., 105,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Mariana Chacón Gómez

Spanisch 5 A1

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen. Lehrbuch: „Con gusto nuevo A1“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-514671-6), ab Lekt. 8

Kurs-Nr. 43056

13.02.2024 - 11.06.2024

Dienstag, 18:00 - 19:30 Uhr

15 Termine, 30 U-Std., 105,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Mariana Chacón Gómez

Spanisch – Aufbaustufen A2

Spanisch Auffrischung A2

Dieser Kurs wendet sich an alle, die vorhandene Grundkenntnisse von Niveau A2 festigen oder auffrischen möchten. Quereinsteiger/innen sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: „Con gusto nuevo A2“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-514677-8), ab Lektion 3

Kurs-Nr. 43780

14.02.2024 - 12.06.2024

Mittwoch, 17:00 - 18:30 Uhr

15 Termine, 30 U-Std., 105,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Mariana Chacón Gómez

VHS:
Treffpunkt der
Gleichgesinnten

Italienisch



VHS:
in Balance
bleiben

Und schon an
Bildungsurlaub
gedacht?

Sind Sie an Bildungsurlauben in Englisch, Französisch, Spanisch oder Italienisch interessiert? Dann lassen Sie sich beraten, in welcher Stufe Sie einsteigen sollten!

Wir sind für Sie da. Rufen Sie uns einfach an:
Sabine Minkus,
Telefon 0 53 41 / 839-37 05.

Italienisch – Anfangsstufen A1

Italienisch für Anfänger/innen A1

NEU

– auch für Schichtarbeiter/innen –

Eine Einführung in die italienische Sprache für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse.
Lehrbuch: „Nuovo Espresso 1“, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-105438-0), ab Lekt. 1

Kurs-Nr. 45067

05.02.2024 - 17.06.2024
Montag, 16:30 - 18:00 Uhr
16 Termine, 32 U-Std., 112,00 €
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Sandra Orlando

Italienisch für Anfänger/innen A1

NEU

– auch für Schichtarbeiter/innen –

Eine Einführung in die italienische Sprache für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse.
Lehrbuch: „Nuovo Espresso 1“, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-205438-9), ab Lekt. 1

Kurs-Nr. 45068

06.02.2024 - 11.06.2024
Dienstag, 09:00 - 10:30 Uhr
16 Termine, 32 U-Std., 112,00 €
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Sandra Orlando

Italienisch 2 A1

Eine Einführung in die italienische Sprache für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen.
Lehrbuch: „Nuovo Espresso 1“, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-105438-0), ab Lekt. 3

Kurs-Nr. 45069

06.02.2024 - 11.06.2024
Dienstag, 16:45 - 18:15 Uhr
16 Termine, 32 U-Std., 112,00 €
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Sandra Orlando

Italienisch 3 A1

Eine Einführung in die italienische Sprache für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen.
Lehrbuch: „Nuovo Espresso 1“, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-105438-0), ab Lekt. 5

Kurs-Nr. 45070

06.02.2024 - 11.06.2024
Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr
16 Termine, 32 U-Std., 112,00 €
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Sandra Orlando

Italienisch 4 A1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen. Lehrbuch: „Nuovo Espresso 1“, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-105438-0), ab Lekt. 7

Kurs-Nr. 45074

06.02.2024 - 11.06.2024
Dienstag, 20:15 - 21:45 Uhr
16 Termine, 32 U-Std., 112,00 €
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Sandra Orlando

Italienisch 5 A1

Eine Einführung in die italienische Sprache für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen.
Lehrbuch: „Nuovo Espresso 1“, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-105438-0), ab Lekt. 8

Kurs-Nr. 45080

05.02.2024 - 17.06.2024
Montag, 19:45 - 21:15 Uhr
16 Termine, 32 U-Std., 105,00 €
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Sandra Orlando

Italienisch – Aufbaustufe A2

Italienisch 7 A2

Eine Einführung in die italienische Sprache für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen der Stufe A1.
Lehrbuch: „Nuovo Espresso“, Bd. 2, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-225439-0), ab Lektion 1

Kurs-Nr. 45082

05.02.2024 - 17.06.2024
Montag, 18:00 - 19:30 Uhr
16 Termine, 32 U-Std., 112,00 €
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Sandra Orlando

Sardiniens Wildkräuter

An der unberührten Seite Sardinien, der Costa Verde, können Sie mit einer Sardin Wildkräuter entdecken, gemeinsam sammeln und weiterverarbeiten. Im Februar können Sie dort z. B. Wilden Spargel finden und im November Myrthenlikör zubereiten oder wilde Fenchelsamen zum Tee sammeln. Zeitraum und Preis werden individuell vereinbart. Interessierte melden sich bitte bei Silvana Reupke, E-Mail: zuradiiii@gmx.de

Kurs-Nr. 45400

Gebühr und Termine auf Nachfrage
Sardinien, Torre dei Corsari
Silvana Reupke

**Italienisch – Intensivkurse /
Bildungsurlaub A1**

**BU Italienisch für
Anfänger/innen A1**

NEU

– **Wochenintensivkurs** –
**Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub
anerkannt.**

Dieser Kurs richtet sich an alle Arbeitnehmer/innen und Auszubildende und alle anderen Interessierten, die keine Vorkenntnisse in der italienischen Sprache haben. Es wird bei „Null“ begonnen.

Lehrbuch: „Nuovo Espresso 1“, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-105438-0), ab Lekt. 1

Kurs-Nr. 45988

12.08.2024 - 16.08.2024

Montag - Freitag, 09:00 - 16:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 173,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 08.07.2024

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sandra Orlando

BU Italienisch 2 A1

NEU

– **Wochenintensivkurs** –
**Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub an-
erkannt.** Dieser Bildungsurlaub richtet sich an alle

Arbeitnehmer/innen und Auszubildende, die folgende Voraussetzungen erfüllen: Teilnahme an einem Italienischbildungsurlaub 1 oder einem Abendkurs der Stufe Italienisch 1. Der Besuch sollte nicht länger als ein Jahr zurückliegen. Teilnehmer/innen, die diese Voraussetzungen nicht erfüllen, sollten sich von der VHS individuell beraten lassen. Es besteht die Möglichkeit eines Einstufungstests.

Lehrbuch: „Nuovo Espresso 1“, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-105438-0), ab Lekt. 4

Kurs-Nr. 45989

19.08.2024 - 23.08.2024

Montag - Freitag, 09:00 - 16:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 173,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 15.07.2024

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sandra Orlando

**BU Italienisch für Anfänger/innen
auf Sardinien A1**

– **Wochenintensivkurs** –

Dieser auch als Bildungsurlaub anerkannte

Kurs richtet sich an alle Arbeitnehmer/innen und Auszubildende und alle anderen Interessierten, die keine oder nur geringe Vorkenntnisse in der italienischen Sprache haben. Sie erlernen die italienische Sprache und lernen Land, Leute und Kultur mit einer Sardinien kennen. Im Reisepreis enthalten sind: Übernachtung inkl. Halbpension, 2 Ausflüge und Sprachunterricht.

Interessierte melden sich bitte bei Silvana Reupke, E-Mail: zuradili@gmx.de

Lehrbuch: „Espresso“, Bd. 1, Hueber-Verlag.

Kurs-Nr. 45990

Gebühr und Termine auf Nachfrage

Sardinien, Torre dei Corsari

Silvana Reupke



Türkisch

Türkisch – Anfangsstufe A1

**Türkisch 1 für
Anfänger/innen A1**

NEU

Ein Kurs für alle, die an türkischer Kultur und Sprache interessiert sind. Durch systematische Hör-, Lese- und Wortschatzübungen werden Sprechaktivitäten stets gefördert und geübt. Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse geeignet.

Lehrbuch: „Ne güzel A1“, Hueber Verlag (ISBN 978-3-19-005253-0), ab Lekt. 1

Kurs-Nr. 46325

05.02.2024 - 17.06.2024

Montag, 18:30 - 20:00 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 128,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Akin Uysal

**Türkisch 3 A1 für
Wiedereinsteiger/innen**

NEU

Ein Kurs für alle, die an türkischer Kultur und Sprache interessiert sind. Durch systematische Hör-, Lese- und Wortschatzübungen werden Sprechaktivitäten stets gefördert und geübt. Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen und Wiedereinsteiger/innen geeignet.

Lehrbuch: „Ne güzel A1“, Hueber Verlag (ISBN 978-3-19-005253-0), ab Lekt. 5

Kurs-Nr. 46330

06.02.2024 - 11.06.2024

Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr

16 Termine, 32 U-Std., 128,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Akin Uysal

VHS:
hier lebt die
Vielfalt!

Arabisch

**Arabisch 1 für
Anfänger/innen
A1 – Schnupperkurs**

NEU

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse. Hier lernen Sie die arabische Sprache (Hocharabisch) und ihre Schriftzeichen kennen. Zudem erfahren Sie mehr über die arabische Welt, ihre Kultur und ihre Menschen. Bei Bedarf kann der Kurs verlängert werden. Lehrbuch: „Abu Laqlaq“, (ISBN: 9783939808008)

Kurs-Nr. 46418

19.02.2024 - 11.03.2024

Montag, 18:30 - 20:00 Uhr

4 Termine, 8 U-Std., 96,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Houcine Hanchi

**Arabisch lernen
beim Kochen**

NEU

– **Wochenendseminar** –

Dieser Kurs verschafft Ihnen einen ersten Kontakt zur arabischen Kultur und Sprache. Beim Kochen lernen Sie Vorgänge und Zutaten arabisch zu benennen und bekommen vielleicht Lust, etwas mehr zu lernen.

Bitte Restegefäße und Geschirrtuch mitbringen!

Kurs-Nr. 46410

10.08.2024

Samstag, 10:00 - 14:00 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 31,00 € ohne Ermäßigung

Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Houcine Hanchi



Russisch

Russisch 1 für Anfänger/innen A1

NEU

Wenn Sie sich sprachlich auf einen Aufenthalt in Russland oder auf berufliche Begegnungen mit russischsprachigen Partnern vorbereiten wollen, dann ist dieser Kurs richtig für Sie! Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse geeignet. Lehrbuch: „MocT 1 A1 - A2“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-527640-6), ab Lekt. 1

Kurs-Nr. 47231

07.02.2024 - 12.06.2024
Mittwoch, 20:15 - 21:45 Uhr
16 Termine, 32 U-Std., 128,00 €
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Ludmilla Boger

Russisch 2 A1

Wenn Sie sich sprachlich auf einen Aufenthalt in Russland oder auf berufliche Begegnungen mit russischsprachigen Partnern vorbereiten wollen, dann ist dieser Kurs richtig für Sie! Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen geeignet. Lehrbuch: „MocT 1 A1 - A2“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-527640-6), ab Lekt. 2

Kurs-Nr. 47232

07.02.2024 - 12.06.2024
Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr
16 Termine, 32 U-Std., 128,00 €
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Ludmilla Boger



Dänisch

Dänisch 1 für Anfänger/innen A1

NEU

Wir lernen in entspannter Atmosphäre die dänische Sprache und erfahren nebenbei auch viel Wissenswertes über Land und Leute. Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: „Dansk for dig neu A1 - A2“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-528971-0), Übungsbuch (ISBN 978-3-12-528972-7) Ab Lekt. 1

Kurs-Nr. 49003

Montag, 05.02.2024, 17:00 - 18:30 Uhr
Montag, 19.02.2024, 17:00 - 18:30 Uhr
Montag, 04.03.2024, 17:00 - 18:30 Uhr
Montag, 08.04.2024, 17:00 - 18:30 Uhr
Montag, 22.04.2024, 17:00 - 18:30 Uhr
Montag, 03.06.2024, 17:00 - 18:30 Uhr
Montag, 17.06.2024, 17:00 - 18:30 Uhr
7 Termine, 14 U-Std., 56,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Petra Strobach

Dänisch 5 A2

Wir lernen in entspannter Atmosphäre die dänische Sprache und erfahren nebenbei auch viel Wissenswertes über Land und Leute. Für Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen und Wiedereinsteiger/innen.

Lehrbuch: „Dansk for dig neu A1 - A2“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-528971-0), Übungsbuch (ISBN 978-3-12-528972-7) Ab Lekt. 8

Kurs-Nr. 49005

Montag, 12.02.2024, 18:00 - 19:30 Uhr
Montag, 26.02.2024, 18:00 - 19:30 Uhr
Montag, 11.03.2024, 18:00 - 19:30 Uhr
Montag, 15.04.2024, 18:00 - 19:30 Uhr
Montag, 29.04.2024, 18:00 - 19:30 Uhr
Montag, 27.05.2024, 18:00 - 19:30 Uhr
Montag, 10.06.2024, 18:00 - 19:30 Uhr
7 Termine, 14 U-Std., 56,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule
Petra Strobach

Dänisch Lektüre A2

NEU

Wir lesen eine spannende Detektivgeschichte, die gleichzeitig Lehr- und Übungsbuch ist. Dabei werden wir vor allem den Wortschatz vergrößern, der in normalen Lehrbüchern begrenzt ist. Die Kapitel sind umfangreicher, darum nehmen wir uns mehr Zeit pro Abend und machen zwischendurch eine Pause. Getränke und Snacks können hierfür gerne mitgebracht werden. Für Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen und Wiedereinsteiger/innen.

Lehrbuch: „Av min arm!“, Buske-Verlag (ISBN 978-3944312743) Lektion 1 - 4

Kurs-Nr. 49010

Freitag, 08.03.2024, 17:00 - 19:15 Uhr
Freitag, 05.04.2024, 17:00 - 19:15 Uhr
Freitag, 26.04.2024, 17:00 - 19:15 Uhr
Freitag, 31.05.2024, 17:00 - 19:15 Uhr
4 Termine, 12 U-Std., 48,00 € ohne Ermäßigung
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus
Petra Strobach

VHS:
Stark in die
Zukunft





Japanisch

Japanisch 1 für Anfänger/innen A1

NEU

Dieser Kurs bietet eine Einführung in die japanische Sprache und in die Schriftsprache und wendet sich an Interessierte, die noch keine Kenntnisse der japanischen Sprache haben. Wir lernen japanische Alltagssprache.

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Kurs-Nr. 48118

06.02.2024 - 07.05.2024

Dienstag, 20:15 - 21:45 Uhr

12 Termine, 24 U-Std., 120,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Alexandra Heyne

Japanisch 2 A1

Dieser Kurs bietet eine Einführung in die japanische Sprache und in die Schriftsprache und wendet sich an Interessierte, die schon geringe Kenntnisse der japanischen Sprache haben. Wir lernen japanische Alltagssprache.

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Kurs-Nr. 48120

06.02.2024 - 07.05.2024

Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr

12 Termine, 24 U-Std., 120,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Alexandra Heyne

Keine Angst
vor Bildung –
Wir holen Dich ab!

Japanische Teezeremonie – Wochenendseminar –

NEU

Eine japanische Teezeremonie (Chado) können interessierte mit der Volkshochschule Salzgitter erleben. An einem Nachmittag wird den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ein Teil einer Teezeremonie geboten, wie sie in Japan seit etwa 400 Jahren ausgeübt wird. Sie nehmen selbst an einer japanischen Teezeremonie teil und lernen die Rolle des Gastgebers und Gastes (verbeugen, Körperbewegung, Handhabung der Tee-Utensilien, Tee-Trinken). Außerdem besteht die Möglichkeit Fragen zu stellen.

Chado bedeutet im Japanischen wörtlich „der Tee-weg“. Um diesen Teeweg hat sich eine faszinierende Kunstform entwickelt, durch die Harmonie und innere Ruhe erreicht werden soll. Während der Teezeremonie bewegen sich der Gastgeber und die Gäste so wie vor 400 Jahren, als der Großmeister Sen-no-Rikyu die Grundregeln festlegte.

Kurs-Nr. 48110

10.08.2024

Samstag, 14:00 - 16:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 20,00 € ohne Ermäßigung inkl.

Materialekosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Takashi Kunimoto

Origami – Japanische Papierfaltkunst

NEU

– Wochenendseminar –

Origami ist die traditionelle japanische Kunst des Papierfaltens. Aus einem einfachen Stück Papier können erstaunlich viele Formen kreiert werden. In diesem Kurs werden wir einige Dinge selber falten, unter anderem einen Kranich und einen Samurai-Diener. Origami eröffnet eine Welt voller Überraschungen und bereitet nicht nur Spaß, sondern fördert Geduld, Aufmerksamkeit und Konzentration. Origami ist so einfach für Groß und Klein und eignet sich sehr gut, um Geschenke zu verzieren. Nach diesem Crashkurs kann man sich auch ein Kranich-Mobile falten. Für maximal ein Kind in Begleitung eines erwachsenen Teilnehmers ist die Teilnahme kostenlos.

Kurs-Nr. 23340

17.08.2024

Samstag, 14:00 - 16:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 20,00 € ohne Ermäßigung inkl.

Materialekosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Takashi Kunimoto



Nieder-
ländisch

Niederländisch 1 für Anfänger/innen A1

NEU

Ein Kurs für alle, die an niederländischer Kultur und Sprache interessiert sind. Durch systematische Hör-, Lese- und Wortschatzübungen werden Sprechaktivitäten stets gefördert und geübt. Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse geeignet. Lehrbuch: „Wat leuk“ aktuell, Hueber-Verlag (ISBN 978-3-19-105460-1), ab Lekt. 1

Kurs-Nr. 48190

05.02.2024 - 10.06.2024

Montag, 18:00 - 19:30 Uhr

15 Termine, 30 U-Std., 120,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Burkhard Sürth

Niederländisch 1 für Anfänger/innen A1

NEU

– Wochenendseminar –

Ein Wochenende für alle, die an niederländischer Kultur und Sprache interessiert sind. Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse geeignet. Lehrbuch: „Wat leuk“ aktuell, Hueber-Verlag (ISBN 978-3-19-105460-1), ab Lekt. 1

Kurs-Nr. 48193

Samstag, 16.03.2024, 14:00 - 17:00 Uhr

Sonntag, 17.03.2024, 14:00 - 17:00 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 40,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Burkhard Sürth



Foto: Patrick Riancho

Ein Blick in die Nachbarschaft

Nachstehend Kurse aus der Volkshochschule Goslar. Für Informationen wenden Sie sich bitte direkt an die VHS Goslar.

Information:

Volkshochschule Landkreis Goslar,
Klubgartenstraße 6, 38640 Goslar,
Tel. 0 53 21 / 7 64 31,
www.vhs-goslar.de

Das Grundgesetz: Pfeiler der Demokratie und Menschenrechte

Das Grundgesetz bildet das Fundament unserer Demokratie und garantiert grundlegende Rechte und Freiheiten für alle Bürgerinnen und Bürger. Wir werden einen Überblick über die Entstehungsgeschichte des Grundgesetzes geben und seine zentralen Prinzipien wie Rechtsstaatlichkeit und Menschenrechte aus bürgerlicher Sicht erläutern. Abschließend werden wir die aktuellen Herausforderungen und mögliche zukünftige Entwicklungen im Zusammenhang mit dem Grundgesetz diskutieren.

Z12G20

16.05.2024

Donnerstag, 18:00 - 20:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., gebührenfrei

Kreishaus

Ali Abo-Hamoud

Wolle spinnen am Spinnrad

Weiche Schafswolle zu Garn zu spinnen, gehörte jahrhundertlang zu den alltäglichen handwerklichen Arbeiten. Heute sind die Kenntnisse über diese Technik fast verschwunden. Die sie heute kennenlernen, berichten von einer beruhigenden und entspannenden Tätigkeit.

Nach vielen Jahren, in denen wir keine Spinnkurse durchführen konnten, sollen sich unsere Kvhs-Spinnräder nun wieder drehen. Unter fachkundiger Anleitung durch die Dozentin Sandra Köhne haben Sie die Möglichkeit, das Wollespinnen an einem Wochenende zu erlernen.

Die Funktionsweise eines Spinnrades werden Sie ebenso kennenlernen wie die traditionelle Verarbeitung des Rohstoffes Wolle zum fertigen Faden. Dabei können Sie das Ausgangsmaterial zu verschiedenen Garnen verspinnen.

Ein Spinnrad stellen wir Ihnen gern zur Verfügung. Sie können im Kurs auch an Ihrem eigenen Rad arbeiten. Sollten Sie Wollmaterial vorliegen haben,

können Sie dieses im Kurs verarbeiten.

Am Vorbereitungsabend wird das Material und die nötige Ausstattung gesichtet, besprochen und ggf. Wolle angekauft, damit Sie am Wochenendkurs gleich „lospinnen“ können. Bitte bringen Sie deshalb Ihre evtl. vorhandenen Spinnräder und Material auch schon zum Vorbereitungsabend mit.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie ein Spinnrad zur Ausleihe benötigen oder das eigene Spinnrad mitbringen.

In Zusammenarbeit mit der Kreisheimatpflege

Z29P02

22.02.24 - 03.03.24

Donnerstag, 18:00 - 19:30 Uhr, Freitag, 16:00 -

19:30 Uhr, Samstag, 10:30 - 15:00 Uhr, Sonntag,

10:30 - 15:00 Uhr

4 Termine, 18,67 U-Std., 55,10 €

Lebenburg, Heimatmuseum Döhren

Sandra Köhne

Backen aus dem vollen Korn

Ein Wochenende für „Eigen Brötler“. Brot backen im eigenen Herd kann mit den klar und einfach beschriebenen Rezepten in diesem Kurs leicht erlernt werden. Sie werden hier verschiedene Brotsorten selber backen, vom Sauerteigbrot und Hefebrot über verschiedene Brötchensorten ist alles dabei. Nebenbei erfahren Sie viel über die gesundheitlichen Vorteile, die das ganze Getreidekorn bereithält. Der Genuss von frischem Brot wird erst perfekt durch einen köstlichen Aufstrich. Verschiedene pikante und süße Variationen davon stellen wir her.

Bitte bringen Sie Getränke, zwei Geschirrhandtücher und kleine Behälter für eventuelle Reste mit.

Z35G13

01.03.24 - 02.03.24

Freitag, 18:00 - 21:00 Uhr, Samstag, 09:30 - 16:30

Uhr

2 Termine, 10 Zeitstd., 46,80 € zuzügl. ca. 10,00 €

Nebenkosten

Goslar, BBS Baßgeige,

Erika Aue

Workshop mentale Geburtsvorbereitung für Schwangere

Kinder, die ohne negativen Stress geboren werden, sind ausgeglichener, schreien weniger und brauchen seltener Unterstützung beim Atmen oder Stillen. Die Mutter-Kind Bindung ist stärker als bei traumatischen Geburten.

Knapp 90 Prozent des Geburtsverlaufes beeinflussen wir mit unseren Gedanken (mental). Je stärker man mental aufgestellt ist, umso besser kann man die Kontraktionen nutzen und den Geburtsverlauf verkürzen. Sie können bei sich und in Ihrem Rhythmus bleiben, egal unter welchen Bedingungen (Krankenhaus überfüllt, Geburtspersonal hat einen schlechten Tag, der Partner kann nicht dabei sein), wenn Sie sich mit diesem Kurs gut auf Ihre Geburt vorbereitet haben.

In dem Workshop gibt es einen Vorgeschmack auf einen 6-wöchigen Intensivkurs. Vielleicht reicht sogar dieser Workshop bereits, um sich gut vorbereitet für Ihre Geburt zu fühlen.

Bringen Sie bitte eine Gymnastikmatte mit.

Z34G52

07.03.24 - 14.03.24,

Donnerstag, 19:00 - 21:00 Uhr

2 Termine, 5,33 U-Std., 15,70 € Gebührenermäßigung nicht möglich

Goslar, Gemeindehaus Kirchengemeinde zum

Frankenberge

Jana Sina Pfürtnner

Englisch A2/B1: The Grammar Boost – Osterferienkurs

Four sessions packed with quick and dirty tips to improve your grammar skills: In speaking and in writing, proper forms and structure make your interactions smoother and more pleasing for both sides. This course will be practical and, yes, conversational-forget the dull and musty filling out of exercise sheet upon exercise sheet. We will cover a) the real-life consequences of the most important grammatical aspects and b) some other key conventions used in speaking and writing. Revive what you have forgotten; get a grip on issues that have always puzzled you; and finally, learn a new thing or two.

Z46G51

19.03.2024 – 27.03.2024

Dienstag und Mittwoch, 14:30 - 17:00 Uhr

4 Termine, 10 Zeit-Std., 41,00 €

Goslar, Kreishaus,

Michael Haasche

Ein Blick in die Nachbarschaft

Norwegisch A1: Norwegisch A1 – für Anfängerinnen und Anfänger - ohne Vorkenntnisse

Norwegen von A bis Å! Schritt für Schritt tauchen Sie ein in Grammatik, Wortschatz und Landeskunde. Ziel sind einfache Konversationen über sich selbst, Alltagssituationen sowie über landeskundliche Themen. Mit abwechslungsreichen Übungen und Sprachspielen lernen Sie (fast) nebenbei Norwegisch!

Vi ses! Bis bald!

Buch; Nils - Norwegisch lernen mit einer spannenden Geschichte. (Skapago Verlag)

ISBN:978-3-945174-01-2

Z4FG02

12.02.24 – 17.06.24, 14-tägig

Montag, 18:00 - 20:30 Uhr

8 Termine, 24 U-Std., 72,00 €

Goslar, BBS Am Stadtgarten,

Kristin Lindstad Priegnitz

Xpert Business Finanzbuchführung (3) Lexware

Dieser Kurs vermittelt systematisch und anwendungsbezogen die Kenntnisse und Fertigkeiten zur gezielten Nutzung einer Buchführungssoftware.

Inhalte: Zahlreiche Praxisfälle aus verschiedenen Bereichen werden am PC geübt. Darunter fallen die Eingabe/Übernahme von Eröffnungsbilanzbuchungen, das Kontieren und Buchen von Ein- und Ausgangsrechnungen, das Buchen von Bankauszügen und Kassenbelegen unter Berücksichtigung des OPOS-Ausgleiches sowie zeitlicher Abgrenzungen, Buchen von Gehaltsabrechnungen sowie Jahresabschlussbuchungen.

Ziele des Kurses sind:

- das Beherrschen der Struktur und Systemlogik der praktischen Buchführung am PC,
- die Fertigkeit, mit einer Buchführungssoftware selbstständig zu arbeiten und alle laufenden Geschäftsvorfälle zu buchen,
- die Fähigkeit, Auswertungen zu drucken und zu interpretieren sowie Abschlüsse durchzuführen.

Dieser Kurs setzt Kenntnisse und Fähigkeiten voraus, wie sie in den Kursen „Xpert Business Finanzbuchführung“ (1) und (2) vermittelt werden. Dieser Kurs ist ein Modul des Lehrgangs Finanzbuchhalter/in (XPert

Business). Im Anschluss an Ihren Kurs können Sie eine Xpert Business Prüfung ablegen (180 Minuten, kostenpflichtig); über die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat.

Z54G50

03.04.2024 – 19.06.2024

Mittwoch, 18:00 – 21:00 Uhr

10 Termine, 40 U-Std., 301,00 € (Kleingruppe)

Goslar, BBS Baßgeige

Jochen Neumann

Mineraliendetektive für Kinder ab 6 Jahre

Ein Kurs für alle Naturentdecker und jungen Forscher. Habt ihr Steine gefunden, über die ihr mehr wissen wollt? Was sind das für Steine und woraus bestehen sie? Welche Steine gibt es bei uns eigentlich zu finden? Bringt diese gerne mit oder schaut, was die Dozentin gefunden hat. Erfahrt mehr über die Welt der Mineralien.

Z1AW15

06.04.2024

Samstag, 10:00 - 12:15 Uhr,

1 Termin, 3 U-Std., 8,90 €

BBS Bassgeige

Anja Brüning

Verteilstellen des Programmheftes

Teilnehmer der letzten drei Semester erhalten das Kursprogrammheft mit der Post.

Zusätzlich erhalten Sie es bei den folgenden Verteilstellen:



• Salzgitter-Lebenstedt

Agentur für Arbeit, Lichtenberger Straße 2 a
AWISTA Fredenberg, Kurt-Schumacher-Ring 4
Rathaus, Joachim-Campe-Straße 6 - 8
Seniorentreff, Am Strumpfwinkel 24
Stadtbibliothek, Joachim-Campe-Straße 4
Volkshochschule, Thiestraße 26 a
WEVG, Albert-Schweitzer-Straße 7 - 11

• Salzgitter-Calbecht, Gebhardshagen, Thiede, Steterburg

Alte Apotheke Thiede, Frankfurter Str. 54 - 56
Stadtteiltreff Steterburg, Lange Hecke 4

• Salzgitter-Bad

Buchhandlung Lesezeichen, Vorsalzer Straße 3
Rathaus, Marktplatz 11
Stadtbibliothek, Marktplatz 11
Volkshochschule, Braunschweiger Straße 137 a

• Lobmachersen

HEM-Tankstelle, Landwehr 55
Volksbank Lobmachersen, Landwehr 20

Unser Leitbild (Auszug)



Volkshochschule
Salzgitter

Identität: Wer sind wir?

Wir sind der öffentliche Bildungsdienstleister für die Bürgerinnen und Bürger der Stadt Salzgitter für allgemeine, berufliche, politische, kulturelle und gesundheitliche Bildung. Wir sind prägender und integrativer Bestandteil der Bildungslandschaft unserer „Lernstadt Salzgitter“ und fördern Bildung als zentrales Element gesellschaftlicher Entwicklung. Wir sind der humanistischen Tradition verpflichtet und reagieren auf die Herausforderungen der modernen Industrie- und Dienstleistungsgesellschaft.

Fähigkeiten: Was können wir?

Wir können Bildungs-, Beratungs- und Integrationsangebote auf hohem Niveau konzipieren und durchführen. Dabei reagieren wir auf artikulierte Bedürfnisse unserer Teilnehmerinnen und Teilnehmer und/oder Auftraggeberinnen oder Auftraggeber. Darüber hinaus entwickeln wir aufgrund professioneller Einschätzungen und Analysen impulsgebende Angebote.

Kundinnen und Kunden: Wer sind unsere Teilnehmenden / Zielgruppen?

Vom Auftrag her sind unsere Zielgruppen Kinder, Jugendliche und Erwachsene sowie Firmen, Institutionen und Schulen. Insbesondere wird unsere VHS in Anspruch genommen von:

- Personen, die sich persönlich, schulisch und/oder beruflich weiterentwickeln wollen
- Personen, die mit Gleichgesinnten ihre Freizeit sinnvoll verbringen wollen
- Personen mit Migrationshintergrund, die die deutsche Sprache lernen und sich in die deutsche Gesellschaft integrieren wollen
- Firmen, Institutionen und Schulen, die ihre Leistungsfähigkeit verbessern wollen

Leistungen: Was bieten wir?

Wir bieten:

- ein umfassendes Bildungsangebot mit einer sozialverträglichen Preisgestaltung
- qualifiziertes Personal
- eigene Häuser mit kursgerechten Räumen sowie Seminarräume mit moderner Präsentations- und Informationstechnik
- bedarfsgerechte Lerngruppengrößen
- anerkannte Abschlüsse und Zertifikate
- Berufseinstiegsmöglichkeiten und Nebentätigkeiten für Dozentinnen und Dozenten
- individuelle Bildungsberatung und Unterstützung zur persönlichen Orientierung
- betriebliche Bildungs- und Orientierungsberatung sowie Bildungsangebote, die eine Eingliederung in den Ausbildungs- und Arbeitsmarkt erleichtern
- Beiträge zur beruflichen, kulturellen und sozialen Qualifizierung als Dienstleister für die kommunalen Fachdienste
- Bildungsangebote zur Medienkompetenz und digitalen Grundbildung
- außerschulische Kinder- und Jugendbildung
- unterrichtsergänzende Schulangebote
- Seniorenbildung
- projektbezogenes Arbeiten

Werte: Wofür stehen wir?

Wir stehen für:

- Zuverlässigkeit und Seriosität
- Professionalität
- Kontinuität und Qualität
- Toleranz, Offenheit und Chancengleichheit
- soziale und beschäftigungspolitische Verantwortung in einer strukturschwachen Region
- die Möglichkeit zum lebenslangen Lernen entsprechend dem von allen OECD-Staaten proklamierten Leitziel des „lifelong learning for all“ und dem Programm der Europäischen Kommission motivationsfördernde Lernatmosphäre

Anmeldung für Kurse an der Volkshochschule Salzgitter

Hiermit melde ich mich kostenpflichtig für folgende Kurse an der VHS Salzgitter an:

1 Kurs-Nr. _____ Kurstitel _____ Gebühr _____ €

2 Kurs-Nr. _____ Kurstitel _____ Gebühr _____ €

3 Kurs-Nr. _____ Kurstitel _____ Gebühr _____ €

Kursteilnehmer/in

Nachname: _____ Vorname: _____

Straße: _____ PLZ/Wohnort: _____

Telefon: _____ E-Mail: _____

Mobil: _____ Geburtsdatum: _____

Geschlecht: männlich weiblich divers

Ich erkenne die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule Salzgitter sowie die Widerrufsbelehrung an und akzeptiere die Informationen zum Datenschutz (siehe Rückseite).

Ort, Datum Unterschrift

Einzugsermächtigung und SEPA-Lastschriftmandat für Volkshochschulentgelte

Nachname, Vorname: _____ (Zahlungspflichtige/r)

Anschrift: _____

Die Mandatsreferenznummer wird vor dem ersten Einzug gesondert mitgeteilt.

Gläubiger-Identifikationsnummer: **DE98KVS00000159419**

Einzugsermächtigung: Ich ermächtige/Wir ermächtigen die Stadt Salzgitter widerruflich, die von mir/uns zu entrichtenden Zahlungen bei Fälligkeit durch Lastschrift von meinem/unserem Konto einzuziehen.

SEPA-Lastschriftmandat: Ich ermächtige/Wir ermächtigen die Stadt Salzgitter, Zahlungen von meinem/unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein/weisen wir unser Kreditinstitut an, die von der Stadt Salzgitter auf mein/unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Ich kann/Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem/unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Name und Anschrift des/der Kontoinhabenden (wenn nicht mit dem/der Zahlungspflichtigen identisch)

Name und Sitz des Kreditinstitutes: _____

IBAN _____ BIC _____

Ort, Datum Unterschrift Kontoinhabende/r

Anmeldung

Wer? Hörer/in der Volkshochschule kann im Allgemeinen werden, wer mindestens 16 Jahre alt ist oder es im laufenden Semester wird. Achtung: Bei Hörern/innen, die noch nicht volljährig sind, müssen die Eltern die Anmeldung bestätigen.

Wie? Schriftlich! Per Post oder Fax mit dem Anmeldebogen aus diesem Programmheft; per online oder unter www.vhs-salzgitter.de oder persönlich in der VHS Salzgitter-Lebenstedt oder in der VHS-Zweigstelle im Kniestedter Herrenhaus in Salzgitter-Bad. Anmeldungen per E-Mail sind nicht ausreichend. Achtung! das Formular zur Einzugsermächtigung und SEPA-Lastschriftmandat muss der VHS mit der Originalunterschrift versehen vorliegen!

Wann? Bitte melden Sie sich möglichst bald an, denn erst, wenn die Mindestteilnehmerzahl erreicht ist, kann der Kurs wie geplant durchgeführt werden. Wenn Sie Bildungsurlaub bei Ihrem Arbeitgeber beantragen, müssen Sie sich für diese Kurse spätestens fünf Wochen vor Beginn anmelden.

Bitte beachten Sie: Bei Ausfall eines Kurses werden Sie rechtzeitig durch die VHS informiert. Sonst findet der Kurs in jedem Fall statt. Sie erhalten – außer bei Bildungsurlauben oder einer Online-Anmeldung – keine schriftliche Anmeldebestätigung.

Widerrufsbelehrung – Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Art. 246 § 2 i.V.m. § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312e Abs. 1 Satz 1 BGB i.V.m. Art. 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an:

Städtische Volkshochschule Salzgitter
Thiestraße 26a, 38226 Salzgitter
Telefaxnummer 0 53 41 / 839-49 40 oder
vhs@stadt.salzgitter.de

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns insoweit ggf. Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

Entgelt

Die Anmeldung zu einer Lehrveranstaltung verpflichtet zur Zahlung des Teilnehmerentgeltes. Anmeldungen können nur angenommen werden, wenn eine Einzugsermächtigung erteilt wird. Das Kursentgelt wird einmalig vom angegebenen Konto abgebucht. Druckfehler lassen sich im Kursprogramm leider nicht ausschließen. Maßgebend für das Entgelt ist die VHS-Entgeltordnung. Sie kann während der Geschäftszeiten eingesehen werden.

Entgeltermäßigung

a) Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die nachgewiesen staatliche Zusatzleistungen (z. B. Sozialpass der Stadt Salzgitter, Leistungen der Grundsicherung, ALG II oder Mietkostenzuschuss) erhalten, haben Anspruch auf eine 50 % Ermäßigung für einen Kurs je VHS-Semester, **der der beruflichen Fortbildung dient.**

b) Schülerinnen/Schüler, Studierende und Auszubildende in gleichgestellten Maßnahmen der beruflichen Fortbildung haben Anspruch auf 25 % Ermäßigung für einen Kurs je Semester.

c) Nachfolgende Angebote sind von diesem Anspruch aus-

genommen:

- Einzelveranstaltungen
- Studienreisen
- Kurse, bei denen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer durch Dritte gefördert werden
- Kurse der jungen VHS

d) Im Kursprogramm können einzelne Kurse von dem Anspruch auf Ermäßigung ausgenommen werden. Diese Kurse sind entsprechend gekennzeichnet.

Abmeldung

Eine kostenfreie Abmeldung ist nur schriftlich gegenüber der Städtischen Volkshochschule bis 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn möglich. Nach dieser Frist ist eine Abmeldung nur dann zulässig, wenn ein vom Teilnehmer/in nicht zu vertretender Grund vorliegt. Ein entsprechender Nachweis ist beizufügen. Die schriftliche Abmeldung muss sofort erfolgen! Für Studienreisen, Kurse mit ausgedrucktem Anmeldetermin und Bildungsurlauben gelten besondere Regelungen. Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung! Abmeldungen beim Dozenten sind nicht möglich.

Haus- und Nutzungsordnung, Haftung

- Die in den Gebäuden und Räumen geltenden Haus- und Nutzungsordnungen sind für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Lehrveranstaltung verbindlich. Bei Zuwiderhandlungen gegen die geltenden Haus- und Nutzungsordnungen oder bei sonstigem ungebührlichen Verhalten können die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit sofortiger Wirkung von der Lehrveranstaltung ausgeschlossen werden. Über den Ausschluss entscheidet die Leitung der Volkshochschule.
- Die Teilnahme an den Lehrveranstaltungen der Volkshochschule erfolgt auf eigene Gefahr. Der Träger der Volkshochschule haftet bei Personen-, Sach- oder Vermögensschäden nur bei Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nach den Grundsätzen des kommunalen Schadensausgleichs. Für eingebrachte Sachen von Teilnehmerinnen und Teilnehmern sowie von Dozentinnen und Dozenten übernimmt der Träger der Volkshochschule keine Haftung; ebenso haftet er nicht für Garderobe und Wertgegenstände sowie abgestellte Fahrzeuge und Fahrräder. Unberührt bleibt die Haftung des Trägers der Volkshochschule als Grundstückseigentümerin für sicheren Bauzustand von Gebäuden nach § 836 BGB.
- Wenn aufgrund höherer Gewalt, Streikmaßnahmen oder aus schulischen Gründen die öffentlichen Schulen und Gebäude sowie die Gebäude der Volkshochschule geschlossen bleiben, werden sie von uns informiert.

Bildungsberatung

Unsere Fachbereichsleiter/innen stehen zu einer individuellen Bildungsberatung nach telefonischer Absprache für Sie zur Verfügung. Machen Sie einen Termin mit uns! Wir legen hohe Ansprüche an die didaktische und methodische Qualifikation unserer Kursleiterinnen und Kursleiter. Deshalb haben wir im Rahmen des vorgeschriebenen Qualitätsmanagements verbindliche Qualifikationsstandards festgelegt. Diese können Sie auf Wunsch in der VHS einsehen.

Datenschutzbestimmungen

Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Der Fachdienst Bildung – Städtische Volkshochschule Salzgitter – Thiestraße 26 a, 38226 Salzgitter (nachfolgend „VHS“ oder „wir“ genannt) ist Verantwortlicher im Sinne des Datenschutzrechts.

Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsdatum) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsdatum erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen

unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Ist der Lastschriftmandatbogen abtrennbar, müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

Weitergabe Ihrer Daten

Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z. B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Finden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an die städtische Vollstreckung zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten lauten: datschutz@Stadt.Salzgitter.de

DRUCKFEHLER UND IRRTÜMER VORBEHALTEN

Kinder forschen mit Ihrer VHS Salzgitter!



Wer kann an den Fortbildungen teilnehmen?

Die Workshops richten sich in erster Linie an pädagogische Fachkräfte aus Kitas / Horten und an Lehrkräfte aus Grundschulen der Stadt Salzgitter.

Die Fortbildungsthemen und Materialien der Stiftung orientieren sich an den Lehrplänen des Sachunterrichts und sind für den außerschulischen Bereich und für den Unterricht geeignet.

Wie kann man an den Workshops teilnehmen?

Alle Workshops werden durch erfahrene Trainer und Trainerinnen, die von der Stiftung geschult sind, durchgeführt. Das Programm wird kontinuierlich angeboten und ist gebührenfrei. Jeder Workshop bietet zahlreiche Forschungsstationen zum eigenen Ausprobieren und Experimentieren. Sie erfahren, wie Sie mit einfachen, meist kostenlosen Materialien naturwissenschaftliche Phänomene erkunden können. Zusätzlich erhalten Sie viele Informationen und praktische Arbeitsunterlagen in Form von Experimentierkarten und Workshop-Dokumentationen.

Eine Anmeldung ist schriftlich über das Anmeldeformular (erhältlich in der VHS Salzgitter-Lebenstedt, Thiestraße 26 a, 38226 Salzgitter oder im Kniestedter Herrenhaus Salzgitter-Bad, Braunschweiger Straße 137a, 38259 Salzgitter) oder online über www.vhs-salzgitter.de möglich.

Auskunft und Beratung zu den Workshops:

Frau Antje Behre
antje.behre@stadt.salzgitter.de
0 53 41 / 839-22 23

Frau Kristina Wojna
kristina.wojna@stadt.salzgitter.de
0 53 41 / 839-37 16

Zertifizierung zum „Stiftung Kinder forschen“

Ihr Engagement für gute frühe MINT-Bildung und nachhaltige Entwicklung können Einrichtungen mit einer Zertifizierung als „Stiftung Kinder forschen“ sichtbar machen. Dafür müssen drei Voraussetzungen erfüllt sein:

1. Forschen im Alltag,
2. Dokumentation der Aktivitäten,
3. Teilnahme an den Workshops der VHS oder an den Onlinekursen der Stiftung.

Die Zertifizierung ist ein wissenschaftlich fundiertes, kostenfreies Verfahren und findet online statt.

Weitere Informationen zu der Stiftung, zum Fortbildungsangebot und zu den Zertifizierungsverfahren erfahren Sie unter www.stiftung-kinder-forschen.de.

Kinder sind neugierig und wollen die Welt um sich herum entdecken und begreifen. Die gemeinnützige Stiftung „Stiftung Kinder forschen“ setzt sich ein für gute frühe Bildung in den Bereichen Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik (MINT) sowie in der Bildung nachhaltiger Entwicklung (BNE) – mit dem Ziel, Mädchen und Jungen stark für die Zukunft zu machen und zu nachhaltigem Handeln zu befähigen.

Die Stadt Salzgitter wirkt seit dem 01.11.2023 als Netzwerkpartner der Stiftung, die Netzwerkkoordination führt die VHS aus. Gemeinsam wird ein Bildungsprogramm angeboten, das pädagogische Fach- und Lehrkräfte dabei unterstützt, Kinder im Kita- und Grundschulalter qualifiziert beim Entdecken, Forschen und Lernen zu begleiten. Auf lange Sicht wollen wir in der Stadt Salzgitter alle pädagogischen Fach- und Lehrkräfte aus Kitas, Horten und Grundschulen erreichen (55 Kitas, 2 Horten, 17 Grundschulen – Stand Oktober 2023 in Salzgitter), aber auch zeitnah das Netzwerk regional ausbauen. Spannende Forscherideen und pädagogische Hintergründe erwarten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in den „Stiftung Kinder forschen“-Fortbildungen. Beim praktischen Experimentieren und freien Explorieren erfahren die pädagogischen Fach- und Lehrkräfte, wie sie den Forschergeist der Kinder entwicklungsangemessen begleiten können und legen so einen wichtigen Grundstein in der Bildungsbiographie der Kinder.





Dein Raum zum Lernen



Salzgitter-
Bad



Salzgitter-
Lebenstedt



Peine

Kundenzentrum Salzgitter-Bad, Windmühlenbergstr. 9-11, 38259 Salzgitter, Tel.: 05341 3006-0
Stadtbüro Salzgitter-Lebenstedt, Tel.: 05341 3006-70 · Stadtbüro Peine, Tel.: 05171 294791-60

www.wohnbau-salzgitter.de