



**Frühling/Sommer  
2021**





Frank Klingebiel  
Oberbürgermeister



„Schau tief in die Natur, und dann wirst du alles besser verstehen.“

Albert Einstein

## Das neue Kursprogramm der Volkshochschule Salzburg für das Frühjahr und Sommer 2021

Liebe Leserinnen und Leser,

die Natur ist ein besonderer Ort zur Gesundheits-erhaltung, zum Lernen und Verstehen, wie schon Albert Einstein wusste. Das gilt auch für unser 21. Jahrhundert und für das neue VHS-Programm, das mit dem Schwerpunkt „Outdoor“ 43 Kurse im Freien anbietet. Darüber hinaus gibt es mit 61 digitalen Kursformaten einen zweiten Semesterschwerpunkt.

Geocaching für die Familie, Meditation am Salz-gittersee, Slackline-Seiltanz für Kinder, die Welt der Bienen entdecken, Expedition ins Vogelreich, Überlebenstraining in der Wildnis oder japanisches Bogenschießen: Bei diesem abwechslungsreichen Angebot ist sicherlich für alle etwas dabei. Das Waldbaden war im Jahr 2020 so beliebt, dass es auch im März, April, Mai und Juni angeboten wird. Sicherlich in allen Monaten ein Erlebnis!

So unterschiedlich die Aktivitäten auch sind – eines haben sie gemeinsam: In der Natur lassen sich die

Abstands- und Hygieneregeln gut umsetzen. Wichtig ist natürlich das entsprechende Outfit, weil es be-kanntlich kein schlechtes Wetter, sondern nur falsche Kleidung gibt: Wer richtig angezogen ist, kann sich auf besondere Erlebnisse freuen!

Freuen können sich ebenso alle Fans der digitalen Vortragsreihe „vhs.wissen live“, die fortgesetzt wird. Eine Anmeldung per E-Mail genügt, um die hochka-rätigen Vorträge von Expertinnen und Experten aus Wissenschaft und Gesellschaft zu hören und anschlie-ßend live mit ihnen zu diskutieren.

Das Frühjahrssemester startet am 3. Februar mit 81 Gesundheitskursen, 83 Sprachkursen und 90 Kursen in der EDV. Daneben gibt es viele bewährte Angebote in „Kunst und Kultur“, „Politik, Gesellschaft, Umwelt“ oder „Arbeit und Beruf“. Die Kinder können in der „OASE – Junge VHS“ aus 31 Kursen wählen.

Mein Dank gilt allen Mitarbeiterinnen und Mitarbei-tern der Volkshochschule Salzburg sowie den Kurs-leiterinnen und Kursleitern. Dank ihres besonderen Einsatzes gibt es erneut ein besonderes und qua-litativ hochwertiges Angebot. Die Volkshochschule Salzburg ist somit ein wichtiger Bestandteil der Bildungslandschaft in Salzburg.

Ich wünsche Ihnen nun viel Freude beim Stöbern im Frühjahrsprogramm 2021. Suchen Sie sich Ihre Fa-voriten aus, um – im Sinne Albert Einsteins – alles besser zu verstehen. Das Team der Volkshochschule berät Sie gern und freut sich auf Sie!

Ihr

*Frank Klingebiel*

Frank Klingebiel  
Oberbürgermeister



Volkshochschule  
Salzgitter

### Wolken über dem Rathaus von Salzgitter

Wolken faszinieren und regen die Fantasie an. Nehmen Sie sich kurz Zeit und betrachten Sie das Foto der aktuellen Titelseite des VHS-Heftes. Was sehen Sie? Sind es dunkle Wolken, die die Lage verschlechtern oder abziehende Wolken, die Gutes verheißen?

Im VHS-Team lösen diese Wolkenbilder die unter-schiedlichsten Assoziationen aus. Nun mehr zum zweiten Mal überschattet die „dunkle Corona-Wol-ke“ die Planung der VHS-Aktivitäten. Das heißt, es muss wieder auf die Semestereröffnung in der Kulturscheune und auf bestimmte Kurse verzichtet werden, z. B. auf Kochkurse. Aber es gibt auch die „helle Wolke“, die Altbewährtes bereithält und Inno-vationen bringt.

Unter Beachtung der inzwischen bekannten Hygie-neauflagen und Abstandsregeln findet in der Städt-ischen Volkshochschule Salzgitter wieder ein breit-gefächertes Kursprogramm in Präsenzform statt.

Die im Herbst und Winter wegen der Corona-Krise für gut befundenen Angebote in digitaler Form werden ebenfalls beibehalten. Nutzen Sie diese und erweitern Sie Ihr Wissen in Online-Vorträgen, Online-Seminaren oder Web-Seminaren – ohne gegen die Abstandsre-geln zu verstoßen. Ein besonderes Angebot, in dem die Gefahr der Übertragung von Sars-Cov-2 durch Aerosole vermindert wird, sind in diesem Semester die vielen Outdoor-Kurse. Yoga an der frischen Luft, Outdoor-Gym, Entspannen auf der Insel, Segelfliegen, Golf und vieles mehr – ungewöhnliche Zeiten erfor-dern kreative Maßnahmen und Entscheidungen, des-halb probieren Sie doch mal Kurse draußen aus.

Stöbern Sie im neuen VHS-Heft und schauen Sie auch auf die VHS-Homepage.

Nehmen Sie bei Fragen gern Kontakt zu uns auf.

Ihr VHS-Team  
[www.vhs-salzgitter.de](http://www.vhs-salzgitter.de)





Foto: Christel Schmidt



- 4 So erreichen Sie uns
- 4 Unterrichtsstätten
- 5 Unser Team
- 6 Informationen
- 8 Outdoor-Aktivitäten
- 10 Digitale Welten
- 13 Bildungsurlaub
- 30 Kurse für Ältere
- 59 Bildungsprämie
- 88 Leitbild
- 107 Kurse aus der Nachbarschaft
- 108 Kursübersicht
- 112 Verteilstellen des VHS-Programmheftes
- 113 Anmeldeformular
- 114 AGB, Datenschutzbestimmungen



- 15 Junge VHS OASE – Kinderhochschule**
- 16 Bewegung und Körpererfahrung
- 16 Kreatives
- 18 talentCAMPus
- 18 Fit in der Grundschulzeit
- 20 Trainingskurse Sprachen
- 20 Rund um den Computer
- 20 Natur erleben
- 21 Technik
- 22 Lesung für Kinder



- 23 Politik, Gesellschaft und Umwelt**
- 24 Interkulturelle Kompetenz
- 24 Geschichte und Politik
- 24 Recht im Alltag
- 25 Umwelt, Energie und Technik
- 25 Wirtschaft
- 28 Fortbildungen für Dozentinnen und Dozenten



- 31 Reisen mit der VHS**
- 32 Studienreisen



- 33 Kultur und Gestalten**
- 34 Literatur
- 35 Malen und Zeichnen
- 37 Musik und Klang
- 37 Fotografie
- 39 Töpfern und Werken
- 40 Textiles Gestalten



- 41 Gesundheit**
- 42 Entspannung
- 45 Bewegung und Körpererfahrung
- 48 Zusammenarbeit mit Sportvereinen
- 50 Selbsthilfe zu Wohlbefinden und Gesundheit
- 50 Bildungsurlaube
- 52 Bewusste Ernährung
- 52 Kochen und Backen
- 53 Heimische Kräuter



- 55 Arbeit und Beruf**
- 57 Finanzbuchhaltung, Personal- und Rechnungswesen
- 63 Europa-Logistik
- 64 Global Business
- 66 Beruf und Karriere
- 70 Beratung für den Berufseinstieg
- 71 Firmen, Betriebe und Auszubildende



- 73 EDV / Neue Medien**
- 74 Office-Fitness-Check
- 74 EDV-Kurse für Ältere
- 76 Lehrgangssystem Xpert
- 77 Xpert ECP Praxis
- 77 Microsoft Office
- 79 Datenschutz
- 79 Verschiedenes rund um den PC
- 81 Internet
- 82 Bildbearbeitung
- 82 Neue Medien
- 84 Online-Seminare
- 86 Bildungsurlaub



- 89 Grundbildung**
- 90 Lesen und Schreiben für Erwachsene
- 90 Schulabschlüsse
- 90 Bildungspartner VHS & Schule

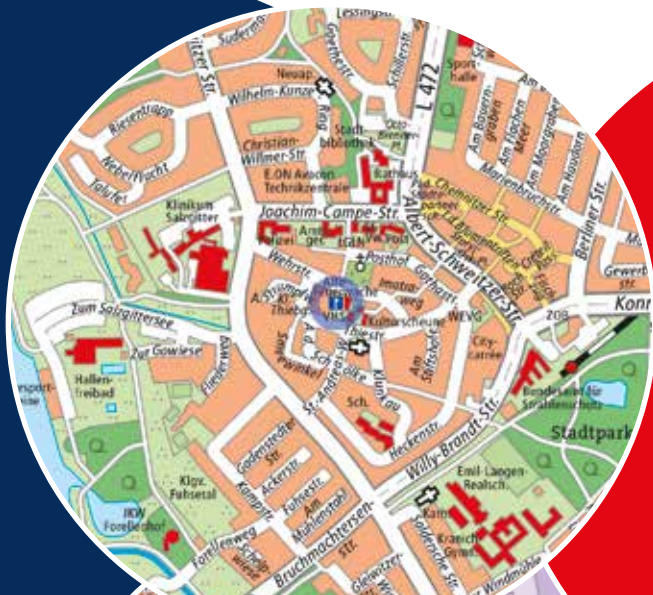


- 91 Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund**
- 92 Politik, Gesellschaft und Umwelt
- 92 Deutsch als Fremdsprache
- 93 Kurse und Tests zur Integration und Einbürgerung



- 95 Sprachen**
- 97 Deutsch als Fremdsprache
- 98 Englisch
- 102 Französisch
- 104 Spanisch
- 105 Italienisch
- 106 Griechisch
- 106 Türkisch
- 106 Arabisch
- 107 Polnisch
- 107 Russisch
- 107 Niederländisch
- 107 Dänisch





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

## 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 40**  
**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

## Unterrichtsstätten

### Salzgitter-Lebenstedt

- Alte Feuerwache**, Wehrstraße 27 ☎ 6 10 89
- Amselstiegsschule**, Pestalozzistraße 30 ☎ 9 02 77 12
- AWiSTA Fredenberg** Kurt-Schumacher-Ring 4 ☎ 40 32 42
- BBS Fredenberg** Hans-Böckler-Ring 18 - 20 ☎ 40 32 42
- Begegnungsstätte Brücke**
- 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 ☎ 40 32 81 / 40 32 84
- Grundschule St. Michael**  
Goethestraße 35
- Gymnasium Am Fredenberg**  
Hans-Böckler-Ring 14 - 16 ☎ 4 02 60
- Hauptschule An der Klunkau**  
Klunkau 5 - 7 ☎ 17 86 75
- Kranichdammschule**, Mammutring 2 - 8 ☎ 6 58 66
- Kita Goerdelerstraße**, Goerdelerstraße 41 ☎ 1 86 04 01
- Lebenshilfe**, Kattowitzter Straße 217 ☎ 8722-0
- Ludwig-Erhard-Schule, BBS Salzgitter**  
Johann-Sebastian-Bach-Straße 13 - 17 ☎ 83 60
- Medienzentrum**, Wehrstraße 29 ☎ 7 90 65 65
- Petri Apotheke**  
In den Blumentriften 15 ☎ 4 23 85
- Seniorentreff**, Am Strumpfwinkel 24 ☎ 1 46 11
- 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
- Golf Club Salzgitter / Liebenburg e. V.**
- Sportpark**  
Mahnberg ☎ 3 73 76
- Kinder- und Jugendtreff Am Hamberg**  
Jahnstraße 13 ☎ 3 22 82
- Kindergarten Christ-König**  
Gablonzer Straße 23 ☎ 3 12 96
- KGV Finkenhein e. V.**  
Braunschweiger Str. 24
- KITA Zwerge vom Berge**  
Zum Schäferstuhl 11 - 13 ☎ 3 51 32
- Mietertreff**, Bergstraße 3 ☎ 839-20 81
- Stadtbibliothek**, Marktplatz 11 ☎ 30980
- Thermalsolebad**, Parkallee 3 ☎ 839-22 00
- Volkshochschule**, Kniestedter Herrenhaus,  
Braunschweiger Straße 137 a ☎ 839-22 00
- Salzgitter-Calbecht**  
**Fachhochschule**, Karl-Scharfenberg-Straße 55 ☎ 875-0

### Salzgitter-Flachstöckheim

- Schule Am Gutspark**, Grund- und Hauptschule,  
Opperklappe 8 ☎ 96 35

### Salzgitter-Gebhardshagen

- Grundschule Am Sonnenberg**  
Sonnenbergweg 23/25 ☎ 7 29 07
- Lebenshilfe**, Sandgrubenweg 42 ☎ 8722-0
- Realschule Gebhardshagen**  
Bodenbacher Ring 2 - 8 ☎ 7 07 49
- Sporthalle Burg**, Sternbergstraße 7 a
- SV Glück-Auf Gebhardshagen**  
Gustedter Str. 125 ☎ 7 70 15

### Salzgitter-Thiede

- Grundschule Thiede**  
Dr.-Heinrich-Jasper-Straße 16 ☎ 2 61 50
- Hauptschule Thiede**, Am Sportpark ☎ 26 42 55
- Realschule Thiede**, Panscheberg ☎ 29 34 50
- Residenz Am Lindenberg**, Guldener Kamp 9
- Stadtteiltreff Steterburg**, Lange Hecke 4 ☎ 1 77 64 84

### Salzgitter-Watenstedt

- Gedenk- und Dokumentationsstätte Drütte**  
Eisenhüttenstraße

### Klein-Flöthe

- Kunstatelier Melanie Schöckel**  
Schulstraße 9, 38312 Flöthe ☎ 0 53 39 / 92 83 17



Sabine Minkus    Manuela Sieker    Jürgen Marggraf    Antje Behre    Manuela Parker    Kristina Wojna    Janina Hoppmann    Anja Berking-Deister    Ewa Scheibler

**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 40  
vhs@stadt.salzgitter.de  
www.vhs-salzgitter.de

Leitung des Fachdienstes Bildung  
Elke Ferfers  
Telefon 0 53 41 / 839-36 96  
elke.ferfers@stadt.salzgitter.de

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

Verwaltungsmitarbeiterin  
Anja Schünemann  
Telefon 0 53 41 / 839-32 82  
anja.schuenemann@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 40  
E-Mail: vhs@stadt.salzgitter.de  
www.vhs-salzgitter.de

Produktion:  
Druckzentrum Braunschweig GmbH  
Christian-Pommer-Straße, 38112 Braunschweig  
Auflage: 10.000 Exemplare

**Fotografische:** S. 6: VHS, S. 9: Envato, S. 12: Pexels, S. 16: Envato, S. 17: VHS, S. 18: Envato, S. 19: VHS, S. 20 oben: VHS, unten: Envato, S. 21: VHS, S. 22: VHS, S. 24: Envato, S. 25: VHS, S. 26: Pixabay, S. 27: Envato, S. 28 oben: Pexels, unten: Envato, S. 29: Pexels, S. 32: VHS, S. 34: Pexels, S. 35: Envato, S. 36: Envato, S. 37 oben: Pixabay, unten: Pexels, S. 38: Envato, S. 39 oben: Pixabay, unten: Envato, S. 40: Pexels, S. 42 oben: Envato, unten: VHS, S. 43: Envato, S. 44: Envato, S. 45: Envato, S. 46: Envato, S. 47: Envato, S. 48: Envato, S. 49: VHS, S. 50: Envato, S. 51: Envato, S. 52: Envato, S. 53: VHS, S. 57: Pexels, S. 61: Envato, S. 63: Envato, S. 65 oben: Envato, unten: Pexels, S. 66: Pexels, S. 67: Envato, S. 68: Envato, S. 69: Pixabay, S. 70: Pexels, S. 71: Envato, S. 72: Envato, S. 74: Envato, S. 75: Envato, S. 77: Envato, S. 78: Pexels, S. 79: Envato, S. 80: VHS, S. 81: Envato, S. 83: Envato, S. 84: Envato, S. 87: Envato, S. 92: Envato, S. 93: Envato, S. 97: Envato, S. 98: Envato, S. 99: Envato, S. 100: Envato, S. 102: Envato, S. 103: Envato, S. 104: Envato, S. 105: Envato, S. 106/107: Envato.

**Wir sind für Sie da:**  
**Verwaltung / Anmeldung**

**Anja Berking-Deister**  
Telefon 0 53 41 / 839-37 51, anja.berking-deister@stadt.salzgitter.de

**Nadine Bernhard**  
Telefon 0 53 41 / 839-36 04, nadine.bernhard@stadt.salzgitter.de

**Janina Hoppmann**  
Telefon 0 53 41 / 839-37 06, janina.hoppmann@stadt.salzgitter.de

**Manuela Parker**  
Telefon 0 53 41 / 839-22 00, manuela.parker@stadt.salzgitter.de

**Programmplanung und Bildungsberatung**

**Antje Behre**  
Telefon 0 53 41 / 839-38 58, antje.behre@stadt.salzgitter.de

**Elisabeth Burgtorf**  
Telefon 0 53 41 / 839-36 44, elisabeth.burgtorf@stadt.salzgitter.de

**Jürgen Marggraf**  
Telefon 0 53 41 / 839-22 23, juergen.marggraf@stadt.salzgitter.de

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

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

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

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

**Sachbearbeitung Integrationskurse**

**Anmeldung / Kurs-Service**

**Sachbearbeitung Studienreisen**

**Anmeldung / Kurs-Service**

**Politik / Gesellschaft / Umwelt  
Kultur und Gestalten / Reisen  
Seniorenbildung**

**Gesundheitsbildung / Grundbildung  
Bildungsprämie  
MiMi-Gesundheitsprojekt**

**Arbeit und Beruf / Firmenberatung  
Auftragsmaßnahmen / Bildungs-  
prämie**

**Sprachen  
Leitung des Fachgebietes  
Volkshochschule**

**EDV  
talentCAMPus**

**Angebote für Menschen mit  
Migrationshintergrund**

**OASE Junge Volkshochschule  
Kinderhochschule / BONA-SZ**

**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**

Winterferien:	1. bis 2. Februar 2021
Christi Himmelfahrt:	13. bis 14. Mai 2021
Pfingsten:	24. bis 25. Mai 2021
Osterferien:	29. März bis 9. April 2021
Sommerferien:	22. Juli bis 1. September 2021

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](http://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!**

**Verschenken Sie Bildung!  
Verschenken Sie Wohlfühlen!  
Verschenken Sie Spaß!  
Verschenken Sie einen  
Gutschein!**

### 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.

### Bildungsprämie

Wenn Sie einen Kurs, einen Lehrgang oder ein Seminar zur beruflichen Weiterbildung nutzen, können Sie einen Prämiegutschein erhalten, der 50 Prozent der Kursgebühr deckt und für Sie bis zu 500,00 Euro wert sein kann. Dafür müssen Sie

- das 25. Lebensjahr vollendet haben,
- durchschnittlich mindestens 15 Stunden pro Woche erwerbstätig sein oder sich in Eltern- oder Pflegezeit befinden und
- über ein zu versteuerndes Jahreseinkommen von maximal 20.000 Euro (als gemeinsam Veranlagte 40.000 Euro) verfügen.

Lassen Sie sich beraten. Direkte Ansprechpartner sind Frau Elisabeth Burgdorf (0 53 41 / 839-36 44) und Herr Jürgen Marggraf (0 53 41 / 839-22 23).

### 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 auf Seite 114.

## Gutschein

für eine Veranstaltung der Volkshochschule  
Salzgitter nach eigener Wahl

einzulösen von: \_\_\_\_\_

im Semester: \_\_\_\_\_

im Wert von: \_\_\_\_\_

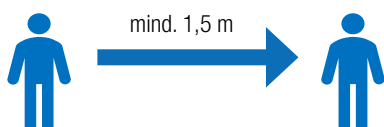
überreicht von: \_\_\_\_\_

am \_\_\_\_\_

## Gutschein



# Hygieneschutzplan der Städtischen Volkshochschule Salzgitter



## Sehr geehrte Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer,

wir freuen uns, dass der Unterrichtsbetrieb wieder anläuft und Sie dabei sind.

Damit Sie sich an der Städtischen Volkshochschule Salzgitter sicher fühlen, haben wir einen Hygieneschutzplan, den wir mit der Sicherheitsingenieurin und dem Gesundheitsamt der Stadt Salzgitter abgestimmt haben, umgesetzt.

Wie in allen öffentlichen Gebäuden gilt auch in den von der VHS genutzten Gebäuden eine Maskenpflicht. Im Unterricht selbst müssen Sie aber keinen Mund-Nasen-Schutz tragen, denn wir haben alle Lerngruppen entsprechend der Raumgröße verkleinert. Die Sitzordnung und die Abstände zwischen den Tischen wurden so verändert, dass ohne Masken ein Unterricht möglich ist. Ergänzende Maßnahmen sorgen weiterhin für Sicherheit:

### Allgemeine Hygiene- und Schutzmaßnahmen

- Im Eingangsbereich sind Handdesinfektionsmittelspender.
- In den Sanitärräumen stehen Flüssigseife und Handtuchspender zur Verfügung. Im Unterrichtsraum können mit Reinigungsfeuchttüchern Tische gereinigt werden. Die Hygieneregeln der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) sind bei der Nutzung einzuhalten.
- Beim Husten und Niesen (in Taschentuch oder Armbeuge) ist Abstand zu anderen Personen zu halten. Taschentücher sind sofort zu entsorgen.
- Unterrichtsräume und andere genutzte Räume werden regelmäßig (mindestens stündlich) bei vollständig geöffnetem Fenster gelüftet.
- Fahrstühle und Sanitärräume dürfen jeweils nur von einer Person genutzt werden.
- Beratungen von Teilnehmenden dürfen nur nach Terminabsprache erfolgen.

### Schutzmaßnahmen im Kursbetrieb

- Die maximale Gruppengröße bei Programmkursen beträgt 8 - 12 Teilnehmende, sofern der Raum es zulässt.
- Es besteht eine Pflicht zum Tragen von Mund-Nasen-Bedeckungen beim Nutzen der Flure, Treppen, Fahrstühle und Toiletten.
- Es ist darauf zu achten, dass ein ausreichender Abstand (mind. 1,5 m) eingehalten wird. Das Wegeleitsystem (Eingang – Ausgang) ist zu beachten.
- Die Beginn- sowie Pausenzeiten von Kursen und Maßnahmen sind so gestaltet, dass ein erhöhtes Teilnehmeraufkommen vermieden wird. Daher ist es wichtig, dass diese Zeiten genau eingehalten werden.

### Verhalten im Corona-Krankheits- oder Verdachtsfall

- Bei Krankheitszeichen (z. B. Fieber, Husten, Kurzatmigkeit, Luftnot, Verlust des Geschmacks-/Geruchsinns, Halsschmerzen, Schnupfen, Gliederschmerzen) ist eine Kursteilnahme ausgeschlossen. Bleiben Sie in jedem Fall zu Hause und wenden Sie sich telefonisch an Ihren Arzt.
- Bei Verdachtsfällen auf Corona (Fieber, Husten, Atemnot) werden Sie von der für Sie zuständigen Person aufgefordert, das Gebäude umgehend zu verlassen und sich an Ihren Arzt zu wenden.
- Bei einer bestätigten Infektion muss umgehend die VHS informiert werden, um ggf. Personen zu ermitteln und zu informieren, bei denen durch Kontakt mit der infizierten Person ebenfalls ein Infektionsrisiko besteht.

Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass kurzfristig bestimmte Kurse, wie z. B. Koch- oder Bewegungskurse mit Körperkontakt, mit zunehmenden Lockerungsmaßnahmen auf unserer Homepage, in gesondertem Flyer und in der Presse veröffentlicht werden.

Wir freuen uns auf Ihren nächsten Kursbesuch.

Ihr VHS-Team

## Outdoor-Aktivitäten

mehr als eine  
Zeitgeist-Strömung



Sie erkennen die  
Outdoor-Kurse an  
diesem Button.



Outdoor-Aktivitäten wirken als Orte der Erholung, bei der neue Kraft getankt und Kreativität freigesetzt wird. Und das nicht nur im Sportbereich. Künstler und Künstlerinnen malten im Freien und schufen so die Pleinairmalerei. Denken Sie an die Landschaftsbilder von Paula Modersohn-Becker, Claude Monet oder Pablo Picasso. Auch in der Fotografie sind immer wieder Outdoor-Fotoshootings angesagt, z. B. in der Portrait-, Mode- oder Naturfotografie. Ebenso hat die Pädagogik im Sinne ganzheitlicher Bildung und Erziehung einen Fokus auf Outdoor geworfen. Immer mehr Kinder besuchen Waldkindergärten, Natur- und Baumwipfelpfade locken lehr- und abwechslungsreich Jung und Alt nach draußen.

Outdoor-Aktivitäten können nachhaltig auch als eine Form der Bildungs- und Freizeitgestaltung für Kinder und Erwachsene etabliert werden. Deshalb hat die VHS für Sie in diesem Semester eine Reihe von Kursen zusammengestellt, die auf Aktivität an der frischen Luft abzielen. Nutzen Sie diese gesunde Möglichkeit und verbessern Sie Ihr allgemeines Wohlbefinden, Ihre Kreativität und Ihr Leistungsvermögen.

## Outdoor-Kurse Salzgitter-Bad

<b>Waldbaden im Frühlingswald</b>	<b>31005</b>	20.03.2021	Seite 42
<b>Hundetrainerabzeichen für Kids (ab 9 Jahren)</b>	<b>90615</b>	20.03.2021	Seite 20
<b>Slackline-Seiltanz für coole Kids (7 - 9 Jahre)</b>	<b>90015</b>	27.03.2021	Seite 16
<b>Slackline-Seiltanz für coole Kids (10 - 12 Jahre)</b>	<b>90016</b>	27.03.2021	Seite 16
<b>Waldbaden im Aprilwetter</b>	<b>31006</b>	24.04.2021	Seite 42
<b>Mystery Hike – Verborgener Schatz der Salzdiebe (ab 9 Jahren)</b>	<b>90630</b>	25.04.2021	Seite 20
<b>Smovey-Walk im Greifpark</b>	<b>32114</b>	05.05.2021 – 09.06.2021	Seite 46
<b>Waldbaden im Maiduft</b>	<b>31007</b>	08.05.2021	Seite 42
<b>Minigolf oder Bahnengolf</b>	<b>32771</b>	31.05.2021 – 14.06.2021	Seite 49
<b>Boule (Pétanque)</b>	<b>32773</b>	31.05.2021 – 21.06.2021	Seite 49
<b>Nordic Walking</b>	<b>32777</b>	03.06.2021 – 24.06.2021	Seite 49
<b>Golf – ein Wochenende zum Schnuppern</b>	<b>32790</b>	12.06.2021 – 13.06.2021	Seite 48
<b>Waldbaden im Sommerwind</b>	<b>31008</b>	12.06.2021	Seite 42



<b>Smovey-Walk im Greifpark</b>	<b>32115</b>	<i>16.06.2021 – 21.07.2021</i>	<i>Seite 46</i>
<b>Ich bin dann mal weg – mit dem Smartphone auf Wander- oder Radtour</b>	<b>51740</b>	<i>19.06.2021 – 03.07.2021</i>	<i>Seite 83</i>
<b>Kyudo im Garten</b>	<b>31010</b>	<i>26.06.2021</i>	<i>Seite 42</i>
<b>Das Frauen-KZ in Salzgitter-Bad</b>	<b>13018</b>	<i>02.07.2021</i>	<i>Seite 24</i>

### Salzgitter-Gitter

<b>Ist der Bauer noch zu retten? – Landwirtschaft vor Ort</b>	<b>16045</b>	<i>06.05.2021</i>	<i>Seite 25</i>
<b>Ist der Bauer noch zu retten? – Landwirtschaft vor Ort</b>	<b>16046</b>	<i>03.06.2021</i>	<i>Seite 25</i>

### Salzgitter-Lebenstedt

<b>NAJU Jugendgruppe (ab 9 Jahren)</b>	<b>91210</b>	<i>06.02.2021 – 10.07.2021</i>	<i>Seite 21</i>
<b>Kameratechnik und digitale Fotografie</b>	<b>25054</b>	<i>13.03.2021</i>	<i>Seite 38</i>
<b>Expedition ins Vogelreich</b>	<b>16042</b>	<i>11.04.2021</i>	<i>Seite 27</i>
<b>Segelfliegen in Theorie und Praxis</b>	<b>13101</b>	<i>22.04.2021 – 06.05.2021</i>	<i>Seite 25</i>
<b>Geocaching – Erlebnisrunde für die ganze Familie</b>	<b>91205</b>	<i>24.04.2021</i>	<i>Seite 21</i>
<b>Survivaltraining für mutige Kids (ab 8 Jahren)</b>	<b>91200</b>	<i>08.05.2021 – 09.05.2021</i>	<i>Seite 21</i>
<b>Survivaltraining – Selbsterfahrung in der Wildnis</b>	<b>34005</b>	<i>16.05.2021</i>	<i>Seite 50</i>
<b>Kameratechnik und digitale Fotografie</b>	<b>25055</b>	<i>22.05.2021</i>	<i>Seite 38</i>
<b>Meditation am Salzgittersee</b>	<b>31018</b>	<i>29.05.2021</i>	<i>Seite 43</i>
<b>Yoga an der frischen Luft</b>	<b>31250</b>	<i>29.05.2021 – 19.06.2021</i>	<i>Seite 44</i>
<b>Wir entdecken die Welt der Bienen (ab 6 Jahren)</b>	<b>91220</b>	<i>30.05.2021</i>	<i>Seite 21</i>
<b>Imkerei</b>	<b>16041</b>	<i>30.05.2021</i>	<i>Seite 27</i>
<b>Outdoor Gym</b>	<b>32344</b>	<i>03.06.2021 – 08.07.2021</i>	<i>Seite 47</i>
<b>Energiewende hautnah</b>	<b>16040</b>	<i>05.06.2021</i>	<i>Seite 26</i>
<b>Survivaltraining – Selbsterfahrung in der Wildnis</b>	<b>34007</b>	<i>19.06.2021</i>	<i>Seite 50</i>
<b>Shinrin Yoku – Entschleunigung in der Natur</b>	<b>31002</b>	<i>26.06.2021</i>	<i>Seite 42</i>
<b>Das große Krabbeln (ab 8 Jahren)</b>	<b>91215</b>	<i>26.06.2021</i>	<i>Seite 21</i>
<b>... reif für die Insel?</b>	<b>31001</b>	<i>03.07.2021</i>	<i>Seite 42</i>

### Groß Elbe

<b>Die Kraft der Frühlingskräuter</b>	<b>34970</b>	<i>27.03.2021</i>	<i>Seite 53</i>
<b>Es grünt so grün im Frühling</b>	<b>34972</b>	<i>17.04.2021</i>	<i>Seite 53</i>
<b>Grüne Lust – Frühlingsfit mit Wildkräutern</b>	<b>34974</b>	<i>08.05.2021</i>	<i>Seite 53</i>
<b>Mit Wildkräutern in den Sommer</b>	<b>34976</b>	<i>12.06.2021</i>	<i>Seite 53</i>
<b>Pflanzliche Antibiotika und mehr</b>	<b>34978</b>	<i>03.07.2021</i>	<i>Seite 53</i>
<b>Von Hexenkräutern und Zauberpflanzen</b>	<b>34980</b>	<i>17.07.2021</i>	<i>Seite 53</i>

## Digitalisierung eröffnet viele Möglichkeiten



Neben reinem Anwendungswissen im Umgang mit neuen Technologien wollen Volkshochschulen auch die digitale Medienkompetenz fördern. Am 19. Juni 2020 fand bundesweit der erste Digitaltag statt. Der Deutsche Volkshochschul-Verband (DVV) unterstützte diese Veranstaltung. „Die Digitalisierung verändert auch gesellschaftliche Kommunikation“, erklärt der DVV-Vorsitzende Martin Rabanus. „Online-Medien und Soziale Netzwerke bieten potentiell allen Menschen die Chance, sich am öffentlichen Diskurs zu beteiligen. Volkshochschulen wollen die aktive Teilhabe und den souveränen Umgang mit digitalen Medien fördern, auch indem sie beispielsweise aufzeigen, wie man seriöse

Nachrichten von Falschmeldungen unterscheidet.“ 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. Die Volkshochschule Salzgitter bietet eine Palette verschiedener Kursformate in diesem Zusammenhang an: Online-Vorträge, Webinare, Online-Seminare und auch Kurse die teilweise auf die vhs.cloud zurückgreifen. Diese vhs-Veranstaltungen greifen die Herausforderungen des digitalen Wandels auf und wollen Menschen den Umgang mit digitaler Technologie erleichtern.

### Nachstehende Kursangebote befassen sich mit diesen Themen:

<b>51802</b>	<b>vhs.cloud Einführungskurs</b>	<i>Do., 11.02.2021, 14:00 - 17:00 Uhr</i>	<i>Seite 80</i>
<b>51545</b>	<b>ZOOM – eine Plattform für teamorientiertes Arbeiten</b>	<i>Mi., 17.02.2021, 17:00 - 20:00 Uhr</i>	<i>Seite 81</i>
<b>51803</b>	<b>vhs.cloud Einführungskurs</b>	<i>Mo., 22.02.2021, 17:00 - 20:00 Uhr</i>	<i>Seite 80</i>
<b>51804</b>	<b>vhs.cloud Einführungskurs</b>	<i>Mi., 03.03.2021, 09:00 - 12:15 Uhr</i>	<i>Seite 80</i>
<b>51551</b>	<b>Web Seminare – ein Weg in die Selbstständigkeit</b>	<i>Do., 25.03.2021, 09:15 - 12:30 Uhr</i>	<i>Seite 81</i>
<b>51525</b>	<b>cloud live</b>	<i>Mi., 14.04.2021, 18:45 - 21:00 Uhr</i>	<i>Seite 81</i>

### vhs.wissen live

#### das digitale Wissenschaftsprogramm

Hochkarätige Vorträge von Experten aus Wissenschaft und Gesellschaft digital verfolgen und anschließend live mit Ihnen diskutieren – das bietet vhs.wissen live! Die genauen Inhalte können Sie auf unserer Internetseite nachlesen.

<b>19003</b>	<b>Schönheit der Tiere – Evolution</b>	<i>04.02.2021</i>
<b>19004</b>	<b>Was ist Wissenschaft?</b>	<i>09.02.2021</i>
<b>19006</b>	<b>Syria, Libya and beyond – Militärische Interventionen und Völkerrecht</b>	<i>11.02.2021</i>
<b>19008</b>	<b>Young Rebels – 25 Jugendliche, die die Welt verändern (ab 10 Jahren)</b>	<i>19.02.2021</i>
<b>19009</b>	<b>Rassismus in den USA</b>	<i>22.02.2021</i>
<b>19010</b>	<b>Geschlossene Bühnen, leere Theater: Was bleibt von der Kultur nach Corona?</b>	<i>23.02.2021</i>
<b>19011</b>	<b>Was ist Technik?</b>	<i>02.03.2021</i>
<b>19012</b>	<b>Friedensprojekt Europa?</b>	<i>04.03.2021</i>
<b>19013</b>	<b>Zwischen Street-Art und Poesie: Cy Twombly im Museum Brandhorst</b>	<i>18.03.2021</i>
<b>19014</b>	<b>Doping und Schattenwirtschaft statt olympischer Idee: Wie krank ist der Sport?</b>	<i>23.03.2021</i>
<b>19015</b>	<b>Sklaverei: Eine globale Perspektive</b>	<i>24.03.2021</i>
<b>19017</b>	<b>Quantentechnologien – Ein Blick in die Zukunft</b>	<i>13.04.2021</i>
<b>19020</b>	<b>Eva Péron – Eine argentinische Ikone</b>	<i>14.04.2021</i>
<b>19022</b>	<b>Grausamkeit, Gottesfurcht und Verzweiflung. König Friedrich Wilhelm I. und der preußische Mythos</b>	<i>21.04.2021</i>
<b>19023</b>	<b>Neonazis und Antisemitismus: Wie groß ist die Gefahr von rechts?</b>	<i>27.04.2021</i>
<b>19024</b>	<b>Anspruch auf heiligen Boden: Der israelisch-palästinensische Konflikt um den Tempelberg</b>	<i>28.04.2021</i>
<b>19025</b>	<b>Afrikas Kampf um seine Kunst – in französischer Sprache</b>	<i>18.05.2021</i>
<b>19026</b>	<b>Regieren in unsicheren Zeiten: Was kommt nach Merkel?</b>	<i>25.05.2021</i>
<b>19027</b>	<b>Navid Kermani im Gespräch mit Prof. Michael Brenner</b>	<i>27.05.2021</i>
<b>19035</b>	<b>Von Glanz und Elend des aufrechten Ganges</b>	<i>17.06.2021</i>
<b>19040</b>	<b>Was bleibt von Karl Marx?</b>	<i>18.06.2021</i>
<b>19044</b>	<b>Jetzt oder nie: Kann die Klimabewegung das Klima noch retten?</b>	<i>29.06.2021</i>

### 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 Lernen bietet eine Vielzahl an Möglichkeiten. E-Learning bedeutet 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.

### Nachstehende Kursangebote finden im Präsenzunterricht statt und auch in der vhs.cloud.

<b>22022</b>	<b>Welche Farbe hat die Freude?</b>	<i>Mi., 24.03.2021, 09:00 - 13:00 Uhr</i>	<i>Seite 35</i>
<b>22023</b>	<b>Ich schreibe ein Sachbuch</b>	<i>Do., 20.05.2021, 09:00 - 13:00 Uhr</i>	<i>Seite 35</i>
<b>22025</b>	<b>Mein Buch ist fertig – wie geht's weiter?</b>	<i>Sa., 29.05.2021, 09:00 - 13:00 Uhr</i>	<i>Seite 35</i>

### Web-Seminar

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 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. Die genaue Vorgehensweise erfahren Sie in unseren kostenlosen Einführungskursen in die Benutzung des virtuellen Schulungsraumes EDUDIP.

<b>51810</b>	<b>Word Grundlagen</b>	<i>Mi., 20.01. - 27.01.2021, 18:00 - 21:15 Uhr</i>	<i>Seite 84</i>
<b>80412</b>	<b>Deutsch – Aufbau Kurs B1</b>	<i>Mi., 03.02. - 23.06.2021, 18:00 - 20:15 Uhr</i>	<i>Seite 92</i>
<b>41840</b>	<b>Business English A1</b>	<i>Di., 09.02. - 08.06.2021, 16:45 - 18:15 Uhr</i>	<i>Seite 101</i>
<b>41845</b>	<b>Business English A2</b>	<i>Mi., 10.02. - 02.06.2021, 16:45 - 18:15 Uhr</i>	<i>Seite 101</i>
<b>41756</b>	<b>We practice English conversation B1</b>	<i>Do., 11.02. - 20.05.2021, 16:00 - 17:30 Uhr</i>	<i>Seite 100</i>
<b>41850</b>	<b>Business English B1</b>	<i>Do., 11.02. - 10.06.2021, 16:45 - 18:15 Uhr</i>	<i>Seite 101</i>
<b>41855</b>	<b>Business English B2</b>	<i>Do., 11.02. - 10.06.2021, 18:45 - 20:15 Uhr</i>	<i>Seite 101</i>
<b>42170</b>	<b>Online – Französisch Mündliche Fertigkeiten A1</b>	<i>Fr., 12.02. - 11.06.2021, 10:00 - 10:45 Uhr</i>	<i>Seite 102</i>
<b>42172</b>	<b>Online – Französisch Aufbaukurs A1</b>	<i>Fr., 12.02. - 11.06.2021, 11:00 - 11:45 Uhr</i>	<i>Seite 102</i>
<b>42174</b>	<b>Online – Französisch Auffrischkurs A1</b>	<i>Di., 16.02. - 15.06.2021, 08:15 - 09:00 Uhr</i>	<i>Seite 102</i>
<b>42185</b>	<b>Online – Französisch Auffrischkurs</b>	<i>Di., 16.02. - 15.06.2021, 09:15 - 10:00 Uhr</i>	<i>Seite 102</i>
<b>51808</b>	<b>IT-Sicherheit für den Hausgebrauch</b>	<i>Mi., 21.04.2021, 17:00 - 21:00 Uhr</i>	<i>Seite 84</i>
<b>51811</b>	<b>Word 2016 – Seriendruck</b>	<i>Mi., 09.06. - 16.06.2021, 18:00 - 21:15 Uhr</i>	<i>Seite 84</i>

### Online-Seminar

Während eines Online-Seminars haben Sie die Möglichkeit, sich räumlich und zeitlich unabhängig weiterzubilden. Sie kommunizieren mit der Dozentin und den anderen Teilnehmenden über das Internet, um Erfahrungen auszutauschen und helfen sich bei der Lösung von Aufgabenstellungen. Sie haben innerhalb des Seminars mehrere Stunden / Woche zur Verfügung, in der Sie sich dem Online-Lernen widmen können. Dann sind Sie richtig bei den nachstehenden Seminaren.

<b>41537</b>	<b>Online English Refresher Course Advanced B 1</b>	<i>08.02.2021 - 07.06.2021</i>	<i>Seite 100</i>
<b>51860</b>	<b>InDesign CC 2015 – Grundlagen</b>	<i>01.03.2021 - 28.03.2021</i>	<i>Seite 85</i>
<b>41310</b>	<b>Online Reading Course „Anne of Green Gables“ A 2</b>	<i>01.03.2021 - 26.04.2021</i>	<i>Seite 99</i>
<b>51880</b>	<b>Bildbearbeitung mit Affinity Photo</b>	<i>01.03.2021 - 28.03.2021</i>	<i>Seite 86</i>



51841	Microsoft Excel 2013/16 – Grundlagen	01.03.2021 - 28.03.2021	Seite 85
51855	Microsoft Excel 2013/2016 – Weiterführende Techniken Teil 3	01.03.2021 - 14.03.2021	Seite 85
51845	Microsoft Excel 2013/2016 – Weiterführende Techniken Teil 1	08.03.2021 - 21.03.2021	Seite 85
51865	InDesign CC 2015 – Weitere Techniken	08.03.2021 - 21.03.2021	Seite 85
51870	Webseiten / Blog mit Wordpress 5.x – Grundlagen	08.03.2021 - 28.03.2021	Seite 86
51875	Bilder organisieren und bearbeiten mit Photoshop Elements – Grundlagen	08.03.2021 - 04.04.2021	Seite 86
51831	Microsoft Word 2013/2016 – Weiterführende Techniken	08.03.2021 - 28.03.2021	Seite 85
51850	Microsoft Excel 2013/2016 – Weiterführende Techniken Teil 2	15.03.2021 - 28.03.2021	Seite 85
41305	Online Reading Course „Treasure Island“ A 1	16.03.2021 - 11.05.2021	Seite 99
51871	Webseiten / Blog mit Wordpress 5.x – Grundlagen	12.04.2021 - 02.05.2021	Seite 86
51878	Ebenentechnik und Retuschierungen mit Photoshop Elements Aufbaukurs	12.04.2021 - 25.04.2021	Seite 86
51861	InDesign CC 2015 – Grundlagen	12.04.2021 - 09.05.2021	Seite 85
51842	Microsoft Excel 2013/2016 – Grundlagen	12.04.2021 - 09.05.2021	Seite 85
51846	Microsoft Excel 2013/2016 – Weiterführende Techniken Teil 1	19.04.2021 - 02.05.2021	Seite 85
51856	Microsoft Excel 2013/2016 – Weiterführende Techniken Teil 3	19.04.2021 - 02.05.2021	Seite 85
51851	Microsoft Excel 2013/2016 – Weiterführende Techniken Teil 2	14.06.2021 - 27.06.2021	Seite 85
51832	Microsoft Word 2013/2016 – Weiterführende Techniken	21.06.2021 - 11.07.2021	Seite 85
51866	InDesign CC 2015 – Weitere Techniken	28.06.2021 - 11.07.2021	Seite 85

### Bildungsurlaub

Seit Januar 1975 gilt das Niedersächsische Bildungsurlaubsgesetz (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.



# Bildungsurlaub

Foto: Lothar Siems

## Frühjahr / Sommer 2021

### Bildungsurlaub für Vollzeitbeschäftigte

<b>BU Englisch 1 für „falsche“ Anfänger/innen A1</b>	<b>41925</b>	<i>15.03. - 19.03.2021</i>	<i>Seite 101</i>
<b>BU Französisch Auffrischkurs A1</b>	<b>42965</b>	<i>12.04. - 16.04.2021</i>	<i>Seite 103</i>
<b>BU Digitales Büro und neue Medien</b>	<b>51901</b>	<i>12.04. - 16.04.2021</i>	<i>Seite 86</i>
<b>BU Achtsam im Beruf und Alltag – Ein Weg zur Stressbewältigung</b>	<b>34965</b>	<i>19.04. - 23.04.2021</i>	<i>Seite 51</i>
<b>BU Spanisch 1 für Anfänger/innen A1</b>	<b>43975</b>	<i>26.04. - 30.04.2021</i>	<i>Seite 105</i>
<b>BU Mentaltraining</b>	<b>34940</b>	<i>03.05. - 07.05.2021</i>	<i>Seite 51</i>
<b>BU Textverarbeitung mit Word</b>	<b>51902</b>	<i>03.05. - 07.05.2021</i>	<i>Seite 86</i>
<b>BU Stressabbau und Gewichtsreduktion</b>	<b>34945</b>	<i>17.05 - 21.05.2021</i>	<i>Seite 51</i>
<b>BU Englisch 2 A1</b>	<b>41940</b>	<i>31.05. - 04.06.2021</i>	<i>Seite 101</i>
<b>BU Volle Power im Büro mit Outlook und PowerPoint</b>	<b>51904</b>	<i>31.05. - 04.06.2021</i>	<i>Seite 87</i>
<b>BU Tabellenkalkulation mit Excel</b>	<b>51903</b>	<i>07.06. - 11.06.2021</i>	<i>Seite 86</i>
<b>BU Xpert ECP Praxis – Fit im Büroalltag</b>	<b>51907</b>	<i>14.06. - 18.06.2021</i>	<i>Seite 87</i>
<b>BU Dem Leben eine neue Richtung geben</b>	<b>34935</b>	<i>28.06. - 02.07.2021</i>	<i>Seite 50</i>
<b>BU Python Einführung für Programmieranfänger</b>	<b>51911</b>	<i>28.06. - 02.07.2021</i>	<i>Seite 87</i>
<b>BU Französisch Auffrischkurs A2</b>	<b>42970</b>	<i>05.07. - 09.07.2021</i>	<i>Seite 103</i>
<b>BU Webseiten – von der Planung bis zur Fertigstellung</b>	<b>51910</b>	<i>05.07. - 09.07.2021</i>	<i>Seite 87</i>
<b>BU Spanisch 2 A1</b>	<b>43980</b>	<i>12.07. - 16.07.2021</i>	<i>Seite 105</i>
<b>BU Italienisch für Anfänger/innen auf Sardinien</b>	<b>45990</b>	<i>Sommer 2021</i>	<i>Seite 105</i>

### Bildungsurlaub für Teilzeitbeschäftigte

<b>BU Dem Leben eine neue Richtung geben</b>	<b>34930</b>	<i>22.03. - 26.03.2021</i>	<i>Seite 50</i>
<b>BU Achtsam im Beruf und Alltag – Ein Weg zur Stressbewältigung</b>	<b>34966</b>	<i>21.06. - 25.06.2021</i>	<i>Seite 51</i>
<b>BU Energie für Beruf und Alltag tanken</b>	<b>34969</b>	<i>06.09. - 10.09.2021</i>	<i>Seite 52</i>

## Mit unserer Energie sind alle versorgt.

Wir unterstützen soziale, kulturelle und sportliche Projekte in unserem Versorgungsgebiet und übernehmen Verantwortung für die Menschen in unserer Region.

Als WEVG-Kunde sind auch Sie gut und sicher versorgt mit Wasser, Energie und Lebensqualität.

Mehr Infos auf [www.wevg.com](http://www.wevg.com)



## Rundum versorgt mit Energie und Lebensqualität!

Fragen? Telefon: 0 53 41 / 408 - 111

E-Mail: [info@wevg.com](mailto:info@wevg.com) · [www.wevg.com](http://www.wevg.com)







## Bildung macht stark

In den Kursen der OASE, 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 Salzgitter möchte Schüler/innen sowie junge Erwachsene in ihrer persönlichen und beruflichen Orientierung und Motivation stärken.

### Fachbereichsleitung und Beratung:

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

# junge vhs – OASE Kinderhochschule

- 16 Bewegung und Körpererfahrung
- 16 Kreatives
- 18 Fit in der Grundschulzeit
- 18 talentCAMPus
- 20 Rund um den Computer
- 20 Trainingskurse Sprachen
- 20 Natur erleben
- 21 Technik
- 22 Lesung für Kinder



Foto: Karl-Heinz Henne



#### 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 Veranstaltungen der OASE – Junge Volkshochschule. Bei Anmeldung ist eine entsprechende Bescheinigung vorzulegen. Informationen über Zuschüsse erteilt Herr Hosung vom FD Kinder, Jugend und Familie

Zum Zeitpunkt der Programmierung sind aufgrund der vorgeschriebenen Corona-Schutzmaßnahmen die Kurse „Cool bleiben – Selbstverteidigung und Sicherheitstraining“ nicht möglich. Wird diese Regel aufgehoben, finden Sie diese Kurse im Internet unter [www.vhs-salzgitter.de](http://www.vhs-salzgitter.de). Beachten Sie dazu auch aktuelle Pressemitteilungen.

### Bewegung und Körpererfahrung

#### Tanzen wie die Popstars (8 – 12 Jahre)

##### – Ferienkurs –

Viele kennen die Musikvideos der Popstars, in denen nicht nur gesungen, sondern auch getanzt wird. In diesem Kurs lernen wir gemeinsam die Bewegungen und Schritte, die man dazu braucht. Anschließend fügen wir diese zu einer Choreografie zusammen – natürlich mit moderner Pop-Musik. Bitte bequeme Kleidung tragen und dicke Socken, ein Pausensnack sowie ein Getränk mitbringen.

##### Kurs-Nr. 90008

27.03.2021

Samstag, 14:30 - 17:30 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 16,40 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Roxane Wilhelmus

#### Yoga (7 – 10 Jahre)

Beim Yoga lernst du mit vielen Übungen, wie Adler, Bär, Kobra, Baum, deinen Körper besser kennen. Du wirst beweglicher, aber auch ruhiger und konzentrierter. Fantasiereisen am Schluss helfen dir, dich zu entspannen.

Bitte bring eine Matte mit und komm in bequemer Kleidung, am besten in Jogging- oder Gymnastikhose.

##### Kurs-Nr. 90010

12.02.2021 - 04.06.2021

Freitag, 14:30 - 15:30 Uhr

10 Termine, 13 U-Std., 49,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Stephen Raue

#### Slackline-Seiltanz für coole Kids (7 – 9 Jahre)

Slacklines sind die bunten Leinen, die man öfter mal aufgespannt zwischen zwei Bäumen im Park sieht. Bei uns kannst du diese endlich nach Herzenslust ausprobieren.

Wir spannen die Slacklines anfangs auf Kniehöhe und üben das sichere Auf- und Absteigen.

Außerdem werden wir auf und neben der Slackline den Gleichgewichtssinn schulen und eine Menge Spaß an der frischen Luft haben.

Mitzubringen sind: wetterfeste Kleidung, ein Getränk und Pausensnack

##### Kurs-Nr. 90015

27.03.2021

Samstag, 09:30 - 13:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 18,75 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Anke Kossak

#### Slackline-Seiltanz für coole Kids (10 – 12 Jahre)

Slacklines sind die bunten Leinen, die man öfter mal aufgespannt zwischen zwei Bäumen im Park sieht. Bei uns kannst du diese endlich nach Herzenslust ausprobieren.

Wir spannen die Slacklines anfangs auf Kniehöhe und üben das sichere Auf- und Absteigen.

Außerdem werden wir auf und neben der Slackline den Gleichgewichtssinn schulen und eine Menge Spaß an der frischen Luft haben.

Mitzubringen sind: wetterfeste Kleidung, ein Getränk und Pausensnack

##### Kurs-Nr. 90016

27.03.2021

Samstag, 14:00 - 17:45 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 18,75 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Anke Kossak

### Kreatives

#### Fantastisches Schreiben: Welten bauen für Kinder und Jugendliche (ab 10 Jahren) NEU

Was wäre, wenn eines Morgens in deiner Müslischale ein Zwerg sitzt? Oder ein Muffloklus?

Halt mal: Was ist denn ein Muffloklus? Ist das eine Mini-Ziege, die den Morgen nicht ausstehen kann? Oder ist das ein sprechender Cornflakesklumpen-Zauberer?

Was wäre, wenn in deinem Garten Piratinnen ihre Beute verbuddelt haben? Und was wäre, wenn wir mit unseren Pupsen Busse zum Fahren bringen könnten?

In dieser kreativen Schreibwerkstatt spielen wir mit unseren Köpfen und Wörtern, um unsere eigenen fantastischen Geschichten zu schreiben. Wir haben alle etwas zu erzählen!

Mitzubringen sind: Stifte und Papier; eine Lieblingsgeschichte; ein Getränk und Pausensnack

##### Kurs-Nr. 90210

09.05.2021

Sonntag, 11:00 - 16:00 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 40,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Alexandra Dietrich

##### Kurs-Nr. 90211

13.06.2021

Sonntag, 11:00 - 16:00 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 40,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Alexandra Dietrich



## Lieblingsgegenstände und Gesichter zeichnen (ab 9 Jahren)

– Wochenendseminar –

Zeichnen ist eine wichtige Grundvoraussetzung für alles weitere bildnerische Gestalten. Und Gegenstände und Gesichter eignen sich dafür zum Ausprobieren hervorragend. Wir werden verschiedene Zeichenmaterialien wie Bleistift, Kohle, Pitt Pastell, Buntstift erproben und die technischen Möglichkeiten damit näher kennen lernen. Durch Übungen wie z. B. Proportionsdarstellung und zur Licht- und Schattensetzung gelingen unsere Zeichnungen noch besser. Mitzubringen sind: Zeichenblock DIN A3 – mindestens 160 g, Bleistift Nr. 4B, 6B, Kohle, Pitt Pastellstift von Faber-Castell (schwarz und rot), Buntstift, Lineal 30 cm, Spiegel (größer als ein Gesicht, mit Ständer), Gegenstände; ein Getränk und ein Pausensnack

**Kurs-Nr. 90215**

19.06.2021

Samstag, 10:30 - 15:30 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 27,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Debora Kim

## Drucken auf Papier und Pappe (ab 6 Jahren)

... mit Naturmaterialien und was sich sonst noch so findet

– Ferienkurs –

Wusstet ihr, dass z. B. beim Drucken mit Chicorée ein Rosenmotiv entsteht? Wir werden in diesem Kurs spielerisch experimentieren und mit Kohlgemüse, Noppenfolie und vielem mehr Karten und Papiere bedrucken.

Dabei entstehen spannende Muster und Strukturen. Mitzubringen sind: Schürze oder besser noch ein Malkittel und ein Zeichenblock

**Kurs-Nr. 90220**

01.04.2021

Donnerstag, 10:30 - 14:15 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 23,75 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Antje Mokross

## Drucken auf Papier und Pappe (ab 12 Jahren)

– Ferienkurs –

Wir fertigen in diesem Kurs Monoprints mit Acrylfarben an. Es wird gedruckt und experimentiert mit (fast) allem was uns in die Hände fällt.

Wir mischen Farben, drucken diese übereinander, schaffen klare oder verspielte Muster und Strukturen. Ihr müsst für diesen Kurs keine Mal- oder Zeichenkünstler sein, dass einzige was zählt, ist die Lust am Ausprobieren.

Mitzubringen sind: nicht dein Lieblingsoutfit; ein Block mit dickem Papier und gerne auch Karton oder Pappreste zum Drucken von Karten

**Kurs-Nr. 90221**

07.04.2021

Mittwoch, 14:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 23,75 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Antje Mokross

## Drucken auf Stoff (ab 6 Jahren)

... mit Naturmaterialien und was sich sonst noch so findet

– Ferienkurs –

Wir werden in diesem Kurs spielerisch experimentieren und mit Kohlgemüse, Noppenfolie und vielem mehr verschiedene Stoffe bedrucken.

Dabei entstehen spannende Muster und Strukturen. Oder wusstet ihr, dass z. B. beim Drucken mit Chicorée ein Rosenmotiv entsteht?

Ihr könnt zum Bedrucken eigene T-Shirts, Kissenbezüge oder ähnliches aus Baumwolle oder Leinen mitbringen. Wichtig ist, dass die Sachen sich bei hoher Temperatur bügeln lassen, hell und einfarbig und vorgewaschen sind.

Mitzubringen sind: eine Schürze oder ein Malkittel

**Kurs-Nr. 90225**

26.07.2021 – 27.07.2021

Montag – Dienstag, 10:00 - 13:00 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 35,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Antje Mokross

## Drucken auf Stoff (ab 12 Jahren)

– Ferienkurs –

Wir bedrucken in diesem Kurs Shirts, Taschen oder Kissenbezüge. Es wird gedruckt und experimentiert mit (fast) allem was uns in die Hände fällt.

Wir mischen Farben, drucken sie übereinander, schaffen klare oder verspielte Muster und Strukturen.

Ihr könnt zum Bedrucken eigene T-Shirts, Kissenbezüge oder ähnliches aus Baumwolle oder Leinen mitbringen. Wichtig ist, dass die Sachen sich bei hoher Temperatur bügeln lassen, hell und einfarbig und vorgewaschen sind.

Mitzubringen sind: Kleidung, die schmutzig werden darf

**Kurs-Nr. 90226**

02.08.2021 - 03.08.2021

Montag – Dienstag, 13:00 - 16:00 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 35,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Antje Mokross

## Malerisches Experimentieren – malen mal anders (ab 6 Jahren)

NEU

Hier kannst du in ein buntes Schnupperprogramm des „Freien Malens“ eintauchen. Verschiedenste Techniken werden ausprobiert, wie malen, spachteln aber auch die Farben fließen lassen ist angesagt. Es wird in diesem Kreativkurs wild experimentiert – jeder ist frei und kann seine eigenen Ideen umsetzen.

Mitzubringen sind: ein Getränk und ein Pausensnack

**Kurs-Nr. 90230**

24.04.2021

Samstag, 11:00 - 17:00 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 30,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Julia Wally Wagner

## Wir bauen uns eine Marmelbahn (ab 8 Jahren)

Mit einer Marmelbahn zu spielen, ist schon spannend und wenn ich keine habe, baue ich mir eine. Wie? Ganz einfach aus Müll!

Heute werdet ihr kreativ und entwerft eure ganz persönliche Marmelbahn. Dabei werdet ihr eigene Ideen einbringen und ganz viel Spaß haben. Am Ende rollen die Marmeln und zu Hause könnt ihr eure Marmelbahn stolz präsentieren und zeigen, was ihr geschaffen habt.

Mitzubringen sind: Toilettenpapierrollen, Pappteller, alte Zeitungen und was euch sonst noch an Müll im Haushalt begegnet.

**Kurs-Nr. 90235**

09.05.2021

Sonntag, 11:00 - 17:00 Uhr

1 Termin, 7 U-Std., 25,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Julia Wally Wagner





### Kochen und Backen

Zum Zeitpunkt der Programmerstellung ist aufgrund der vorgeschriebenen Corona-Schutzmaßnahmen eine Küchennutzung nicht möglich. Wird diese Regel aufgehoben, finden Sie die Koch- und Backkurse im Internet unter [www.vhs-salzgitter.de](http://www.vhs-salzgitter.de). Beachten Sie dazu auch aktuelle Pressemitteilungen.

### Fit in der Grundschulzeit

#### Lernstudio für die Grundschule (6 – 10 Jahre)

– nachmittags –

Du möchtest in kleinen Gruppen mit gleichaltrigen Kindern gemeinsam in den Fächern Deutsch, Mathematik und Sachunterricht begleitet und unterstützt werden?

Dann komm zu uns und wir werden dir bei all deinen Fragen, Sorgen und Nöten rund um das Thema „Schule“ helfen und dich motivieren. Außerdem bieten wir dir auch Unterstützung bei deinen Hausaufgaben oder bei sprachlichen Barrieren an.

**Kurs-Nr. 90430**

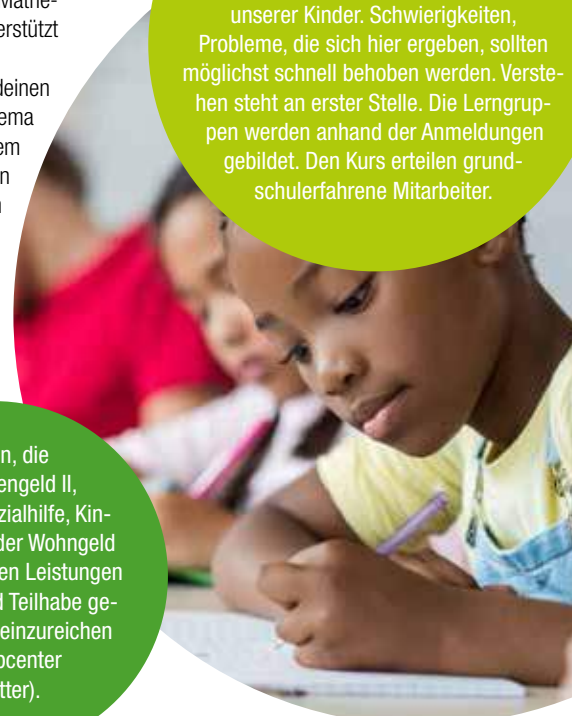
15.02.2021 - 28.06.2021

Montag + Donnerstag, 15:30 - 17:00 Uhr

33 Termine, 66 U-Std., 240,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Manfred Splittgerber

Motivation für die gesamte Schulzeit wird aus den Lernerfahrungen der Grundschule geschöpft. Sie sind das Fundament des Bildungswesens unserer Kinder. Schwierigkeiten, Probleme, die sich hier ergeben, sollten möglichst schnell behoben werden. Verstehen steht an erster Stelle. Die Lerngruppen werden anhand der Anmeldungen gebildet. Den Kurs erteilen grundschulerefarrene Mitarbeiter.



Familien, die Arbeitslosengeld II, Sozialgeld, Sozialhilfe, Kinderzuschlag oder Wohngeld beziehen, werden Leistungen für Bildung und Teilhabe gewährt (Antrag einzureichen beim Jobcenter Salzgitter).



## Kultur macht stark. Bündnisse für Bildung – Förderprogramm des BMBF 2013 bis 2022 Der talentCAMPus geht weiter!

Das Konzept des talentCAMPus ist ein Beitrag des Deutschen Volkshochschul-Verbands 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 2021 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. Es dreht sich alles um das Thema Klimawandel. Unter dem Projekttitel „Spiel mit! – Klimahelden in Salzgitter“ finden sich folgende Veranstaltungen:

**Kleine Tiere, große Wirkung**  
29.03. – 01.04.2021

**Erdbeber und Heilpflanzen**  
22.07. – 30.07.2021

**Deine Ökochallenge –  
wieviel brauchst Du wirklich?**  
18.10. – 22.10.2021

Wir wollen in dieser Reihe uns gemeinsam mit dem Thema Klimawandel auseinandersetzen. Auch in unserer Heimatstadt Salzgitter spüren wir langsam aber sicher die Folgen des Klimawandels. Die eigene Zukunft gestalten, die Welt verändern und zu einem klimafreundlicheren Ort machen. Das ist das Ziel der talentCAMPus-Projekt-



reihe 2021. Außerdem wollen wir dazu unsere eigene Spiele-Reihe gestalten. Vom Kartenspiel über Memory bis zu einem Brettspiel ist alles dabei. Und um alle Projekte miteinander zu verbinden, verwenden wir auch unser eigenes Logo.

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



## Kultur macht stark. Bündnisse für Bildung – Förderprogramm des BMBF 2013 bis 2022

### talentCAMPus 2020

Im Jahr 2020 war auch beim **talentCAMPus** alles etwas anders als sonst. Die beiden Projekte in den Osterferien mussten kurzfristig abgesagt bzw. verschoben werden und konnten auch in den Sommerferien lediglich als Online-Veranstaltungen stattfinden. Aber auch die ursprünglich geplanten Projekte für die Sommerferien wurden als Online-Veranstaltungen durchgeführt. Trotz dieser Widrigkeiten kamen tolle Ergebnisse zustande und es hat sich wirklich gelohnt. Insgesamt 78 Kinder und Jugendliche nahmen an verschiedenen Projekten im Jahr 2020 teil.



In den Sommerferien hieß es in der Projektreihe „Words of Change“ vom 20.07. – 02.08.2020 „Mit Musik Bewusstsein schaffen“ und vom 03.08. – 07.08.2020 „Nach Worte kommen Taten“. Die Jugendlichen setzten sich online intensiv mit dem Thema Klimawandel auseinander, schrieben ihre eigenen Songs, lernten rappen und gestalteten eigene Plakate.

In der Projektreihe „Wir gestalten unsere Zukunft“ fanden vom 16.07. – 24.07.2020 „Plastik fantast!“ und vom 03.08. – 07.08.2020 „Du bist was Du ist“ statt. Die Teilnehmenden bekamen vorab die notwendigen Materialien von den Dozenten und Dozentinnen nach Hause gebracht oder mit der Post zugeschickt. Zunächst beschäftigten sie sich mit dem Thema Plastik, Müll und deren Bezug zum Klima und Umweltschutz. Krönender Abschluss war dabei eine Onlinemodenschau. Bei dem zweiten Projekt ging es um die Zusammenhänge zwischen der eigenen Ernährung und dem Klimawandel. Daraus entstand u. a. ein gemeinsames Klimaschutzkochbuch.

In den Herbstferien konnten vom 12.10. – 16.10.2020 die geplanten Projekte „No planet B“ in Salzgitter-Bad im Kniestedter Herrenhaus und „Wie willst Du leben?“ im Forellenhof in Salzgitter-Lebenstedt wieder als Präsenzveranstaltungen stattfinden. Malen, basteln und rappen gegen den Klimawandel und unter Beachtung der aktuellen Hygienevorschriften. Es wurde im Internet und beim Besuch der Stadtbibliothek zu dem jeweiligen Thema recherchiert und dann dieses kreativ umgesetzt. Es entstanden eine Vielzahl von Produkten, die in einer Ausstellung im Rathaus Mitte November gezeigt werden sollten. Aufgrund der aktuellen Corona-Situation wurde diese Ausstellung in die Stadtbibliothek und auf Anfang November verlegt. Aber auch da vereitelte die Corona-Krise den Plan, da die Bibliothek geschlossen ist. Deshalb hier eine kleine Auswahl der Ergebnisse.

Es wurden Plakate erstellt, Wortbilder kreiert, die Stadt der Zukunft gezeichnet, bedrohte Tierarten aus Draht gebastelt und in ihrem „Lebensraum“ dargestellt und sogar eine kleine Geocache-Reihe erstellt und ausgelegt.



Weitere Einzelheiten über die einzelnen Projekte, deren Ablauf und jede Menge Fotos sind auf unserer Internetseite zu finden.

Weitere Informationen zum **talentCAMPus** und den zukünftigen Projekten können Sie auf unserer Internetseite [www.vhs-salzgitter.de](http://www.vhs-salzgitter.de) nachlesen oder telefonisch bei Frau Sieker unter der Telefonnummer 0 53 41/ 839-22 03 erfragen.







### Rund um den Computer

## 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 (z. B. Mobbing, Beleidigungen)
- Umgang mit persönlichen Daten

Als Abschluss wird ein Internetführerschein überreicht.

### Kurs-Nr. 90515

30.08.2021 - 01.09.2021

Montag - Mittwoch, 09:00 - 12:30 Uhr

3 Termine, 12 U-Std., 55,20 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler

## 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
- Texte, Grafiken, Cliparts, Autoformen
- Sound, Videos
- Animation, Bildschirmpräsentation

### Kurs-Nr. 90516

08.04.2021

Donnerstag, 09:30 - 16:30 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 36,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler

### Trainingskurse Sprachen

## Latein / Französisch – Orientierungskurs (4. Klasse)

### – Wochenendseminar –

FRANZÖSISCH am Vormittag:

In diesem Orientierungskurs bekommt ihr einen ersten Einblick in die französische Sprache.

Werden die Wörter so gesprochen, wie sie auf dem Papier stehen? Ist die Grammatik wirklich so kompliziert, wie viele sagen? Ihr habt bestimmt noch mehr Fragen auf dem Herzen. In diesem Kurs gibt es die Antworten.

LATEIN am Nachmittag:

„Die spinnen, die Römer“. Wer kennt ihn nicht, den Ausspruch des putzigen Galliers Asterix, der im Dauerclinch mit den Römern liegt. Doch „spinnen“ die Römer tatsächlich oder haben sie nicht vielmehr eine geradezu geniale Sprache erschaffen, die sich auch noch heute im Alltag wieder findet. Dieser Kurs soll dir durch eine spannende Reise in die Vergangenheit zeigen, dass Latein in der Schule eine kluge Wahl sein kann.

Denn: „Non scholae sed vitae discimus!“ (Anmerkung der Redaktion: Übersetzung erfolgt bestimmt im Kurs).

ACHTUNG: Von 11:45 bis 14:00 Uhr Mittagspause, bitte holen Sie Ihr Kind ab!

### Kurs-Nr. 90405

17.04.2021

Samstag, 09:30 - 16:15 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 29,00 € ohne Ermäßigung inkl.

Materialkosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Fabrice Tricault, Miriam Wesche

### Kurs-Nr. 90406

24.04.2021

Samstag, 09:30 - 16:15 Uhr

1 Termin, 9 U-Std., 29,00 € ohne Ermäßigung inkl.

Materialkosten

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Fabrice Tricault, Miriam Wesche

### Natur erleben

## Hundetrainerabzeichen für Kids (ab 9 Jahren)

### – Wochenendseminar –

Seid ihr die größten Hundefans und habt Lust euer Wissen über die besten Freunde auf vier Pfoten zu erweitern? Gemeinsam mit dem erfahrenen Therapiehund „MILA“ begeben wir uns auf eine Reise durch die bunte Hundewelt. Spielen, trainieren und wer gut aufgepasst hat, erwirbt am Ende sogar das „Hundetrainerabzeichen“.

### Kurs-Nr. 90615

20.03.2021

Samstag, 14:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., 18,75 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Melanie Bänsch

## Mystery Hike – Verborgener Schatz der Salzdiebe (ab 9 Jahren)

Escape-Room-Fans aufgepasst! Jetzt gibt es spannende Mystery Hikes durch Salzgitter:

Aus den sicheren Kellergewölben des Kniestedter Herrenhauses wurde in einer vergangenen Nacht das Erbe Salzgitters gestohlen – die wertvollen Salzdiamanten. Doch die Diebe haben aus Versehen eine Spur hinterlassen. Schafft ihr es die Spur zu verfolgen, alle Rätsel zu lösen, sämtliche Schlösser zu knacken und noch rechtzeitig das geheime Versteck zu erreichen, bevor die Täter über alle Berge sind?

### Kurs-Nr. 90630

25.04.2021

Sonntag, 11:00 - 14:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Melanie Bänsch



Zum Zeitpunkt der Programmstellung ist aufgrund der vorgeschriebenen Corona-Schutzmaßnahmen eine Durchführung von Kindergeburtstagen nicht möglich. Wird diese Regel aufgehoben, finden Sie die Kindergeburtstage für Kinder und Jugendliche im Internet unter [www.vhs-salzgitter.de](http://www.vhs-salzgitter.de). Beachten Sie dazu auch aktuelle Pressemitteilungen.





**Zusammenarbeit mit dem Naturschutzbund (NABU) Salzgitter**

**Survivaltraining für mutige Kids (ab 8 Jahren)**

– Wochenendseminar –



Seid ihr mutig und wollt lernen, wie man in der Wildnis überleben kann? Gemeinsam kriechen wir lautlos durchs Unterholz, tarnen uns, errichten Laubhütten, suchen uns Nahrung und verarbeiten sie. Auch schnitzen wir unseren eigenen Bogen und lernen zu zielen.

Mitzubringen sind: Wettergerechte Kleidung, die auch schmutzig werden darf.

**Kurs-Nr. 91200**

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

08.05.2021 - 09.05.2021

2 Termine, 10 U-Std., 38,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU

Salzgitter, Siebenbürgener Straße

Melanie Bänsch



**Geocaching**

**Erlebnisrunde für die ganze Familie**

NEU



Ganz neu in diesem Jahr hat der NABU Salzgitter eine eigene interne Erlebnisrunde auf der biologischen Station ausgelegt. Eine spannende Schatzsuche erwartet alle „Naturliebhaber/innen“, entweder mit dem Smartphone oder mit den GPS-Geräten der Station.

Insgesamt sieben aufeinander aufbauende Caches in verschiedenen Schwierigkeitsgraden gilt es zu bergen, jeder Standort ist verschlüsselt mit einem kniffligen Naturrätsel.

Am Ende erwartet die Teilnehmer/innen nicht nur ein Preis, sondern auch ein gemütliches Lagerfeuer mit Stockbrot.

Mitzubringen sind: Getränk und wetterfeste Kleidung

**Kurs-Nr. 91205**

24.04.2021

Sonntag, 15:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU

Salzgitter, Siebenbürgener Straße

Melanie Bänsch

siehe Seite 42.

**Waldbaden – Shirin Yoku**

Kinder sind in Begleitung von Eltern bzw. Großeltern herzlich eingeladen.

**NAJU Jugendgruppe (ab 9 Jahren)**



Ihr wollt die Geheimnisse unserer Natur lüften? Mehr über unsere Tier- und Pflanzenwelt erfahren? Habt ihr Lust euch für den Naturschutz stark zu machen?

Dann seid ihr bei uns genau richtig! Die neue Naturschutz JÜgendgruppe des NABU Salzgitter freut sich auf spannende Wildnisabenteuer mit euch.

**Kurs-Nr. 91210**

Samstag, 11:00 - 14:00 Uhr

06.02.2021 – 10.07.2021

Jeden ersten Samstag im Monat

6 Termine, 24 U-Std., kostenfrei

Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU

Salzgitter, Siebenbürgener Straße

Melanie Bänsch

**Das große Krabbeln (ab 8 Jahren)**

NEU



Insektenforscher/innen aufgepasst! In diesem Kurs wollen wir uns auf Expedition in die Welt der „Allerkleinsten“ begeben. Wir ändern unsere

Perspektive, beobachten und erforschen Käfer, Raupen, Schnecken, Spinnen und alle weiteren kleinen Wesen, die uns vor die Lupe laufen.

Spannende Spiele und ein gemütliches Lagerfeuer mit Stockbrot runden unsere gemeinsame Forschungsreise ab.

**Kurs-Nr. 91215**

26.06.2021

Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU

Salzgitter, Siebenbürgener Straße

Melanie Bänsch

**Wir entdecken die Welt der Bienen (ab 6 Jahren)**

NEU



Welche Bienenarten gibt es? Wie gestaltet sich ein klassisches Imkerjahr? Wie verteilen die Bienen ihre Aufgaben und wie kommunizieren sie? Warum ist Honig so gesund und wie wird er gewonnen?

Hier erhältst du einen umfassenden Einblick in den Alltag eines Hobbyimkers. Selbstverständlich darf dabei eine Honigverkostung direkt aus der Wabe nicht fehlen.

**Kurs-Nr. 91220**

30.05.2021

Sonntag, 10:00 - 13:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU Salzgitter, Siebenbürgener Straße

Günter Schaub

**Technik**

**Zusammenarbeit mit dem Deutschen Amateur-Rundfunk Club (DARC) e.V.**

**Vorbereitung auf die staatliche Prüfung zum Funkamateure (ab 14 Jahren)**

NEU

**DARC e.V.**

Der Amateurfunk in Deutschland ist längst im Industrie 4.0 Zeitalter angekommen. So betreiben die Funkamateure ein eigenes bundesweites WLAN - Netzwerk und haben in den letzten Jahren die Satellitenfunktechnik revolutioniert. Zusätzlich gibt es inzwischen zahlreiche Remote-Stationen, so dass ein Einstieg in den Amateurfunk nicht mehr mit horrenden Kosten für Funktechnik verbunden ist.

Der Lehrgang umfasst sämtliche Prüfungsbereiche, Technik, Betriebstechnik und Gesetzeskunde sowie einen praktischen Teil. Auch bei der Anmeldung zur Prüfung und bei den ersten „Gehversuchen“ sind wir behilflich.

**Kurs-Nr. 91115**

04.02.2021 - 01.07.2021

Donnerstag, 17:30 - 19:00 Uhr

21 Termine, 48 U-Std., 100,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, DARC e.V., Clubraum

Christian Zierlewagen

Die Teilnahme ist für Mitglieder des DARC e.V. kostenlos. Nichtmitglieder zahlen einen Unkostenbeitrag von 100,00 € direkt beim Veranstalter.

**Der Minicomputer RaspberryPi: Von der Einrichtung bis zur Wetterstation (ab 12 Jahren)**

NEU

**DARC e.V.**

Bei diesem Workshop richten wir gemeinsam einen RaspberryPi Kleinstcomputer ein, kümmern uns um Internet- und Passwortsicherheit und starten dann in die Sensorik mit einem Multifunktionssensor.

Nebenbei bekommst du eine Einführung in die Programmiersprache Python und in das Scripting auf dem RaspberryPi unter Linux.

**Kurs-Nr. 91116**

26.08.2021 - 27.08.2021

Donnerstag, 09:00 - 15:00 Uhr

2 Termine, 16 U-Std., 120,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, DARC e.V., Clubraum

Christian Zierlewagen

In den Kosten von 120,00 € sind enthalten: der entsprechende RaspberryPi Computer, SD-Karte, Sensoren, LCD Display, LED Matrix und was ihr sonst noch für einen Start in die Welt des Raspi benötigt



## Der Minicomputer RaspberryPi: Von der Einrichtung bis zur Wetterstation (ab 14 Jahren)

**DARC e.V.**

Bei diesem Workshop richten wir gemeinsam einen RaspberryPi Kleinstcomputer ein, kümmern uns um Internet- und Passwortsicherheit und starten dann in die Sensorik mit einem Multifunktionssensor. Nebenbei bekommst du eine Einführung in die Programmiersprache Python und in das Scripting auf dem RaspberryPi unter Linux.

**Kurs-Nr. 91117**

09.04.2021 - 10.04.2021

Freitag – Samstag, 09:00 - 15:00 Uhr

2 Termine, 16 U-Std., 120,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, DARC e.V., Clubraum

Christian Zierlewagen

In den Kosten von 120,00 € sind enthalten: der entsprechende RaspberryPi Computer, SD-Karte, Sensoren, LCD Display, LED Matrix und was ihr sonst noch für einen Start in die Welt des Raspi benötigt

## Funkwellen: Vom Walkie Talkie bis zum Handy (ab 9 Jahren)

NEU

**DARC e.V.**

Wie funkt man eigentlich bei der Feuerwehr? Was machen denn die Hobbyfunker? Wie unterhält man sich richtig? Warum nehmen die eigentlich kein Handy? Kann man Funksender auch finden?

Mit viel Spiel und Spaß entdeckt ihr die Welt der Funkwellen mit uns und macht euren „Funkführerschein“. Gemeinsam suchen wir an einen noch geheimen Ort versteckte Funksender.

Für die Verpflegung sorgt der DARC e.V.

**Kurs-Nr. 91118**

27.03.2021

Samstag, 10:00 - 16:00 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 10,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, DARC e.V., Clubraum

Christian Zierlewagen

Achtung: Treffpunkt ist der Clubraum des DARC e.V. (Goethestraße 35)! Abholung der Kinder wird bei der Anmeldung und beim Treffpunkt noch bekannt gegeben!

## Welt der Technik und der Funkwellen – 60 Jahre Amateurfunk in Salzgitter (ab 12 Jahren)

NEU

**DARC e.V.**

Eine Zeitreise durch den Radioempfang und die Kommunikation in Salzgitter, gepaart mit Informationen zur Physik der elektromagnetischen Welle und dem heutigen Status Quo.

Aufgebaut in drei Teile: Geschichte des Funks, Technik und Zusammenhänge und zu guter Letzt das heutige elektromagnetische Spektrum in Salzgitter.

**Kurs-Nr. 91119**

27.03.2021

Samstag, 17:30 - 21:30 Uhr

1 Termin, 5 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Lebenstedt, DARC e.V., Clubraum

Christian Zierlewagen

## Lesung für Kinder

DieKulturMacherin –  
Agentur für Lesungen und Kleinkunst



NEU

## Rettung für Unglücksrabben – eine Erste-Hilfe-Lesung für Kinder (ab 6 Jahren und deren Eltern)

– Vortrag –

Bei „Hilfe! Frau Doktor und ihr Vogel kommen“ dreht sich alles um Erste Hilfe.

Doch Vogel Coras strenger Onkel glaubt nicht, dass medizinisches Wissen nützlich ist und Leben rettet.

Er will Cora zwingen, ihre geliebte Mama Doktor zu verlassen. Doch dann passiert etwas Unvorhergesehenes.

Gesundheitlicher Vorlese-Spaß von einer echten Ärztin mit „der sprechenden Hand“, mit eindrucksvollen Bildern an der Leinwand, spannender Unterhaltung und einem gefiederten Überraschungsgast, der sich mit medizinischen Notfällen bestens auskennt!

Eine Erste-Hilfe-Lesung für Kinder, begleitet von der sprechenden Handpuppe und Bildmaterial - anschaulich, spannend, lustig und vielschichtig.

**Kurs-Nr. 93200**

18.06.2021

Freitag, 16:00 - 17:30 Uhr

1 Termin, 2 U-Std., 26,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sibylle Mottl-Link



## Ostfalia Kinderhochschule

In Kooperation mit der Ostfalia Hochschule für angewandte Wissenschaften bietet die Städtische Volkshochschule Salzgitter seit September 2014 ein interessantes Programm für „kleine Wissenschaftler“.

In Workshops können Kinder experimentieren, forschen, entdecken und sich so spielerisch naturwissenschaftlichen Themen nähern.

Begleitend dazu öffnet die Ostfalia Hochschule für angewandte Wissenschaften zweimal im Jahr ihre Türen unter dem Motto „Spielerisch das Studium entdecken“ für wissensdurstige Kinder.

Die Acht- bis Zehnjährigen bekommen dabei die Gelegenheit, mit ihren Grundschulklassen eine Hochschule von innen zu betrachten. An jedem Veranstaltungstag werden von Professorinnen und Professoren oder wissenschaftlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern spannende Vorträge in einem großen Hörsaal gehalten.

Diese Vorlesungen orientieren sich an der Erlebniswelt und den Interessen der Junior-Studierenden.

Zum Schluss des Vorlesungstages, der mit einem Besuch in der Mensa endet, erhalten die Kinder ein Teilnahme-Zertifikat.

Nähere Informationen dazu unter: [www.ostfalia.de](http://www.ostfalia.de)



## 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 / 839-38 58  
[antje.behre@stadt.salzgitter.de](mailto:antje.behre@stadt.salzgitter.de)

# Politik, Gesellschaft und Umwelt

- 24 Interkulturelle Kompetenz
- 24 Geschichte und Politik
- 24 Recht im Alltag
- 25 Umwelt, Energie und Technik
- 25 Wirtschaft
- 28 Fortbildungen für Dozentinnen und Dozenten



Foto: Lothar Siems





## Interkulturelle Kompetenz

### Ich will mich hier zurechtfinden

#### – Gesprächskreis für ausländische Frauen –

Die Teilnehmerinnen in diesem Kurs diskutieren aktuelle, sie berührende Themen, sprechen über Alltagsprobleme in Deutschland, vergleichen ausländische und deutsche Denkweisen und Verhaltensnormen und lernen, sich in der deutschen Gesellschaft zurechtzufinden. Neue Teilnehmerinnen sind herzlich willkommen!

#### Kurs-Nr. 15010

08.02.2021 - 31.05.2021

Montag, 08:00 - 10:30 Uhr

15 Termine, 45 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Kath. Kindergarten Christ-König

Mine Celik

## Geschichte und Politik

### Das Frauen-KZ in Salzgitter-Bad



#### – Vortrag –

Es war das vierte der KZ-Außenlager in Watenstedt-Salzgitter und wurde noch im September 1944, wenige Monate vor Kriegsende, eingerichtet.

Frauen, meist aus ost- und südeuropäischen Ländern, die in Rüstungsbetrieben unserer Stadt arbeiten mussten, sollten mit ihrer Arbeit zur Steigerung der Rüstungsproduktion des Dritten Reiches in der Spätphase des Zweiten Weltkrieges beitragen.

Heute ist das ehemalige Lagergelände am Ende der Friedrich-Ebert-Straße ein Parkplatz. Lange erinnerte nur ein Gedenkstein am Rande des Geländes an diesen Ort.

In unserer Führung wird über diesen schlimmen Tatort und Leidensort zumeist sehr junger Frauen informiert.

Treffpunkt: Friedrich-Ebert-Straße (Parkplatz am Ende der Straße), 38259 Salzgitter-Bad  
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

02.07.2021

Freitag, 15:00 - 16:15 Uhr

1 Termin, 1 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Friedrich-Ebert-Straße (Parkplatz am Ende der Straße)

Eva Freudenstein

## 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

21.04.2021

Mittwoch, 18:30 - 21:45 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Dr. Peter Schade, Dr. Frank Stebner

## Recht im Alltag

### Betreuung – Vorsorgevollmacht

#### Patientenverfügung – Generalvollmacht

#### – Vortrag –

Wer regelt meine Angelegenheiten, wenn ich selbst dazu nicht mehr in der Lage bin? Was passiert, wenn ich niemanden mehr beauftragen kann? Wer darf für mich in eine ärztliche Behandlung einwilligen? Durch Unfall oder Krankheit kann jeder Mensch ganz plötzlich mit diesen Problemen konfrontiert sein. Viele unterliegen dem Irrtum, dass in diesem Fall der Ehegatte, die Kinder oder nahe Familienangehörige das Recht haben, solche Entscheidungen fällen zu dürfen. Um rechtzeitig Vorsorge zu treffen, werden in dieser Veranstaltung die Grundzüge der rechtlichen Betreuung, der Vorsorgevollmacht und der Patientenverfügung dargestellt. Sie erhalten wichtige Informationen, um selbst die für Sie richtigen Maßnahmen zu treffen.

Voranmeldung ist zwingend erforderlich.

#### Kurs-Nr. 16020

09.03.2021

Dienstag, 18:30 - 21:00 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 10,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Monique Kretschmer

### Erbrecht – Testament

#### Fragen und Antworten

#### – Vortrag –

Was passiert, wenn kein Testament vorhanden ist? Welche Voraussetzungen sind an die Wirksamkeit eines Testaments geknüpft? Was ist ein Ehegattentestament? Es gibt viele Fragen und Probleme, mit denen wir uns nur ungern beschäftigen – der eigene Todesfall gehört dazu.

Der Vortrag bietet einen Einblick in die gesetzliche Erbfolge und in typische Gestaltungsmöglichkeiten bei der Testamenterstellung. Formvorschriften und Hinterlegungsmöglichkeiten werden genauso erläutert wie die Kostentragung der Beerdigung oder die Zahlungen von Sterbegeldversicherungen.

Voranmeldung ist zwingend erforderlich.

#### Kurs-Nr. 16030

16.03.2021

Dienstag, 18:30 - 20:45 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 10,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Monique Kretschmer



**Umwelt, Energie und Technik**

**Haus sanieren für Senioren**

– Vortrag –

Spätestens mit dem Eintritt ins Seniorenalter sollte man sich Gedanken darum machen, ob man sein Eigenheim umgestaltet, um es auch im Alter möglichst lange genießen zu können. Bei dieser Gelegenheit kann Barrierefreiheit häufig sinnvoll mit Sicherheitsaspekten und energetischen Sanierungen kombiniert werden.

In diesem Vortrag berichtet Frau Margrit Zawieja von der Verbraucherzentrale Niedersachsen über Möglichkeiten, sein Haus entsprechend auf die neuen Erfordernisse zu modernisieren. Dabei wird bei der energetischen Sanierung das Augenmerk auf Maßnahmen gelegt, die sich schnell bezahlt machen und deren Effekte sich spürbar auf die Behaglichkeit im Haus auswirken.

Voranmeldung ist zwingend erforderlich.

**Kurs-Nr. 16033**

15.04.2021

Donnerstag, 18:30 - 21:00 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Jan Holzenbecher, Margrit Zawieja

**Kurs-Nr. 16034**

20.04.2021

Dienstag, 18:30 - 21:00 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Jan Holzenbecher, Margrit Zawieja

**„Ist der Bauer noch zu retten?“ –**

**Landwirtschaft vor Ort**



Lernen Sie einen landwirtschaftlichen Betrieb aus unserer Region kennen und diskutieren Sie vor Ort über die Landwirtschaft im Spannungsfeld zwischen heutigen Verbraucherinteressen und ökonomischen Zwängen der Landwirte. Machen Sie sich während dieser Betriebsbesichtigung und einem anschließenden Gedankenaustausch bei Bratwurst und Getränken ein eigenes Bild zu dieser Problematik.

Für Essen und Getränke fallen Kosten von 5,00 € an, die direkt beim Kursleiter zu entrichten sind.

Voranmeldung ist zwingend erforderlich.

**Kurs-Nr. 16045**

06.05.2021

Donnerstag, 15:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Gitter, Pferdehof Gitter

Wolf-Tammo Köhne

**Kurs-Nr. 16046**

03.06.2021

Donnerstag, 15:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Gitter, Pferdehof Gitter

Wolf-Tammo Köhne



**Segelfliegen in Theorie und Praxis**



NEU

**Einführungskurs**

Sie möchten erleben, wie es ist, ohne Motor zu fliegen? Möchten Sie wissen, welche natürlichen Kräfte ein Flugzeug in der Luft halten? Haben Sie schon mal mit dem Gedanken gespielt, das Segelfliegen zu erlernen, aber sich bislang nie getraut, es auszuprobieren?

Dieser Kurs vermittelt die Grundlagen der Aerodynamik und der Flugwetterkunde. Sie erfahren, wie die Flugzeuginstrumente und die Steuerung funktionieren, und Sie erleben, wie sich Fliegen anfühlt: Bei einem Start im Doppelsitzer mit einem Fluglehrer. Die drei Termine dienen der Theorie und Information. Der vierte zusätzliche Flugtermin wird im Kurs jeweils individuell zwischen den Teilnehmenden und der Sportgemeinschaft Aero Salzgitter vereinbart. Alle Unkosten, auch für den Flug, sind in der Gebühr enthalten.

Voraussetzungen

- Normale Körperliche Fitness (wie beim längeren Fahrradfahren), keine schweren Erkrankungen
- Max. 100 kg Körpergewicht
- Max. 2,00 m Körpergröße
- Mind. 14 Jahre alt

Informationen:

Vereinsheim: Segelfluggelände am Salzgitter See  
www.sg-aero.de

3 Termine Theorie (6 U-Std.)

1 individueller Termin Praxis nach Vereinbarung

(4 U-Std.)

**Kurs-Nr. 13101**

22.04.2021 - 06.05.2021

Donnerstag, 19:00 - 20:30 Uhr

4 Termine, 10 U-Std., 95,00 € ohne Ermäßigung

N.N.

**Wirtschaft**

**Das 1x1 der Geldanlage – Anlagestrategien in Zeiten niedriger Zinsen**

– Vortrag –

Die Zinsen für Anleger befinden sich im Keller. Wer ausschließlich in Tages- und Festgeld investiert, kann damit kaum noch die Inflation ausgleichen. Höchste Zeit, sich mit alternativen Anlagemöglichkeiten zu beschäftigen.

Folgende Themen und Fragen werden behandelt:

- Sparverhalten der Deutschen
- Möglichkeiten der Geldanlage
- Aktien und Aktienfonds – Wie sehen erfolgreiche Anlagestrategien aus?
- Welche Chancen und Risiken gilt es bei der Geldanlage zu beachten?
- Vermögen erhalten und aufbauen

Der Niedersächsische Aktienclub (NDAC) ist der größte Aktienclub aus Niedersachsen und vermittelt seit mehr als 20 Jahren Wissen rund um das Thema Geldanlage. Ziel des NDAC ist, die Bevölkerung in Sachen Geldanlage aufzuklären. Unser Kursleiter Steffen Koch ist zertifizierter Finanzanlagenvermittler.

Es erfolgt keine Anlagenberatung.

Anmeldung ist zwingend erforderlich.

**Kurs-Nr. 17020**

11.05.2021

Dienstag, 18:30 - 20:45 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 10,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Steffen Koch



## Kurse in Kooperation mit dem Naturschutzbund Salzgitter



Der NABU-Salzgitter setzt sich in Salzgitter und Umgebung für Natur und Umweltschutz ein. Auf dem Gelände der Biologischen Station in SZ-Lebenstedt erfahren Sie in Theorie und Praxis Wissenswertes über Themen wie Artenschutz, biologische Vielfalt oder Klima- und Umweltschutz. Hier können Sie praktisch erleben, wie diese großen Themen im Kleinen funktionieren. Dabei spielt es keine Rolle, wie alt Sie sind. Der NABU bietet Ihnen eine große Vielfalt von Themen „artgerecht“ an.



### Survivaltraining für mutige Kids (ab 8 Jahren)

– Wochenendseminar –

Seid ihr mutig und wollt lernen, wie man in der Wildnis überleben kann? Gemeinsam kriechen wir lautlos durchs Unterholz, tarnen uns, errichten Laubhütten, suchen uns Nahrung und verarbeiten sie. Auch schnitzen wir unseren eigenen Bogen und lernen zu zielen.

Mitzubringen sind: wettergerechte Kleidung, die auch schmutzig werden darf.

**Kurs-Nr. 91200**

Samstag, 08.05.2021, 10:00 - 14:00 Uhr  
Sonntag, 09.05.2021, 10:00 - 14:00 Uhr  
2 Termine, 10 U-Std., 38,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU Salzgitter, Siebenbürgener Straße  
Melanie Bänsch

### Geocaching

Erlebnistrunde für die ganze Familie

NEU

Ganz neu in diesem Jahr hat der NABU Salzgitter eine eigene interne Erlebnistrunde auf der biologischen Station ausgelegt. Eine spannende Schatzsuche erwartet alle „NaturliebhaberInnen“, entweder mit dem Smartphone oder mit den GPS-Geräten der Station.

Insgesamt sieben aufeinander aufbauende Caches in verschiedenen Schwierigkeitsgraden gilt es zu bergen, jeder Standort ist verschlüsselt mit einem kniffligen Naturrätsel.

Am Ende erwartet die TeilnehmerInnen nicht nur ein Preis, sondern auch ein gemütliches Lagerfeuer mit Stockbrot.

Mitzubringen sind: Getränk und wetterfeste Kleidung

**Kurs-Nr. 91205**

24.04.2021  
Sonntag, 15:00 - 18:00 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU Salzgitter, Siebenbürgener Straße  
Melanie Bänsch

### NAJU Jugendgruppe (ab 9 Jahren)

Ihr wollt die Geheimnisse unserer Natur lüften? Mehr über unsere Tier- und Pflanzenwelt erfahren? Habt ihr Lust, euch für den Naturschutz stark zu machen? Dann seid ihr bei uns genau richtig! Die neue NATurschutz JÜgendgruppe des NABU Salzgitter freut sich auf spannende Wildnisabenteuer mit euch.

**Kurs-Nr. 91210**

Samstag, 06.02.2021 – 10.07.2021,  
11:00 - 14:00 Uhr  
Jeden ersten Samstag im Monat  
6 Termine, 24 U-Std., kostenfrei  
Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU Salzgitter, Siebenbürgener Straße  
Melanie Bänsch

### Das große Krabbeln (ab 8 Jahren)

NEU

InsektenforscherInnen aufgepasst!

In diesem Kurs wollen wir uns auf Expedition in die Welt der „Aller kleinsten“ begeben. Wir ändern unsere Perspektive, beobachten und erforschen Käfer, Raupen, Schnecken, Spinnen und alle weiteren kleinen Wesen, die uns vor die Lupe laufen.

Spannende Spiele und ein gemütliches Lagerfeuer mit Stockbrot, runden unsere gemeinsame Forschungsreise ab.

**Kurs-Nr. 91215**

26.06.2021  
Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU Salzgitter, Siebenbürgener Straße  
Melanie Bänsch

### Schnupperkurs Imkerei (ab 6 Jahren)

NEU

Welche Bienenarten gibt es? Wie gestaltet sich ein klassisches Imkerjahr? Wie verteilen die Bienen ihre Aufgaben und wie kommunizieren sie? Warum ist Honig so gesund und wie wird er gewonnen? Hier erhältst du einen umfassenden Einblick in den Alltag eines Hobbyimkers. Selbstverständlich darf dabei eine Honigverkostung direkt aus der Wabe nicht fehlen.

**Kurs-Nr. 91220**

30.05.2021  
Sonntag, 10:00 - 13:00 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU Salzgitter, Siebenbürgener Straße  
Günter Schaub

### Energiewende hautnah

NEU

– Wochenendseminar –

Der Klimawandel und die Energiewende sind in aller Munde. In diesem Kurs wird Energie greifbar gemacht und lädt alle Teilnehmenden dazu ein, in das Thema erneuerbare Energien einzutauchen. Auf unserem „Energiespielplatz“ können eigene Kräfte Fön, Handyladestation und Co. betreiben und zum Abschluss gibt es eine leckere Suppe aus unserem Solarkocher.

**Kurs-Nr. 16040**

05.06.2021  
Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU Salzgitter, Siebenbürgener Straße  
Lutz Wedel





## Kurse in Kooperation mit dem Naturschutzbund Salzgitter

**Schnupperkurs Imkerei**

NEU

## – Wochenendseminar –

Die Imkerei bietet eine sinnvolle Möglichkeit, für die Erhaltung der Natur aktiv zu werden. Für alle Interessierten bietet dieser Schnupperkurs vielseitigen Einblick in den Alltag eines Hobbyimkers. Welche Bienenarten gibt es? Wie gestaltet sich ein klassisches Imkerjahr? Wie verteilen die Bienen ihre Aufgaben und wie kommunizieren sie? Warum ist Honig so gesund und wie wird er gewonnen? Selbstverständlich darf dabei eine Honigverkostung direkt aus der Wabe nicht fehlen.

**Kurs-Nr. 16041**

30.05.2021

Sonntag, 10:00 - 13:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU

Salzgitter, Siebenbürgener Straße

Günter Schaub

**Expedition ins Vogelreich**

NEU

## – Wochenendseminar –

Goldhähnchen oder Drossel, Grünfink oder Star? Die heimische Vogelwelt ist so faszinierend wie vielfältig. Mit unserem erfahrenen Vogelkundler begeben wir uns auf Vogelexkursion, beobachten, hören ganz genau hin und versuchen, den besonderen Charakter eines jeden Tieres auszumachen.

**Kurs-Nr. 16042**

11.04.2021

Sonntag, 10:00 - 12:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 12,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU

Salzgitter, Siebenbürgener Straße

Frank Krause

**Shinrin Yoku****Entschleunigung in der Natur**

Die heilende Kraft des Waldes ist mittlerweile belegt. Dieser Kurs bietet eine Einführung in einen neuen Trend aus Japan, in das Waldbaden. Wir begeben uns in die ruhige Welt des Waldes, erlernen verschiedene Achtsamkeits-, Entspannungs- und Entschleunigungsübungen und genießen eine kleine Teezeremonie.

Bitte angemessene Kleidung und Schuhe tragen.

**Kurs-Nr. 31002**

26.06.2021

Samstag, 15:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU Salzgitter, Siebenbürgener Straße

Melanie Bänsch

**Survivaltraining****Selbsterfahrung in der Wildnis**

Dieser Survivalkurs ist nichts für schwache Nerven! Auf der vielseitigen NABU-Station und dessen Umkreis lernen wir die wichtigsten Überlebentechniken und unser Selbst kennen. Auf unserem Streifzug orientieren wir uns mit Karten, lernen die Grundlagen zur Nutzung eines Kompasses kennen, lesen und verfolgen Tierspuren und errichten ein sicheres Lager aus Laubhütten für unsere Mittagspause. Mit richtigen Schleich- und Tarn Techniken versuchen wir den gesamten Tag unerkannt zu bleiben. Unser Training endet mit der Kunst des Feuermachens, einer gemütlichen Runde mit Stockbrot und einer Reflexion über die Erfahrung dieses Tages.

Bitte tragen Sie wettergerechte Kleidung und Schuhe.

**Kurs-Nr. 34005**

16.05.2021

Sonntag, 10:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 10 U-Std., 46,00 € ohne Ermäßigung

Materialkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU Salzgitter, Siebenbürgener Straße

Melanie Bänsch

**Survivaltraining****Selbsterfahrung in der Wildnis**

NEU

**Aufbaukurs**

Für alle Survivalists, die bereits die Grundlagen des Überlebenstrainings beherrschen, bietet dieser Aufbaukurs neue Herausforderungen. Zur Verfügung stehen uns dieses Mal eine Plane, eine Schnur, ein Messer, ein Kompass und die Kopie einer Karte. Mit Hilfe des professionellen Kartenlesens versuchen wir eine verborgene Kiste zu bergen, die uns weitere Anweisungen und Materialien für den Tag liefern wird. Wir probieren verschiedene Jagdtechniken und die Kunst des Feuerbohrens. Anschließend kochen wir unser Abendessen auf diesem Feuer und reflektieren den Tag.

Bitte tragen Sie wettergerechte Kleidung und Schuhe.

**Kurs-Nr. 34007**

19.06.2021

Samstag, 10:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 10 U-Std., 46,00 € ohne Ermäßigung

Materialkosten sind in der Kursgebühr enthalten.





## 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:

Die AEWB hat das Modulsystem Lehren Lernen reformiert. Das neue „Lehren lernen“ ist inhaltlich stärker strukturiert und in der Anzahl der Module deutlich reduziert. 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. 18016

13.02.2021

Samstag, 10:00 - 18:00 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. 18017

22.05.2021

Samstag, 10:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 29,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Silvia Baake

### 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. 18015

20.03.2021

Samstag, 10:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 8 U-Std., 29,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ulrike Roth

### 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.

Inhalte:

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

#### Kurs-Nr. 18018

10.07.2021 - 11.07.2021

Samstag, 10:00 - 18:00 Uhr

Sonntag, 9:00 - 16:00 Uhr

2 Termine, 16 U-Std., 58,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Bernd Hoffmann





## Use Your Smartphone! – Kreativ Sprachen lernen mit Pocketfilmen

### Fortbildung für Sprachkurslehrkräfte

Selbsterstellte Videos können, richtig eingesetzt, im Sprachunterricht besonders nachhaltigen Lerneffekt haben. Mit wenig Aufwand und einer Länge von unter einer Minute können sie schnell und unkompliziert erstellt und eingesetzt werden. Die kurze Länge der sogenannten „Pocketfilme“ bietet Sprachen Lernenden die Möglichkeit, ausgewählte Inhalte kreativ einzuüben: Kurzinterviews, Szenen aus dem Alltag, Kernaussagen von Texten, Sprech-Karaoke, Minidialoge, landeskundliche Informationen und vieles mehr. Durch die Umsetzung in Videos bekommen die Teilnehmenden einen neuen Blickwinkel und anderen Zugang zu Inhalten, Wortschatz und kommunikativen Elementen. In diesem Seminar werden der Umgang mit der Kamerafunktion des Smartphones und der gewinnbringende Einsatz von kurzen Videos für den Sprachunterricht vermittelt.

Folgende Fragen werden dabei ausführlicher behandelt:

- Welche Inhalte eignen sich für die Erstellung eines Pocketfilms?
- Wie sieht der methodisch-didaktische Aufbau eines Pocketfilms aus?
- Wie können Lernende an die kreative Gestaltung der Pocketfilme herangeführt werden?

- Wie können sie freies Sprechen, Hörverstehen, Wortschatz- und Grammatikarbeit gezielt fördern? Praktische Tipps zur Erstellung eines Storyboards, zur Videoproduktion sowie zu konkreten Lernmethoden ergänzen die Inhalte.

Das Seminar richtet sich an Kursleiter/innen im Sprachunterricht, die eigene Videos bisher nur selten oder gar nicht erstellt haben.

Grundkenntnisse in der Bedienung Ihres Smartphones/Tablets werden vorausgesetzt.

### Kurs-Nr. 18050

13.02.2021

Samstag, 10:00 - 15:15 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 49,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Mar Sydymanov

## vhs • wissen live

das digitale Wissenschaftsprogramm

Hochkarätige Vorträge von Experten aus Wissenschaft und Gesellschaft digital verfolgen und anschließend live mit Ihnen diskutieren – das bietet vhs.wissen live!

Auch bei der VHS Salzgitter finden Sie viele interessante Online-Vorträge aus diesem Angebot auf S.



# DUO

In Salzgitter leben über 2.500 Menschen, die 80 Jahre oder älter sind und allein in ihrem Haushalt leben. Um diesen älteren Menschen möglichst lange ein selbstständiges und selbst bestimmtes Leben in den eigenen 4 Wänden zu ermöglichen, werden Menschen gesucht, die etwas Zeit zu verschenken haben, kontaktfreudig und geduldig sind und gerne für ältere Mitbürger da sind. Fühlen Sie sich angesprochen? Dann nutzen Sie das Bildungsangebot

## DUO – Haushaltsassistentz und Alltagsbegleitung

und lassen Sie sich qualifizieren.

Die Volkshochschule Salzgitter, die Evangelische Familien-Bildungsstätte und die Katholische Familienbildungsstätte bereiten im Auftrag des Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen der Stadt Salzgitter auf die Aufgaben als Alltagsbegleitung und Haushaltsassistentz bei älteren Menschen vor. Dazu gehört z. B. die Begleitung zum Einkauf oder zum Arzt, gesellige Stunden mit Vorlesen, Gesellschaftsspielen oder Spaziergängen.

**Jedoch keine Pflege!** Für Ihre ehrenamtliche Tätigkeit erhalten Sie eine 50 Unterrichtsstunden umfassende Qualifizierung sowie ausbildungsbegleitend 20 Praktikumsstunden.

### Inhalte dieser DUO-Ausbildung

- Physische und psychische Veränderungen im Alter
- Hilfsmittelkunde
- Grundlagen der Kommunikation und Gesprächsführung
- Ethische Fragen
- Rechtliche Grundlagen
- Altersgerechte Ernährung
- Erste-Hilfe-Maßnahmen in der Seniorenarbeit

Die nächste Ausbildung beginnt im **Herbst 2021**. Vor Beginn des Kurses findet eine Informationsveranstaltung statt.

Weitere Informationen und den Termin der Informationsveranstaltung erfahren Sie beim Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen (SPN), Rathaus Zi. 224, Joachim-Campe-Str. 6-8, 38226 Salzgitter, Tel. 0 53 41 / 839-39 59, spn@stadt.salzgitter.de





Nutzen Sie das  
vielfältige Angebot  
unserer  
Veranstaltungen!

Foto: Patrick Riancho

### Kurse für Ältere

<b>Hatha-Yoga für den Rücken</b>	<b>31280</b>	<i>Mo., 08.02.2021 - 26.04.2021, 18:00 - 19:30 Uhr</i>	<i>Seite 45</i>
<b>Hatha-Yoga für den Rücken</b>	<b>31285</b>	<i>Di., 09.02.2021, - 27.04.2021, 18:00 - 19:30 Uhr</i>	<i>Seite 45</i>
<b>WhatsApp – So geht moderne Handy-Kommunikation</b>	<b>51244</b>	<i>Do., 11.02.2021, 09:00 - 10:30 Uhr</i>	<i>Seite 75</i>
<b>PC-Grundkurs für Ältere</b>	<b>51211</b>	<i>Di. - Do., 23.02. - 25.02.2021, 08:45 - 12:00 Uhr</i>	<i>Seite 74</i>
<b>Entscheidungshilfen beim Kauf eines Smartphones</b>	<b>51240</b>	<i>Do., 25.02.2021, 18:45 - 21:00 Uhr</i>	<i>Seite 75</i>
<b>PC-Grundkurs für Ältere</b>	<b>51212</b>	<i>Mo. - Mi., 08.03. - 10.03.2021, 08:45 - 12:00 Uhr</i>	<i>Seite 74</i>
<b>Fotos verwalten</b>	<b>51239</b>	<i>Mi., 10.03.2021, 09:00 - 12:15 Uhr</i>	<i>Seite 75</i>
<b>PC-Grundkurs für Ältere</b>	<b>51213</b>	<i>Do., 11.03. - 25.03.2021, 14:00 - 17:15 Uhr</i>	<i>Seite 74</i>
<b>Internet-Einstieg für Ältere</b>	<b>51235</b>	<i>Mo., 15.03.2021, 08:45 - 12:00 Uhr</i>	<i>Seite 75</i>
<b>Dateien, Ordner und Programme – Ordnung schaffen mit Windows</b>	<b>51230</b>	<i>Mo. - Di., 22.03. - 23.03.2021, 09:15 - 11:45 Uhr</i>	<i>Seite 74</i>
<b>Entscheidungshilfen beim Kauf eines Smartphones</b>	<b>51241</b>	<i>Fr., 26.03.2021, 09:15 - 11:45 Uhr</i>	<i>Seite 75</i>
<b>Haus sanieren für Senioren</b>	<b>16033</b>	<i>Do., 15.04.2021, 18:30 - 21:00 Uhr</i>	<i>Seite 25</i>
<b>Haus sanieren für Senioren</b>	<b>16034</b>	<i>Di., 20.04.2021, 18:30 - 21:00 Uhr</i>	<i>Seite 25</i>
<b>PC- Kurs für Ältere – Teil 2</b>	<b>51222</b>	<i>Mi., 21.04.2021, 14:00 - 17:15 Uhr</i>	<i>Seite 74</i>
<b>Internet- Einstieg für Ältere</b>	<b>51236</b>	<i>Mo., 26.04.2021, 08:45 - 12:00 Uhr</i>	<i>Seite 75</i>
<b>Dateien, Ordner und Programme – Ordnung schaffen mit Windows</b>	<b>51231</b>	<i>Di. - Mi., 27.04. - 28.04.2021, 08:45 - 12:00 Uhr</i>	<i>Seite 75</i>
<b>PC- Grundkurs für Ältere</b>	<b>51214</b>	<i>Mo. - Mi., 17.05. - 19.05.2021, 08:45 - 12:00 Uhr</i>	<i>Seite 74</i>
<b>Internet- Einstieg für Ältere</b>	<b>51237</b>	<i>Do., 27.05.2021, 08:45 - 12:00 Uhr</i>	<i>Seite 75</i>
<b>PC- Kurs für Ältere – Teil 2</b>	<b>51223</b>	<i>Mo. - Mi., 07.06. - 09.06.2021, 08:45 - 12:00 Uhr</i>	<i>Seite 74</i>
<b>PC- Grundkurs für Ältere</b>	<b>51215</b>	<i>Mo. - Mi., 21.06. - 23.06.2021, 08:45 - 12:00 Uhr</i>	<i>Seite 74</i>
<b>WhatsApp – So geht moderne Handy- Kommunikation</b>	<b>51245</b>	<i>Mo., 21.06.2021, 18:45 - 20:15 Uhr</i>	<i>Seite 75</i>



## Vor jeder Eroberung bedarf es der Entdeckung!

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

## 30 Studienreisen

### Fachbereichsleitung und Beratung: Studienreisen

Antje Behre  
Telefon 0 53 41 / 839-38 58  
antje.behre@stadt.salzgitter.de



Foto: Harald Treder

## Studienreisen

### Im Oktober nach Usbekistan

Bereits terminiert ist eine Studienreise der VHS Salzgitter nach Usbekistan. Die ehemalige mittelasiatische Sowjetrepublik wird vom 20. bis 30. Oktober 2021 das Ziel sein. Das Land zwischen Orient und Okzident ist geprägt durch seine märchenhafte Architektur der Timuriden mit ihren blauen Kuppeln, verzierten Minaretten und glasierten Kacheln.

Daneben bietet Usbekistan grandiose Naturschönheiten wie beispielsweise das Ferganatal mit seinen grünen Wiesen und schneebedeckten Bergen. Die Reisenden können sich verzaubern lassen von diesem durch die Händler der Seidenstraße geprägten Land und erleben neben den architektonischen Zeugnissen der Vergangenheit auch das bunte Heute.

Im Programm stehen unter anderem die Hauptstadt Taschkent, Buchara, Rishtan, der Besuch einer Seidenmanufaktur, die UNESCO-Stadt Chiwa, ein Tag in der Wüste und Samarkand.

Alle Einzelheiten werden rechtzeitig bekanntgegeben. Der Preis pro Person wird je nach Teilnehmerzahl bei rund 1850,00 € (plus Einzelzimmerzuschlag) liegen und beinhaltet Flüge mit einer renommierten Linien-gesellschaft, Halbpension und eine deutschsprachige qualifizierte Reiseleitung.



Weitere Informationen gibt es bei Reisebegleiter Norbert Uhde unter Telefon: 0 53 71 / 750 27 02 oder unter E-Mail: reisen.uhde@web.de.

**Kurs-Nr. 22746**

Norbert Uhde



# Gemeinsam alles gewachsen.



[sparkasse-hgp.de/allemgewachsen](https://sparkasse-hgp.de/allemgewachsen)

Gerade jetzt ist Zusammenhalt wichtiger denn je. Darum machen wir uns für die stark, die sich für die Gemeinschaft stark machen. Und unterstützen Künstler, Sportler, Unternehmer vor Ort und all diejenigen, die sich für andere einsetzen.

Gemeinsam  
alles  
gewachsen







## 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 / 839-38 58  
antje.behre@stadt.salzgitter.de

# Kultur und Gestalten

- 34 Literatur
- 35 Malen und Zeichnen
- 37 Musik und Klang
- 37 Fotografie
- 39 Töpfern und Werken
- 40 Textiles Gestalten

Foto: Harald Treder





## Biografisches (und autofiktionales) Schreiben 2 NEU

### Workshop für Fortgeschrittene – Wochenendseminar –

Dieser Workshop richtet sich vor allem an diejenigen, die bereits am ersten Termin teilgenommen haben, und an alle, die schon einiges an (kreativer) Schreib-Erfahrung mitbringen.

Wir wollen weiter: in die Tiefe des Textes eintauchen und in die Keller und Dachböden unserer Erinnerung. Wir widmen uns intensiv literarischen Vorbildern mit der Methode der „Produktiven Leseerfahrung“: Welche biografischen/autofiktionalen Texte haben uns begeistert? Gemeinsam versuchen wir zu erschließen, woher diese Begeisterung auf Textebene rührt und versuchen sie für unser eigenes Schreiben produktiv zu machen.

Wir nutzen weitere Methoden des Kreativen Schreibens, um vor Ort Texte zu verfassen und das Gelernte anzuwenden.

Voraussetzungen:

- > Mindestalter: 18 Jahre
- > Grundkenntnisse der deutschen Sprache, um sich mit der Gruppe austauschen zu können (es muss nicht fließend Deutsch gesprochen werden und es muss nicht auf Deutsch geschrieben werden!)

Mitzubringen:

- > Stift und Papier
- > ein biografischer oder autofiktionaler Text, der Dich begeistert hat
- > optional: Laptop

Sollte es die aktuelle Situation erfordern, kann der Kurs auch digital/online angeboten werden.

#### Kurs-Nr. 22011

12.06.2021

Samstag, 10:00 - 15:00 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 50,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Alexa Dietrich



## 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

27.04.2021

Dienstag, 19:30 - 21:45 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., gebührenfrei  
Salzgitter-Lebenstedt, Stadtbibliothek  
Barbara Henning

#### Kurs-Nr. 21010

29.04.2021

Donnerstag, 19:30 - 21:45 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., gebührenfrei  
Salzgitter-Bad, Stadtbibliothek  
Barbara Henning

## Biografisches (und autofiktionales) Schreiben NEU

### Workshop für Anfänger und Fortgeschrittene – Wochenendseminar –

Tagebuch schreiben, das Fotoalbum mit Anmerkungen versehen, Briefe schreiben oder die eigenen Memoiren verfassen: Alles sind Formen, die das eigene Leben in Worten zu greifen versuchen. Erlebtes in Sprache festhalten zu wollen, stellt uns oft vor Probleme: Wie überhaupt ins Schreiben kommen? Wie lebendig vom Leben erzählen, von der Vielschichtigkeit, von Höhen und Tiefen? Und wie lassen sich rote Fäden in das erzählte eigene Leben weben?

Mit Methoden des Kreativen Schreibens nähern wir uns in einer kleinen Gruppe dem Erschreiben der eigenen Biografie an.

Voraussetzungen:

- > Mindestalter: 18 Jahre
- > Grundkenntnisse der deutschen Sprache, um sich mit der Gruppe austauschen zu können (es muss nicht fließend Deutsch gesprochen werden und es muss nicht auf Deutsch geschrieben werden!)

Mitzubringen:

- > Stift und Papier (wir schreiben mit Hand, nicht mit Laptop!)
- > etwas, mit dem Du dich verbunden fühlst: z. B. ein Kuscheltier aus der Kindheit, ein Schmuckstück, ein Foto, ein Rezept von deinen Großeltern, ...

Zur Workshopleiterin:

Alexa Dietrich studiert Kreatives Schreiben und Kulturjournalismus am Literaturinstitut Hildesheim. Sie schreibt, lektoriert und leitet Workshops und Schreibwerkstätten für Jung und Alt.

Sollte es die aktuelle Situation erfordern, kann der Kurs auch digital/online angeboten werden.

#### Kurs-Nr. 22010

08.05.2021

Samstag, 10:00 - 15:00 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 50,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Alexa Dietrich



## Kreatives Schreiben

NEU

In den Worten – Kreatives Schreiben – liegt ein großer Schatz und eine riesige Herausforderung! Nichts ist schlimmer als einschläfernde, besserwisserische und ausufernde Texte. Ich mag sie nicht mehr lesen. Sie auch nicht? Gut! Dieser Workshop richtet sich an Neu-Autor/innen die ihren Texten das besondere Etwas, den Final-Touch hinzufügen möchten. Anforderungen: Sicherer Umgang mit Word und Internet

**Kurs-Nr. 22020**

13.03.2021

Samstag, 09:00 - 13:00 Uhr

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

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Carmela Klinge



## Spannung, Hochspannung, Wow!

NEU

Was macht eine gute Geschichte aus? Na klar: Figuren, Orte, Handlungen. Und eine Prise SPANNUNG! In diesem Workshop werden Figuren Persönlichkeiten, Orte bringen uns zum Nachdenken und Handlungen wachsen zu Ereignissen. Bringen wir „das besondere Etwas“ in Ihre Geschichten.

Anforderungen: Sicherer Umgang mit Word und Internet

**Kurs-Nr. 22021**

17.04.2021

Samstag, 09:00 - 13:00 Uhr

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

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Carmela Klinge

## Welche Farbe hat die Freude?

NEU

Tiefen Gefühlen Worte zu geben ist ungeheuer schwierig. Dazu brauchen wir einen freien Kopf. Also weg vom Schreibtisch und rein in die Bewegung. Mit Musik und Farbe kommen neue Ideen und die nächste Kurzgeschichte hat ganz viel Gefühl. Für diesen Workshop brauchen wir Stifte aller Art oder Wasserfarben, bequeme Kleidung und Freude auf neue Erfahrungen.

**Kurs-Nr. 22022**

24.03.2021

Mittwoch, 09:00 - 13:00 Uhr

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

vhs.cloud

Carmela Klinge

## Ich schreibe ein Sachbuch!

NEU

Ein Sachbuch braucht ein Thema und eine Struktur. Klar. Ihr Sachbuch soll gelesen werden und Leser erreichen. Zahlen, Daten, Fakten können manchmal etwas „trocken“ daher kommen. Jetzt wird's knifflig. Aber Sachbücher können auch mit einer Prise Humor und Leichtigkeit geschrieben werden. Wie? Treffen wir uns im Workshop.

Anforderungen: Sicherer Umgang mit Word und Internet

**Kurs-Nr. 22023**

20.05.2021

Donnerstag, 09:00 - 13:00 Uhr

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

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Carmela Klinge

## Mein Buch ist fertig – wie geht's weiter?

### Marketing für Autoren

Wenn Autor/innen ihr Werk fertiggestellt haben, soll es auch gelesen werden. Kein Verlag in Sicht, also selbst verlegen! Lesungen? Soziale Netzwerke? Welche Fallstricke müssen beachtet werden? In diesem Workshop gibt's Ideen, Tipps und Lösungen.

Anforderungen: Sicherer Umgang mit Word und Internet

**Kurs-Nr. 22025**

29.05.2021

Samstag, 09:00 - 13:00 Uhr

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

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Carmela Klinge

## Malen und Zeichnen

### Malen und Zeichnen in verschiedenen Techniken

Dieser Kurs ist für Menschen gedacht, die sich aus „Neugier und Lust am Ausprobieren“ vertraut machen wollen mit Mal- und Zeichentechniken und Materialien. Spielerisch experimentell arbeiten wir mit Pastellkreiden, Ölmalkreiden, Acrylfarben, wasservertreibbaren Ölfarben, Farbstiften usw. Anwendungstechniken und gestalterische Grundlagen vermittelt der Kursleiter. Die Themen und Motive entstehen aus den unmittelbaren Interessengebieten der einzelnen Kursteilnehmer/innen. Mitzubringen sind unter anderem – soweit vorhanden – eigene Malmaterialien wie Acrylfarben, Aquarellfarben, Pastellkreiden, Modellierpaste, Leinwände, Zeichenblock DIN A3. Nach Absprache können die Materialien im Kurs erworben werden.

**Kurs-Nr. 23010**

15.02.2021 - 03.05.2021

Montag, 16:45 - 19:00 Uhr

10 Termine, 30 U-Std., 90,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Thomas Wiemann

### Garantiert Zeichnen lernen

#### – für Anfänger/innen und Fortgeschrittene –

Dieser Kurs richtet sich an Menschen, die Interesse und Freude daran haben, das Zeichnen und Sehen auf eine neue Art zu erlernen oder bestehende Kenntnisse zu vertiefen und zu erweitern. Zeichnen zu können hat sehr viel mit einer bestimmten Art des konzentrierten und doch entspannten Sehens zu tun. Dieser Kurs wendet sich auch an Menschen, die die Aufnahmeprüfung an einer Hochschule in den Fachbereichen Freie Kunst, Graphikdesign, Modedesign usw. erwägen.

In diesem Kurs lernen Sie unter anderem, durch Techniken und aufeinander aufbauende Übungen in einen leicht veränderten Bewusstseinszustand hinüberzugleiten. Lernen Sie zu sehen und zu zeichnen wie ein Künstler. Mitzubringen sind: Bleistifte 2B, 4B, 8B, Zeichenblock DIN A3, Knetradierer, Anspitzer.

Auch besteht die Möglichkeit, in diesem Kurs das künstlerische Gestalten mit einem Tablet oder I-Pad und einer entsprechenden App zu erlernen. Bitte in diesem Falle ein Tablet oder I-Pad mitbringen.

**Kurs-Nr. 23020**

15.02.2021 - 03.05.2021

Montag, 19:15 - 21:30 Uhr

10 Termine, 30 U-Std., 90,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Thomas Wiemann





## The Joy of painting® Eine kleine Landschaftsmalerei nach BobRoss®

### „Kleine Berge“

#### – Wochenendseminar –

Unter genauer Anleitung des zertifizierten BobRoss® Kursleiters (CRI) gestalten Sie Ihr kleines Landschaftsbild. Das Bild ist 30 x 40 cm groß und wird in der Wet-on-Wet Technique® (Nass-in-Nass-Ölmaltechnik) des bekannten amerikanischen Malers erstellt. Der Schwerpunkt liegt auf der richtigen Verwendung von Malwerkzeugen, auf den verschiedenen Techniken und den Grundlagen der Nass-in-Nass Ölmalerei. Am Ende des Nachmittages gehen Sie mit einem fertigen Kunstwerk nach Hause!

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

Weitere Informationen zu Motiven, Maltechnik und Kursleiter unter: [www.freudezumalen.de](http://www.freudezumalen.de)

Bitte mitbringen: „Malkleider“, eine Papierküchenrolle, eine Packung Babyfeuchttücher, ggf. einen kleinen Imbiss und einen Karton (30 cm x 40 cm) zum Transport des fertigen Bildes. Ansonsten wird sämtliches Material gestellt.

### Kurs-Nr. 23070

20.02.2021

Samstag, 10:30 - 13:45 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 39,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Stefan Horn

## The Joy of painting® Landschaftsmalerei nach BobRoss®

### „Blauer Mond“

#### – Wochenendseminar –

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 „Blauer Mond“.

Weitere Informationen zu Motiven, Maltechnik und Kursleiter unter: [www.freudezumalen.de](http://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 derer, die es betrachten.

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

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. 23071

12.06.2021

Samstag, 10:30 - 15:30 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 51,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Stefan Horn

## Aktzeichnen für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

#### – Wochenendseminar –

Dieser Samstag steht im Zeichen des Aktes. Er ist gedacht für alle Interessierten, die in kleiner Runde die Grundlagen des figürlichen Zeichnens anhand des menschlichen Körpers erlernen oder verbessern wollen. Durch Vermittlung anatomischer Zusammenhänge, Haltungs- und Proportionsstudien, sowie durch individuelle fachliche Betreuung können Sie sich die menschliche Figur „erarbeiten“. Ein Aktmodell wird unsere künstlerische Arbeit unterstützen. Günstig sind Grundlagen im Zeichnen, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!

Mitzubringen sind: Zeichenblock DIN A2 (160 - 180g), Bleistift Nr. 2B, 4B, 6B, Zeichenkohle, Graphit, Pittpastell (braun, rotel, schwarz, Faber-Castell), 30 cm Lineal, Radiergummi, Knetradiergummi, Tesakrepp, Holzbrett DIN A2.

### Kurs-Nr. 23090

12.06.2021

Samstag, 10:30 - 17:45 Uhr

1 Termin, 9 U-Std., 52,50 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Debora Kim

## Maltag – Kreativer Tag

### – Wochenendseminar –

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

In diesem Kurs 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 €.

### Kurs-Nr. 23051

21.02.2021

Sonntag, 10:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 9 U-Std., 36,00 € ohne Ermäßigung +

Materialkosten ca. 15,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Julia Wally Wagner





**Musik und Klang**

**Cajon – Die Kiste rockt!**

**Trommelkurs für Anfänger/innen (Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren)**

Die Cajon (spanisch: „Holzkiste; Schublade“) ist eine vielseitig einsetzbare Trommel mit einer Schlagfläche aus Holz. Ihr Sound ist kurz und trocken mit einem ausgeprägten Bassanteil. Der „Cajonero“ sitzt beim Spielen auf seinem Instrument. Ursprünglich von afrikanischen Sklaven aus Transportkisten entwickelt, wurde die Cajon in verschiedenen Musikstilen Lateinamerikas (vorwiegend in Peru und Kuba) eingesetzt. Seit den späten 1970er Jahren ist sie fester Bestandteil bei spanischen Flamenco-Gruppen und hat sich in den letzten Jahren als Alternative zum Schlagzeug in der akustischen Musik etabliert. Die Cajon eignet sich auch hervorragend zum rhythmischen Gruppenunterricht.

Nach einer Einführung in die verschiedenen Schlagtechniken üben wir einfache Rhythmuspatterns einstimmig und mehrstimmig. Außerdem wollen wir verschiedene Lieder aus dem Bereich Pop und Rock zur CD begleiten. Gerne gehe ich auf individuelle Wünsche ein. Es können Instrumente bei mir geliehen werden (Gebühr 5,00 €). Bitte spätestens eine Woche vorher Mitteilung per E-Mail an: [lange.trommeln@web.de](mailto:lange.trommeln@web.de)  
Bernd Lange ist seit 2000 als freischaffender Musiker und Musiklehrer tätig.

**Kurs-Nr. 24011**

29.05.2021  
Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 16,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Bernd Lange

**Bodypercussion**

Dieser Workshop richtet sich an alle Musiker und Nicht-Musiker, die sich intensiv mit Rhythmus auseinandersetzen wollen. Zielgruppe sind zum Beispiel Chöre bzw. Chormitglieder oder Band-Musiker aller Stilrichtungen wie Gitarristen, Pianisten, Schlagzeuger. Auch alle Nicht-Musiker, 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 Klangerzeuger, 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-Percussion (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 TeilnehmerInnen 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**

29.05.2021  
Samstag, 13:30 - 16:30 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 16,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Bernd Lange

**Fotografie**

**Fotoarbeitsgemeinschaft der VHS**

**ATELIER 70**

Die Arbeitsgemeinschaft ist für Fotointeressierte gedacht, die ihr technisches, kreatives und ästhetisches Wissen der Fotografie erweitern und vervollständigen wollen. In der Gemeinschaft werden fotografische Inhalte und Techniken intensiv erarbeitet, vermittelt und in der Praxis umgesetzt. Das fotografische Sehen lernen und die Auswahl nach bestimmten Kriterien hochwertiger Bildgestaltung stellen eine elementare Aufgabe dar. In Bildbesprechungen werden eigene Fotografien eingehend von allen Teilnehmern kritisch betrachtet, bewertet und diskutiert. Dabei setzen sich die Teilnehmer sowohl mit den Inhalten und Fragen der Farb- und Bildgestaltungslehre, der Umsetzung kreativer Vorstellungen als auch mit deren Problemlösungen auseinander. Auch die anspruchsvolle Ausarbeitung von Fotografien und die kreative Gestaltung mittels der digitalen Bildbearbeitung sind Gegenstand dieses Kurses. Unser Motto ist, voneinander zu lernen. Voraussetzung zur Teilnahme ist die Beherrschung der Grundlagen der Fotografie. Daher empfehlen wir den vorherigen Besuch der VHS-Foto-Grundkurse.

Ergebnisse der Arbeitsgemeinschaft ATELIER 70 sind unter [www.atelier70.de](http://www.atelier70.de) zu sehen. Alle Interessierten sind uns herzlich willkommen.

**Kurs-Nr. 25040**

18.02.2021  
Donnerstag, 19:30 - 21:00 Uhr  
15 Termine, 30 U-Std., 90,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
N.N.





## Fotoarbeitsgemeinschaft der VHS

### Bildwerk

Die Foto-AG Bildwerk ist eine Arbeitsgemeinschaft für engagierte Fotoamateure, 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 jeder Teilnehmer seine 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 bevorzugen. Unser Anliegen ist Spaß am Fotografieren und Freude an besseren Bildern.

### Kurs-Nr. 25050

22.02.2021

Montag, 19:30 - 21:00 Uhr

15 Termine, 30 U-Std., 90,00 € 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 und natürlich Ihre Kamera mit!

Bei entsprechender Wetterlage probieren wir im Freien, Gelerntes anzuwenden.

### Kurs-Nr. 25054

13.03.2021

Samstag, 10:00 - 13:15 Uhr

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

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Tanita Teichfischer

### Kurs-Nr. 25055

22.05.2021

Samstag, 10:00 - 13:15 Uhr

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

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Tanita Teichfischer



## Grundlagen: Fotos mit Bildbearbeitungsprogrammen optimieren

### – Wochenendseminar –

Dieser Kurs findet für alle Anfänger der Fotografie & Bildbearbeitung statt.

Es werden Grundlagen der Bearbeitungstechniken vermittelt und verschiedene Bildbearbeitungsprogramme vorgestellt.

Speziell wird die Programmoberfläche von Adobe behandelt und eine Einführung in die Bildoptimierung mit Photoshop gegeben.

**Bitte bringen Sie das Programm auf Ihrem eigenen Laptop mit, egal ob als Test- oder Vollversion.**

### Kurs-Nr. 25056

15.05.2021

Samstag, 10:00 - 13:15 Uhr

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

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Tanita Teichfischer

### Kurs-Nr. 25057

03.07.2021

Samstag, 10:00 - 13:15 Uhr

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

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Tanita Teichfischer

## 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

02.02.2021 - 02.03.2021

Dienstag, 18:30 - 20:45 Uhr

5 Termine, 16 U-Std., 48,00 € 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

02.03.2021 - 30.03.2021

Dienstag, 18:30 - 20:45 Uhr

5 Termine, 16 U-Std., 48,00 € 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

13.04.2021 - 11.05.2021

Dienstag, 18:30 - 20:45 Uhr

5 Termine, 16 U-Std., 48,00 € 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

10.02.2021

Mittwoch, 18:30 - 20:45 Uhr

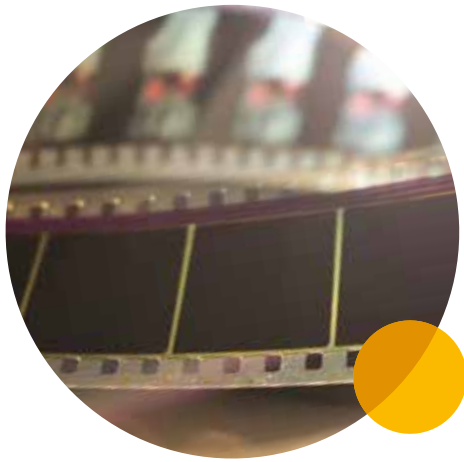
1 Termin, 3 U-Std., 9,00 € ohne Ermäßigung +

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

24.03.2021 - 28.04.2021

Mittwoch, 18:30 - 21:30 Uhr

3 Termine, 12 U-Std., 36,00 € ohne Ermäßigung

+ Materialkosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Marianne Kalhins

### 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

Mittwoch, 03.02.2021 - 21.04.2021

8 Termine, 16 U-Std., 48,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Marianne Kalhins

## Töpfern und Werken

### TonArt – Wir treffen den richtigen Ton

(für Anfänger/innen und Fortgeschrittene)

Beim Töpfern wollen wir unserer Kreativität freien Lauf lassen, uns einlassen auf Neues, Erfahrungen sammeln und uns austauschen. Anfänger/innen und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen. Ein gemeinsames Kursthema bietet allen Teilnehmer/innen nicht nur Inspiration zum schöpferischen Gestalten, sondern darüber hinaus auch die Möglichkeit, unter Berücksichtigung der Vorgaben, zielführendes Handeln zu erproben, eigene Wege und Entscheidungen zu finden, die Erfahrungen der anderen Teilnehmenden in die eigene Entscheidungsfindung zu integrieren und so einen kreativen Lösungsweg zu beschreiten, um am Ende das eigene Werk vollendet in den Händen zu halten.

#### Kurs-Nr. 26015

09.02.2021 - 16.03.2021

Dienstag, 17:30 - 20:30 Uhr

6 Termine, 24 U-Std., 114,20 € ohne Ermäßigung

+ Materialkosten

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Iris Stark

#### Kurs-Nr. 26016

10.02.2021 - 17.03.2021

Mittwoch, 17:30 - 20:30 Uhr

6 Termine, 24 U-Std., 114,20 € ohne Ermäßigung

+ Materialkosten

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Iris Stark

#### Kurs-Nr. 26020

13.04.2021 - 18.05.2021

Dienstag, 17:30 - 20:30 Uhr

6 Termine, 24 U-Std., 114,20 € ohne Ermäßigung

+ Materialkosten

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Iris Stark

#### Kurs-Nr. 26022

14.04.2021 - 19.05.2021

Mittwoch, 17:30 - 20:30 Uhr

6 Termine, 24 U-Std., 114,20 € ohne Ermäßigung

+ Materialkosten

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Iris Stark

### Plastisches Gestalten mit Ton

Die fast grenzenlose Formbarkeit von Ton ist eine verführerische Herausforderung, die es anzunehmen gilt. Das funktioniert aber nur, wenn der Wille zur Gestaltung entgegengesetzt wird. Dabei kann jeder Teilnehmer seine Ideen zu einem von der Kursleiterin vorgegebenen Thema individuell umsetzen. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt! Am wichtigsten ist die Freude am Tun! In diesem Kurs sind Könner und Einsteiger gleichermaßen willkommen.

#### Kurs-Nr. 26030

01.02.2021 - 01.03.2021

Montag, 18:00 - 21:00 Uhr

5 Termine, 20 U-Std., 123,00 € ohne Ermäßigung

+ Materialkosten ca. 20,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ina Otto

#### Kurs-Nr. 26031

08.03.2021 - 26.04.2021

Montag, 18:00 - 21:00 Uhr

5 Termine, 20 U-Std., 123,00 € ohne Ermäßigung

+ Materialkosten ca. 20,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ina Otto

#### Kurs-Nr. 26032

03.05.2021 - 14.06.2021

Montag, 18:00 - 21:00 Uhr

5 Termine, 20 U-Std., 123,00 € ohne Ermäßigung

+ Materialkosten ca. 20,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ina Otto



## Textiles Gestalten

### 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, Einkaufs- oder Turnbeutel nähen.

Falls vorhanden, bitte Nähmaschine mitbringen.

#### Kurs-Nr. 27010

10.02.2021 - 16.06.2021

Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr

8 Termine, 16 U-Std., 54,40 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Jenny Mündel

### Nähkurs für Fortgeschrittene

#### Eine Leidenschaft, die Kleider schafft

Hier kann nach Herzenslust „gestichelet“ 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. 27032

26.02.2021 - 26.03.2021

Freitag, 18:00 - 21:00 Uhr

5 Termine, 20 U-Std., 60,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Manuela Alker

#### Kurs-Nr. 27033

16.04.2021 - 14.05.2021

Freitag, 18:00 - 21:00 Uhr

5 Termine, 20 U-Std., 60,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Manuela Alker

#### Kurs-Nr. 27034

04.06.2021 - 09.07.2021

Freitag, 18:00 - 21:00 Uhr

6 Termine, 24 U-Std., 72,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Manuela Alker



### Maßnahmen – aber richtig

#### So passt das Schnittmuster

Wie oft haben Sie sich schon über die Resultate Ihrer Schneiderarbeit gewundert, weil das käufliche Schnittmuster nicht für Ihre Figur gemacht war? Damit sich Ihr Einsatz lohnt und der heiß begehrte Wunschstoff zum gut sitzenden Kleidungsstück wird, empfiehlt sich: Maßnahmen! Hier erfahren Sie, wo Ihre persönlichen Maße, an den entsprechenden Stellen der bereits vorhandenen Schnittteile eingesetzt, Sinn und Paßform ergeben.

Mitzubringen sind: Blanko DIN A4 Papier, Geodreieck, farbige Fineline, Maßband und Taschenrechner.

#### Kurs-Nr. 27080

16.07.2021

Freitag, 18:00 - 21:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 12,00 € ohne Ermäßigung

+ Materialkosten

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.

#### Kurs-Nr. 27090

Freitag, 07.05.2021, 17:00 - 17:45 Uhr

Samstag, 15.05.2021, 10:00 - 16:00 Uhr

Sonntag, 16.05.2021, 10:00 - 16:00 Uhr

3 Termine, 17 U-Std., 59,50 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Manuela Alker

### Dänischer Kreuzstich – Workshop

#### – Wochenendseminar –

Wir sticken im Kreuzstich nach Mustern der dänischen Handarbeitsgilde.

Themen: Ostern und Frühling

Der Kurs ist für Anfänger/innen und Fortgeschrittene geeignet.

#### Kurs-Nr. 27180

06.03.2021

Samstag, 14:00 - 17:45 Uhr

17,50 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Christine Bohm

### Dänischer Kreuzstich – Workshop

#### – Wochenendseminar –

Wir sticken im Kreuzstich nach Mustern der dänischen Handarbeitsgilde.

Aktuelles Thema: 60 Jahre Kalender von Haandarbejdet's Fremme mit Mustern vieler Designer.

Ziel ist es, im Workshop ein sommerliches Motiv aus einem der Kalender auszuwählen und eine größere Arbeit zu planen oder zu beginnen.

Der Kurs ist für Anfänger/innen und Fortgeschrittene geeignet.

#### Kurs-Nr. 27181

03.07.2021

Samstag, 14:00 - 17:45 Uhr

17,50 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Christine Bohm







## „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:**

Elisabeth Burgtorf  
Telefon 0 53 41 / 839-36 44  
elisabeth.burgtorf@stadt.salzgitter.de

# Gesundheit

- 42 Entspannung
- 45 Bewegung und Körpererfahrung
- 48 Zusammenarbeit mit Sportvereinen
- 50 Selbsthilfe zu Wohlbefinden und Gesundheit
- 50 Bildungsurlaube
- 52 Bewusste Ernährung
- 52 Kochen und Backen
- 53 Heimische Kräuter



Foto: Lothar Siems





## Entspannung

### Infektionsschützende Maßnahmen gegen die Ausbreitung des Corona-Virus

Zum Zeitpunkt der Programmerstellung gelten aufgrund der vorgeschriebenen Corona-Schutzmaßnahmen bestimmte Regeln für die Durchführung von Entspannungskursen:

- Das Umkleiden darf nicht im Kursraum erfolgen. Kommen Sie in entsprechender Kleidung zum Kurs.
- Es müssen eigene Matten, Handtücher etc. mitgebracht werden.
- Ein Abstand von mindestens 2 Metern muss eingehalten werden.
- Die Übungen müssen kontaktlos zwischen den beteiligten Personen durchgeführt werden.
- Die allgemeinen Hygiene-Regelungen sind einzuhalten.

### ... reif für die Insel? – dann auf der Insel entspannen



#### – Wochenendseminar –

Sind Sie reif für die Insel? Fühlen Sie sich angespannt und überfordert? Oder möchten Sie einfach mal abschalten? Dann nehmen Sie sich eine Auszeit und entspannen auf der Insel im Salzgittersee. Schalten Sie ab und lernen Sie, Gelassenheit in Ihre tägliche Routine einzubauen. Lassen Sie sich überraschen! Bitte wettergerechte Kleidung tragen und eine Matte, ein Handtuch sowie ein Getränk mitbringen. Bei Bedarf an Sonnencreme, Kopfbedeckung und Insektenschutzmittel denken.

#### Kurs-Nr. 31001

03.07.2021

Samstag, 14:30 - 17:30 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung

Treffpunkt: Salzgitter-Lebenstedt, Parkplatz

„Salzgittersee-Süd“, Humboldtallee

Sabine Switalski-Rieck

### Shinrin Yoku Entschleunigung in der Natur



#### in Zusammenarbeit mit dem NABU



Die heilende Kraft des Waldes ist mittlerweile belegt. Dieser Kurs bietet eine Einführung in einen neuen Trend aus Japan, in das Waldbaden. Wir begeben uns in die ruhige Welt des Waldes, erlernen verschiedene Achtsamkeits-, Entspannungs- und Entschleunigungsübungen und genießen eine kleine Teezeremonie.

Bitte angemessene Kleidung und Schuhe tragen.

#### Kurs-Nr. 31002

26.06.2021

Samstag, 15:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU

Salzgitter, Siebenbürgener Straße

Melanie Bänisch

### 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 Holz und Bambus ausgeübt. Absolute Anfänger üben anfangs allerdings nicht damit, sondern mit einem speziell hergestellten Übungsgerät.

Bitte in bequemer Kleidung tragen und ein Getränk mitbringen. Bei schlechtem Wetter findet der Kurs im Saal statt.

#### Kurs-Nr. 31010

26.06.2021

Samstag, 14:00 - 17:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus (Garten)

Dr. med. Paul-Ulrich Klinker

### Waldbaden – Shinrin Yoku

NEU

#### im Rahmen des Projekts „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“.

#### Waldbaden im Frühlingwald

##### Kurs-Nr. 31005

20.03.2021

Samstag, 14:00 - 17:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., gebührenfrei

Treffpunkt: Salzgitter-Bad, Friedrich-Ebert-Straße  
(Parkplatz am Ende der Straße)

Beate Vitt



#### Waldbaden im Aprilwetter

##### Kurs-Nr. 31006

24.04.2021

Samstag, 15:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., gebührenfrei

Treffpunkt: Salzgitter-Bad, Friedrich-Ebert-Straße  
(Parkplatz am Ende der Straße)

Beate Vitt



#### Waldbaden im Maiduft

##### Kurs-Nr. 31007

08.05.2021

Samstag, 15:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., gebührenfrei

Treffpunkt: Salzgitter-Bad, Friedrich-Ebert-Straße  
(Parkplatz am Ende der Straße)

Beate Vitt



#### Waldbaden im Sommerwind

##### Kurs-Nr. 31008

12.06.2021

Samstag, 15:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., gebührenfrei

Treffpunkt: Salzgitter-Bad, Friedrich-Ebert-Straße  
(Parkplatz am Ende der Straße)

Beate Vitt



Natur erleben für  
Eltern und Kinder  
in Kooperation mit Familien,  
Kindertagesstätten und  
Familienzentren aus Salzgitter



## Entspannen mit Bodyscan

### – Wochenendseminar –

Bodyscan ist eine Entspannungstechnik, bei der die Aufmerksamkeit auf verschiedene Bereiche des Körpers gerichtet wird. Dabei trainieren Sie Ihre Wahrnehmung und schulen Ihre Achtsamkeit. Spannungen können gelöst und Schmerzen gelindert werden. Gönnen Sie sich eine Auszeit, die Ihnen hilft, innerlich ruhiger und gelassener zu werden.

Bitte bequeme Kleidung tragen und eine Decke, ein Kissen und warme Socken mitbringen.

#### Kurs-Nr. 31012

17.04.2021  
Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Nicole Petrich

#### Kurs-Nr. 31013

12.06.2021  
Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Nicole Petrich

## 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

05.06.2021  
Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Angela Marzoll

## Meditation – ein Weg zur Ausgeglichenheit

### – Wochenendseminar –

Meditation ist ein Weg, um mit körperlicher und seelischer Entspannung zu sich selbst zu finden und sich neu zu entdecken. Sie ist hervorragend geeignet, um Stress abzubauen, sich vom Alltagstrott zu befreien und schließlich das innere Gleichgewicht wiederzufinden. In diesem Kurs lernen Sie verschiedene Meditationsmöglichkeiten, die sich leicht in Ihren Alltag integrieren lassen.

Bitte bequeme Kleidung tragen und eine Decke, ein Handtuch, ein kleines Kissen und dicke Socken mitbringen.

#### Kurs-Nr. 31017

17.04.2021  
Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Astrid Heinrich

## Meditation am Salzgittersee



### – Wochenendseminar –

An diesem Vormittag werden wir verschiedene Meditationsübungen am Salzgittersee praktizieren. Dabei nehmen wir die Düfte und Töne der Natur wahr und entspannen an frischer Luft. Die sanfte Aktivität einer Geh-Meditation bereichert unser Übungsprogramm und lässt uns vom Alltag abschalten und zur Ruhe kommen. Die Übungen sind für jede Altersgruppe geeignet. Bitte bequeme Kleidung sowie Turnschuhe tragen und eine Decke oder Iso-Matte mitbringen. Die Veranstaltung findet auch bei Regen statt. Im Zweifelsfall ist die Dozentin am Kurstag ab 07:30 Uhr über 0179 - 6 25 41 55 zu erreichen.

#### Kurs-Nr. 31018

29.05.2021  
Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung  
Treffpunkt: Salzgitter-Lebenstedt, Parkplatz „Salzgittersee-Süd“, Humboldtallee  
Astrid Heinrich

## 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 Decke, ein kleines Kissen und warme Socken mitbringen.

#### Kurs-Nr. 31020

20.02.2021  
Samstag, 11:00 - 14:00 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Heike Mücklich

#### Kurs-Nr. 31021

27.02.2021  
Samstag, 11:00 - 14:00 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Heike Mücklich

#### Kurs-Nr. 31022

06.03.2021  
Samstag, 10:45 - 13:45 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Heike Mücklich

siehe auch  
Kurs-Nr. 34010

Das Resilienztraining:  
„Fels in der Brandung  
statt Hamster im  
Rad“





## Qigong – Entschleunigung

Beim Qigong lernen wir über die Vorstellungskraft, Atmung und Bewegung mit Stress-Situationen konstruktiv umzugehen und unsere Gefühle und Emotionen zu regulieren. Qigong ist zur aktiven Stressbewältigung besonders gut geeignet. Die Übungen wirken harmonisierend auf das vegetative Nervensystem, stärken das Immunsystem, aktivieren die Vitalkräfte. Für die Teilnahme sind Vorkenntnisse erforderlich. Bitte bequeme Kleidung, leichte Schuhe, Kissen und ein Getränk mitbringen.

### Kurs-Nr. 31120

16.02.2021 - 18.05.2021  
Dienstag, 19:15 - 20:45 Uhr  
12 Termine, 24 U-Std., 72,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Emil-Langen-Realschule  
Gabriele Marienhagen

## Qigong & mehr

### – Wochenendseminar –

Neben Qigong-Übungen bilden verschiedene Meditationspraktiken den Kern des Workshops. Wir werden Sitz-, Geh- und Körpermeditationen praktizieren und die Grundlagen der Achtsamkeit lernen. Auf diesem Weg mobilisieren wir unsere inneren Ressourcen und damit unsere Selbstheilungskräfte. Es bedarf keiner Vorkenntnisse.

Bitte Sportkleidung tragen, eine Matte, ein Handtuch, ein Kissen und Trinken mitbringen.

### Kurs-Nr. 31122

06.03.2021  
Samstag, 09:30 - 12:30 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Gabriele Marienhagen

### Kurs-Nr. 31123

10.04.2021  
Samstag, 09:30 - 12:30 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Gabriele Marienhagen

### Kurs-Nr. 31124

08.05.2021  
Samstag, 09:30 - 12:30 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Gabriele Marienhagen



## 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 bequeme Kleidung tragen und rutschfeste Socken, eine Matte, ein Handtuch und ein Getränk mitbringen.

### Kurs-Nr. 31200

14.03.2021  
Sonntag, 10:00 - 12:30 Uhr  
1 Termin, 3 U-Std., 12,60 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Nadine Becker

## Yoga an der frischen Luft



### – Wochenendseminar –

Einfach mal die Yogamatte unter den Arm klemmen und Yoga nach draußen verlegen! Auf der Wiese im Stadtpark werden wir sanfte Yoga-Übungen für Nacken, Rücken und Bauch praktizieren. Außerdem finden wir Entspannung bei Vogelgezwitscher und frischer Luft sowie bei Meditations- und Atemübungen. Es bedarf keiner Vorkenntnisse.

Bitte wettergerechte Kleidung tragen und eine Matte, ein Handtuch sowie ein Getränk mitbringen. Bei Bedarf an Sonnencreme, Kopfbedeckung und Insektenschutzmittel denken.

Wir treffen uns in SZ-Lebenstedt vor dem Bahnhof am DB-Pavillon. Nur bei schlechtem Wetter findet der Kurs in der VHS (Thiestraße 26 a in SZ-Lebenstedt) statt. Auf Wunsch können weitere Termine angeboten werden.

### Kurs-Nr. 31250

29.05.2021 - 19.06.2021  
Samstag, 14:30 - 16:00 Uhr  
4 Termine, 8 U-Std., 28,00 € ohne Ermäßigung  
Treffpunkt: SZ-Lebenstedt, Bahnhofplatz am DB-Pavillon  
Nadine Becker

## 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 Yoga-Vorkenntnisse, aber körperlicher Voraussetzungen. Sie sollten z. B. in der Lage sein, problemlos vom Boden aufzustehen.

Bitte bequeme, warme Kleidung tragen und eine Yogamatte, eine Decke sowie ein Sitzkissen mitbringen.

### Kurs-Nr. 31260

03.02.2021 - 07.07.2021  
Mittwoch, 15:30 - 17:00 Uhr  
20 Termine, 40 U-Std., 140,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Petra Winck

## 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. 31265

11.02.2021 - 17.06.2021  
Donnerstag, 16:45 - 18:15 Uhr  
13 Termine, 26 U-Std., 85,80 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Gabriela Lalla





## Yoga am Abend

Yoga-Übungen stärken den Körper und fördern die Beweglichkeit. Sie können bei Problemen wie Stress, Schlaflosigkeit, Nervosität, Konzentrationsschwäche oder Stimmungsschwankungen helfen. Yoga ist eine Selbstschulung, in der Sie aus den positiven Erfahrungen der Übungen neue gesundheitsfördernde und lebenbejahende Gewohnheiten entwickeln. Wir befassen uns insbesondere mit Körper- und Atemübungen sowie mit Meditationen und Tiefenentspannung. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie eine Yogamatte, eine Decke und ein Sitzkissen mit.

### Kurs-Nr. 31266

04.02.2021 - 27.05.2021  
Donnerstag, 18:30 - 20:00 Uhr  
14 Termine, 28 U-Std., 92,40 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Barbara Bienias-Krispien

### Kurs-Nr. 31268

04.02.2021 - 27.05.2021  
Donnerstag, 20:15 - 21:45 Uhr  
14 Termine, 28 U-Std., 92,40 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Barbara Bienias-Krispien

## Hatha-Yoga am Vormittag

Aus den positiven Erfahrungen der Yoga-Übungen können Sie neue gesundheitsfördernde und lebenbejahende Gewohnheiten entwickeln. Wir befassen uns insbesondere mit Körper-, Atem- und Entspannungsübungen. Der Kurs ist für Anfänger und fortgeschrittene Anfänger geeignet.

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie eine Yogamatte, eine Decke und ein Yogakissen mit.

### Kurs-Nr. 31272

05.02.2021 - 02.07.2021  
Freitag, 11:00 - 12:30 Uhr  
15 Termine, 30 U-Std., 99,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Stephen Raue

## Hatha-Yoga am Nachmittag

NEU

Aus den positiven Erfahrungen der Yoga-Übungen können Sie neue gesundheitsfördernde und lebenbejahende Gewohnheiten entwickeln. Wir befassen uns insbesondere mit Körper-, Atem- und Entspannungsübungen. Der Kurs ist für Anfänger und fortgeschrittene Anfänger geeignet.

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie eine Yogamatte, eine Decke und ein Yogakissen mit.

### Kurs-Nr. 31274

05.02.2021 - 02.07.2021  
Freitag, 15:45 - 17:15 Uhr  
15 Termine, 30 U-Std., 99,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Stephen Raue

## Hatha-Yoga für den Rücken

Vielfältige Körperübungen steigern die Beweglichkeit der Wirbelsäule. Unabhängig von Lebensalter und Geschlecht steht die Freude an der Körperarbeit an erster Stelle. Schwerpunkte der Übungen sind die Vorbeugung oder Linderung von Rückenbeschwerden. Im Wechsel von Anspannung und Entspannung wird die Selbstwahrnehmung geschult. Verspannte Muskeln werden gelockert, verkürzte gedehnt und geschwächte gekräftigt. Bewusstes Atmen unterstützt die wohltuende Wirkung der Übungen.

Bitte bequeme Kleidung tragen und eine Decke sowie ein kleines Kissen mitbringen.

### Kurs-Nr. 31280

08.02.2021 - 26.04.2021  
Montag, 18:00 - 19:30 Uhr  
10 Termine, 20 U-Std., 70,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Thiede, Grundschule Thiede, hinteres Gebäude, Musikraum  
Inga Friehe

### Kurs-Nr. 31285

09.02.2021 - 27.04.2021  
Dienstag, 18:00 - 19:30 Uhr  
10 Termine, 20 U-Std., 70,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Thiede, Grundschule Thiede, hinteres Gebäude, Musikraum  
Inga Friehe

## Bewegung und Körpererfahrung

### Infektionsschützende Maßnahmen gegen die Ausbreitung des Corona-Virus

Zum Zeitpunkt der Programmerstellung gelten aufgrund der vorgeschriebenen Corona-Schutzmaßnahmen bestimmte Regeln für die Durchführung von Bewegungskursen:

- Das Umkleiden darf nicht im Kursraum erfolgen. Kommen Sie in entsprechender Kleidung zum Kurs.
- Es müssen eigene Matten, Handtücher etc. mitgebracht werden.
- Ein Abstand von mindestens 2 Metern muss eingehalten werden.
- Die Übungen müssen kontaktlos zwischen den beteiligten Personen durchgeführt werden.
- Die allgemeinen Hygiene-Regelungen sind einzuhalten.

## 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 Bewegungsabläufe bauen Sie ein neues Bewegungsrepertoire auf, lösen Verspannungen und verbessern Ihre Haltung sowie Koordination. Entdecken Sie, wie Sie nicht nur körperlich beweglicher, stabiler und entspannter, sondern auch psychisch gelöster werden. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und ein Getränk mit.

### Kurs-Nr. 32002

26.06.2021  
Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 18,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Martina Reichelt



## Faszientraining & mehr

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 Faszienewebe
  - Dehnen des ganzen Körpers
  - Aufbau von Kraft
  - Steigerung der Körperwahrnehmung und Beweglichkeit
  - 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. 32003

13.03.2021  
Samstag, 10:00 - 16:00 Uhr  
1 Termin, 8 U-Std., 33,60 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Gabriela Lalla

### Kurs-Nr. 32004

24.04.2021  
Samstag, 10:00 - 16:00 Uhr  
1 Termin, 8 U-Std., 33,60 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Gabriela Lalla

## Smovey XXL – Abnehmen mit Schwung

Wer abnehmen möchte, ist bei diesem effektiven Ganzkörpertraining genau richtig. Durch gezielte Übungen mit Schwungringen wird die Muskulatur aktiviert und die Fettverbrennung angeregt. Außerdem können das Bindegewebe gestrafft, Verspannungen gelöst, das Immunsystem gestärkt und das Gleichgewicht sowie die Konzentration gefördert werden. Die Stahlkugeln im Innern der Ringe vibrieren und erzeugen eine Schwingung, die in jeder Körperzelle wirkt. Nutzen Sie dieses Bewegungs- und Fitnessprogramm, um mit Freude und Leichtigkeit zum „Wohl-Fühl-Körper“ zu gelangen. Es ist für jedes Alter geeignet. Bitte bequeme Kleidung tragen und ein Badehandtuch mitbringen.

### Kurs-Nr. 32111

10.02.2021 - 28.04.2021  
Mittwoch, 17:30 - 18:15 Uhr  
10 Termine, 10 U-Std., 49,00 € ohne Ermäßigung  
Leihgebühr für die Ringe ist in der Kursgebühr enthalten.  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Elisabeth Weiß

### Kurs-Nr. 32112

05.05.2021 - 07.07.2021  
Mittwoch, 17:30 - 18:15 Uhr  
10 Termine, 10 U-Std., 49,00 € ohne Ermäßigung  
Leihgebühr für die Ringe ist in der Kursgebühr enthalten.  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Elisabeth Weiß

## Smovey & mehr

Smovey & mehr ist eine Kombination aus körperlicher und geistiger Fitness. Die Arbeit mit den Schwungringen aktiviert einen Großteil der Muskulatur, strafft das Bindegewebe, fördert den Stoffwechsel, insbesondere die Fettverbrennung, kräftigt das Herz- und Kreislaufsystem, stärkt das Immunsystem und fördert die Konzentration und das Gleichgewicht. Die Arbeit mit den Ringen reaktiviert verlorene Funktionen und stärkt vorhandene Fähigkeiten. Zusätzlich trainieren wir mit gezielten Übungen und verschiedenen Materialien unser Gehirn bzw. Gedächtnis und steigern so unsere geistige Leistungsfähigkeit. Bitte bequeme Kleidung tragen und ein Badehandtuch mitbringen.

### Kurs-Nr. 32113

10.02.2021 - 28.04.2021  
Mittwoch, 18:30 - 19:15 Uhr  
10 Termine, 10 U-Std., 49,00 € ohne Ermäßigung  
Leihgebühr für die Ringe ist in der Kursgebühr enthalten.  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Elisabeth Weiß

## Smovey-Walk im Greifpark



Beim Smovey-Walk unterstützen die frische Luft, das Grün der Natur sowie die Ausstrahlung der Bäumen und Pflanzen das effektive Training mit den Ringen. Wir stärken dabei das Immunsystem, kräftigen Herz- und Kreislauf und fördern den Stoffwechsel sowie die Fettverbrennung. Durch das Schwingen der Arme entsteht im Innern der Ringe eine Vibration, die bis in die Tiefenmuskulatur wirkt. Dabei werden Kraft und Ausdauer gefördert. Kleine Auflockerungsübungen ergänzen den Smovey-Walk. Regenerieren und entspannen Sie im Freien.

Bitte passende Kleidung und Schuhe tragen. Wir treffen uns vor dem Thermoalebad und walken gemeinsam in den Greifpark.

### Kurs-Nr. 32114

05.05.2021 - 09.06.2021  
Mittwoch, 16:00 - 17:00 Uhr  
6 Termine, 8 U-Std., 37,20 € ohne Ermäßigung  
Leihgebühr für die Ringe ist in der Kursgebühr enthalten.  
Treffpunkt: Salzgitter-Bad, Thermoalebad  
Elisabeth Weiß



### Kurs-Nr. 32115

16.06.2021 - 21.07.2021  
Mittwoch, 16:00 - 17:00 Uhr  
6 Termine, 8 U-Std., 37,20 € ohne Ermäßigung  
Leihgebühr für die Ringe ist in der Kursgebühr enthalten.  
Treffpunkt: Salzgitter-Bad, Thermoalebad  
Elisabeth Weiß



## 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 Sportanfänger. Sie erhalten Tipps für einfache Übungen, die Sie am Arbeitsplatz anwenden können. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.

### Kurs-Nr. 32205

08.02.2021 - 12.07.2021  
Montag, 17:00 - 17:45 Uhr  
20 Termine, 20 U-Std., 60,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Hauptschule An der Klunkau  
Ulrike Strohbecke



## Beckenbodentraining

Beckenbodenschwäche und die damit verbundenen gesundheitlichen Probleme und Einschränkungen sind weiter verbreitet 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. Bitte bequeme Kleidung tragen.

### Kurs-Nr. 32210

03.02.2021 - 05.05.2021  
Mittwoch, 17:15 - 18:15 Uhr  
12 Termine, 16 U-Std., 48,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Emil-Langen-Realschule  
Inge Wenke

### Kurs-Nr. 32212

#### – Frauenkurs –

08.02.2021 - 10.05.2021  
Montag, 17:00 - 18:00 Uhr  
12 Termine, 16 U-Std., 48,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Emil-Langen-Realschule  
Inge Wenke



## Fit in den Tag

### – Frauenkurs –

Für eine aufrechte und gestärkte Körperhaltung trainieren wir nach einer gezielten Aufwärmphase unseren gesamten Körper von Kopf bis Fuß. Bitte Sportkleidung tragen, ein Handtuch und Trinken mitbringen.

#### Kurs-Nr. 32230

04.02.2021 - 25.03.2021  
Donnerstag, 09:00 - 09:45 Uhr  
8 Termine, 8 U-Std., 25,60 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Manuela Voll

#### Kurs-Nr. 32232

15.04.2021 - 08.07.2021  
Donnerstag, 09:00 - 09:45 Uhr  
12 Termine, 12 U-Std., 38,40 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Manuela Voll

## Fit mit Bellydance

### – Frauenkurs –

Dieser Kurs bietet Ihnen Gesundheit und Fitness für Körper, Geist und Seele. Mit Elementen des Orientalischen Tanzes, des Flamenco 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 überraschen!

Es bedarf keiner Vorkenntnisse. Der Kurs ist für jedes Alter geeignet. Bitte tragen Sie ein T-Shirt, eine Leggings oder Sporthose und bringen Sie ein großes Tuch für die Hüften und Gymnastikschuhe mit.

#### Kurs-Nr. 32234

02.03.2021 - 11.05.2021  
Dienstag, 18:00 - 19:00 Uhr  
9 Termine, 12 U-Std., 38,40 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Birgitt Hülse



NEU

NEU



## 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. Im theoretischen Teil werden die wichtigsten Beschwerden, die an der Wirbelsäule entstehen können, besprochen. Bitte Iso-Matte oder kleine Decke mitbringen.

#### Kurs-Nr. 32320

01.02.2021 - 19.07.2021  
Montag, 09:00 - 09:45 Uhr  
22 Termine, 22 U-Std., 66,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Fredenberg, Fredenbergforum e.V.  
Viktor Guschakowski

#### Kurs-Nr. 32325

01.02.2021 - 19.07.2021  
Montag, 10:00 - 10:45 Uhr  
22 Termine, 22 U-Std., 66,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Fredenberg, Fredenbergforum e.V.  
Viktor Guschakowski

#### Kurs-Nr. 32330

01.02.2021 - 19.07.2021  
Montag, 11:00 - 11:45 Uhr  
22 Termine, 22 U-Std., 66,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Fredenberg, Fredenbergforum e.V.  
Viktor Guschakowski

## Rücken-fit für den Alltag

Durch Bewegungsmangel, falsche Haltung und einseitige Belastungen nehmen Rückenprobleme immer mehr zu. Doch alle wünschen sich einen belastbaren und beschwerdefreien Rücken. Ein starker Rücken braucht Stabilität, Beweglichkeit und Erholung. Mit gezielten Übungen trainieren wir die Mobilität sowie Belastung und Entspannung des gesamten Rückens. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie eine Fitness-Matte mit.

#### Kurs-Nr. 32340

16.02.2021 - 18.05.2021  
Dienstag, 17:00 - 17:45 Uhr  
12 Termine, 12 U-Std., 36,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Emil-Langen-Realschule  
Roxane Wilhelmus

## Fit mit Hits – der etwas andere Fitnesskurs

NEU

In diesem Kurs wird zu Party- und Gute-Laune Musik trainiert, sodass die Zeit wie im Flug vergeht. Es ist eine Mischung aus Ausdauer und Ganzkörpertraining. Es werden alle Muskelgruppen angesprochen. Am Ende lassen wir den Kurs mit einem Cool-down zu entspannter Musik ausklingen.

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie eine Fitness-Matte mit.

#### Kurs-Nr. 32342

16.02.2021 - 18.05.2021  
Dienstag, 18:00 - 18:45 Uhr  
12 Termine, 12 U-Std., 36,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Emil-Langen-Realschule  
Roxane Wilhelmus

## Outdoor Gym



NEU

Wir treffen uns am Stadtbad und trainieren am See unsere Ausdauer, kräftigen und dehnen unsere Muskulatur. Dazu nutzen wir als Übungsgeräte den eigenen Körper und natürliche Gegebenheiten.

Bitte Sportschuhe sowie dem Wetter angepasste und bequeme Kleidung tragen.

#### Kurs-Nr. 32344

03.06.2021 - 08.07.2021  
Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr  
6 Termine, 8 U-Std., 24,00 € ohne Ermäßigung  
Treffpunkt: Salzgitter-Lebenstedt, Parkplatz am Stadtbad  
Roxane Wilhelmus





## Zusammenarbeit mit Sportvereinen

### Zumba®-Fitness

#### SV Glück Auf 1901

Dies ist ein Tanz-Fitnesskurs zu lateinamerikanischer Musik, der Spaß macht. Zumba ist einfach zu lernen, bringt einen zum Schwitzen und verhilft ganz nebenbei zum Wohlbefinden.

#### Kurs-Nr. 32720

08.02.2021 - 12.07.2021

Montag, 18:30 - 19:30 Uhr

20 Termine, 26 U-Std., 78,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Fredenberg, Gymnasium Am Fredenberg

Bianka Wehrmann

### Zumba® gold

#### SV Glück Auf 1901

Zumba gold ist ein originelles Tanz-Fitness-Programm, das speziell für Anfänger, aktive ältere Erwachsene oder Teilnehmer, die eine Abwechslung in ihrem Training suchen, konzipiert wurde. Die Zumba-Übungen benutzen lateinamerikanische und internationale Musik mit schnellen und langsamen Rhythmen und fördern die allgemeine Ausdauer sowie sportliche Leistungsfähigkeit.

#### Kurs-Nr. 32732

03.02.2021 - 14.07.2021

Mittwoch, 18:00 - 19:00 Uhr

21 Termine, 28 U-Std., 84,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Gebhardshagen, SV Glück Auf Gebhardshagen e.V.

Bianka Wehrmann

### 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 entscheidende Muskelgruppen und führt zu innerer Ruhe.

#### Kurs-Nr. 32735

04.02.2021 - 08.07.2021

Donnerstag, 17:15 - 18:15 Uhr

20 Termine, 26 U-Std., 78,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Gebhardshagen, SV Glück Auf Gebhardshagen e.V.

Bianka Wehrmann

### 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. 32737

04.02.2021 - 08.07.2021

Donnerstag, 18:30 - 19:30 Uhr

20 Termine, 26 U-Std., 78,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Gebhardshagen, SV Glück Auf Gebhardshagen e.V.

Bianka Wehrmann

### Drums Alive®

#### SV Glück Auf 1901

Das ganzheitliche Workout verbindet einfache, aber dynamische Bewegungen mit einem pulsierenden Trommelrhythmus. Drums Alive® steckt voller motivierender Musik und steigert die physische sowie mentale Fitness.

#### Kurs-Nr. 32739

09.02.2021 - 13.07.2021

Dienstag, 09:30 - 10:30 Uhr

20 Termine, 26 U-Std., 78,00 € ohne Ermäßigung

SZ-Gebhardshagen, Burgsporthalle Gebhardshagen

Manuela Voll

### bellicon® Jumping Fitness

#### SV Glück Auf 1901

Es ist ein besonders effektives Fitness-Programm auf speziell entwickelten Trampolinen. Das Training besteht aus verschiedenen Sprüngen, dynamischen Sprints, Balance- und Muskelaufbau-Übungen. Jumping Fitness ist ein mitreißendes Training mit Musik, bei dem der Spaß nicht zu kurz kommt.

#### Kurs-Nr. 32743

04.02.2021 - 08.07.2021

Donnerstag, 19:45 - 20:45 Uhr

20 Termine, 26 U-Std., 78,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Gebhardshagen, SV Glück Auf Gebhardshagen e.V.

Nicole Graf

#### Kurs-Nr. 32745

09.02.2021 - 13.07.2021

Dienstag, 18:45 - 19:45 Uhr

20 Termine, 26 U-Std., 78,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Gebhardshagen, SV Glück Auf Gebhardshagen e.V.

Nicole Graf

NEU

### 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 gegebenenfalls mit einem Elektro-Cart.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Schläger und Bälle werden gestellt. Bitte bringen Sie Sportschuhe und bei Bedarf Regenbekleidung mit.

#### Kurs-Nr. 32790

Samstag, 12.06.2021, 15:00 - 17:15 Uhr

Sonntag, 13.06.2021, 15:00 - 17:15 Uhr

2 Termine, 6 U-Std., 25,20 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad; Golf Club Salzgitter / Liebenburg e.V.,

Sportpark Mahner Berg

Christine Walisch

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



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, 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-salgitter-bad.de

**E-Mail:**  
info@rgv-salgitter-bad.de

**Telefon:**  
0 53 41 / 18 67 47



**Nordic Walking**



**Reha- und Gesundheitssportverein Salzgitter-Bad e.V.**

Nordic Walker gehen zwar „am Stock“, aber diese Tatsache tut ihrer Bewegung keinen Abbruch, im Gegenteil. Nordic Walking ist perfekt für alle Einsteiger, die langfristig ihre Ausdauer, Koordination und Fitness verbessern wollen. In dieser Nordic-Walking-Gruppe darf jeder so schnell walken, wie er kann, darf kurze oder längere Strecke mit und ohne Berg wählen. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, auf eigene Kosten an einem gemeinsamen Kaffeetrinken teilzunehmen. Bitte bequeme Kleidung tragen. Stöcker können gestellt werden.

**Kurs-Nr. 32777**

03.06.2021 - 24.06.2021  
Donnerstag, 10:15 - 11:30 Uhr  
4 Termine, 6 U-Std., gebührenfrei  
Treffpunkt: Salzgitter-Bad, Parkplatz am Thermal-solbad  
Jutta Mull

**Boule (Pétanque)**



**Reha- und Gesundheitssportverein Salzgitter-Bad e.V.**

Boulespielen ist sehr gesellig und hat daher schon viele Anhänger und Mitspieler. Die RGV-Boule-Gruppe lädt Sie ein, das Spiel kennen zu lernen. Bitte bequeme Kleidung tragen, Turnschuhe und ein Getränk mitbringen.

**Kurs-Nr. 32773**

31.05.2021 - 21.06.2021  
Montag, 15:00 - 17:00 Uhr  
4 Termine, 10 U-Std., gebührenfrei  
Salzgitter-Bad, Hamburg-Boule-Platz im MTV Sport-zentrum, Jahnstraße  
Klaus-Dieter Gerke

**Volleyball in einer Hobbygruppe**

**Reha- und Gesundheitssportverein Salzgitter-Bad e.V.**

Bei dieser Sportgruppe steht der Spaß am Volleyball und an der Bewegung im Vordergrund. Eine aufgeschlossene Gruppe freut sich auf Verstärkung. Bitte bequeme Kleidung tragen, Turnschuhe und ein Getränk mitbringen.

**Kurs-Nr. 32779**

04.06.2021 - 02.07.2021  
Freitag, 18:00 - 20:00 Uhr  
5 Termine, 13 U-Std., gebührenfrei  
Salzgitter-Bad, Gymnasium Salzgitter-Bad, große Turnhalle  
Heinz Hannich

**Minigolf oder Bahnengolf**



NEU

**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 Minigolfer ein Erlebnis mit viel Spaß und fördern gleichzeitig ihre Gesundheit. Bitte entsprechende Bekleidung tragen. Minigolf-schläger können gestellt werden.

**Kurs-Nr. 32771**

31.05.2021 - 14.06.2021  
Montag, 15:00 - 16:30 Uhr  
3 Termine, 6 U-Std., gebührenfrei  
Salzgitter-Gebhardshagen, SV Glück Auf Geb-hardshagen e.V., Minigolfanlage  
Eleonore Müller

**Wassergymnastik**

**Reha- und Gesundheitssportverein Salzgitter-Bad e.V.**

Wassergymnastik hält fit und vital. Sie ist eine optimale Sportart für Menschen, die Probleme mit den Gelenken haben und eine Belastung der Knie, der Hüften oder des Rückens vermeiden sollen. Diese Gruppe ist für Ungeübte und Nichtschwimmer geeignet. Im Anschluss an die Gymnastik besteht die Möglichkeit, bis 22:00 Uhr zu schwimmen. Bitte entsprechende Bekleidung mitbringen. Nutzen Sie den Nebeneingang des Thermal-solbades am unteren Parkplatz.

**Kurs-Nr. 32775**

31.05.2021 - 21.06.2021  
Montag, 21:00 - 21:30 Uhr  
4 Termine, 3 U-Std., gebührenfrei  
Salzgitter-Bad, Thermal-solbad (Nebeneingang)  
Martina Rath

**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. 32781**

04.06.2021 - 02.07.2021  
Freitag, 17:30 - 19:00 Uhr  
5 Termine, 10 U-Std., gebührenfrei  
Salzgitter-Bad, Gymnasium Salzgitter-Bad, große Turnhalle  
Eleonore Müller



## Selbsthilfe zu Wohlbefinden und Gesundheit

### Survivaltraining Selbsterfahrung in der Wildnis



in Zusammenarbeit mit dem NABU



Dieser Survivalkurs ist nichts für schwache Nerven! Auf der vielseitigen NABU-Station und dessen Umkreis lernen wir die wichtigsten Überlebenstechniken und unser Selbst kennen. Auf unserem Streifzug orientieren wir uns mit Karten, lernen die Grundlagen zur Nutzung eines Kompasses kennen, lesen und verfolgen Tierspuren und errichten ein sicheres Lager aus Laubhütten für unsere Mittagspause. Mit richtigen Schleich- und Tarntechniken versuchen wir den gesamten Tag unerkannt zu bleiben. Unser Training endet mit der Kunst des Feuermachens, einer gemütlichen Runde mit Stockbrot und einer Reflexion über die Erfahrung dieses Tages. Bitte tragen Sie wettergerechte Kleidung und Schuhe.

#### Kurs-Nr. 34005

16.05.2021

Sonntag, 10:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 10 U-Std., 46,00 € ohne Ermäßigung

Materialkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU Salzgitter, Siebenbürgener Straße

Melanie Bänsch

### Survivaltraining Selbsterfahrung in der Wildnis



NEU

Aufbaukurs in Zusammenarbeit mit dem NABU



Für alle Survivalists, die bereits die Grundlagen des Überlebenstrainings beherrschen, bietet dieser Aufbaukurs neue Herausforderungen. Zur Verfügung stehen uns dieses Mal eine Plane, eine Schnur, ein Messer, ein Kompass und die Kopie einer Karte. Mit Hilfe des professionellen Kartenlesens versuchen wir eine verborgene Kiste zu bergen, die uns weitere Anweisungen und Materialien für den Tag liefern wird. Wir probieren verschiedene Jagdtechniken und die Kunst des Feuerbohrens. Anschließend kochen wir unser Abendessen auf diesem Feuer und reflektieren den Tag. Bitte tragen Sie wettergerechte Kleidung und Schuhe.

#### Kurs-Nr. 34007

19.06.2021

Samstag, 10:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 10 U-Std., 46,00 € ohne Ermäßigung

Materialkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Salzgitter-Lebenstedt, Biologische Station NABU Salzgitter, Siebenbürgener Straße

Melanie Bänsch

### Das Resilienztraining: „Fels in der Brandung statt Hamster im Rad“

NEU

– Wochenendseminar –

Mit einem gezielten Training können Sie Ihre persönliche Resilienz, also Ihre eigene Widerstandsfähigkeit, stärken. In einer Art „Parcours“ bauen Sie Ihre innere Stärke, Klarheit und Gelassenheit aus. Die verschiedenen Trainingsschritte setzen dabei den Fokus auf Ressourcen statt auf Defizite und fördern Ihre Belastungsfähigkeit sowie Stabilität. Innerhalb kurzer Zeit erreichen Sie erste Ziele und werden ein „Fels in der Brandung“ statt ein „Hamster im Rad“. Entspannungsübungen ergänzen das Training.

Bitte bequeme Kleidung tragen und warme Socken, eine Matte und ein Getränk mitbringen.

#### Kurs-Nr. 34010

06.03.2021 - 24.04.2021

Samstag, 14:00 - 17:00 Uhr

6 Termine, 24 U-Std., 76,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sigrid Mannel, Traute Boll

### Akupressur

Lernen und üben Sie das Massieren von Akupressurpunkten durch leichten Daumendruck. Diese Methode regt den Energiefluss in den Meridianen und damit Ihre Selbstheilungskräfte an, stärkt Ihr Immunsystem, wirkt Schlafstörungen, Nervosität und Unruhe entgegen, löst Verspannungen und entspannt Muskeln (z. B. im Nacken- und Schulterbereich, im Rücken, in den Hüften sowie in den Beinen). Die Akupressur hat den enormen Vorteil, dass man sie einfach und ohne Geräte oder Mittel anwenden kann. Die Hände reichen völlig aus.

#### Kurs-Nr. 34020

18.03.2021

Donnerstag, 16:30 - 19:30 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Nadeshda Koschke

### Klassische Massage

In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen einer klassischen Massage, anspruchsvolle und besonders wohltuende Massagegriffe und verschiedene Massagetechniken.

Zum Zeitpunkt der Programmierung sind aufgrund der Corona-Hygiene-Maßnahmen nur kontaktlose Umgangs- und Sozialformen möglich. Wird diese Bestimmung aufgehoben, rundet eine Wohlfühl-Entspannung den Abend ab.

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie warme Socken, Badehandtuch und eine Matte mit.

#### Kurs-Nr. 34025

20.05.2021

Donnerstag, 16:30 - 19:30 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 16,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Nadeshda Koschke

## Bildungsurlaube

### BU Dem Leben eine neue Richtung geben

Ein Weg zur Gesundheitsprävention

– Wochenintensivkurs –

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.

#### Kurs-Nr. 34930

Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub für Teilzeitkräfte anerkannt.

22.03.2021 - 26.03.2021

Montag - Freitag, 09:00 - 12:30 Uhr

5 Termine, 20 U-Std., 73,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 19.02.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sigrid Mannel, Traute Boll

#### Kurs-Nr. 34935

Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub für Vollzeitkräfte anerkannt.

28.06.2021 - 02.07.2021

Montag - Freitag, 08:30 - 16:00 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 133,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 21.05.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sigrid Mannel, Traute Boll





## BU Achtsam im Beruf und Alltag

### Ein Weg zur Stressbewältigung – Wochenendseminar –

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 hirnpfysiologische 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

#### Kurs-Nr. 34965

**Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub für Vollzeitkräfte anerkannt.**

19.04.2021 - 23.04.2021

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

5 Termine, 40 U-Std., 133,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 15.03.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Gabriela Lalla

#### Kurs-Nr. 34966

**Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub für Teilzeitkräfte anerkannt.**

21.06.2021 - 25.06.2021

Montag - Freitag, 09:00 - 12:30 Uhr

5 Termine, 20 U-Std., 73,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 17.05.2021

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. 34940

03.05.2021 - 07.05.2021

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

5 Termine, 40 U-Std., 133,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 29.03.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Adam Andrissek

## BU Gesundheitsprävention: Erhalt der Leistungsfähigkeit durch Stressabbau und Gewichtsreduktion

### – Wochenintensivkurs –

**Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub für Vollzeitkräfte anerkannt.**

Egal was Sie tun - die Kilos bleiben? Die Schuldigen am überflüssigen Fettpolster sind oft Stresshormone, die wir selbst unbewusst produzieren. Die Gegenmaßnahmen sind einfach und die Ergebnisse erstaunlich. In diesem BU erfahren Sie Grundsätzliches über Stoffwechsel, Neurotransmitter und seelische Stabilität, wie Sie Stressfaktoren erkennen und abbauen, die „Mini-Kraftwerke“ in Ihren Zellen anfeuern und Ihre „Reserven“ abschmelzen können.

Zum Zeitpunkt der Programmerrstellung ist aufgrund der Corona-Hygiene-Bestimmungen keine Küchennutzung möglich. Wird diese Regel aufgehoben werden wir Essen unter Verwendung von Wildkräutern selbst zubereiten und genießen. Dafür fallen Kosten von ca. 15,00 € an, die direkt bei Frau Haverkamp zu entrichten sind.

#### Kurs-Nr. 34945

17.05.2021 - 21.05.2021

Montag - Freitag, 08:30 - 15:45 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 210,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 09.04.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ute Haverkamp



## Bewusste Ernährung

### Zusammen leichter – auf zum Wunschgewicht

An diesen Abenden beschäftigen wir uns mit einer ausgewogenen Ernährung und einem bewussten Essverhalten, um Gewicht zu verlieren und das reduzierte Gewicht zu halten. Die theoretischen Themen sind sinnvoll aufeinander aufgebaut. Individuelle Ernährungsprotokolle und -pläne, Einkaufsberatung, Hintergründe zur Wirkung der Psyche auf das eigene Essverhalten und viele praktische Tipps ergänzen das Grundwissen.

#### Kurs-Nr. 35003

22.02.2021 - 26.04.2021

montags, 18:30 - 20:00 Uhr

Achtung: Am 26.04.2021 findet der Kurs von 18:30 bis 21:30 Uhr statt.

8 Termine, 18 U-Std., 59,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Stefanie Meyer

#### Vorankündigung für das 2. Semester 2021

### 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.

#### Kurs-Nr. 34969

06.09.2021 - 10.09.2021

Montag - Freitag, 09:00 - 12:30 Uhr

5 Termine, 20 U-Std., 73,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 02.08.2021

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Sabine Switalski-Rieck

#### Vorankündigung für das 2. Semester 2021

### 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. 34930

01.11.2021 - 05.11.2021

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

5 Termine, 40 U-Std., 133,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 27.09.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Adam Andrissek

## Kochen und Backen

Zum Zeitpunkt der Programmerstellung ist aufgrund der vorgeschriebenen Corona-Schutzmaßnahmen eine Küchennutzung nicht möglich. Wird diese Regel aufgehoben, finden Sie die Koch- und Backkurse im Internet unter [www.vhs-salzgitter.de](http://www.vhs-salzgitter.de). Beachten Sie dazu auch aktuelle Pressemitteilungen.







## Heimische Kräuter



### Kräuterwanderungen

Diese Wanderungen wenden sich an Pflanzen- und Naturinteressierte. Sie erfahren Wissenswertes zu heimischen Wildpflanzen und Wildkräutern. Sie lernen sie in ihrer natürlichen Umgebung kennen und erhalten Tipps, worauf Sie beim Sammeln und Verwerten achten sollten. Außerdem fördern Sie quasi nebenbei mit der Bewegung an der frischen Luft Ihre Gesundheit.

#### Die Kraft der Frühlingskräuter



Im April explodiert die Natur förmlich. Der Duft von frischem Bärlauch und Veilchen zieht durch die Luft. Auf einer Wanderung am Elber Berg entdecken wir gemeinsam die ersten essbaren Wildpflanzen. Dabei erfahren wir Interessantes zur Geschichte, Wirkung und Verwendung dieser Pflanzen.

Wir treffen uns um 10:30 auf dem Parkplatz am Sportplatz in Groß Elbe. Bitte bringen Sie für die gemeinsame Pause Selbstverpflegung mit. Denken Sie an geeignete Kleidung und Schuhwerk. Eventuell anfallende Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

#### Kurs-Nr. 34970

27.03.2021  
Samstag, 10:30 - 14:15 Uhr  
1 Termin, 5 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung + Materialkosten  
Treffpunkt: Parkplatz am Sportplatz Groß Elbe (Wegweiser an der Haupt- und Durchfahrtstraße beachten)  
Christiane Nusche

#### Es grünt so grün im Frühling



Leckere Knospen, frisches Laub an den Bäumen, zarte Brennesselblätter - die grünen Köstlichkeiten beginnen zu sprießen. Wahre Vitaminbomben warten zum Nulltarif darauf, von uns verzehrt zu werden. Auf dieser Kräuterwanderung am Elber Berg erfahren Sie Wissenswertes rund um die gesunden, leckeren Frühlingskräuter.

Wir treffen uns um 10:30 auf dem Parkplatz am Sportplatz in Groß Elbe. Bitte bringen Sie für die gemeinsame Pause Selbstverpflegung mit. Denken Sie an geeignete Kleidung und Schuhwerk. Eventuell anfallende Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

#### Kurs-Nr. 34972

17.04.2021  
Samstag, 10:30 - 14:15 Uhr  
1 Termin, 5 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung + Materialkosten  
Treffpunkt: Parkplatz am Sportplatz Groß Elbe (Wegweiser an der Haupt- und Durchfahrtstraße beachten)  
Christiane Nusche

#### Grüne Lust



#### Frühlingsfit mit Wildkräutern

Wir machen uns auf die Suche nach wertvollen Frühlingskräutern, die nicht nur unseren Speiseplan bereichern, sondern uns auch im Kampf gegen so manches Zipperlein unterstützen. Welche Kräutlein sind das? Wie erkennt man sie? Welche netten Geschichten gibt es dazu? Dies und vieles mehr erfahren Sie auf dieser Kräuterwanderung am Elber Berg.

Wir treffen uns um 10:30 auf dem Parkplatz am Sportplatz in Groß Elbe. Bitte bringen Sie für die gemeinsame Pause Selbstverpflegung mit. Denken Sie an geeignete Kleidung und Schuhwerk. Eventuell anfallende Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

#### Kurs-Nr. 34974

08.05.2021  
Samstag, 10:30 - 14:15 Uhr  
1 Termin, 5 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung + Materialkosten  
Treffpunkt: Parkplatz am Sportplatz Groß Elbe (Wegweiser beachten)  
Christiane Nusche

#### Mit Wildkräutern in den Sommer



Jetzt ist die Zeit, in der wir im Überfluss aus der Natur schöpfen dürfen. Eine Vielzahl an heilkräftigen Kräutern steht uns am Wegesrand, in Wiese und Flur zur Verfügung. Gesammelt und zu Tee, Tinktur, Salben oder zu kulinarischen Köstlichkeiten verarbeitet, sind Kräuter wahre Schätze! Wir werden auf dieser Kräuterwanderung am Elber Berg diese Kostbarkeiten kennenlernen und Interessantes, Kurioses, Lustiges und Märchenhaftes über sie erfahren.

Wir treffen uns um 10:30 auf dem Parkplatz am Sportplatz in Groß Elbe. Bitte bringen Sie für die gemeinsame Pause Selbstverpflegung mit. Denken Sie an geeignete Kleidung und Schuhwerk. Eventuell anfallende Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

#### Kurs-Nr. 34976

12.06.2021  
Samstag, 10:30 - 14:15 Uhr  
1 Termin, 5 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung + Materialkosten  
Treffpunkt: Parkplatz am Sportplatz Groß Elbe (Wegweiser beachten)  
Christiane Nusche

#### Pflanzliche Antibiotika und mehr – Wildkräuter für die Hausapotheke



Faszination Pflanzenwelt! Die Apotheke der Natur lädt Sie ein, Ihr „Kräutlein“ zu sammeln. Unscheinbare heimische Wildkräuter und Wildpflanzen warten darauf, von uns entdeckt und geschätzt zu werden. Bei dieser Kräuterwanderung am Elber Berg erfahren Sie Interessantes und Nützliches zu vielen Pflanzen.

Wir treffen uns um 10:30 auf dem Parkplatz am Sportplatz in Groß Elbe. Bitte bringen Sie für die gemeinsame Pause Selbstverpflegung mit. Denken Sie an geeignete Kleidung und Schuhwerk. Eventuell anfallende Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

#### Kurs-Nr. 34978

03.07.2021  
Samstag, 10:30 - 14:15 Uhr  
1 Termin, 5 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung + Materialkosten  
Treffpunkt: Parkplatz am Sportplatz Groß Elbe (Wegweiser an der Haupt- und Durchfahrtstraße beachten)  
Christiane Nusche

#### Von Hexenkräutern und Zauberpflanzen



Wir treffen uns um 10:30 Uhr auf dem Parkplatz am Sportplatz in Groß Elbe zu dieser Kräuterwanderung, um die Heilkraft einiger Wildpflanzen und Kräuter zu entdecken. Dabei erfahren wir Interessantes zur Geschichte, Wirkung, Magie und Verwendung dieser Pflanzen.

Bitte bringen Sie für die gemeinsame Pause Selbstverpflegung mit. Denken Sie an geeignete Kleidung und Schuhwerk. Eventuell anfallende Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

#### Kurs-Nr. 34980

17.07.2021  
Samstag, 10:30 - 14:15 Uhr  
1 Termin, 5 U-Std., 15,00 € ohne Ermäßigung + Materialkosten  
Treffpunkt: Parkplatz am Sportplatz Groß Elbe (Wegweiser an der Haupt- und Durchfahrtstraße beachten)  
Christiane Nusche







- Wasserski und Wakeboard
- Windsurfen
- Rudern
- Kanufahren & Stand-Up-Paddling (SUP)
- Segeln
- Tauchen
- Laufen, Rad- & Inlinerfahren
- Disc-Golf
- Anlage der deutschen Meisterschaft 2020
- Tennis, Fuß- und Basketballplätze mit freiem Zugang
- Piratenspielplatz
- Badestrände
- Attraktive Gastronomie
- ...

[info@tourismus-salzgitter.de](mailto:info@tourismus-salzgitter.de)  
[www.tourismus-salzgitter.de](http://www.tourismus-salzgitter.de)

# Salzgittersee ... macht den Kopf frei!





## „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.

### **Fachbereichsleitung und Beratung:**

Jürgen Marggraf  
Telefon 0 53 41 / 839-22 23  
[juergen.marggraf@stadt.salzgitter.de](mailto:juergen.marggraf@stadt.salzgitter.de)

# Arbeit und Beruf

- 57 Finanzbuchhaltung, Personal- und Rechnungswesen
- 63 Europa-Logistik
- 64 Global Business
- 66 Beruf und Karriere
- 70 Beratung für den Berufseinstieg
- 71 Firmen, Betriebe und Auszubildende



Foto: Andreas Parke



## Vorab-Info: Berufliche Abschlüsse ab dem Herbstsemester 2021!

Das bisher geltende „Kaufmännische Modulsystem (VHS)“ des niedersächsischen Landesverbands der Volkshochschulen wird zum Stichtag 31.12.2021 eingestellt.

Ab dem 01.01.2022 werden die kaufmännischen Prüfungen in allen Modulen als „Xpert Business Prüfung“ über den Landesverband Baden-Württemberg abgewickelt.

Bestimmte und von uns bisher angebotene Module, deren Prüfungen in dem Zeitraum vom 01.01.2017 bis zum 31.12.2021 über den Landesverband Niedersachsen durchgeführt wurden, können jedoch auf die neuen XB-Module angerechnet werden. Welche das sind, entnehmen Sie bitte der folgenden Aufstellung.

Diese Module aus dem niedersächsischen Kurssystem (Nds) werden auf die Xpert Business Module (XB) angerechnet:



Nds	→	XB
Buchführung IKR oder GH <sup>1</sup>	→	Finanzbuchführung (1) und (2)
EDV Finanzbuchhaltung mit Prüfung <sup>2</sup>	→	Finanzbuchführung (3)
Betriebliches Steuerrecht <sup>3</sup>	→	Betriebliche Steuerpraxis
Lohn und Gehalt Theorie	→	Lohn und Gehalt 1
EDV Lohn und Gehalt	→	Lohn und Gehalt 3
Bilanzierung <sup>4</sup>	→	Bilanzierung
Kosten- und Leistungsrechnung 1	→	Kosten- und Leistungsrechnung

Xpert Business (XB) ist das bekannte bundesweite System für kaufmännische und betriebswirtschaftliche Weiterbildung der Volkshochschulen. Kombinationen aus 23 Kursmodulen ermöglichen u. a. die Abschlüsse Geprüfte Fachkraft (XB), Finanzbuchhalter/in (XB) und Manager/in Betriebswirtschaft (XB). Ihr Einstieg ist auch ohne fachliche Vorkenntnisse möglich. In überschaubaren Kursbausteinen werden Sie Schritt für Schritt zu bundesweit anerkannten Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüssen geführt.

Die Volkshochschule Salzgitter bietet deshalb ab dem folgenden Herbstsemester 2021 einige ausgewählte XB-Module als Präsenzkurse und darüber hinaus alle XB-Module über das Xpert Business LernNetz als Online-Seminare an.

Wir beraten Sie gerne zu Xpert Business und stellen mit Ihnen die Kurse zusammen, die entsprechend Ihren Vorkenntnissen für Ihre Ziele optimal geeignet sind. Als kommunaler Bildungsdienstleister bieten wir Ihnen als Volkshochschule ein optimales Preis-Leistungs-Verhältnis.

Die nachstehende Übersicht zeigt Ihnen das XB-Modulsystem und die möglichen Abschlüsse. Weitere Informationen finden Sie auch online unter <https://www.xpert-business.eu>.

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								●





## Finanzbuchhaltung, Personal- und Rechnungswesen

### Qualifizierung mit System – 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 Ausstellung eines Gesamtzertifikates einer Qualifizierung ohne Ablegung von Einzelprüfungen ist allerdings nicht möglich.

Pro Prüfung werden 50,00 € zusätzlich zum jeweiligen Kursentgelt erhoben.

Auf Wunsch können Lehrbücher des Herdt-Verlages über die VHS bezogen werden. Sprechen Sie bitte Ihren Dozenten an.

### Buchführung I

Notwendigkeit und Bedeutung der Buchführungspflicht, Inventur, Inventar, Bilanz, Bestandskonten, Buchungssatz, Erfolgskonten, Warenkonten, Umsatzsteuer, Skonto, Privatkonto, Kontenrahmen.

Lehrbuch: „Buchführung Groß- und Außenhandel“, Herdt-Verlag, jeweils aktuelle Auflage.

Der Kurs wird zum Teil auch als Wochenendseminar durchgeführt (samstags nach Absprache).

#### Kurs-Nr. 50003

08.02.2021 - 31.05.2021

Montag, 19:45 - 22:00 Uhr

14 Termine, 42 U-Std., 168,00 €

+ ggf. Materialkosten

Salzgitter-Lebenstedt, Ludwig-Erhard-Schule

Reiner Bink

### Buchführung II

Der Besuch des Kurses Buchführung II setzt den Besuch des Kurses Buchführung I oder vergleichbare Kenntnisse voraus. Nach Absolvierung des zweiten Teils erfolgt die Prüfung für den Baustein Buchführung. Ein Besuch des zweiten Teils ist auch ohne Ablegung der Prüfung möglich. Themen: Buchungen im Personalbereich; Buchung der Steuern (Betriebssteuer – abzugsfähige und nicht abzugsfähige – Privatsteuern); Wechselbuchungen; Zeitliche Abgrenzungen (Sonstige Forderungen und Verbindlichkeiten, aktive und passive Rechnungsabgrenzung); Bewertung der Forderungen (einwandfreie, zweifelhafte, uneinbringliche); Rückstellungen.

Lehrbuch: „Buchführung Groß- und Außenhandel“, Herdt-Verlag, jeweils aktuelle Auflage.

Der Kurs wird zum Teil auch als Wochenendseminar durchgeführt (samstags nach Absprache).

#### Kurs-Nr. 50004

08.02.2021 - 14.06.2021

Montag, 17:30 - 19:45 Uhr

16 Termine, 48 U-Std., 192,00 € + ggf. Materialkosten + Prüfungsgebühr

Salzgitter-Lebenstedt, Ludwig-Erhard-Schule

Reiner Bink

### Kosten- und Leistungsrechnung

Abgrenzung: Aufwand/Kosten, Ertrag/Leistungen, Kostenträgerrechnung in Betrieben mit einheitlicher Leistung (Divisionskalkulation), Kostenrechnung in Betrieben mit Einzel- und Serienfertigung (Betriebsabrechnungsbogen, Zuschlagskalkulation), Teilkostenrechnung (fixe und variable Kosten/Deckungsbeitragsrechnung), Grundzüge der Plankostenrechnung.

Lehrbuch: „Kosten- und Leistungsrechnung“, Herdt-Verlag, jeweils aktuelle Auflage. Der Kurs wird zum Teil auch als Wochenendseminar durchgeführt (samstags nach Absprache).

#### Kurs-Nr. 50007

10.02.2021 - 07.07.2021

Mittwoch, 19:45 - 22:00 Uhr

20 Termine, 60 U-Std., 240,00 € + ggf. Materialkosten + Prüfungsgebühr

Salzgitter-Lebenstedt, Ludwig-Erhard-Schule

Reiner Bink

### EDV-Finanzbuchhaltung Kompaktseminar (Angebot auf Nachfrage)

#### – Wochenendseminar –

In immer mehr Betrieben werden EDV-Finanzbuchhaltungsprogramme eingesetzt, da sie eine schnelle und exakte Information für betriebswirtschaftliche Entscheidungen liefern. Der Arbeitsplatz des Finanzbuchhalters / der Finanzbuchhalterin ist davon unmittelbar betroffen. Der Kurs vermittelt am Beispiel eines professionellen Finanzbuchhaltungsprogramms (Lexware):

- Kenntnisse über sinnvolle Hardwarekonfiguration und das Installationsverfahren für den Einsatz eines Fibu-Programms
- Kenntnis der Struktur eines Fibu-Programms
- die Fertigkeit, mit einem Fibu-Programm zu arbeiten
- die Fähigkeit, Auswertungen vorzunehmen und Abschlüsse zu interpretieren
- Prüfungsvorbereitung

#### Kurs-Nr. 50009

240,00 € + ggf. Materialkosten + Prüfungsgebühr

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Jörg Pomorin

### Bilanzierung (Angebot auf Nachfrage)

Dieses Seminar ist die Fortsetzung der Buchführungslehrgänge I und II. Vergleichbare Vorkenntnisse werden deshalb vorausgesetzt.

Als Grobziele werden definiert:

- Kenntnisse über handels- und steuerrechtliche Bewertungsgrundsätze und Bewertungsmaßstäbe.
- Fähigkeiten in der Bewertung von Vermögensgegenständen des Anlagevermögens und des Umlaufvermögens, von aktiven und passiven Rechnungsabgrenzungsposten, von Verbindlichkeiten und Darlehensschulden sowie von Privatentnahmen und –einlagen.
- Fähigkeiten in der rechnerischen und buchmäßigen Gewinn- und Verlustverteilung bei Personengesellschaften.
- Fähigkeiten in der Auswertung von Jahresabschlüssen.

Das Seminar kann zum Teil auch als Wochenendseminar durchgeführt werden

(samstags nach Absprache). Hinweis: Soweit zusätzliche Materialkosten anfallen (ca. 5,00 €), werden diese vom Seminarleiter erhoben.

#### Kurs-Nr. 50012

208,00 € + ggf. Materialkosten + Prüfungsgebühr

Salzgitter-Lebenstedt, Ludwig-Erhard-Schule

Jörg Pomorin



#### Wichtig – bitte beachten Sie:

Wie auf der Vorseite bereits dargestellt und darauf hingewiesen, werden die kaufmännischen Qualifizierungen ab dem Frühjahr-Semester 2022 ausschließlich über das System „Expert Business“ des Landesverbandes Baden-Württemberg durchgeführt.

Die bis zum Jahresende 2021 mit einer Prüfung absolvierten Module nach dem nunmehr letztmalig angebotenen System des „Landesverbandes Niedersachsen“ werden jedoch in „Expert Business“ übernommen und in diesem Modulsystem für die entsprechenden Qualifizierungen anerkannt.

## Betriebliches Steuerrecht (Angebot auf Nachfrage)

Behandelt werden folgende Themen:

Abgabenordnung: Grundbegriffe des Steuerrechts, Steuerbescheid, Steuererklärung, Fristenberechnung, Rechtsbehelfsverfahren, Einkommensteuer, Gewinnermittlungsarten und steuerliche Vorschriften dazu, Abschreibungsmöglichkeiten, Bewertungsrecht, Grundbegriffe, Gewerbesteuer: Grundbegriffe einschl. Rückstellungsermittlung.

Lohnsteuer (Arbeitgeber): Grundbegriffe.

Umsatzsteuer: Steuerbarkeit, Steuerpflicht, Eigenverbrauch, Bemessungsgrundlagen, Vorsteuerabzug.

Lehrbuch: „Betriebliches Steuerrecht 1“, Herdt-Verlag, jeweils aktuelle Auflage.

### Kurs-Nr. 50013

268,00 € + ggf. Materialkosten + Prüfungsgebühr

Salzgitter-Lebenstedt, Ludwig-Erhard-Schule

Jörg Pomorin

## Buchführung und betriebliches Rechnungswesen

### Auffrischungsseminar

Dieses Seminar richtet sich an Interessierte und Betroffene, die mit den Grundlagen der Buchführung und des betrieblichen Rechnungswesens bereits vertraut sind, ihre Kenntnisse jedoch in den nachstehenden Themen auffrischen, vertiefen oder ergänzen möchten:

- Grundsätze der doppelten Buchführung
- Kontenrahmen des Großhandels und der Industrie
- besondere Buchungen (Personal, Privat, Steuern etc.)
- Bedeutung von Kostenstellen
- Behandlung spezieller Gebiete nach Bedarf

Ein Prüfungsabschluss ist mit diesem Seminar nicht verbunden.

Ergänzend wird auf das spezielle Seminar „Einführung in die internationale Rechnungslegung (IFRS)“ hingewiesen (Buchungs-Nr. 50015).

### Kurs-Nr. 50014

Dienstag, 02.03.2021, 17:00 - 20:15 Uhr

Donnerstag, 04.03.2021, 17:00 - 20:15 Uhr

Dienstag, 09.03.2021, 17:00 - 20:15 Uhr

Donnerstag, 11.03.2021, 17:00 - 20:15 Uhr

4 Termine, 16 U-Std., 98,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ulrich Fehr

## Einführung in die internationale Rechnungslegung (IFRS)

Dieses Seminar richtet sich an Interessierte und Betroffene, die mit den Grundlagen der Bilanzierung nach internationalem Standard befasst sind (International Financial Reporting Standards).

Es werden grundsätzliche Unterschiede der Bilanzierung im Vergleich zwischen HGB und IFRS erarbeitet. Das Seminar dient auch zur Auffrischung der Kenntnisse und unterstützenden Vorbereitung auf die IFRS-Zusatzqualifikation für Bilanzbuchhalter und Steuerfachwirte.

Ein Prüfungsabschluss ist mit diesem Seminar nicht verbunden.

### Kurs-Nr. 50015

Dienstag, 16.03.2021, 17:00 - 20:15 Uhr

Donnerstag, 18.03.2021, 17:00 - 20:15 Uhr

Dienstag, 23.03.2021, 17:00 - 20:15 Uhr

Donnerstag, 25.03.2021, 17:00 - 20:15 Uhr

4 Termine, 16 U-Std., 98,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ulrich Fehr

## Energieberatung vor Ort in Salzgitter

- Fühlt sich Ihre Energierechnung zu hoch an?
- Möchten Sie Ihr Haus sanieren oder eins neu bauen?
- Ist das Angebot des Installateurs / Handwerkers korrekt?
- Ist Ihr Dach geeignet für die Nutzung der Sonne?
- Wo gibt es Fördergelder?

All das und noch mehr können Sie in der Energieberatung Salzgitter prüfen lassen.

Wann? Jeden Monat am 2. Donnerstag zwischen 14 – 18 Uhr

Wo? Ungrader Monat: Rathaus SZ-Lebenstedt

Grader Monat: Rathaus SZ-Bad

Kosten? keine!

Termine unter 05341-839-4141 und [klimaschutz@stadt.salzgitter.de](mailto:klimaschutz@stadt.salzgitter.de)

Eine Zusammenarbeit der Stadt Salzgitter mit der Verbraucherzentrale Niedersachsen





# Bildungsprämie

## ☑ Prämiegutschein bis zu **500 Euro**

### Informationen für Weiterbildungsinteressierte



Der Prämiegutschein der Bildungsprämie erleichtert

- ☑ die Finanzierung einer individuellen berufsbezogenen Weiterbildung
- ☑ deckt 50 % der Kursgebühr und
- ☑ kann für Sie bis zu **500 Euro** wert sein.

Der Prämiegutschein richtet sich an Personen, die

- ☑ mindestens 15 Stunden pro Woche erwerbstätig sind oder
- ☑ sich in Eltern- oder Pflegezeit befinden und
- ☑ über ein zu versteuerndes Einkommen von maximal 20.000 Euro bzw. 40.000 Euro verfügen.



Terminvereinbarungen und direkte Ansprechpartner  
in der Volkshochschule Salzgitter

- **Elisabeth Burgtorf**, VHS Lebenstedt, Thiestraße 26 a  
Tel.: 0 53 41 / 839-36 44, E-Mail: [elisabeth.burgtorf@stadt.salzgitter.de](mailto:elisabeth.burgtorf@stadt.salzgitter.de)
- **Jürgen Marggraf**, VHS Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus, Braunschweiger Str. 137 a  
Tel.: 0 53 41 / 839-22 23, E-Mail: [juergen.marggraf@stadt.salzgitter.de](mailto:juergen.marggraf@stadt.salzgitter.de)



Die Bildungsprämie wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung und aus dem Europäischen Sozialfonds gefördert.





## Fachkraft Personalabrechnung (VHS)

Arbeitsrecht für die Abrechnung  
(32 Ustd.)

EDV Lohn- und Gehaltsabrechnung  
(60 Ustd.)

Lohn- und Gehaltsabrechnung Theorie  
(60 Ustd.)

### „Fachkraft Personalabrechnung (VHS)“

Nach erfolgreicher Absolvierung aller drei Module aus dem Lehrgangssystem „Fachkraft Personalabrechnung (VHS)“ wird das Gesamtzertifikat „Fachkraft Personalabrechnung (VHS)“ erreicht.

### „Fachkraft Personalabrechnung (VHS)“

Der Lehrgang „Fachkraft Personalabrechnung (VHS)“ richtet sich insbesondere an

- Beschäftigte im Handel, in der Industrie und der Verwaltung, die innerhalb des Unternehmens eine Tätigkeit im Bereich der Personalsachbearbeitung anstreben.
- Nichtbeschäftigte mit dem Ziel der Eingliederung oder Wiedereingliederung in das Erwerbsleben.
- Selbstständige (bzw. deren Angehörige) in Klein- und Mittelbetrieben, die in der Lohn- und Gehaltsabrechnung des eigenen Betriebes arbeiten wollen.

Das Ziel des Lehrgangs ist es, die Teilnehmenden zu befähigen, die in der Lohnbuchhaltung anfallenden Daten nach dem neusten Stand der gesetzlichen Bestimmungen und Verordnungen zu verarbeiten.

Das Angebot besteht aus insgesamt drei Modulen, die alle mit einer bundeseinheitlichen Prüfung abschließen.

### Ihre berufliche Qualifizierung in nur 4 Monaten!

### Kompaktlehrgang „Fachkraft Personalabrechnung“ mit Durchführungsgarantie ab 5 Personen!



**Komplettpreis inklusive Prüfungsgebühren: 870,00 € pro Person!**

#### - Lohn- und Gehaltsabrechnung Theorie (Modul Nr. 50102)

In diesem Kurs werden wesentliche Kenntnisse und Fertigkeiten im Bereich der Lohn- und Gehaltsabrechnung vermittelt.

Auszug der Lerninhalte:

Begriff ArbeitnehmerIn/ArbeitgeberIn, Arbeitslohn/Arbeitsentgelt, Lohnzahlung durch Dritte, Einzelfälle des steuerpflichtigen und steuerfreien Arbeitslohns u. a. Abfindungen, Fahrtkostenzuschüsse, Zuschläge für Sonntags-, Feiertags- und Nachtarbeit, Rabatte, Lohnsteuer-abzugsverfahren, Anmeldung und Abführung der Steuern, Sozialversicherungspflicht und Versicherungsfreiheit, Meldungen und Beitragsnachweise zur Sozialversicherung, Aufzeichnungspflichten, Lohnsteuerpauschalierung, Erstattung von Reisekosten, Lohnpfändung etc.

Durchführung: 05.03. – 27.03.2021; Kosten: 270,00 € + 50,00 € Prüfungsgebühren

#### - EDV Lohn- und Gehaltsabrechnung (Modul Nr. 50103)

Dieser Kurs wendet sich an diejenigen, die sich in den Umgang mit einem modernen DV-Anwender-Programm "Lohn und Gehalt" einarbeiten möchten. Eingesetzt wird das Lohn- und Gehaltsprogramm von LEXWARE. Kenntnisse aus dem Theoriekurs werden vorausgesetzt.

Durchführung: 16.04. – 22.05.2021; Kosten: 290,00 € + 50,00 € Prüfungsgebühren

#### - Arbeitsrecht für die Abrechnung (Modul Nr. 50104)

Dieses Ergänzungsmodul vermittelt folgende Kenntnisse (Auszug):

Gesetzliche Grundlagen, Grundzüge Betriebsverfassungsgesetz, Arbeitsvertragsrecht, Gestaltung von Beschäftigungsverhältnissen, - Arbeitszeit, Arbeitszeitschutz, Entgeltfortzahlung, Grundlagen Bundesurlaubsgesetz, Grundlagen Mutterschutzgesetz, Beendigung des Arbeitsverhältnisses, Lohnpfändung.

Durchführung: 05.06. – 19.06.2021; Kosten: 160,00 € + 50,00 € Prüfungsgebühren

Weitere Details, Tage und Zeiten entnehmen Sie bitte den Modulbeschreibungen auf der nächsten Seite!

Hinweis: Die jeweiligen Module können einzeln gebucht werden.



## Lohn und Gehalt Theorie



Inhalte:

- Begriff ArbeitnehmerIn/ArbeitgeberIn (nach Steuer-, Arbeits- und Sozialversicherungsrecht)
- Arbeitslohn/Arbeitsentgelt (Arbeitslohn nach Steuerrecht, Arbeitsentgelt nach Sozialversicherungsrecht, nichtsteuerbare Zuflüsse, Lohnzahlung durch Dritte, Einzelfälle des steuerpflichtigen und steuerfreien Arbeitslohns u. a. Abfindungen, Fahrtkostenzuschüsse, Zuschläge für Sonntags-, Feiertags- und Nachtarbeit, Rabatte)
- Lohnsteuerabzugsverfahren (Steuerpflicht, Lohnsteuerkarte, Lohnsteuerklassen, Lohnsteuertabellen)
- Anmeldung und Abführung der Steuern (Lohnsteuer-Anmeldung, Lohnsteuerabführung, Lohnsteueraußenprüfung, Lohnsteuernachforderung)
- Sozialversicherungspflicht und Versicherungsfreiheit
- Meldungen und Beitragsnachweise zur Sozialversicherung (Kassenzuständigkeit, Beitragsermittlung, Umlageverfahren, An-, Ab- und Jahresmeldungen, Beitragsnachweis, Betriebsprüfung der Sozialversicherungsträger)
- Aufzeichnungspflichten
- Einmalzahlungen/Sonstige Bezüge (Märzklausel)
- Lohnsteuerpauschalierung (u. a. Pauschalierung bei Fahrtkostenzuschüssen, kurzfristig Beschäftigten, geringfügig Beschäftigten, Betriebsveranstaltungen und Erholungsbeihilfen).
- Erstattung von Reisekosten
- Lohnpfändung
- Grundzüge des Arbeitsrechts (Tarifvertragsrecht, Kündigungsschutzrecht, Entgeltfortzahlungsrecht, Bundesurlaubsgesetz, Mutterschaftsgesetz).

### Kurs-Nr. 50102

Freitag, 05.03.2021, 17:00 - 21:00 Uhr  
 Samstag, 06.03.2021, 09:00 - 15:30 Uhr  
 Freitag, 12.03.2021, 17:00 - 21:00 Uhr  
 Samstag, 13.03.2021, 09:00 - 15:30 Uhr  
 Mittwoch, 17.03.2021, 17:00 - 21:00 Uhr  
 Freitag, 19.03.2021, 17:00 - 21:00 Uhr  
 Samstag, 20.03.2021, 09:00 - 15:30 Uhr  
 Mittwoch, 24.03.2021, 17:00 - 21:00 Uhr  
 Freitag, 26.03.2021, 17:00 - 21:00 Uhr  
 Samstag, 27.03.2021, 09:00 - 14:00 Uhr  
 10 Termine, 60 U-Std., 270,00 € ohne Ermäßigung  
 + ggf. Materialkosten + Prüfungsgebühr  
 Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
 Jörg Pomorin

## EDV-Lohn und Gehaltsabrechnung



Dieser Kurs wendet sich an diejenigen, die sich in den Umgang mit einem modernen DV-Anwender-Programm „Lohn und Gehalt“ einarbeiten möchten. Eingesetzt wird das Lohn- und Gehaltsprogramm von LEXWARE. Die Kenntnisse aus dem Theoriekurs werden vorausgesetzt.

Inhalte:

- Grundsätze ordnungsgemäßer Speicherbuchführung
- Programminstallation
- Stammdaten einrichten und pflegen
- Bewegungsdaten eingeben
- Lohn- und Geschäftsabrechnungen erstellen
- Druck und Interpretation von Abrechnungs- und Auswertungslisten
- Jahresabschluss

### Kurs-Nr. 50103

Freitag, 16.04.2021, 17:00 - 21:00 Uhr  
 Samstag, 17.04.2021, 09:00 - 17:00 Uhr  
 Freitag, 23.04.2021, 17:00 - 21:00 Uhr  
 Samstag, 24.04.2021, 09:00 - 17:00 Uhr  
 Freitag, 07.05.2021, 17:00 - 21:00 Uhr  
 Samstag, 08.05.2021, 09:00 - 17:00 Uhr  
 Freitag, 21.05.2021, 17:00 - 21:00 Uhr  
 Samstag, 22.05.2021, 09:00 - 17:00 Uhr  
 8 Termine, 60 U-Std., 290,00 € ohne Ermäßigung  
 + ggf. Materialkosten + Prüfungsgebühr  
 Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
 Jörg Pomorin

## Arbeitsrecht für die Abrechnung



Dieses Ergänzungsmodul führt in Kombination mit verschiedenen Bausteinen zu weiteren Zertifikaten mit unterschiedlichen Arbeitsschwerpunkten und Qualifikationen (siehe vorseitige Übersicht).

Inhalte:

- Gesetzliche Grundlagen
- Grundzüge Betriebsverfassungsgesetz
- Arbeitsvertragsrecht
- Gestaltung von Beschäftigungsverhältnissen
- Arbeitszeit
- Arbeitszeitschutz
- Entgeltfortzahlung
- Grundlagen Bundesurlaubsgesetz
- Grundlagen Mutterschutzgesetz
- Beendigung des Arbeitsverhältnisses
- Lohnpfändung

Das Seminar kann zum Teil auch als Wochenendseminar durchgeführt werden (samstags nach Absprache). Soweit zusätzliche Materialkosten anfallen (ca. 5,00 €), werden diese vom Seminarleiter erhoben.

### Kurs-Nr. 50104

Samstag, 05.06.2021, 09:00 - 15:30 Uhr  
 Freitag, 11.06.2021, 17:00 - 20:15 Uhr  
 Samstag, 12.06.2021, 09:00 - 15:30 Uhr  
 Freitag, 18.06.2021, 17:00 - 20:15 Uhr  
 Samstag, 19.06.2021, 09:00 - 15:30 Uhr  
 5 Termine, 32 U-Std., 160,00 € ohne Ermäßigung  
 + ggf. Materialkosten + Prüfungsgebühr  
 Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
 Jörg Pomorin

Wir garantieren:

Qualifizierte Ausbildung durch qualifizierte Fachdozenten



Vertrauen Sie unseren Dozentinnen und Dozenten mit ihrem Fachwissen und ihrer Berufserfahrung (alphabetische Reihenfolge im Fachbereich):

### Finanzbuchhaltung/Rechnungswesen

- Reiner Bink
- Ulrich Fehr
- Jörg Pomorin

### Europa-Logistik

- Ulrich Fehr

### Global Business

- Ingrid Battefeld
- Ulrich Fehr
- Shafiek Klein

### Beruf und Karriere

- Adam Andrissek
- Michael Armbrrecht
- Traute Boll
- Jörg Clemens
- Klaus Fabian
- Ute Haverkamp
- Hans-Jürgen Honsa
- Carmela Klinge
- Kagan Kortun
- Gabriela Lalla
- Peter Lorenschat
- Sigrid Mannel
- Sabine Switalski-Rieck

### Firmen, Betriebe und Auszubildende

- Jörg Clemens
- Kagan Kortun

Das neue Kursformat der VHS Salzgitter



Kurse mit Durchführungsgarantie ab 5 Personen

Kleine Gruppe: 5 – 6 Personen  
 Individuelles Coaching zu dem jeweiligen Themengebiet



**Pflichtmodule**

**Wahlpflichtmodule**

<b>Beschaffungslogistik</b>	<b>60 UStd.</b>
<b>Europalogistik</b>	<b>60 UStd.</b>
<b>EDV-Warenwirtschaft</b>	<b>34 UStd.</b>

<b>Lagerlogistik</b>	<b>60 UStd.</b>
<b>Transportlogistik</b>	<b>60 UStd.</b>

Die Qualifikation besteht aus 3 Pflichtmodulen mit gesamt 154 UStd. und 1 Wahlpflichtmodul mit 60 UStd. sowie zusätzlich 4 entsprechenden Prüfungsterminen!

**Fachkraft Europa-Logistik (VHS) – Moderner Lehrgang für Logistiker/innen**

Logistik ist, wenn Ihre Bestellung beim Internet-Versandhandel innerhalb von 48 oder sogar 24 Stunden zugestellt wird, wenn Sie im Supermarkt täglich frisches Gemüse kaufen können, wenn die Beschäftigten im Automobilwerk neben sich greifen und die passenden Teile für das Auto in der Hand haben, das gerade montiert wird. Denn Logistik ist besser als ihr Ruf und auch weit vielfältiger.

Der deutsche Begriff Logistik wird oft auf die Bereiche Transport, Umschlag und Lagerung reduziert. Das englische Synonym „Supply Chain Management“ offenbart jedoch, dass sich hinter Logistik viel mehr verbirgt, nämlich die intelligente Planung und Steuerung von Wertschöpfungsketten, d. h. der Material und Informationsströme von der Gewinnung der Rohstoffe bis hin zum Ge- oder Verbrauch des Endprodukts beim Kunden.

Logistik-Fachleute finden sich daher nicht nur in Transport- und Logistikunternehmen, sondern auch in Industriebetrieben und vor allem im Handel. So ist Logistik ein Schwerpunktthema im Rahmen der Ausbildung zur Großhandelskauffrau bzw. zum Großhandelskaufmann, denn viele Tätigkeiten im Einkauf und Vertrieb erfordern logistische Fachkenntnisse.

Die Anforderungen an Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aber wachsen in allen Bereichen mit hohem Tempo. Die zunehmende Internationalisierung erfordert heute Spezialisten-Wissen, das Verständnis logistischer Konzepte und den sicheren Umgang mit Versandpapieren, insbesondere auch Außenhandelsdokumenten.

**Hier setzt die Weiterbildung zur Fachkraft Europa-Logistik (VHS) an. Sie vermittelt Kompetenzen für Tätigkeiten in der Beschaffung, der Lagerhaltung, der Distribution und im Großhandel.**

**Der Lehrgang umfasst die nachstehenden fünf Module. Jedes Modul schließt mit einer bundesweit einheitlichen Modulprüfung ab.**

**Das Gesamtzertifikat „Fachkraft Europalogistik“ wird nach erfolgreichem Abschluss der drei Pflichtmodule und eines Wahlpflichtmoduls erteilt.**

Pflichtmodule		Wahlpflichtmodule	
Beschaffungslogistik	60 UStd.	Lagerlogistik	60 UStd.
Europalogistik	60 UStd.	Transportlogistik	60 UStd.
EDV-Warenwirtschaft	34 UStd.		

Umfang: 3 Pflichtmodule 154 UStd. 1 Wahlpflichtmodul 60 UStd.

**Der Lehrgang umfasst also insgesamt 214 Unterrichtsstunden sowie zusätzlich 4 Prüfungstermine. Je Prüfung fallen – zusätzlich zum jeweiligen Kursentgelt – Prüfungsgebühren in Höhe von 50,00 € an.**

**Zielgruppen**

Das Lehrgangssystem „Fachkraft Europa-Logistik (VHS)“ vermittelt die erforderlichen Kompetenzen, um im Quer- oder Wiedereinstieg eine logistische Funktion in einem Industrie- oder Handelsunternehmen oder bei einem Logistikdienstleister aufzunehmen. Die Möglichkeiten dabei sind vielfältig und reichen z. B. von der Einkaufsabteilung eines Handelsunternehmens über die Lagerverwaltung eines Industrieunternehmens bis hin zu Tätigkeiten bei Speditionsunternehmen.

Das Lehrgangssystem richtet sich an Beschäftigte mit kaufmännischer Ausbildung (z. B. Büro- oder Einzelhandelskaufleute), die eine Tätigkeiten im Bereich Logistik anstreben, Beschäftigte mit Berufserfahrung im Lager- und/oder Transportwesen, „Quereinsteiger“ mit gewerblicher bzw. handwerklicher Ausbildung sowie Berufsrückkehrer/-innen zur Auffrischung und Aktualisierung von Kenntnissen.

Vorausgesetzt werden Interesse an verwaltend- und kaufmännisch-organisatorischen Tätigkeiten, Zahlenverständnis, gutes mündliches und schriftliches Ausdrucksvermögen.

Je nach angestrebter Tätigkeit sind außerdem Voraussetzung die Bereitschaft zur Bildschirmarbeit oder die Bereitschaft und körperliche Fitness zur Tätigkeit im Lager.





## Transportlogistik (Angebot auf Nachfrage)



### Wahlpflichtmodul

#### – Wochenendseminar –

Umfang: 60 Unterrichtsstunden mit Prüfung.

Lehrinhalte:

- Verkehrsträger
- Rechtsgrundlagen
- kombinierte Verkehre
- Sammelgut- und Systemverkehre
- Kurier-, Express- und Paketdienste
- Schienengüterverkehr
- Luftfrachtverkehr
- Binnen- und Seeschifffahrt
- Speditionsdokumente
- Transportversicherung
- Frachtrechnen

Hinweis: Ob dieses Wahlpflichtmodul oder das Wahlpflichtmodul „Lagerlogistik“ durchgeführt wird, richtet sich nach der jeweiligen Nachfrage und wird einvernehmlich mit allen angemeldeten Teilnehmern abgestimmt.

Wir garantieren: Das Seminar wird bereits ab fünf teilnehmenden Personen durchgeführt. Ab sieben teilnehmenden Personen reduziert sich das Teilnahmeentgelt von 390,00 € auf 296,40 €.

### Kurs-Nr. 50157

390,00 € ohne Ermäßigung + ggf. Materialkosten + Prüfungsgebühr

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Ulrich Fehr

## Europalogistik/ Internationale Logistik



### Pflichtmodul

#### – Wochenendseminar –

Umfang: 60 Unterrichtsstunden mit Prüfung.

Lehrinhalte:

- Europäische Union
- Außenwirtschaftsrecht
- Innergemeinschaftlicher Warenverkehr
- Zollabwicklung
- Warenursprung und Präferenznachweise

Wir garantieren: Das Seminar wird bereits ab fünf teilnehmenden Personen durchgeführt. Ab sieben teilnehmenden Personen reduziert sich das Teilnahmeentgelt von 390,00 € auf 296,40 €.

### Kurs-Nr. 50158

Samstag, 20.02.2021, 08:00 - 16:45 Uhr

Samstag, 27.02.2021, 08:00 - 16:45 Uhr

Samstag, 06.03.2021, 08:00 - 16:45 Uhr

Samstag, 13.03.2021, 08:00 - 16:45 Uhr

Samstag, 20.03.2021, 08:00 - 16:45 Uhr

Mittwoch, 24.03.2021, 16:00 - 21:00 Uhr

Samstag, 27.03.2021, 09:00 - 12:30 Uhr

7 Termine, 60 U-Std., 390,00 € ohne Ermäßigung

+ ggf. Materialkosten + Prüfungsgebühr

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ulrich Fehr

Global Business

## Europa-Logistik

### Fachkraft Europa-Logistik (VHS)

#### Moderner Lehrgang für Logistiker/Innen

Die Seminarmodule werden in zeitlicher Folge nacheinander als kompakte Wochenendseminare durchgeführt, so dass innerhalb eines kurzen Zeitraumes die entsprechende Qualifizierung „Fachkraft Europa-Logistik“ erreicht werden kann. Bitte beachten Sie die Optionen Pflichtmodul/Wahlpflichtmodul (siehe auch vorstehenden Einführungstext mit Grafik).

Gerne beraten wir Sie oder beantworten Ihre Fragen unter Tel. 0 53 41 / 839-22 23.

## Beschaffungslogistik (Angebot auf Nachfrage)



### Pflichtmodul

#### – Wochenendseminar –

Umfang: 60 Unterrichtsstunden mit Prüfung.

Lehrinhalte:

- Definition und Funktion der Logistik
- Bedarfsermittlung
- Beschaffungskonzepte/Strategien
- Artikelstrukturierung
- Beschaffungsplanung
- Warenannahme
- Flächen- und Volumenberechnung

Wir garantieren: Das Seminar wird bereits ab fünf teilnehmenden Personen durchgeführt. Ab sieben teilnehmenden Personen reduziert sich das Teilnahmeentgelt von 390,00 € auf 296,40 €.

### Kurs-Nr. 50155

390,00 € ohne Ermäßigung + ggf. Materialkosten + Prüfungsgebühr

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ulrich Fehr

## Lagerlogistik (Angebot auf Nachfrage)



### Wahlpflichtmodul

#### – Wochenendseminar –

Umfang: 60 Unterrichtsstunden mit Prüfung.

Lehrinhalte:

- Lagerhaltung
- Lagerverträge
- Lagertypologie
- Lagerorganisation
- Lagereinrichtungen
- Fördermittel
- Lager- bzw. Förderhilfsmittel
- Arbeitsabläufe des Lagerungsprozesses
- Kosten
- Lagerbestandsführung
- Lagerkennziffern

Hinweis: Ob dieses Wahlpflichtmodul oder das Wahlpflichtmodul „Transportlogistik“ durchgeführt wird, richtet sich nach der jeweiligen Nachfrage und wird einvernehmlich mit allen angemeldeten Teilnehmern abgestimmt.

Wir garantieren: Das Seminar wird bereits ab fünf teilnehmenden Personen durchgeführt. Ab sieben teilnehmenden Personen reduziert sich das Teilnahmeentgelt von 390,00 € auf 296,40 €.

### Kurs-Nr. 50156

390,00 € ohne Ermäßigung + ggf. Materialkosten + Prüfungsgebühr

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ulrich Fehr



# Global Business

Global Business – für Personen, die in der internationalen Geschäftswelt tätig sind ...

Global Business bedeutet im weiteren Sinne weltweite geschäftliche Aktivitäten.

Viele produzierende Betriebe und Dienstleister sind inzwischen international tätig, um auf dem Markt wettbewerbsfähig zu bleiben oder es zu werden.

Hierbei gilt es – sowohl für das geschäftsführende als auch für das fachliche Personal – die internationalen Regeln zu kennen, zu beachten und anzuwenden.

Diese sind sehr vielfältig und umfassen neben den fachspezifischen Anforderungen auch sichere Kenntnisse in den jeweiligen nationalen und internationalen Vorschriften und letztendlich auch die sichere Anwendung nationaler und internationaler Sprachen.

## Zielgruppe

Die Seminare richten sich vornehmlich an Beschäftigte, die speziell in den Bereichen **Logistik** und **Handel** tätig sind und international agieren, bzw. eine derartige Beschäftigung anstreben.

## Unser Angebot

In der Seminarreihe „Global Business“ haben wir spezielle Bereiche aus verschiedenen Fachrichtungen zusammengefasst. Hierbei werden in den Bereichen **Europa-Logistik, Außenhandel (Export und Import)** sowie **Internationale Rechnungslegung (IFRS)** grundlegende Einstiegskennnisse vermittelt.

Ergänzend dazu können auch verschiedene spezifische Englisch-Seminare zur Thematik **Telephoning** sowie **Business-English** gebucht werden.

Der nachstehende Kurzüberblick zeigt Ihnen unsere Angebotsauswahl.

Ausführliche Beschreibungen, Termine und Kosten können der Folgeseite entnommen werden.

Buchungen sind schriftlich oder online unter [www.vhs-salzgitter](http://www.vhs-salzgitter) möglich.

Für weitere Beratungen stehen wir gerne zur Verfügung: 0 53 41 / 839-22 23.

- **Europa-Logistik**  
Kursnummer 50158  
Einführung in die Internationale Logistik  
Wochenendseminar
- **Internationale Rechnungslegung (IFRS)**  
Kursnummer 50015  
International Financial Reporting Standards  
(Grundlagen der Bilanzierung nach internationalem Standard)
- **Online Business English A2 (Web-Seminar)**  
Kursnummer 41845  
Englisch für Beruf und Geschäftsreisen
- **Online Business English B1 (Web-Seminar)**  
Kursnummer 41850  
Englisch für Beruf und Geschäftsreisen (Vertiefungsseminar)
- **International Business English B2**  
Kursnummer 41830  
Englisch im Wirtschaftsleben und im Beruf.



## Europalogistik/ Internationale Logistik



### Pflichtmodul

#### – Wochenendseminar –

Umfang: 60 Unterrichtsstunden mit Prüfung.

Lehrinhalte:

- Europäische Union
- Außenwirtschaftsrecht
- Innergemeinschaftlicher Warenverkehr
- Zollabwicklung
- Warenursprung und Präferenznachweise

Wir garantieren: Das Seminar wird bereits ab fünf teilnehmenden Personen durchgeführt. Ab sieben teilnehmenden Personen reduziert sich das Teilnahmeentgelt von 390,00 € auf 296,40 €.

#### Kurs-Nr. 50158

Samstag, 20.02.2021, 08:00 - 16:45 Uhr

Samstag, 27.02.2021, 08:00 - 16:45 Uhr

Samstag, 06.03.2021, 08:00 - 16:45 Uhr

Samstag, 13.03.2021, 08:00 - 16:45 Uhr

Samstag, 20.03.2021, 08:00 - 16:45 Uhr

Mittwoch, 24.03.2021, 16:00 - 21:00 Uhr

Samstag, 27.03.2021, 09:00 - 12:30 Uhr

7 Termine, 60 U-Std., 390,00 € ohne Ermäßigung

+ ggf. Materialkosten + Prüfungsgebühr

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ulrich Fehr

## Einführung in die internationale Rechnungslegung (IFRS)

Dieses Seminar richtet sich an Interessierte und Betroffene, die mit den Grundlagen der Bilanzierung nach internationalem Standard befasst sind (International Financial Reporting Standards).

Es werden grundsätzliche Unterschiede der Bilanzierung im Vergleich zwischen HGB und IFRS erarbeitet. Das Seminar dient auch zur Auffrischung der Kenntnisse und unterstützenden Vorbereitung auf die IFRS-Zusatzqualifikation für Bilanzbuchhalter und Steuerfachwirte.

Ein Prüfungsabschluss ist mit diesem Seminar nicht verbunden.

#### Kurs-Nr. 50015

Dienstag, 16.03.2021, 17:00 - 20:15 Uhr

Donnerstag, 18.03.2021, 17:00 - 20:15 Uhr

Dienstag, 23.03.2021, 17:00 - 20:15 Uhr

Donnerstag, 25.03.2021, 17:00 - 20:15 Uhr

4 Termine, 16 U-Std., 98,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ulrich Fehr

## Online Business English A2

### – Web-Seminar –

This course is aimed at those who need English at work or for business trips.

SKILLS

- Introducing yourself and your company
- Organising business trips
- Dealing with colleagues and customers
- Simple negotiations
- Writing of simple emails
- Pre-intermediate grammar
- Socializing & Smalltalk

#### Kurs-Nr. 41845

10.02.2021 - 02.06.2021

Mittwoch, 16:45 - 18:15 Uhr

15 Termine, 30 U-Std., 120,00 €

Shafiek Klein



## Online Business English B1

### – Web-Seminar –

This course is aimed at those who want to use their English skills more effectively and professionally.

SKILLS

- Introducing yourself and your company
- Business correspondence
- Establish and maintain business contacts
- Sales & Marketing
- Finance & Statistics
- Presentations
- Intermediate Grammar and vocabulary
- Socializing & Smalltalk

#### Kurs-Nr. 41850

11.02.2021 - 10.06.2021

Donnerstag, 16:45 - 18:15 Uhr

15 Termine, 30 U-Std., 120,00 €

Shafiek Klein



## International Business English B2

Ein Kurs für alle die im Wirtschaftsleben tätig sind und Englisch im Beruf verwenden müssen, sowie Auszubildende (BWL'er) und Bachelor-Aspiranten.

Zu jeder der 12 units im Kursbuch gibt es ein digitales Workbook mit einem Online-Modul. Jedes Lehrbuch enthält einen individuellen Zugangs-Code, der das persönliche Online-Self-Study freischaltet. Der Lehrwerksnutzer findet interaktive Übungen zu Vokabular, Grammatik und Business Skills. Verfügbar angeboten werden Lernstandsmessungen und 12 Test-Module mit Videounterstützung, ergänzt von Audio-Hörübungen im MP3-Format als Download.

Praxisorientierte Vorlagen für Geschäftsbriefe, Lebenslauf etc. runden das alltagstaugliche Material ab. Lehrbuch: "Career Express. Business English B2" Online Self Study + Audio-CD, Cornelsen-Verlag (ISBN 978-3-06-520200-8).

#### Kurs-Nr. 41830

09.02.2021 - 29.06.2021

Dienstag, 20:15 - 21:45 Uhr

18 Termine, 36 U-Std., 126,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Ingrid Battefeld







### Beruf und Karriere

## Spezielle Seminare und 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“, „Software und Praxis“ sowie „Beruf und Sprache“.

## Microsoft Teams – ein geniales Tool im Team zusammenzuarbeiten

NEU

Ein kostenloses Tool, in dem Chats und Threads möglich sind, aber auch Videokonferenzen und Anrufe. Die Zusammenarbeit an gemeinsamen Projekten wird ein Kinderspiel. Eine Arbeitserleichterung für das Homeoffice. In diesem Kurs lernen wir die Grundkenntnisse kennen und erarbeiten ein erstes Projekt. Voraussetzung: Sicherer Umgang mit Word und Internet

### Kurs-Nr. 50210

18.03.2021  
Donnerstag, 17:00 - 20:00 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Carmela Klinge

## Geschäftliche Korrespondenz 4.0

NEU



### – Web-Seminar –

Es hat sich einiges geändert. Die DIN 5008 wurde 2020 ergänzt. Es gibt Neuerungen in der Rechtschreibung, in der Textgestaltung und neue, kreative Ideen für Textinhalte. Gibt es Unterschiede beim Erstellen eines Geschäftsbriefes und einer E-Mail. Und wie schreib' ich in den sozialen Netzwerken? Was ist denn Netiquette? Die geschäftliche Korrespondenz ist die Visitenkarte einer Firma, eines Hauses oder Geschäftes. Erarbeiten wir eine frische, lebendige Korrespondenz 4.0

### Kurs-Nr. 50212

Dienstag, 20.04.2021, 18:00 - 19:30 Uhr  
Dienstag, 27.04.2021, 18:00 - 19:30 Uhr  
2 Termine, 4 U-Std., 23,00 € ohne Ermäßigung  
Carmela Klinge

## Vortrag: Mobbing – eine seelenzerstörende Systematik

### – Vortrag –

Sie erfahren, die Mobbing-Systematik zu durchschauen und eine angemessene Strategie entgegen zu setzen.

Der Vortrag beleuchtet dabei die Problematik rund um das Thema „Mobbing“ sowohl aus Sicht der direkt betroffenen Personen als auch aus Sicht der Vorgesetzten und der Personalführung bzw. der Personal- und Betriebsräte.

Im Anschluss werden in offenen Gesprächen weitere individuelle Fragestellungen zum Thema erörtert.

Um vorherige Anmeldung wird gebeten. Das Kursentgelt ist vor Ort an der Abendkasse zu entrichten.

### Kurs-Nr. 50216

04.03.2021  
Donnerstag, 19:00 - 21:15 Uhr  
1 Termin, 3 U-Std., 10,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Hans-Jürgen Honsa

## Mobbing – eine seelenzerstörende Systematik

### – Wochenendseminar –

Sie lernen, die Mobbing-Systematik zu durchschauen und eine angemessene Strategie entgegen zu setzen. Das Seminar beleuchtet dabei die Problematik rund um das Thema „Mobbing“ sowohl aus Sicht der direkt betroffenen Personen als auch aus Sicht der Vorgesetzten und der Personalführung bzw. der Personal- und Betriebsräte.

Als Unterrichtsmethode wird das Lehrgespräch bevorzugt, damit sämtliche Teilnehmer von Anfang an in die Seminararbeit eingebunden werden.

Die notwendige Theorie wird anhand praktischer Beispiele eingehend erläutert und mittels interaktiven Darstellungen und Feedback trainiert, dokumentiert und ausgewertet.

Dabei wird auf die Vermittlung persönlicher Hilfestellungen aufgrund der Einzelauswertungen besonderer Wert gelegt. Hinweise für den Aufbau eines betrieblichen Frühwarnsystems werden ebenfalls dargestellt und mit den Teilnehmer/innen diskutiert. Die Vermittlung von Strategien zur Stärkung der psychischen Gesundheit (Resilienz) steht hierbei im Vordergrund. Die notwendigen Seminarunterlagen werden den Teilnehmern zur Verfügung gestellt.

### Kurs-Nr. 50217

Samstag, 27.03.2021, 09:00 - 16:00 Uhr  
Sonntag, 28.03.2021, 09:00 - 14:00 Uhr  
2 Termine, 14 U-Std., 70,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Hans-Jürgen Honsa

## Mobbing – Vertiefungsworkshop (Termin auf Nachfrage)

### – Wochenendseminar –

Dieser Workshop ist die Fortsetzung des Seminars „Mobbing – eine seelenzerstörende Systematik“ (siehe Kurs-Nr. 50217). Die bisher erfahrenen Kenntnisse dieser Thematik sollen vertieft und anhand praktischer Beispiele veranschaulicht sowie Verhaltensregeln aus unterschiedlichen Perspektiven gemeinsam erarbeitet werden.

Hier haben Sie auch die Gelegenheit, persönliche Mobbing-Situationen besser zu verstehen und diese einer Lösung zuzuführen.

### Kurs-Nr. 50218

70,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Hans-Jürgen Honsa

## Gute Kommunikation – viel Erfolg! (Angebot im nächsten Semester)

### – Wochenendseminar –

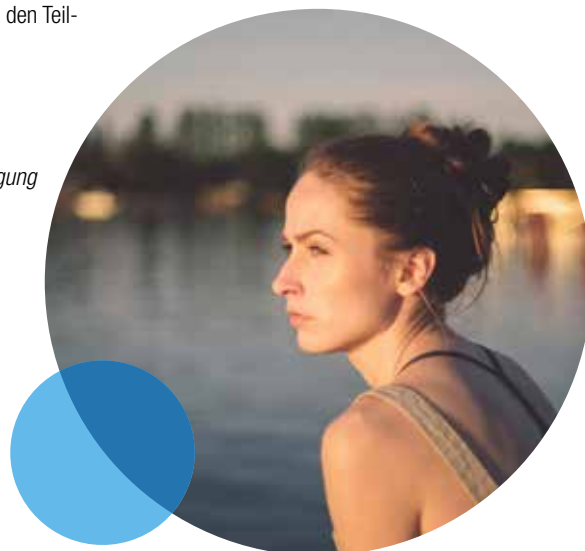
Das Kommunikationsseminar für alle Personen, die im Umgang mit anderen Menschen stillischer und zielgerichtet argumentieren und kommunizieren möchten. Dieses Seminar eignet sich sowohl für Geschäftsleute und Vorgesetzte als auch für den „alltäglichen Gebrauch“ für interessierte Personen.

Folgende Themenfelder werden behandelt:

- Gesprächsführung, -vorbereitung und -analyse anhand von Kommunikationsmodellen
  - Aufbau von Argumentationen
  - Analyse von Konflikten und Führung von Konfliktsprachen
  - Arbeit mit verschiedenen Methoden zur Zielfindung
  - Wirkung von Körpersprache
- Soweit ausreichende Nachfrage besteht, kann ein nachfolgender Workshop angeboten werden.

### Kurs-Nr. 50219

130,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Peter Lorenschat





## Ab jetzt einfach zum Ziel – Das Mentaltraining für den „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). Kommt Ihnen das bekannt vor? In unserem Seminar erarbeiten Sie die Stärke, um gegen diese Schwäche anzugehen.

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. 50220

12.06.2021

Samstag, 10:00 - 16:00 Uhr

1 Termin, 7 U-Std., 43,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Armbricht

## Personalwirtschaft

Gute Mitarbeiter sind das wichtigste Kapital eines Unternehmens. Sie auszuwählen und einzustellen, optimal einzusetzen, zu fördern und zielgenau weiterzubilden, gehört zu den wesentlichen Aufgaben eines erfolgreichen Personalwesens.

Ziel des Kurses ist es, eine solide Basis für erfolgreiche Personalarbeit zu vermitteln.

Im Kurs werden u. a. folgende Themen behandelt:

- Organisation des Personalwesens,
- Personalplanung und -entwicklung,
- Merkmale eines modernen Personalmarketings,
- Aktuelle Veränderungen der Arbeitswelt, z. B. durch den Einsatz „künstlicher Intelligenz.“

### Kurs-Nr. 50221

22.02.2021 - 10.05.2021

Montag, 17:30 - 19:45 Uhr

10 Termine, 30 U-Std., 165,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Jörg Clemens

## Qualitätsmanagement

Das Qualitätsmanagement ist heute ein fester Bestandteil jeder professionellen Unternehmensstrategie.

Im Kurs werden folgende Inhalte behandelt:

- Entwicklung und Einführung eines QM-Systems,
- Qualitätsvereinbarungen,
- Qualitätszirkel,
- Qualitätsaudit und Qualitätszertifizierung.

Außerdem werden die Methoden und Techniken des QM betrachtet, wie z. B. Qualitätswerkzeuge, Qualitäts-Prozessregelung, Qualitätsprüfung und Qualitätsstatistik.

### Kurs-Nr. 50222

26.05.2021 - 14.07.2021

Mittwoch, 17:30 - 19:00 Uhr

8 Termine, 16 U-Std., 88,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Jörg Clemens

## Projektmanagement

Ziel des Kurses ist es, das spezielle Wissen zu vermitteln, welches die Grundlage bietet, um Projekte in Teams zielgerichtet und erfolgreich durchführen zu können.

Folgende Inhalte werden Gegenstand des Kurses sein:

- Grundlagen des Projektmanagements,
- Methoden und Instrumente zur Steuerung von Projekten, z. B.
- Projektplanung und Projektfinanzierung sowie
- Krisen und Risikomanagement.

Es wird dabei auch auf folgende Aspekte eingegangen:

- Führung, Motivation und Kommunikation,
- Zielvereinbarungen und Feedback sowie
- Bedeutung des Projektmanagements für die Organisationsentwicklung.

### Kurs-Nr. 50223

26.05.2021 - 14.07.2021

Mittwoch, 19:15 - 21:30 Uhr

8 Termine, 24 U-Std., 132,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Jörg Clemens

## Web-Seminare – ein Weg in die Selbstständigkeit

Sie haben eine Idee für Ihre Selbstständigkeit – aber wie umsetzen? Erstellen Sie ein Web-Seminar! Lernen Sie die Grundlagen kennen und erarbeiten Sie Ihre eigene Idee. Gemeinsam werden wir die Tools und Plattformen kennenlernen und Ihrer Idee Stück für Stück näherkommen. Ideen sollten keine Träume bleiben!

Themen sind u. a.:

- Was brauche ich für ein Web-Seminar?
- Wo kann ich sie anbieten?
- Technik
- Rechtliches

Voraussetzung: Umgang mit Word und Internet

### Kurs-Nr. 51551

25.03.2021

Donnerstag, 09:15 - 12:30 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

## BU Digitales Büro und neue Medien

NEU

### – Wochenintensivkurs –

**Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.**

Das Büro ist im Wandel. Vieles wird digitalisiert bearbeitet. Die Ablage wird neu gestaltet. Die Korrespondenz teilt sich in Geschäftsbriefen, E-Mails und Smartphone. Eine Online-Telefonie bedarf einer eigenen Vorbereitung, ein Vortrag wird zur gemeinschaftlichen Präsentation und Projekte können auch von zu Hause aus bearbeitet werden. Es bieten sich neue Möglichkeiten und Abläufe zur Zusammenarbeit.

Kursinhalte:

- Struktur und Ablage – Der Explorer und die Cloud
- Word
- Textgestaltung – Die neue DIN 5008
- Frische Briefe – Geschäftliche Korrespondenz 4.0
- Sicherheit im Internet und im Homeoffice
- Die neue Telefonie
- PowerPoint oder Flipchart
- Zusammenarbeit für ein Projekt im Team – MS Teams
- Kreative Präsentation – Padlet
- Vorbereitung Besprechungen/Telefonie – OneNote
- Videokonferenzen – ZOOM

### Kurs-Nr. 51901

12.04.2021 - 16.04.2021

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 202,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 08.03.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

Eine chronologische Übersicht aller Bildungsurlaube finden Sie auf Seite 13 des Programmheftes.



## BU Volle Power im Büro mit Outlook und PowerPoint



### Xpert Europäischer ComputerPass

#### – Wochenintensivkurs –

**Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.**

In diesem Kurs lernen Sie mit Outlook und PowerPoint Aufgaben im Bereich Organisation, Präsentation und Kommunikation effizient zu bearbeiten.

Outlook ist ein leistungsfähiges Programm für E-Mail und Terminorganisation. Als E-Mail-Programm bietet es eine Vielzahl nützlicher Zusatzfunktionen und Organisationshilfen. Sparen Sie Tag für Tag viel Zeit und lassen Sie sich durch Outlook auch bei Ihrer Aufgabenverwaltung und Ihrem Besprechungsmanagement unterstützen. Themen sind:

- E-Mail-Kommunikation
- E-Mail-Organisation
- Adressverwaltung
- Termin- und Aufgabenverwaltung

Wer Vorträge mit einer Bildschirmpräsentation erstellen möchte, findet in PowerPoint das ideale Hilfsmittel. Sie erhalten einen Einblick in die Leistungsfähigkeit, die Einsatzmöglichkeiten und Funktionen des Präsentationsprogramms PowerPoint. Es werden u. a. folgende Inhalte vermittelt:

- Erstellung von Overhead-Folien, Bildschirmshows, Handouts
- Präsentationsablauf
- Gestaltung von Texten, Bildern, Tabellen, Diagrammen, Organigrammen
- wirkungsvoller Farbeinsatz

Im Kurs erhalten Sie einen USB-Stick für Ihre Dateien sowie die Lehrbücher „Präsentation mit PowerPoint“ und „Kommunikation mit Outlook“.

Der Kurs liefert zwei Bausteine zum Europäischen ComputerPass Xpert und kann bei beiden Programmen mit einer Prüfung abgeschlossen werden. Der Prüfungstermin erfolgt in Absprache mit den Teilnehmer/innen.

#### Kurs-Nr. 51904

31.05.2021 - 04.06.2021

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 232,00 € inkl. Lehrbücher und USB-Stick zuzügl. ggf. Prüfungsgebühr

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 26.04.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Carmela Klinge

## BU Xpert ECP Praxis – Fit im Büroalltag

### – Wochenintensivkurs –

**Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.**

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Office sicherer und effizienter anwenden können. Sie sollten die grundlegenden Arbeitstechniken (z. B. Arbeiten mit der Maus, Fenstertechnik) unter Windows beherrschen. Der Kurs vermittelt u. a. folgende Inhalte:

Windows: Dateimanagement Grundlagen

Word: Textgestaltung, Kopf-/Fußzeilen, Tabellen eingeben und gestalten, Zeichnungselemente, Grafiken, Serienbriefe und -etiketten

Excel: Tabellen erstellen und formatieren, Formeln und Funktionen anwenden, Diagramme erstellen

PowerPoint: Erstellen und steuern von Präsentationen

Nach Abschluss dieses Kurses können Sie auch an der Prüfung „Xpert ECP Praxis – Fit im Büroalltag“ teilnehmen. Der Prüfungstermin erfolgt in Absprache mit den Teilnehmer/innen.

#### Kurs-Nr. 51907

14.06.2021 - 18.06.2021

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 212,00 € inkl. Lehrbuch zuzügl. ggf. Prüfungsgebühr

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 10.05.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Carmela Klinge

## 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

05.07.2021 - 09.07.2021

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 215,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 07.06.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Kagan Kortun

### 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.





## BU Python Einführung für Programmieranfänger

NEU

– Wochenintensivkurs –

**Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.**

Der Python-Grundkurs ist für Teilnehmer 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 kennen lernen.

Kursinhalte u. a.:

Entwicklungsumgebung, Datentypen, Zeichenketten, Variabel, Listen, Kontrollstrukturen, Schleifen, Benutzersteuerung, Funktionen, Module, Input/Output  
Voraussetzungen: Windows, MAC, Linux sicherer Umgang.

**Kurs-Nr. 51911**

28.06.2021 - 02.07.2021

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 213,00 € inkl. Lehrbuch

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 21.05.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Klaus Fabian

## BU Dem Leben eine neue Richtung geben

**Ein Weg zur Gesundheitsprävention**

– Wochenintensivkurs –

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.

**Kurs-Nr. 34930**

**Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub für Teilzeitkräfte anerkannt.**

22.03.2021 - 26.03.2021

Montag - Freitag, 09:00 - 12:30 Uhr

5 Termine, 20 U-Std., 73,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 19.02.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sigrid Mannel, Traute Boll

**Kurs-Nr. 34935**

**Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub für Vollzeitkräfte anerkannt.**

28.06.2021 - 02.07.2021

Montag - Freitag, 08:30 - 16:00 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 133,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 21.05.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Sigrid Mannel, Traute Boll

## 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. 34940**

03.05.2021 - 07.05.2021

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

5 Termine, 40 U-Std., 133,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 29.03.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Adam Andrissek

## BU Gesundheitsprävention: Erhalt der Leistungsfähigkeit durch Stressabbau und Gewichtsreduktion

– Wochenintensivkurs –

**Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub für Vollzeitkräfte anerkannt.**

Egal was Sie tun – die Kilos bleiben? Die Schuldigen am überflüssigen Fettpolster sind oft Stresshormone, die wir selbst unbewusst produzieren. Die Gegenmaßnahmen sind einfach und die Ergebnisse erstaunlich. In diesem BU erfahren Sie Grundsätzliches über Stoffwechsel, Neurotransmitter und seelische Stabilität, wie Sie Stressfaktoren erkennen und abbauen, die „Mini-Kraftwerke“ in Ihren Zellen anfeuern und Ihre „Reserven“ abschmelzen können.

Zum Zeitpunkt der Programmierung ist aufgrund der Corona-Hygiene-Bestimmungen keine Küchennutzung möglich. Wird diese Regel aufgehoben werden wir Essen unter Verwendung von Wildkräutern selbst zubereiten und genießen. Dafür fallen Kosten von ca. 15,00 € an, die direkt bei Frau Haverkamp zu entrichten sind.

**Kurs-Nr. 34945**

17.05.2021 - 21.05.2021

Montag - Freitag, 08:30 - 15:45 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 210,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 09.04.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Ute Haverkamp





## BU Achtsam im Beruf und Alltag

### Ein Weg zur Stressbewältigung – Wochenendseminar –

Heute leiden viele Menschen an Stress, der sich häufig in Misserpfindungen 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

### Kurs-Nr. 34965

#### Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub für Vollzeitkräfte anerkannt.

19.04.2021 - 23.04.2021

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

5 Termine, 40 U-Std., 133,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 15.03.2021  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Gabriela Lalla

### Kurs-Nr. 34966

#### Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub für Teilzeitkräfte anerkannt.

21.06.2021 - 25.06.2021

Montag - Freitag, 09:00 - 12:30 Uhr

5 Termine, 20 U-Std., 73,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 17.05.2021  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Gabriela Lalla

## Vorankündigung für das Herbst-Semester 2021:

### 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.

### Kurs-Nr. 34969

06.09.2021 - 10.09.2021

Montag - Freitag, 09:00 - 12:30 Uhr

5 Termine, 20 U-Std., 73,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 02.08.2021  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Sabine Switalski-Rieck

## Beratung für den Berufseinstieg

### Start in den Beruf

Wer in das Berufsleben einsteigen oder nach längerer Zeit wieder einen Beruf aufnehmen möchte, sieht sich oft vielfältigen Problemen gegenüberstehen.

Kompetente Hilfe und Beratung können jedoch dazu beitragen, die Hürden bis zu einer erfolgreichen Berufsaufnahme zu überwinden.

## Beratung: Beratungs- und Koordinierungsstelle Frau und Beruf Braunschweig Einzelberatungen für Berufsrückkehrerinnen

Die Beratungs- und Koordinierungsstelle Frau und Beruf Braunschweig bietet jeden ersten Mittwoch im Monat (nicht in den Schulferienzeiten) Einzelberatungen für Frauen aus Salzgitter an, die den Wiedereinstieg ins Berufsleben planen. Inhalte sind z. B. Fragen zur (Neu)Orientierung und Entscheidungsfindung beim beruflichen Wiedereinstieg, zu Weiterbildungsmöglichkeiten und zu weiteren Beratungs- und Unterstützungsangeboten.

Die Beratungsgespräche sind kostenlos und vertraulich und dauern etwa 30 Minuten.

Sie finden statt im Rathaus Salzgitter Lebenstedt, Joachim-Campe-Straße 6-8 im Referat für Gleichstellung.

Telefonische Anmeldung:

Beratungs- und Koordinierungsstelle Frau und Beruf Braunschweig

05 31 / 2 41 23 15 oder 05 31 / 2 41 23 24.

## Beratung: Agentur für Arbeit Braunschweig, Salzgitter und Wolfenbüttel

### Informationsreihe „Zurück in den Beruf“

Sie haben Ihre Erwerbstätigkeit wegen der Betreuung von Kindern oder der Pflege von Familienangehörigen unterbrochen und möchten

- beruflich wieder einsteigen?
- sich selbstständig machen?
- Informationen, um Ihre Planungen zielgerichtet umzusetzen?

Dann nutzen Sie die Informationsveranstaltungen für Berufsrückkehrerinnen.

Wie nehme ich Kontakt zur Agentur für Arbeit auf? Was wird von mir bei einer Arbeitslosmeldung erwartet? Welche Unterstützung kann ich durch die Agentur für Arbeit erhalten? Wie vereinbare ich Familie und Beruf?

Antworten erhalten Sie auf einer Informationsveranstaltung von der Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (nach Vorankündigung in der Zeitung).

Wo: Berufsinformationszentrum (BIZ)  
Agentur für Arbeit Braunschweig  
Cyriaksring 10,  
38118 Braunschweig  
Eingang über Münchenstraße

Weitere Veranstaltungen (z. B. Kinderbetreuungsbörsen, Frauen-Info-Tage, Frauen-Info-Börsen etc.) werden rechtzeitig in den Medien bekannt gegeben.

Bei Problemlagen besteht die Möglichkeit, mit der Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agentur für Arbeit Braunschweig Kontakt aufzunehmen.

Kontakt: Agentur für Arbeit Braunschweig  
Cyriaksring 10,  
38118 Braunschweig

E-mail: braunschweig.bca@arbeitsagentur.de







## Firmen, Betriebe und Auszubildende

### Seminare, Infos und Tipps für kleine und mittlere Unternehmen

Die nachstehenden Seminare richten sich an alle, die bereits eine 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 maßgeschneiderte 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 23.



### Projektmanagement

Ziel des Kurses ist es, das spezielle Wissen zu vermitteln, welches die Grundlage bietet, um Projekte in Teams zielgerichtet und erfolgreich durchführen zu können.

Folgende Inhalte werden Gegenstand des Kurses sein:

- Grundlagen des Projektmanagements,
- Methoden und Instrumente zur Steuerung von Projekten, z. B.
- Projektplanung und Projektfinanzierung sowie
- Krisen und Risikomanagement.

Es wird dabei auch auf folgende Aspekte eingegangen:

- Führung, Motivation und Kommunikation,
- Zielvereinbarungen und Feedback sowie
- Bedeutung des Projektmanagements für die Organisationsentwicklung.

#### Kurs-Nr. 50223

26.05.2021 - 14.07.2021

Mittwoch, 19:15 - 21:30 Uhr

8 Termine, 24 U-Std., 132,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Jörg Clemens

### Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) in der Praxis – Allgemeine Einführung

Wer ist betroffen und muss entsprechende Erklärungen erstellen? Alle Vereine und Unternehmen!

Im Mai 2018 trat die Datenschutz-Grundverordnung in Kraft. Sie löste bei vielen Privatpersonen, Vereinen und Unternehmen große Verunsicherung aus. Inzwischen liegen praktische Erfahrungen, aber auch erste Gerichtsurteile und Bußgeldbescheide vor. Welche Regelungen haben sich bewährt? Der Kurs vermittelt Datenschutz-Grundwissen und praxiserprobte Tipps. Sie erfahren, wie Sie die Forderungen der DSGVO leicht und verständlich in Ihr Vereinsleben oder Unternehmen integrieren.

Der Dozent ist zertifizierter Datenschutz- und Informationssicherheitsbeauftragter.

#### Kurs-Nr. 51365

11.03.2021

Donnerstag, 18:15 - 20:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 21,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Kagan Kortun

### Workshop Datenschutz für Unternehmen

Ziel: Erstellung der Datenschutzerklärung des Unternehmens und der Webseite

- Einführung und Grundlagen DSGVO
- Notwendigkeit eines Datenschutzbeauftragten ermitteln
- sinnvolle Quellen, Arbeitshilfen und Checklisten
- Datenschutzkonzept vs. IT-Sicherheitskonzept
- Verzeichnis von Verarbeitungstätigkeiten, je nach Verarbeitungsprozess detailliert ausgearbeitet
- Auftragsverarbeitung
- Musterverträge und -formulare sind praxiserprobt und können direkt verwendet werden.

In diesem Workshop werden an 4 Tagen mit den Teilnehmern die notwendigen Formulare, Erklärungen und ein Verzeichnis von Verarbeitungstätigkeiten erstellt/zusammengestellt. Vorgefertigte Unterlagen werden den Teilnehmern zur Verfügung gestellt, so dass der Aufwand minimal gehalten werden kann.

Am Ende erfolgt auch eine zertifizierte Abnahme der Datenschutzerklärung.

Die Teilnehmergebühr gilt für ein Unternehmen. Es können pro Unternehmen 2 Personen teilnehmen.

Der Dozent ist zertifizierter Datenschutz- und Informationssicherheitsbeauftragter.

#### Kurs-Nr. 51375

19.05.2021 - 09.06.2021

Mittwoch, 18:15 - 20:30 Uhr

4 Termine, 12 U-Std., 288,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Kagan Kortun

### Mathematische Grundlagen für Auszubildende

#### Weitere Informationen und Termine auf Anfrage

#### Kurs-Nr. 50920

Kosten auf Nachfrage

In diesem Kurs werden die mathematischen Grundlagen für Auszubildende wiederholt und vertieft.

Inhalte sind die Grundrechenarten, Prozentrechnung sowie Flächen- und Volumenberechnung.

### Chemische Grundlagen für Auszubildende

#### Weitere Informationen und Termine auf Anfrage

#### Kurs-Nr. 50925

Kosten auf Nachfrage

In diesem Kurs werden die chemischen Grundlagen für Auszubildende wiederholt und vertieft.

### Personalwirtschaft

Gute Mitarbeiter sind das wichtigste Kapital eines Unternehmens. Sie auszuwählen und einzustellen, optimal einzusetzen, zu fördern und zielgenau weiterzubilden, gehört zu den wesentlichen Aufgaben eines erfolgreichen Personalwesens.

Ziel des Kurses ist es, eine solide Basis für erfolgreiche Personalarbeit zu vermitteln.

Im Kurs werden u. a. folgende Themen behandelt:

- Organisation des Personalwesens,
- Personalplanung und -entwicklung,
- Merkmale eines modernen Personalmarketings,
- Aktuelle Veränderungen der Arbeitswelt, z. B. durch den Einsatz „künstlicher Intelligenz.“

#### Kurs-Nr. 50221

22.02.2021 - 10.05.2021

Montag, 17:30 - 19:45 Uhr

10 Termine, 30 U-Std., 165,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Jörg Clemens

### Qualitätsmanagement

Das Qualitätsmanagement ist heute ein fester Bestandteil jeder professionellen Unternehmensstrategie.

Im Kurs werden folgende Inhalte behandelt:

- Entwicklung und Einführung eines QM-Systems,
  - Qualitätsvereinbarungen,
  - Qualitätszirkel,
  - Qualitätsaudit und Qualitätszertifizierung.
- Außerdem werden die Methoden und Techniken des QM betrachtet, wie z. B. Qualitätswerkzeuge, Qualitäts-Prozessregelung, Qualitätsprüfung und Qualitätsstatistik.

#### Kurs-Nr. 50222

26.05.2021 - 14.07.2021

Mittwoch, 17:30 - 19:00 Uhr

8 Termine, 16 U-Std., 88,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Jörg Clemens



## Physikalische Grundlagen für Auszubildende

### Weitere Informationen und Termine auf Anfrage

#### Kurs-Nr. 50930

##### Kosten auf Nachfrage

In diesem Kurs werden die Grundlagen der Physik für Auszubildende wiederholt und vertieft.

Inhalte sind:

- Schmelz- und Verdampfungswärme
- Kompressionswärme, Wärmeausdehnung
- Wärmeströmung und Wärmeleitung
- spezifische Wärmekapazität
- Masse, Kraft, Energie, Leistung, Geschwindigkeit, Beschleunigung, Schiefe Ebene, Rollen, Hebel
- Grundlagen zur Hydrostatik: Anomalie des Wassers, Dichte, Druck, Einheiten
- Grundlagen zur Hydrodynamik: Volumenkonstanz, Geschwindigkeit, Reibung und Druckverlust, Bernoulli
- Grundlagen zu: Spannung, Stromstärke, Ohmsches Gesetz, Gleichstromkreis, Widerstand



**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  
buchhandlung-aerztehaus@t-online.de

## Politische Bildung für Auszubildende – Demokratie und Toleranz

### Weitere Informationen und Termine auf Anfrage

#### Kurs-Nr. 50935

##### Kosten auf Nachfrage

In diesem Kurs werden die Inhalte der Demokratie und Toleranz im Rahmen der politischen Bildung für Auszubildende erarbeitet.

Inhalte sind:

- rechtsextreme Symbole, Musik, Kleidung und Codes
- interkulturelle Öffnung in Bezug auf den Arbeitsplatz
- Wie kann ich mit Migranten und oder Ausländern in einen interkulturellen Dialog treten?

## Einführung in die Grundlagen des Gesundheitsmanagements

### Weitere Informationen und Termine auf Anfrage

#### Kurs-Nr. 50940

##### Kosten auf Nachfrage

In diesem Kurs wird grundlegendes Wissen für den Erhalt der Gesundheit und einer lebenslangen Dienstfähigkeit für Auszubildende erarbeitet.

Inhalte:

- Physiologische Grundlagen
- Grundlagen Bewegungsapparat
- Kraft- und Ausdauertraining
- Ernährungsschule
- Ernährungspyramide des AID
- Vollwertige Ernährung nach Grundsätzen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE)
- Ausgewogene Ernährung, Schwerpunkt Ernährung im Schichtdienst
- Rückenschule
- Anatomie
- Richtiges Heben und Tragen
- Praktische Übungen zur Prävention

## Marketing des neuen Jahrtausends mit Facebook, Twitter & Co.

### Weitere Informationen und Termine auf Anfrage

#### Kurs-Nr. 50951

##### Kosten auf Nachfrage

Facebook, Twitter, und Youtube sind aus dem Alltagsleben nicht mehr wegzudenken. Aber welche Chancen ergeben sich daraus für Unternehmen? In diesem Kurs gehen wir speziell darauf ein, wie Sie die sozialen Netzwerke beruflich für sich nutzen können. Ob Sie sich generell über die Möglichkeiten informieren möchten oder schon mit dem Gedanken spielen, jemanden als Social Media Manager einzusetzen, Ihren Kundensupport zu optimieren, Marktforschung darüber zu betreiben etc.

Hier bekommen Sie die Antworten auf Ihre Fragen wie

- Welche Branchen eignen sich besonders?
- Was kostet das sog. virale Marketing eigentlich?
- Wo liegen die Chancen?
- Welche Risiken muss ich beachten?



## EDV – für Unternehmer und Gründer

### Weitere Informationen und Termine auf Anfrage

#### Kurs-Nr. 50952

##### Kosten auf Nachfrage

Organisieren Sie Ihre EDV effizient, damit Sie mehr Zeit für das Geschäft haben!

- Welche Hardware benötigt man für welchen Unternehmenstyp?
- Welches Betriebssystem für Arbeitsplätze?
- Wann braucht man einen Server?
- Welches Betriebssystem benötigt man für Server?
- Wie sollte die Dateistruktur aussehen?

Weitere Themen sind die Verwendung von Verknüpfungen, Datensicherung, Allgemeine Sicherheitsaspekte, Datenschutzgesetz usw.

## Moderne Kommunikationsmittel im Unternehmen

### Weitere Informationen und Termine auf Anfrage

#### Kurs-Nr. 50953

##### Kosten auf Nachfrage

In dieser Vortragsreihe werden aktuelle IT-Entwicklungen für den effizienten Unternehmenseinsatz vorgestellt.

Die Veranstaltung gliedert sich in die drei Abschnitte:

- Moderne Kommunikationsmittel (E-Mail, Teamsites und Co.)
- Cloud-Computing
- IT-Service-Management und IT-Sicherheit

## Beachten Sie bitte unsere weiteren Informationen für Firmenseminare.

Die VHS Salzgitter entwickelt für Ihre Firma maßgeschneiderte Seminare und Fortbildungen.

Haben Sie besondere Wünsche?

Wir beraten Sie gerne!

Telefon: 0 53 41 / 839-22 23 oder

E-Mail: juergen.marggraf@stadt.salzgitter.de



## 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 / Neue Medien

- 74 Office-Fitness-Check
- 74 EDV-Kurse für Ältere
- 76 Lehrgangssystem Xpert
- 77 Xpert ECP **Praxis**
- 77 Microsoft Office
- 79 Datenschutz
- 79 Verschiedenes rund um den PC
- 81 Internet
- 82 Bildbearbeitung
- 82 Neue Medien
- 84 Online-Seminare
- 86 Bildungsurlaub

### Fachbereichsleitung und Beratung:

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

Foto: Andreas Parke



## Office-Fitness-Check

### Kostenloser Office-Fitness-Check

Noch unschlüssig in der Kurswahl? Wo liegen Ihre Stärken und Schwächen in Windows und MS Office? Dieser kostenlose „Fitness-Check“ gibt Ihnen einen Überblick über Ihre Fähigkeiten im Umgang mit dem Computer.

Sie erhalten unmittelbar nach dem „Check“ eine Auswertung über Ihr Ergebnis.

Mit der Teilnahme am Office-Fitness-Check gehen Sie keine Verpflichtung über weiterführende Kursbesuche ein.

Aufgrund der begrenzten Platzzahl ist eine Anmeldung erforderlich.

#### Kurs-Nr. 51001

03.02.2021

Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler

#### Kurs-Nr. 51002

06.02.2021

Samstag, 10:00 - 12:15 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Michael Päßler



## EDV-Kurse für Ältere

### Warum Kurse für Ältere?

Gerade bei PC-Kursen macht es Sinn, Kurse für unterschiedliche Zielgruppen anzubieten! Es macht schon einen wesentlichen Unterschied, ob sich jemand PC-Wissen für den Beruf aneignen will/soll oder ob jemand ohne spezielle inhaltliche und zeitliche Zwänge etwas mehr über den PC wissen möchte. Der Unterschied zwischen „normalen“ Kursen und solchen für Ältere liegt also weniger im Alter der Teilnehmer/innen begründet, als vielmehr in deren Motivation. Sie wollen der technischen Entwicklung nicht „hinterherhinken“. Es finden sich also Teilnehmer/innen zusammen, die in stressfreier Atmosphäre lernen wollen, wie der PC für den Alltag sinnvoll eingesetzt werden kann und dabei auch Erfahrungen mit anderen in gleicher Situation austauschen möchten.

**Das Arbeiten am PC soll einfach nur Spaß machen!!!**

## PC-Grundkurs für Ältere

### – Seniorenkurs –

Inzwischen hat nicht nur fast jeder ein Mobiltelefon, sondern auch einen Computer. Ihre Kinder oder Enkel möchten mit Ihnen über das Internet Kontakt halten, Ihnen E-Mails schicken, digitale Fotos zeigen oder mit Videoübertragung telefonieren (z. B. via Skype)? Oder Sie ärgern sich, wenn am Abend die Tagesschau auf das www verweist und Sie nicht wissen, was sich dahinter verbirgt? Dann kommen Sie und lernen Sie in lockerer Atmosphäre und mit Gleichgesinnten ein wenig die Funktionsweise eines Computers kennen. Vielleicht haben Sie bereits einen Computer, vielleicht aber auch noch nicht. Dieser Kurs ist in jedem Fall ein Einstieg in die Computerwelt: Begriffe werden erklärt, der Umgang mit Maus, Tastatur und Fenstern geübt, Dokumente werden gespeichert und wiedergefunden. Ein Einblick ins Internet wird ebenfalls nicht fehlen. Dieses Seminar soll vor allem Ängste gegenüber dem Computer abbauen und möglichst viel Spaß machen.

### Das Besondere an diesem Seminar:

**Sie können Ihren eigenen Laptop zum Unterricht mitbringen!!!**

Im Kurs erhalten Sie einen USB-Stick mit Übungsdateien.

#### Kurs-Nr. 51211

23.02.2021 - 25.02.2021

Dienstag - Donnerstag, 08:45 - 12:00 Uhr

3 Termine, 12 U-Std., 55,20 € ohne Ermäßigung

+ Materialkosten

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

#### Kurs-Nr. 51212

08.03.2021 - 10.03.2021

Montag - Mittwoch, 08:45 - 12:00 Uhr

3 Termine, 12 U-Std., 55,20 € ohne Ermäßigung

+ Materialkosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Carmela Klinge

#### Kurs-Nr. 51213

Donnerstag, 11.03.2021, 14:00 - 17:15 Uhr

Donnerstag, 18.03.2021, 14:00 - 17:15 Uhr

Donnerstag, 25.03.2021, 14:00 - 17:15 Uhr

3 Termine, 12 U-Std., 55,20 € ohne Ermäßigung

+ Materialkosten

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler

#### Kurs-Nr. 51214

17.05.2021 - 19.05.2021

Montag - Mittwoch, 08:45 - 12:00 Uhr

3 Termine, 12 U-Std., 55,20 € ohne Ermäßigung

+ Materialkosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Carmela Klinge

#### Kurs-Nr. 51215

21.06.2021 - 23.06.2021

Montag - Mittwoch, 08:45 - 12:00 Uhr

3 Termine, 12 U-Std., 55,20 € ohne Ermäßigung

+ Materialkosten

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

## PC-Kurs für Ältere – Teil 2

### – Seniorenkurs –

Sie haben einen PC-Grundkurs für Ältere besucht oder haben bereits entsprechende Kenntnisse. Jetzt möchten Sie Ihre Fotos von der Kamera auf den PC „bringen“ und weiter verwenden. Oder Sie möchten eine E-Mail schreiben, vielleicht auch Ihre Bilder per E-Mail versenden? Oder eine Einladung in Word selbst gestalten. Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Die Themen sind in diesem Kurs: Internet, E-Mail, Bildbearbeitung und Gestalten mit Word. Der Kurs richtet sich besonders im Lerntempo nach Ihren Bedürfnissen.

#### Kurs-Nr. 51222

Mittwoch, 21.04.2021, 14:00 - 17:15 Uhr

Mittwoch, 28.04.2021, 14:00 - 17:15 Uhr

Mittwoch, 12.05.2021, 14:00 - 17:15 Uhr

3 Termine, 12 U-Std., 55,20 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler

#### Kurs-Nr. 51223

07.06.2021 - 09.06.2021

Montag - Mittwoch, 08:45 - 12:00 Uhr

3 Termine, 12 U-Std., 55,20 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Carmela Klinge

## Dateien, Ordner und Programme – Ordnung schaffen mit Windows

### – Seniorenkurs –

Die heutigen Computer und Notebooks speichern Unmengen von Daten. Schnell sind Tausende von Text-, Bild- und Fotodateien vorhanden. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie in der Datenflut den Überblick behalten und Ihre Daten nicht nur suchen, sondern auch finden. Sie erfahren, wie Sie eine sinnvolle Ordnerstruktur anlegen, in diese Ordner Ihre Text-, Bild- und Fotodateien verschieben und gezielt nach bestimmten Daten suchen. Außerdem sichern Sie Ihre Daten mit Hilfe von USB-Sticks, CDs und DVDs sowie externen Festplatten. Und weil die auf Ihrem Rechner installierten Programme ebenfalls sehr viel Speicherplatz beanspruchen, lernen Sie, wie Sie Ihre Programme sinnvoll verwalten.

Inhalte:

- Ordnerstruktur anlegen
- Dateien verwalten
- mit Bibliotheken arbeiten
- schneller Zugriff auf Ihre Dateien (Favoriten, Startmenü, Taskleiste, Verknüpfungen)
- Daten sichern (USB-Stick, Festplatte, CD, DVD)
- Programme verwalten, herunterladen, installieren und entfernen

Das dazugehörige Lehrbuch ist in der Kursgebühr enthalten.

#### Kurs-Nr. 51230

Montag, 22.03.2021, 08:45 - 12:00 Uhr

Dienstag, 23.03.2021, 08:45 - 12:00 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 45,90 € ohne Ermäßigung inkl.

Unterrichtsmaterial

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Carmela Klinge



**Kurs-Nr. 51231**

Dienstag, 27.04.2021, 08:45 - 12:00 Uhr

Mittwoch, 28.04.2021, 08:45 - 12:00 Uhr

2 Termine, 8 U.-Std., 45,90 € ohne Ermäßigung inkl.

Unterrichtsmaterial

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

**Internet-Einstieg für Ältere****– Seniorenkurs –**

Der Kurs erklärt langsam und verständlich die vielfältigen Möglichkeiten (aber auch Risiken) des Internets. Außerdem werden die zahlreichen Fachbegriffe aus der Welt des Internets so erläutert, dass auch der Normalbürger sie versteht.

Grundkenntnisse am PC sind Voraussetzung für die Teilnahme.

**Kurs-Nr. 51235**

15.03.2021

Montag, 08:45 - 12:00 Uhr

1 Termin, 4 U.-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

**Kurs-Nr. 51236**

26.04.2021

Montag, 08:45 - 12:00 Uhr

1 Termin, 4 U.-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Carmela Klinge

**Kurs-Nr. 51237**

27.05.2021

Donnerstag, 08:45 - 12:00 Uhr

1 Termin, 4 U.-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

**Sicherer Umgang mit  
Passwörtern**

NEU

Im Internet werden an vielen Stellen Passwörter benötigt, z. B. für E-Mail-Postfächer, Online-Shops oder den Zugang zu sozialen Netzwerken. Dabei ergeben sich eine Reihe von Fragen und Problemen, vor allem zur Konstruktion von Passwörtern und dem sicheren Umgang damit.

Kursinhalt:

- Grundregeln im Umgang mit Passwörtern
- ein oder mehrere Passwörter – was ist sinnvoll?
- Passwörter dauerhaft speichern – Vor- und Nachteile
- Kriterien für gute Passwörter
- Methoden zur Konstruktion sicherer Passwörter
- Erstellen einer Passwortkarte

**Kurs-Nr. 51410**

20.04.2021

Dienstag, 09:00 - 12:15 Uhr

1 Termin, 4 U.-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

**Fotos verwalten****– Seniorenkurs –**

Sie besitzen eine Digitalkamera und möchten mehr über die umfangreichen Möglichkeiten digitaler Bilder erfahren. Oder Sie besitzen bereits Erfahrung im Umgang mit dem PC und wollen nun erfahren, wie Sie die Fotos mit dem Computer verwalten und auch wiederfinden. Dazu benötigen Sie eine Ordnerstruktur und müssen diese auch organisieren.

Oder Sie möchten Ihre Fotos/Daten sichern, auf einen USB-Stick kopieren, transportieren und präsentieren. Wenn eine der beschriebenen Situationen so oder so ähnlich auf Sie zutrifft, dann ist der Kurs bestens für Sie geeignet.

Bitte eigene Digitalkamera und wenn vorhanden USB-Stick mitbringen.

Voraussetzung: PC-Kenntnisse

**Kurs-Nr. 51239**

10.03.2021 - 17.03.2021

Mittwoch, 09:00 - 12:15 Uhr

2 Termine, 8 U.-Std., 36,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler

**Entscheidungshilfen beim Kauf  
eines Smartphones****– Seniorenkurs –**

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**

25.02.2021

Donnerstag, 18:45 - 21:00 Uhr

1 Termin, 3 U.-Std., 13,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler

**Kurs-Nr. 51241**

26.03.2021

Freitag, 09:15 - 11:45 Uhr

1 Termin, 3 U.-Std., 13,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Michael Päßler

**WhatsApp – So geht moderne  
Handy-Kommunikation****– Seniorenkurs –**

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**

11.02.2021 - 18.02.2021

Donnerstag, 09:00 - 10:30 Uhr

2 Termine, 4 U.-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung

+ Materialkosten

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler

**Kurs-Nr. 51245**

21.06.2021 - 28.06.2021

Montag, 18:45 - 20:15 Uhr

2 Termine, 4 U.-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung

+ Materialkosten

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Maximilian Sieker



## 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 50,00 €.

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

03.05.2021 - 07.05.2021

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 212,00 € inkl. Lehrbuch

zuzügl. ggf. Prüfungsgebühr

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 29.03.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

## 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

07.06.2021 - 11.06.2021

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 212,00 € inkl. Lehrbuch

zuzügl. ggf. Prüfungsgebühr

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 03.05.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Kagan Kortun

## BU Volle Power im Büro mit Outlook und PowerPoint



### Xpert Europäischer ComputerPass

#### – Wochenintensivkurs –

**Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.**

In diesem Kurs lernen Sie mit Outlook und PowerPoint Aufgaben im Bereich Organisation, Präsentation und Kommunikation effizient zu bearbeiten.

Outlook ist ein leistungsfähiges Programm für E-Mail und Terminorganisation. Als E-Mail-Programm bietet es eine Vielzahl nützlicher Zusatzfunktionen und Organisationshilfen. Sparen Sie Tag für Tag viel Zeit und lassen Sie sich durch Outlook auch bei Ihrer Aufgabenverwaltung und Ihrem Besprechungsmanagement unterstützen. Themen sind:

- E-Mail-Kommunikation
- E-Mail-Organisation
- Adressverwaltung
- Termin- und Aufgabenverwaltung

Wer Vorträge mit einer Bildschirmpräsentation erstellen möchte, findet in PowerPoint das ideale Hilfsmittel. Sie erhalten einen Einblick in die Leistungsfähigkeit, die Einsatzmöglichkeiten und Funktionen des Präsentationsprogramms PowerPoint. Es werden u. a. folgende Inhalte vermittelt:

- Erstellung von Overhead-Folien, Bildschirmshows, Handouts
- Präsentationsablauf
- Gestaltung von Texten, Bildern, Tabellen, Diagrammen, Organigrammen
- wirkungsvoller Farbeinsatz

Im Kurs erhalten Sie einen USB-Stick für Ihre Dateien sowie die Lehrbücher „Präsentation mit PowerPoint“ und „Kommunikation mit Outlook“.

Der Kurs liefert zwei Bausteine zum Europäischen ComputerPass Xpert und kann bei beiden Programmen mit einer Prüfung abgeschlossen werden. Der Prüfungstermin erfolgt in Absprache mit den Teilnehmer/innen.

#### Kurs-Nr. 51904

31.05.2021 - 04.06.2021

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 232,00 € inkl. Lehrbücher und

USB-Stick zuzügl. ggf. Prüfungsgebühr

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 26.04.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

Wir setzen auf  
**HERDT**  
Schulungsmaterialien  
[www.herdtd.com](http://www.herdtd.com)

**Xpert ECP Praxis –  
Fit im Büroalltag**

Der Zertifikatslehrgang Xpert ECP Praxis – Fit im Büroalltag wurde außerhalb des Lehrgangssystems „Xpert Europäischer ComputerPass“ entwickelt und vermittelt Lerninhalte zu Dateimanagement, Textverarbeitung, Tabellenkalkulation und Präsentation in einem EDV-Kompaktlehrgang.

Der Kurs kann mit einer Xpert-Online-Prüfung abgeschlossen werden und ist für Personen interessant, die:

- in einer beruflichen Fort- und Weiterbildung ihre MS-Office-Kenntnisse aktualisieren und vertiefen möchten
- nach längerer Zeit wieder in den Beruf einsteigen wollen
- an einer Umschulungsmaßnahme im Rahmen von Arbeits- und Fördermaßnahmen für Berufsumsteiger teilnehmen wollen

**BU Xpert ECP Praxis –  
Fit im Büroalltag**

– **Wochenintensivkurs** –  
**Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.**

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Office sicherer und effizienter anwenden können. Sie sollten die grundlegenden Arbeitstechniken (z. B. Arbeiten mit der Maus, Fenstertechnik) unter Windows beherrschen. Der Kurs vermittelt u. a. folgende Inhalte:

Windows: Dateimanagement Grundlagen

Word: Textgestaltung, Kopf-/Fußzeilen, Tabellen eingeben und gestalten, Zeichnungselemente, Grafiken, Serienbriefe und -etiketten

Excel: Tabellen erstellen und formatieren, Formeln und Funktionen anwenden, Diagramme erstellen

PowerPoint: Erstellen und steuern von Präsentationen

Nach Abschluss dieses Kurses können Sie auch an der Prüfung „Xpert ECP Praxis – Fit im Büroalltag“ teilnehmen. Der Prüfungstermin erfolgt in Absprache mit den Teilnehmer/innen.

**Kurs-Nr. 51907**

14.06.2021 - 18.06.2021

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 212,00 € inkl. Lehrbuch

zuzügl. ggf. Prüfungsgebühr

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 10.05.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

**Microsoft Office****PC-Anfängerkurs**

In diesem Kurs erhalten Sie Grundkenntnisse im Umgang mit dem Computer. Sie lernen den Umgang mit dem Betriebssystem Windows und das Verwalten von Dateien und Ordnern. Sie bekommen einen Einblick in die Benutzung von Programmen am Beispiel von Microsoft Word und werfen einen Blick ins Internet. Schließlich sehen Sie, wie man Programme installiert und deinstalliert.

Dieser Kurs ist für absolute Anfänger ohne Vorkenntnisse geeignet.

**Kurs-Nr. 51302**

24.02.2021 - 10.03.2021

Mittwoch, 18:15 - 21:15 Uhr

3 Termine, 12 U-Std., 55,20 € + Materialkosten

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Michael Päßler

**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. 51312**

Samstag, 29.05.2021, 10:00 - 17:00 Uhr

Sonntag, 30.05.2021, 10:00 - 15:30 Uhr

2 Termine, 15 U-Std., 78,90 € ohne Ermäßigung

inkl. Unterrichtsmaterial

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler

**Workshop Word  
Tipps und Tricks**

Wissen Sie, wie man schnell fünf Absätze mit sechs Zeilen Text in Word neu erstellt? Der Word-Tabulator ist ein unbekanntes Wesen? Und wie ging das noch mal mit den Spalten? Wenn Sie auch solche Fragen haben, ist dieser Kurs genau der richtige für Sie. Hier werden hilfreiche Tipps und Tricks im Umgang mit Word gezeigt, die Ihnen die Arbeit erleichtern. Die Teilnehmerzahl ist auf maximal fünf begrenzt.

**Kurs-Nr. 51313**

15.03.2021

Montag, 18:15 - 21:15 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 52,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Michael Päßler

**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**

01.03.2021

Montag, 18:15 - 21:15 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 52,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Michael Päßler

**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**

06.05.2021

Donnerstag, 18:15 - 21:15 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 52,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Michael Päßler

Das besondere  
Kursformat der  
VHS Salzgitter

Kurse mit Durchführungs-  
garantie  
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 Seriodokumente 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 Seriodokumente kennen. Voraussetzungen sind gute Windows- und Word-Kenntnisse. Die Teilnehmerzahl ist auf maximal fünf begrenzt.

### Kurs-Nr. 51316

15.04.2021 - 22.04.2021  
Donnerstag, 18:15 - 21:15 Uhr  
2 Termine, 8 U-Std., 104,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Michael Päßler

## 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

03.05.2021 - 10.05.2021  
Montag, 18:15 - 21:15 Uhr  
2 Termine, 8 U-Std., 104,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Michael Päßler

## Workshop Word – Arbeiten mit längeren Dokumenten



Wenn Sie umfangreiche Dokumente wie z. B. eine Abschlussarbeit, einen Bericht oder vielleicht sogar ein Buch planen, stellt Word Ihnen eine Reihe von Werkzeugen und Techniken zur Verfügung, die Ihnen dabei helfen und die Arbeit erleichtern.

Inhalt:

- Nummerierungen, Aufzählungen und Gliederungen nutzen
- Automatisierung mit Formatvorlagen
- Automatische Inhaltsverzeichnisse und Indizes mit einem Klick
- Einrichten von Kopf- und Fußzeilen zur Verwendung mit Kapiteln
- Fußnotenverwaltung
- Arbeiten in der Gliederungsansicht

Voraussetzungen: Grundlagen der Textverarbeitung  
Die Teilnehmerzahl ist auf maximal fünf begrenzt.

### Kurs-Nr. 51318

17.03.2021 - 24.03.2021  
Mittwoch, 18:15 - 21:15 Uhr  
2 Termine, 8 U-Std., 104,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Michael Päßler

## 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, 20.03.2021, 10:00 - 17:00 Uhr  
Sonntag, 21.03.2021, 10:00 - 15:00 Uhr  
2 Termine, 14 U-Std., 74,30 € 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 / 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, 08.05.2021, 10:00 - 17:00 Uhr  
Sonntag, 09.05.2021, 10:00 - 15:00 Uhr  
2 Termine, 14 U-Std., 69,40 € 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

Donnerstag, 20.05.2021, 18:15 - 19:45 Uhr  
Donnerstag, 27.05.2021, 18:15 - 20:30 Uhr  
Donnerstag, 03.06.2021, 18:15 - 20:30 Uhr  
3 Termine, 8 U-Std., 108,90 € ohne Ermäßigung  
inkl. Unterrichtsmaterial  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Kagan Kortun



## OneNote – das digitale Notizbuch

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.

Themen sind u. a.:

- Inhalte einfügen und formatieren
- Dateien einbetten
- Notizbücher organisieren
- Notizen überprüfen und schützen
- Dateien verwalten
- Inhalte teilen

Voraussetzung: Grundkenntnisse Word, sicheres Navigieren in Windows

### Kurs-Nr. 51330

13.04.2021  
Dienstag, 17:00 - 20:00 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Carmela Klinge

## Microsoft Teams – ein geniales Tool im Team zusammenzuarbeiten

NEU

Ein kostenloses Tool, in dem Chats und Threads möglich sind, aber auch Videokonferenzen und Anrufe. Die Zusammenarbeit an gemeinsamen Projekten wird ein Kinderspiel. Eine Arbeitserleichterung für das Homeoffice. In diesem Kurs lernen wir die Grundkenntnisse kennen und erarbeiten ein erstes Projekt.

Voraussetzung: Sicherer Umgang mit Word und Internet

### Kurs-Nr. 50210

18.03.2021  
Donnerstag, 17:00 - 20:00 Uhr  
1 Termin, 4 U-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Carmela Klinge

**Datenschutz****IT-Sicherheit für den Hausgebrauch**

In diesem Kurs erwerben Sie Grundkenntnisse für den sicheren Umgang mit aktuellen Informations- und Kommunikationstechnologien.

Inhalte des Kurses:

- unumgängliche Sicherheit durch technischen Schutz (Antiviren- und Firewall-Systeme, WLAN- und Internetrouter)
- aktuelle Bedrohungen aus dem Internet und der Schutz gegen diese (Identitätsdiebstahl, Betrug, Datendiebstahl und Online-Banking)
- sicher im Internet surfen und kommunizieren
- Sicherheitsprobleme bei E-Mail auf dem PC und Handy erkennen
- Daten sichern, rückspeichern und unwiederbringlich löschen können

Die Teilnehmer haben auch die Möglichkeit, eigene Inhalte mit einfließen zu lassen.

Voraussetzungen: Die Teilnehmer sollten Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC und Internet haben.

Der Dozent ist zertifizierter Datenschutz- und Informationssicherheitsbeauftragter.

**Kurs-Nr. 51360**

15.03.2021 - 22.03.2021

Montag, 18:00 - 20:15 Uhr

2 Termine, 6 U-Std., 33,60 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Kagan Kortun

**Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) in der Praxis – Allgemeine Einführung**

Wer ist betroffen und muss entsprechende Erklärungen erstellen? Alle Vereine und Unternehmen!

Im Mai 2018 trat die Datenschutz-Grundverordnung in Kraft. Sie löste bei vielen Privatpersonen, Vereinen und Unternehmen große Verunsicherung aus. Inzwischen liegen praktische Erfahrungen, aber auch erste Gerichtsurteile und Bußgeldbescheide vor. Welche Regelungen haben sich bewährt? Der Kurs vermittelt Datenschutz-Grundwissen und praxiserprobte Tipps. Sie erfahren, wie Sie die Forderungen der DSGVO leicht und verständlich in Ihr Vereinsleben oder Unternehmen integrieren.

Der Dozent ist zertifizierter Datenschutz- und Informationssicherheitsbeauftragter.

**Kurs-Nr. 51365**

11.03.2021

Donnerstag, 18:15 - 20:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 21,00 €

ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt,

Volkshochschule

Kagan Kortun

Siehe auch  
Web-Seminare  
**IT-Sicherheit für den Hausgebrauch**  
Kurs-Nr. 51808  
auf Seite 84

**Workshop Datenschutz für Vereine**

Ziel: Erstellung der Datenschutzerklärung des Vereins und dessen Webseite

Neben der Vermittlung von Grundlagen der DSGVO werden hilfreiche Tipps & Tricks aus der Praxis gezielt für Vereine vermittelt.

In diesem Workshop werden an 3 Tagen mit den Teilnehmern die notwendigen Formulare, Erklärungen und ein Verzeichnis von Verarbeitungstätigkeiten erstellt. Vorgefertigte Unterlagen werden den Teilnehmern zur Verfügung gestellt. Es wird eine Präsentation für die Mitgliederversammlung angefertigt. Die Teilnehmergebühr gilt für einen Verein. Es können pro Verein 2 Personen teilnehmen.

Der Dozent ist zertifizierter Datenschutz- und Informationssicherheitsbeauftragter.

**Kurs-Nr. 51370**

12.04.2021 - 26.04.2021

Montag, 18:15 - 20:30 Uhr

3 Termine, 9 U-Std., 135,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Kagan Kortun

**Workshop Datenschutz für Unternehmen**

Ziel: Erstellung der Datenschutzerklärung des Unternehmens und der Webseite

- Einführung und Grundlagen DSGVO
- Notwendigkeit eines Datenschutzbeauftragten ermitteln
- sinnvolle Quellen, Arbeitshilfen und Checklisten
- Datenschutzkonzept vs. IT-Sicherheitskonzept
- Verzeichnis von Verarbeitungstätigkeiten, je nach Verarbeitungsprozess detailliert ausgearbeitet
- Auftragsverarbeitung
- Musterverträge und -formulare sind praxiserprobt und können direkt verwendet werden.

In diesem Workshop werden an 4 Tagen mit den Teilnehmern die notwendigen Formulare, Erklärungen und ein Verzeichnis von Verarbeitungstätigkeiten erstellt/zusammengestellt. Vorgefertigte Unterlagen werden den Teilnehmern zur Verfügung gestellt, so dass der Aufwand minimal gehalten werden kann.

Am Ende erfolgt auch eine zertifizierte Abnahme der Datenschutzerklärung.

Die Teilnehmergebühr gilt für ein Unternehmen. Es können pro Unternehmen 2 Personen teilnehmen.

Der Dozent ist zertifizierter Datenschutz- und Informationssicherheitsbeauftragter.

**Kurs-Nr. 51375**

19.05.2021 - 09.06.2021

Mittwoch, 18:15 - 20:30 Uhr

4 Termine, 12 U-Std., 288,00 €

ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Kagan Kortun

**Verschiedenes rund um den PC****PC-Probleme – nein Danke!**

Sicher sind Sie auch schon auf ein Problem an Ihrem Windows-PC gestoßen, für das Sie allein keine Lösung gefunden haben. Hier finden wir in einer kleinen Gruppe zusammen mit dem Dozenten einen Weg. Dabei ist es egal, ob es sich um Hardwarefehler oder Probleme bei der Bedienung von Software handelt. Als Besitzer eines Laptops können Sie Ihr Gerät auch gerne mitbringen.

Der Dozent kommt aus dem Bereich EDV-Service und steht Ihnen mit Rat und Tat zur Seite.

Die Teilnehmerzahl ist auf maximal fünf begrenzt.

**Kurs-Nr. 51401**

20.02.2021

Samstag, 09:00 - 12:15 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 52,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler

**Kurs-Nr. 51402**

08.03.2021

Montag, 18:15 - 21:15 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 52,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Michael Päßler

**Kurs-Nr. 51403**

05.06.2021

Samstag, 09:00 - 12:15 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 52,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Michael Päßler



Das besondere  
Kursformat der  
VHS Salzgitter

Kurse mit Durchführungsgarantie  
ab 2 Personen

Kleine Gruppe: 2 – 5 Personen  
Individuelles Coaching zu dem  
jeweiligen Themengebiet

## Sicherer Umgang mit Passwörtern

NEU

Im Internet werden an vielen Stellen Passwörter benötigt, z. B. für E-Mail-Postfächer, Online-Shops oder den Zugang zu sozialen Netzwerken. Dabei ergeben sich eine Reihe von Fragen und Problemen, vor allem zur Konstruktion von Passwörtern und dem sicheren Umgang damit.

Kursinhalt:

- Grundregeln im Umgang mit Passwörtern
- ein oder mehrere Passwörter – was ist sinnvoll?
- Passwörter dauerhaft speichern – Vor- und Nachteile
- Kriterien für gute Passwörter
- Methoden zur Konstruktion sicherer Passwörter
- Erstellen einer Passwortkarte

### Kurs-Nr. 51410

20.04.2021

Dienstag, 09:00 - 12:15 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

## ELSTER Online-Steuererklärung

NEU

### – das Steuerprogramm der Finanzverwaltung

Teilnahmevoraussetzung: PC-Grundkenntnisse

Die Erstellung der Steuererklärung war seit Jahren online möglich über das Programm „ElsterFormular“. Dieses Programm konnte allerdings 2020 letztmalig für die Bearbeitung von Steuerklärungen genutzt werden.

Für die elektronische Übermittlung der verschiedenen Steuerdaten per Internet stellt die Finanzverwaltung zukünftig nur noch das Portal „Mein Elster“ zur Verfügung. Aber auch hier können weiterhin die Steuerdaten über eine Webanwendung übermittelt werden. Außerdem gibt es die Möglichkeit, die Steuerdaten aus ElsterFormular zu exportieren. Dies erspart auf jeden Fall die neue Eingabe der bereits erfassten Angaben.

Sie können sowohl die Einkommensteuererklärung, die Umsatzsteuererklärung, die Gewebesteuererklärung, die Umsatzsteuer-Voranmeldung als auch die Lohnsteuer-Anmeldung über „Mein Elster“ erledigen. In diesem Kurs wird praktisch geübt – vom Erstellen bis zum Versenden der Steuererklärung. Daher bitte die Steueridentifikationsnummer zum ersten Kursabend mitbringen!

### Kurs-Nr. 51420

Mittwoch, 24.03.2021, 19:00 - 20:30 Uhr

Mittwoch, 14.04.2021, 19:00 - 21:30 Uhr

2 Termine, 5 U-Std., 23,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Kagan Kortun

### Kurs-Nr. 51421

Dienstag, 20.04.2021, 19:00 - 20:30 Uhr

Dienstag, 11.05.2021, 19:00 - 21:30 Uhr

2 Termine, 5 U-Std., 23,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Kagan Kortun

## vhs.cloud Einführungskurs

Die vhs.cloud ist das Online-Netzwerk der Volkshochschulen in Deutschland. Es werden immer häufiger Kurse mit Internetbegleitung oder auch reine Web-Seminare bei der VHS Salzgitter angeboten. Dieser Einführungskurs in die Benutzung unseres virtuellen Schulungsraums ist kostenlos. Wenn Sie Lust auf Online-Learning haben, sind Sie herzlich zu diesem Einführungskurs eingeladen. Er soll Ihnen zeigen, wie einfach die Teilnahme an einem der vorgenannten Kurse bei der VHS Salzgitter ist. Unter Anleitung lernen Sie die Möglichkeiten kennen und gewinnen einen Eindruck, wie Online-Lernen bei der VHS funktioniert. Registrieren, ausprobieren, erforschen und neue Wege gehen mit Ihrer VHS.

Dieser kostenlose Kurs richtet sich an digital interessierte Teilnehmer, die den neuen Medien eine Chance geben.

### Kurs-Nr. 51802

11.02.2021

Donnerstag, 14:00 - 17:15 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

### Kurs-Nr. 51803

22.02.2021

Montag, 17:00 - 20:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

### Kurs-Nr. 51804

03.03.2021

Mittwoch, 09:00 - 12:15 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Carmela Klinge

## BU Python Einführung für Programmieranfänger

NEU

### – Wochenintensivkurs –

**Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.**

Der Python-Grundkurs ist für Teilnehmer 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 kennen lernen.

Kursinhalte u. a.:

- Entwicklungsumgebung
- Datentypen
- Zeichenketten
- Variabel
- Listen
- Kontrollstrukturen
- Schleifen
- Benutzersteuerung
- Funktionen
- Module
- Input/Output

Voraussetzungen: Windows, MAC, Linux sicherer Umgang.

### Kurs-Nr. 51911

28.06.2021 - 02.07.2021

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 213,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 21.05.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Klaus Fabian

Verschenken Sie Bildung!  
Verschenken Sie Wohlfühlen!  
Verschenken Sie Spaß!  
Verschenken Sie einen Gutschein!







## Internet

### Internet-Einstieg für Ältere

#### – Seniorenkurs –

Der Kurs erklärt langsam und verständlich die vielfältigen Möglichkeiten (aber auch Risiken) des Internets. Außerdem werden die zahlreichen Fachbegriffe aus der Welt des Internets so erläutert, dass auch der Normalbürger sie versteht.

Grundkenntnisse am PC sind Voraussetzung für die Teilnahme.

#### Kurs-Nr. 51235

15.03.2021

Montag, 08:45 - 12:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

#### Kurs-Nr. 51236

26.04.2021

Montag, 08:45 - 12:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Carmela Klinge

#### Kurs-Nr. 51237

27.05.2021

Donnerstag, 08:45 - 12:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

### Netflix, Spotify, Amazon Prime – Streamingdienste im Vergleich

Die Auswahl an Streamingdiensten wird immer größer, so dass die Wahl schwer fällt. Dieser Info-Abend soll Ihnen einen Überblick über die verschiedenen Anbieter für Fernsehen und Musik geben. Sie erhalten Informationen zu den Kosten und technischen Voraussetzungen. Anhand eines Beispiels erfahren Sie auch, wie man ein Konto einrichtet und dieses schützt.

#### Kurs-Nr. 51522

12.04.2021

Montag, 18:15 - 20:30 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 13,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler

### Cloud Live

An diesem Abend werden folgende Fragen geklärt:

- Welche Cloud-Anbieter, die Online-Speicherplatz zur Verfügung stellen, gibt es?
- Welcher Anbieter ist für Ihre Bedürfnisse der Geeigneste?
- Wie legen Sie Dokumente und Bilder in der Cloud ab?
- Und wie ermöglichen Sie anderen Personen darauf zuzugreifen?

Voraussetzungen: PC- und Internet-Grundkenntnisse

#### Kurs-Nr. 51525

14.04.2021

Mittwoch, 18:45 - 21:00 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 13,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Michael Päßler

### 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 Phishing-versuch?

Dies und andere Themenbereiche sind Inhalte des Kurses.

Voraussetzungen: PC- und Internet-Grundkenntnisse

#### Kurs-Nr. 51530

29.04.2021

Donnerstag, 18:45 - 21:00 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 13,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler

### 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. 51539

19.03.2021

Freitag, 09:15 - 12:30 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler

### ZOOM – eine Plattform für teamorientiertes Arbeiten

Mit diesem Tool ist es auf einfachste Weise möglich, zu intuitiven Videokonferenzen per Computer, Smartphone oder einfach nur per Telefon einzuladen. Meetings oder sogar anspruchsvolle Schulungen können Sie mit Ihrem Team oder Ihrer Familie gestalten. Planung einer Familienfeier oder Austausch mit Geschäftspartnern?

Mit Zoom machen Sie ein Treffen möglich. Und nicht nur das: Es gibt Funktionen zu Video, Audio, Chat, Bildschirmfreigabe, Bildschirmfernsteuerung, Datentransfer („End-to-End-Verschlüsselung“), Aufzeichnung des Meetings. Darüber hinaus verfügt Zoom über hilfreiche Bearbeitungswerkzeuge.

Abgesehen von der Software-Einführung erhalten Sie auch Tipps für eine gelungene Videokonferenz. Lassen Sie sich inspirieren!

#### Kurs-Nr. 51545

17.02.2021

Mittwoch, 17:00 - 20:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge



### Padlet – die neue Präsentation

NEU

Sie möchten Ihre Inhalte auf eine bunte Art und Weise präsentieren und überall via Internet abrufen können? Padlet ist einfach und schnell zu bedienen, für diverse Zwecke nutzbar wie Präsentationen, Unterrichtsinhalte oder als privates Notizbuch. Padlet ist eine kostenlose Cloud-basierte Anwendung, in der Sie eigene Inhalte online ablegen bzw. hochladen können. Neben geschriebenen Notizen können Sie z. B. auch PDF-Dateien und Fotos hochladen, Links zu anderen Webseiten setzen oder zu Filmen vermerken. Für die Gestaltung stehen Ihnen diverse Hintergründe zur Verfügung. Die Inhalte können Sie ausgewählten Personen zur Verfügung stellen oder ausschließlich privat nutzen. Es ist auch möglich, anderen zu erlauben an den Inhalten mitzuwirken oder zu kommentieren. Neben der Einführung in das Programm erhalten Sie Tipps zu Datenschutz, Bildrechten und anderen hilfreichen Plattformen.

Voraussetzung: Sicherer Umgang mit dem Internet

#### Kurs-Nr. 51550

18.02.2021

Donnerstag, 17:00 - 20:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

### Web-Seminare – ein Weg in die Selbstständigkeit

Sie haben eine Idee für Ihre Selbstständigkeit – aber wie umsetzen? Erstellen Sie ein Web-Seminar! Lernen Sie die Grundlagen kennen und erarbeiten Sie Ihre eigene Idee. Gemeinsam werden wir die Tools und Plattformen kennenlernen und Ihrer Idee Stück für Stück näherkommen. Ideen sollten keine Träume bleiben!

Themen sind u. a.:

- Was brauche ich für ein Web-Seminar?
- Wo kann ich sie anbieten?

- Technik
- Rechtliches

Voraussetzung: Umgang mit Word und Internet

#### Kurs-Nr. 51551

25.03.2021

Donnerstag, 09:15 - 12:30 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

## 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

05.07.2021 - 09.07.2021

Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Termine, 40 U-Std., 215,00 €

Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch

auf Bildungsurlaub nutzen: 07.06.2021

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Kagan Kortun

## Bildbearbeitung

### Fotos verwalten

#### – Seniorenkurs –

Sie besitzen eine Digitalkamera und möchten mehr über die umfangreichen Möglichkeiten digitaler Bilder erfahren. Oder Sie besitzen bereits Erfahrung im Umgang mit dem PC und wollen nun erfahren, wie Sie die Fotos mit dem Computer verwalten und auch wiederfinden. Dazu benötigen Sie eine Ordnerstruktur und müssen diese auch organisieren.

Oder Sie möchten Ihre Fotos/Daten sichern, auf einen USB-Stick kopieren, transportieren und präsentieren. Wenn eine der beschriebenen Situationen so oder so ähnlich auf Sie zutrifft, dann ist der Kurs bestens für Sie geeignet.

Bitte eigene Digitalkamera und wenn vorhanden USB-Stick mitbringen.

Voraussetzung: PC-Kenntnisse

### Kurs-Nr. 51239

10.03.2021 - 17.03.2021

Mittwoch, 09:00 - 12:15 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 36,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler

## Mein erstes digitales Fotobuch

### – Wochenendseminar –

Persönlich gestaltete Fotobücher sind das Trendprodukt im Bereich der digitalen Fotografie. Bei einem Fotobuch handelt es sich um ein professionell gedrucktes Buch von Digitalfotos.

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 oder auf CD/DVD gebrannt 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

13.03.2021

Samstag, 10:00 - 15:00 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 33,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Kagan Kortun

### Kurs-Nr. 51603

24.04.2021

Samstag, 10:00 - 15:00 Uhr

1 Termin, 6 U-Std., 33,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Kagan Kortun

## Grundlagen: Fotos mit Bildbearbeitungsprogrammen optimieren

### – Wochenendseminar –

Dieser Kurs findet für alle Anfänger der Fotografie & Bildbearbeitung statt.

Es werden Grundlagen der Bearbeitungstechniken vermittelt und verschiedene Bildbearbeitungsprogramme vorgestellt.

Speziell wird die Programmoberfläche von Adobe behandelt und eine Einführung in die Bildoptimierung mit Photoshop gegeben.

**Bitte bringen Sie das Programm auf Ihrem eigenen Laptop mit, egal ob als Test- oder Vollversion.**

### Kurs-Nr. 25056

15.05.2021

Samstag, 10:00 - 13:15 Uhr

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

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Tanita Teichfischer

### Kurs-Nr. 25057

03.07.2021

Samstag, 10:00 - 13:15 Uhr

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

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Tanita Teichfischer

## Neue Medien

### Entscheidungshilfen beim Kauf eines Smartphones

#### – Seniorenkurs –

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

25.02.2021

Donnerstag, 18:45 - 21:00 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 13,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler

### Kurs-Nr. 51241

26.03.2021

Freitag, 09:15 - 11:45 Uhr

1 Termin, 3 U-Std., 13,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Michael Päßler

## Meine Smartphone-Anleitung

Das Smartphone kann ein sehr hilfreicher Begleiter im Alltag sein. Doch jeder hat ein anderes Gerät. Dieser Kurs ist für Android-Benutzer. Android-Smartphones unterscheiden sich in der Bedienung von einem iPhone, und jedes Android-Menü sieht anders aus. Daher erstellt jeder Teilnehmer / jede Teilnehmerin im Kurs eine eigene „Betriebsanleitung“ für das eigene Gerät. Durch Sticker kann sich jeder sein Kursbuch so individualisieren, dass es dem eigenen Smartphone entspricht.

Themen sind u. a.

- Telefonnummern speichern und neue Kontakte anlegen
- Fotos aufnehmen und weiterleiten
- Wecker und Zeit einstellen
- Termine im Kalender eintragen
- Was sind mobile Daten und wie nutze ich WLAN?

**Voraussetzung: Das Mitbringen eigener Geräte ist zwingend erforderlich.**

### Kurs-Nr. 51731

19.04.2021 - 26.04.2021

Montag, 18:30 - 21:30 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 49,80 € ohne Ermäßigung

inkl. Unterrichtsmaterial

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Maximilian Sieker

### Kurs-Nr. 51732

05.07.2021 - 12.07.2021

Montag, 18:30 - 21:30 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 49,80 € ohne Ermäßigung

inkl. Unterrichtsmaterial

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Maximilian Sieker



## 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

Montag, 15.02.2021, 09:15 - 12:30 Uhr

Mittwoch, 17.02.2021, 09:15 - 12:30 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 36,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler

### Kurs-Nr. 51734

Mittwoch, 21.04.2021, 09:15 - 12:30 Uhr

Donnerstag, 22.04.2021, 09:15 - 12:30 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 36,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler

## Android-Tablet und Smartphone – 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. 51737

Montag, 17.05.2021, 09:15 - 12:30 Uhr

Mittwoch, 19.05.2021, 09:15 - 12:30 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 36,80 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler



## WhatsApp – So geht moderne Handy-Kommunikation

### – Seniorenkurs –

Vergessen Sie E-Mail, SMS, Facebook und die Telefon-App – langwieriges Anmelden, kompliziertes 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

11.02.2021 - 18.02.2021

Donnerstag, 09:00 - 10:30 Uhr

2 Termine, 4 U-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung

+ Materialkosten

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Michael Päßler

### Kurs-Nr. 51245

21.06.2021 - 28.06.2021

Montag, 18:45 - 20:15 Uhr

2 Termine, 4 U-Std., 18,40 € ohne Ermäßigung

+ Materialkosten

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Maximilian Sieker

## 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

19.06.2021 - 03.07.2021

Samstag, 10:00 - 12:15 Uhr

3 Termine, 9 U-Std., 45,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Kagan Kortun



## Online-Seminare

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 Webinaren 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 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.

Die genaue Vorgehensweise erfahren Sie in unseren kostenlosen Einführungskursen in die Benutzung des virtuellen Schulungsraumes EDUDIP.

### vhs.cloud Einführungskurs

Die vhs.cloud ist das Online-Netzwerk der Volkshochschulen in Deutschland. Es werden immer häufiger Kurse mit Internetbegleitung oder auch reine Webinare bei der VHS Salzgitter angeboten. Dieser Einführungskurs in die Benutzung unseres virtuellen Schulungsraums ist kostenlos. Wenn Sie Lust auf Online-Learning haben, sind Sie herzlich zu diesem Einführungskurs eingeladen. Er soll Ihnen zeigen, wie einfach die Teilnahme an einem der vorgenannten Kurse bei der VHS Salzgitter ist. Unter Anleitung lernen Sie die Möglichkeiten kennen und gewinnen einen Eindruck, wie Online-Lernen bei der VHS funktioniert. Registrieren, ausprobieren, erforschen und neue Wege gehen mit Ihrer VHS.

Dieser kostenlose Kurs richtet sich an digital interessierte Teilnehmer, die den neuen Medien eine Chance geben.

#### Kurs-Nr. 51802

11.02.2021

Donnerstag, 14:00 - 17:15 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

#### Kurs-Nr. 51803

22.02.2021

Montag, 17:00 - 20:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Carmela Klinge

#### Kurs-Nr. 51804

03.03.2021

Mittwoch, 09:00 - 12:15 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Carmela Klinge

### IT-Sicherheit für den Hausgebrauch



#### – Web-Seminar –

In diesem Kurs erwerben Sie Grundkenntnisse für den sicheren Umgang mit aktuellen Informations- und Kommunikationstechnologien:

Inhalte des Kurses:

- unumgängliche Sicherheit durch technischen Schutz (Antiviren- und Firewall-Systeme, WLAN- und Internetrouter)
- aktuelle Bedrohungen aus dem Internet und der Schutz gegen diese (Identitätsdiebstahl, Betrug, Datendiebstahl und Online Banking)
- sicher im Internet surfen und kommunizieren
- Sicherheitsprobleme bei E-Mail auf dem PC und Handy erkennen
- Daten sichern, rückspeichern und unwiederbringlich löschen können

Der Dozent ist zertifizierter Datenschutz- und Informationssicherheitsbeauftragter.

#### Kurs-Nr. 51808

21.04.2021

Mittwoch, 17:00 - 20:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 22,40 € ohne Ermäßigung

Kagan Kortun

### Word Grundlagen



#### – Web-Seminar –

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. 51810

20.01.2021 - 27.01.2021

Mittwoch, 18:00 - 21:15 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 39,20 € ohne Ermäßigung

Klaus Fabian

### 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.

### Word 2016 – Seriendruck



#### – Web-Seminar –

Ein Angebot für Interessierte, die in der Textverarbeitung bereits zu Hause sind, jedoch noch die speziellen Funktionen des Seriendrucks kennenlernen möchten.

Inhalte:

- Datenquelle (Adresstabelle) kennenlernen und pflegen
- Seriendruckfelder in ein Dokument einfügen
- Brief erstellen, Seriendruck starten, prüfen, drucken
- Adressen suchen, sortieren, abfragen
- Regeln definieren (z. B. Wenn-Dann-Sonst)
- Datensätze für selektives Drucken auswählen (Filtern)
- Einrichten von Etiketten und Briefumschlägen

Voraussetzung: Sicherer Umgang mit Windows

**Das Programm muss auf dem Rechner installiert und betriebsbereit sein.**

#### Kurs-Nr. 51811

09.06.2021 – 16.06.2021

Mittwoch, 18:00 - 21:15 Uhr

2 Termine, 8 U-Std., 39,20 € ohne Ermäßigung

Klaus Fabian



## 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 Seminars 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-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 2013/2016 – Weiterführende Techniken

### – Online-Seminar –

Inhalte:

Erstellen und Bearbeiten von Tabellen und Tabulatoren, Spaltenlayout, Einfügen von Grafiken und Smart-Arts, 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. 51831

08.03.2021 - 28.03.2021  
145,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

#### Kurs-Nr. 51832

21.06.2021 - 11.07.2021  
145,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

## Microsoft Excel 2013/16 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

01.03.2021 - 28.03.2021  
189,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

#### Kurs-Nr. 51842

12.04.2021 - 09.05.2021  
189,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

## Microsoft Excel 2013/2016 – 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

08.03.2021 - 21.03.2021  
94,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

#### Kurs-Nr. 51846

19.04.2021 - 02.05.2021  
94,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

## Microsoft Excel 2013/2016 – 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. 51850

15.03.2021 - 28.03.2021  
94,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

#### Kurs-Nr. 51851

14.06.2021 - 27.06.2021  
94,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

## Microsoft Excel 2013/2016 – 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

01.03.2021 - 14.03.2021  
94,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

#### Kurs-Nr. 51856

19.04.2021 - 02.05.2021  
94,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

## InDesign CC 2015 – 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

01.03.2021 - 28.03.2021  
189,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

#### Kurs-Nr. 51861

12.04.2021 - 09.05.2021  
189,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

## InDesign CC 2015 – 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

08.03.2021 - 21.03.2021  
94,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

#### Kurs-Nr. 51866

28.06.2021 - 11.07.2021  
94,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

## Webseiten / Blog mit Wordpress 5.x – Grundlagen



– Online-Seminar –

Mit dem kostenlosen Wordpress kommen Sie schnell zu einer Webpräsenz ohne großartige Programmierkenntnisse besitzen zu müssen. Verwenden Sie die unzähligen vorgefertigten Templates (Design-Vorlagen) und befüllen diese mit Beiträgen, Bildern und Dateien. Legen Sie eine Menüstruktur an und benutzen Sie Plugins, um Ihre Website individuell zu gestalten. Es werden keine eigenen Templates angelegt.

Voraussetzung: Internetkenntnisse, Programmierkenntnisse sind nicht erforderlich

**Kurs-Nr. 51870**

08.03.2021 - 28.03.2021  
189,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

**Kurs-Nr. 51871**

12.04.2021 - 02.05.2021  
189,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

## Bilder organisieren und bearbeiten mit Photoshop Elements – Grundlagen



– Online-Seminar –

Bilder mit dem Organizer organisieren, Arbeiten mit den Auswahlwerkzeugen, Freistellen von Objekten, Rote Augen beseitigen, Kontrastverbesserungen, Belichtungskorrekturen, Texteingabe und -bearbeitung, Einführung in den Einsatz von Ebenen und Filtern.

**Kurs-Nr. 51875**

08.03.2021 - 04.04.2021  
189,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

## Ebenentechnik und Retuschierungen mit Photoshop Elements Aufbaukurs



– Online-Seminar –

Arbeiten mit Ebenen, Ebenen- und Schnittmasken, Einstellungsebenen, Einsatz der Retuschierungswerkzeuge

Voraussetzung: Photoshop Elements Grundkenntnisse

**Kurs-Nr. 51878**

12.04.2021 - 25.04.2021  
94,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

## 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**

01.03.2021 - 28.03.2021  
189,00 € ohne Ermäßigung  
Doris Opitz

## Bildungsurlaub

### BU Digitales Büro und neue Medien

NEU

– Wochenintensivkurs –

**Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.**

Das Büro ist im Wandel. Vieles wird digitalisiert bearbeitet. Die Ablage wird neu gestaltet. Die Korrespondenz teilt sich in Geschäftsbriefen, E-Mails und Smartphone. Eine Online-Telefonie bedarf einer eigenen Vorbereitung, ein Vortrag wird zur gemeinschaftlichen Präsentation und Projekte können auch von zu Hause aus bearbeitet werden. Es bieten sich neue Möglichkeiten und Abläufe zur Zusammenarbeit.

Kursinhalte:

- Struktur und Ablage – Der Explorer und die Cloud
- Word
- Textgestaltung – Die neue DIN 5008
- Frische Briefe – Geschäftliche Korrespondenz 4.0
- Sicherheit im Internet und im Homeoffice
- Die neue Telefonie
- PowerPoint oder Flipchart
- Zusammenarbeit für ein Projekt im Team – MS Teams
- Kreative Präsentation – Padlet
- Vorbereitung Besprechungen/Telefonie – OneNote
- Videokonferenzen – ZOOM

**Kurs-Nr. 51901**

12.04.2021 - 16.04.2021  
Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr  
5 Termine, 40 U-Std., 202,00 €  
Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 08.03.2021  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Carmela Klinge

## 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 50,00 €.

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**

03.05.2021 - 07.05.2021  
Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr  
5 Termine, 40 U-Std., 212,00 € inkl. Lehrbuch  
zuzügl. ggf. Prüfungsgebühr  
Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 29.03.2021  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Carmela Klinge

## 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**

07.06.2021 - 11.06.2021  
Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr  
5 Termine, 40 U-Std., 212,00 € inkl. Lehrbuch  
zuzügl. ggf. Prüfungsgebühr  
Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 03.05.2021  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Kagan Kortun





Eine chronologische Übersicht aller Bildungsurlaube finden Sie auf Seite 13 des Programmheftes.

## BU Volle Power im Büro mit Outlook und PowerPoint



**Xpert Europäischer ComputerPass**  
– Wochenintensivkurs –  
**Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.**

In diesem Kurs lernen Sie mit Outlook und PowerPoint Aufgaben im Bereich Organisation, Präsentation und Kommunikation effizient zu bearbeiten.

Outlook ist ein leistungsfähiges Programm für E-Mail und Terminorganisation. Als E-Mail-Programm bietet es eine Vielzahl nützlicher Zusatzfunktionen und Organisationshilfen. Sparen Sie Tag für Tag viel Zeit und lassen Sie sich durch Outlook auch bei Ihrer Aufgabenverwaltung und Ihrem Besprechungsmanagement unterstützen. Themen sind:

- E-Mail-Kommunikation
- E-Mail-Organisation
- Adressverwaltung
- Termin- und Aufgabenverwaltung

Wer Vorträge mit einer Bildschirmpräsentation erstellen möchte, findet in PowerPoint das ideale Hilfsmittel. Sie erhalten einen Einblick in die Leistungsfähigkeit, die Einsatzmöglichkeiten und Funktionen des Präsentationsprogramms PowerPoint. Es werden u. a. folgende Inhalte vermittelt:

- Erstellung von Overhead-Folien, Bildschirmshows, Handouts
- Präsentationsablauf
- Gestaltung von Texten, Bildern, Tabellen, Diagrammen, Organigrammen
- wirkungsvoller Farbeinsatz

Im Kurs erhalten Sie einen USB-Stick für Ihre Dateien sowie die Lehrbücher „Präsentation mit PowerPoint“ und „Kommunikation mit Outlook“.

Der Kurs liefert zwei Bausteine zum Europäischen ComputerPass Xpert und kann bei beiden Programmen mit einer Prüfung abgeschlossen werden. Der Prüfungstermin erfolgt in Absprache mit den Teilnehmer/innen.

### Kurs-Nr. 51904

31.05.2021 - 04.06.2021  
Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr  
5 Termine, 40 U-Std., 232,00 € inkl. Lehrbücher und USB-Stick zuzügl. ggf. Prüfungsgebühr  
Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 26.04.2021  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Carmela Klinge

## BU Xpert ECP Praxis – Fit im Büroalltag

– Wochenintensivkurs –  
**Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.**

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Office sicherer und effizienter anwenden können. Sie sollten die grundlegenden Arbeitstechniken (z. B. Arbeiten mit der Maus, Fenstertechnik) unter Windows beherrschen. Der Kurs vermittelt u. a. folgende Inhalte:

- Windows: Dateimanagement Grundlagen  
Word: Textgestaltung, Kopf-/Fußzeilen, Tabellen eingeben und gestalten, Zeichnungselemente, Grafiken, Serienbriefe und -etiketten  
Excel: Tabellen erstellen und formatieren, Formeln und Funktionen anwenden, Diagramme erstellen  
PowerPoint: Erstellen und steuern von Präsentationen

Nach Abschluss dieses Kurses können Sie auch an der Prüfung „Xpert ECP Praxis – Fit im Büroalltag“ teilnehmen. Der Prüfungstermin erfolgt in Absprache mit den Teilnehmer/innen.

### Kurs-Nr. 51907

14.06.2021 - 18.06.2021  
Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr  
5 Termine, 40 U-Std., 212,00 € inkl. Lehrbuch zuzügl. ggf. Prüfungsgebühr  
Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 10.05.2021  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Carmela Klinge

### 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.

## 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

05.07.2021 - 09.07.2021  
Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr  
5 Termine, 40 U-Std., 215,00 €  
Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 07.06.2021  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Kagan Kortun

## BU Python Einführung für Programmieranfänger

NEU

– Wochenintensivkurs –  
**Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.**

Der Python-Grundkurs ist für Teilnehmer 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 kennen lernen.

Kursinhalte u. a.:

Entwicklungsumgebung, Datentypen, Zeichenketten, Variabel, Listen, Kontrollstrukturen, Schleifen, Benutzersteuerung, Funktionen, Module, Input/Output  
Voraussetzungen: Windows, MAC, Linux sicherer Umgang.

### Kurs-Nr. 51911

28.06.2021 - 02.07.2021  
Montag - Freitag, 08:30 - 15:30 Uhr  
5 Termine, 40 U-Std., 213,00 €  
Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 21.05.2021  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Klaus Fabian

### Unser Leitbild



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 artikuliert Bedürfnisse unserer Teilnehmer und/oder Auftraggeber. Darüber hinaus entwickeln wir aufgrund professioneller Einschätzungen und Analysen impulsgebende Angebote.

#### Kunden: Wer sind unsere Teilnehmer / Zielgruppen?

Vom Auftrag her sind unsere Zielgruppen Kinder, Jugendliche und Erwachsene sowie Firmen und Institutionen. 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 und Institutionen, 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 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
- 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



## Es ist nie zu spät und nie zu früh

Mit Unterstützung der Volkshochschule erwerben Erwachsene und Schüler sowie Schülerinnen 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 durch Maßnahmen der Kooperation „VHS - Schule“ gefördert, nicht zuletzt durch das vielfältige VHS-Angebot für BONA SZ.

## Grundbildung

- 90 Lesen und Schreiben für Erwachsene
- 90 Schulabschlüsse
- 90 Bildungspartner VHS & Schule

### Fachbereichsleitung und Beratung:

Elisabeth Burgtorf  
Telefon 0 53 41 / 839-36 44  
[elisabeth.burgtorf@stadt.salzgitter.de](mailto:elisabeth.burgtorf@stadt.salzgitter.de)

Foto: Harald Treder





### Lesen und Schreiben für Erwachsene

#### Beratung und Voranmeldung:

Elisabeth Burgtorf, VHS,  
Tel.: 0 53 41 / 839-36 44

### 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

08.02.2021 - 12.07.2021

Montag, 19:00 - 21:15 Uhr

20 Termine, 60 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

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 nur über geringe Lese- und Schreibkenntnisse verfügen.

#### Kurs-Nr. 60704

09.02.2021 - 13.07.2021

Dienstag, 09:00 - 11:15 Uhr

20 Termine, 60 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Gudrun Tesche-Spittler

### Schulabschlüsse

Möchten Sie einen Schulabschluss nachholen und wissen nicht wo? Wir beraten Sie gern über Möglichkeiten, die die Region bietet. Bitte wenden Sie sich dazu an Elisabeth Burgtorf, Tel.: 0 53 41 / 839-36 44.

### Bildungspartner VHS & Schule

#### Unterstützung der offenen Ganztagschule

Die Volkshochschule bietet Unterstützung bei der Mitgestaltung der offenen Ganztagschule an, in Form von

- Hausaufgabenbetreuung
- AG-Angeboten im Vormittags- und Nachmittagsbereich
- Angeboten aus den Bereichen Kunst und Kreatives, Gesundheit, Kochen, EDV, Tastschreiben, Fremdsprachentraining, Deeskalation und Selbstverteidigung u. v. m.
- Zusatzqualifikationen und Zertifikaten
- Seminaren zur Elternbildung

Bitte nehmen Sie Kontakt zu uns auf,  
Tel. 0 53 41 / 839-36 44.

### BONA SZ – Berufseignungstest

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 / 839-37 16.

## 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

- 92 Politik, Gesellschaft und Umwelt
- 92 Deutsch als Fremdsprache
- 93 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: Karl-Heinz Henne



## Politik, Gesellschaft und Umwelt

### Ich will mich hier zurechtfinden

#### – Gesprächskreis für ausländische Frauen –

Die Teilnehmerinnen in diesem Kurs diskutieren aktuelle, sie berührende Themen, sprechen über Alltagsprobleme in Deutschland, vergleichen ausländische und deutsche Denkweisen und Verhaltensnormen und lernen, sich in der deutschen Gesellschaft zurechtzufinden. Neue Teilnehmerinnen sind herzlich willkommen!

#### Kurs-Nr. 15010

08.02.2021 - 31.05.2021

Montag, 08:00 - 10:30 Uhr

15 Termine, 45 U-Std., gebührenfrei

Salzgitter-Bad, Kath. Kindergarten Christ-König

Mine Celik

## 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

Lehrbuch: „Schritte plus neu A1.1“, Hueber-Verlag (ISBN 978-3-19-601081-0). Ab Lektion 1

Der Kurs findet montags und mittwochs statt.

#### Kurs-Nr. 80404

03.02.2021 - 30.06.2021

Mittwoch + Montag, 18:00 - 20:15 Uhr

38 Termine, 114 U-Std., 342,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Ausra Traube

### Deutsch – Anfängerkurs 2 A1

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 5

Der Kurs findet montags und donnerstags statt.

#### Kurs-Nr. 80410

04.02.2021 - 05.07.2021

Donnerstag + Montag, 18:00 - 20:15 Uhr

38 Termine, 114 U-Std., 342,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Grundschule Am Ostertal

Monika Splittgerber

## Deutsch – Anfängerkurs 3 A1

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 9

Der Kurs findet montags und donnerstags statt.

#### Kurs-Nr. 80411

04.02.2021 - 05.07.2021

Donnerstag + Montag, 18:00 - 20:15 Uhr

38 Termine, 114 U-Std., 342,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Grundschule Am Ostertal

Manfred Splittgerber

## Deutsch – Aufbaukurse B1

### Online – Deutsch Aufbaukurskurs B1



Dieser Kurs wird online im virtuellen Klassenzimmer in der vhs.cloud stattfinden. Der erste Termin findet in der Volkshochschule in Präsenzform statt. Hier werden Sie in der vhs.cloud angemeldet und in das virtuelle Klassenzimmer eingeführt. Danach wird der Unterricht online per Videokonferenztool weitergeführt. 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.

Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Der Kurs findet mittwochs und freitags statt.

#### Kurs-Nr. 80412

03.02.2021 - 23.06.2021

Mittwoch + Freitag, 18:00 - 20:15 Uhr

36 Termine, 108 U-Std., 324,00 €

vhs.cloud

Aaron Kielkowsky

## Deutsch – Aufbaukurse B2 / C1

### Deutsch – Aufbaukurs B2 Teil 2

In der Vergangenheit haben zahlreiche Teilnehmerinnen und Teilnehmer bei uns erfolgreich Prüfungen auf dem Niveau B1 („Zertifikat Deutsch“ oder „Deutsch-Test für Zuwanderer“) abgelegt. Da mehrfach nach einem Kursangebot gefragt wurde, in dem die Deutschkenntnisse noch weiter verbessert werden können, haben wir im vorigen Semester einen Kurs Deutsch: Zielniveau B2 / Teil 1 angeboten. Für den Teil 2 sind bei entsprechenden Vorkenntnissen auch Anmeldungen von Teilnehmerinnen und Teilnehmern möglich, die den ersten Teil nicht besucht haben. Am Ende des Kurses wird auf Wunsch eine Prüfung auf der Niveaustufe B2 angeboten.

Eine Zahlung in Raten ist auf Antrag möglich.

Lehrbuch: „Berliner Platz“, Bd. 4 NEU, Kursbuch und Arbeitsbuch in einem Band mit Zusatzteil im Alltag EXTRA, Klett-Verlag (ISBN: 978-3-12-606077-6). Ab Lektion 7

Der Kurs findet dienstags und donnerstags statt.

#### Kurs-Nr. 80414

04.02.2021 - 29.06.2021

Donnerstag + Dienstag, 18:00 - 21:15 Uhr

36 Termine, 144 U-Std., 432,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Sabine Kielkowsky

### Deutsch: Zielniveau – C1 Teil 1

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, haben wir im vorigen Semester einen Kurs „Deutsch: Zielniveau C1 / Teil 1“ angeboten und bieten jetzt „Deutsch: Zielniveau C1 / Teil 2“. Für den Teil 2 sind bei entsprechenden Vorkenntnissen auch Anmeldungen von Teilnehmerinnen und Teilnehmern möglich, die den ersten Teil nicht besucht haben. Am Ende des Kurses wird auf Wunsch eine Prüfung auf der Niveaustufe C1 angeboten.

Eine Zahlung in Raten ist auf Antrag möglich.

Der Kurs findet montags und mittwochs statt. Lehrbuch: „Sicher C1.2“, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-701208-7), ab Lektion 7

#### Kurs-Nr. 80415

03.02.2021 - 30.06.2021

Mittwoch + Montag, 18:00 - 21:15 Uhr

38 Termine, 152 U-Std., 456,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Fredenbergl, AWISTA

Thorsten Krohe







## 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 2021. 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 2021. 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.

### Allgemeine Integrationskurse

In allgemeinen Integrationskursen umfasst der Deutschkurs auch zukünftig 600 Unterrichtsstunden, der Orientierungskurs 100 Unterrichtsstunden. Neue Kurse beginnen voraussichtlich im 1. Halbjahr 2021. 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 2021.

### Deutsch-Test für Zuwanderer

Bei der Prüfung "Deutsch-Test für Zuwanderer" sind schriftliche und mündliche Aufgaben zu lösen. Die Prüfung besteht aus folgenden drei Teilen:

- Lesen und Hören
- Schreiben
- Sprechen

### Prüfungstraining Deutsch-Test für Zuwanderer

Der Deutsch-Test für Zuwanderer bescheinigt Sprachkenntnisse auf der Niveaustufe B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens. Sprachkenntnisse auf dieser Stufe sind bei der Einbürgerung nachzuweisen. Um die Prüfung Deutsch-Test für Zuwanderer kennenzulernen, in einem Modelltest zu üben und sich mit Zusatzmaterialien darauf vorzubereiten, bieten wir dieses Prüfungstraining an.

#### Kurs-Nr. 80434

Samstag, 10.04.2021

Samstag, 17.04.2021

Samstag, 24.04.2021

jeweils: 09:00 - 13:15 Uhr

3 Termine, 15 U-Std., 58,50 € ohne Ermäßigung

bei Kursteilnahme reduziert sich die Prüfungsgebühr um 20,00 € Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule Aneta Brüning

### Termine Deutsch-Test für Zuwanderer

Prüfungstermin: 08.05.2021

Anmeldeschluss: 09.04.2021

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 Hoppmann, Tel. 0 53 41 / 839-37 06

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](http://www.bamf.de) einsehen.

#### Termine:

Test: Do., 25.02.2021, 16:30 Uhr  
Anmeldeschluss: Do., 04.02.2021

Test: Do., 22.04.2021, 16:30 Uhr  
Anmeldeschluss: Do., 25.03.2021

Test: Do., 17.06.2021, 16:30 Uhr  
Anmeldeschluss: Do., 27.05.2021

Die Teilnehmerzahl ist auf 14 Personen begrenzt.

**Die KVHS Goslar führt diese Tests ebenfalls durch. Informationen dazu erhalten Sie bei Frau Schulte, Tel. 0 53 21 / 76-430.**

### Ein Blick in die Nachbarschaft

In Anbetracht von Corona ist vieles anders. Für die Kvhs Goslar erscheint auch in diesem Semester wieder ein Journal. Neben redaktionellem Inhalt veröffentlichen wir eine Liste aller bei Drucklegung geplanten Kurse. Die vollständigen Angaben zu allen Kursen sind ab Mitte Januar im Internet abrufbar. Gerne beraten wir Sie telefonisch, per Mail oder persönlich zu Ihrer Kurswahl.



Nachstehend Kurse aus der Volkshochschule Goslar. Für Informationen wenden Sie sich bitte direkt an die VHS Goslar.

#### Skulpturenbau – Intuitives Arbeiten mit Ton

Kurs-Nr. T28N11  
4 x abends / 12 Zeitstd. / 37,60 Euro  
ab: Di. 09.02.21, 18:00 – 21:00 Uhr

#### Literatur im Gespräch: Nobelpreisträgerinnen

Kurs-Nr. T21H15  
4 Termine / 8 Zeitstd. / 25,50 Euro  
Do. 18.03.21, 15.04.21, 27.05.21, 24.06.21,  
jeweils von 18:00 – 20:00 Uhr

#### Onlinekurs Indische vegetarische Küche

Kurs-Nr. T35ON60  
1 Termin / 3 Zeitstd. / 11,80 Euro  
Mi. 10.03.21, 18:30 – 21:30 Uhr

Foto: Patrick Riancho

#### Information:

Volkshochschule Landkreis Goslar,  
Klubgartenstraße 6, 38640 Goslar,  
Tel. 0 53 21 / 7 64 31,  
[www.vhs-goslar.de](http://www.vhs-goslar.de)

#### Die Öko-Modellregion Landkreis Goslar stellt sich vor

Kurs-Nr. T35N51  
1 Termin / 2,5 Zeitstd. / 5,00 Euro  
Di. 02.03.21, 18:30 – 21:00 Uhr

#### Öko-Modellregion Landkreis Goslar – Bio trifft Bürgerin und Bürger

Kurs-Nr. T35G55  
10 Termine / 25 Zeitstd. / 10,00 Euro  
Di. 16.03.21, 18:30 – 21:00 Uhr

#### Digitaltag

Kurs-Nr. T51ON10  
1 Termin / 3 UE / gebührenfrei  
Fr. 18.06.21, 15:00 – 17:30 Uhr

#### Online-Kurs: Schwedisch für Anfängerinnen und Anfänger (A1) – ohne Vorkenntnisse

Kurs-Nr. T4KON02  
12 x abends / 20 U-Std. / 97,00 Euro  
Dienstag, 09.02. – 11.05., 18:30 – 19:45 Uhr, 20 Unterrichtseinheiten



**Stadtbad**  
SALZGITTER-LEBENSTEDT

## Badevergnügen in Salzgitter

[www.stadtbad-lebenstedt.de](http://www.stadtbad-lebenstedt.de)



## 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

- 97 Deutsch als Fremdsprache
- 98 Englisch
- 102 Französisch
- 104 Spanisch
- 105 Italienisch
- 106 Griechisch
- 106 Türkisch
- 106 Arabisch
- 107 Polnisch
- 107 Russisch
- 107 Niederländisch
- 107 Dänisch

### Fachbereichsleitung und Beratung:

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

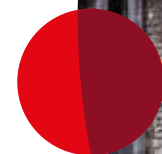


Foto: Carlo Knop



## 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 / 839-22 04

Oder Sie nutzen unseren Service eines kostenfreien Online-Einstufungstests unter: [www.vhs-salzgitter.de](http://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 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

Lehrbuch: „Schritte plus neu A1.1“, Hueber-Verlag (ISBN 978-3-19-601081-0). Ab Lektion 1

Der Kurs findet montags und mittwochs statt.

**Kurs-Nr. 80404**

03.02.2021 - 30.06.2021

Mittwoch + Montag, 18:00 - 20:15 Uhr

38 Termine, 114 U-Std., 342,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Ausra Traube

### Deutsch – Anfängerkurs 2 A1

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 5

Der Kurs findet montags und donnerstags statt.

**Kurs-Nr. 80410**

04.02.2021 - 05.07.2021

Donnerstag + Montag, 18:00 - 20:15 Uhr

38 Termine, 114 U-Std., 342,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Grundschule Am Ostertal

Monika Splittgerber

### Deutsch – Anfängerkurs 3 A1

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 9

Der Kurs findet montags und donnerstags statt.

**Kurs-Nr. 80411**

04.02.2021 - 05.07.2021

Donnerstag + Montag, 18:00 - 20:15 Uhr

38 Termine, 114 U-Std., 342,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Grundschule Am Ostertal

Manfred Splittgerber



Deutsch

## Deutsch – Aufbaukurse B1

### Online – Deutsch Aufbaukurskurs B1



Dieser Kurs wird online im virtuellen Klassenzimmer in der vhs.cloud stattfinden. Der erste Termin findet in der Volkshochschule in Präsenzform statt. Hier werden Sie in der vhs.cloud angemeldet und in das virtuelle Klassenzimmer eingeführt. Danach wird der Unterricht online per Videokonferenztool weitergeführt. 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.

Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Der Kurs findet mittwochs und freitags statt.

**Kurs-Nr. 80412**

03.02.2021 - 23.06.2021

Mittwoch + Freitag, 18:00 - 20:15 Uhr

36 Termine, 108 U-Std., 324,00 €

vhs.cloud

Aaron Kielkowsky

## Deutsch – Aufbaukurse B2 / C1

### Deutsch – Aufbaukurs B2 Teil 2

In der Vergangenheit haben zahlreiche Teilnehmerinnen und Teilnehmer bei uns erfolgreich Prüfungen auf dem Niveau B1 („Zertifikat Deutsch“ oder „Deutsch-Test für Zuwanderer“) abgelegt. Da mehrfach nach einem Kursangebot gefragt wurde, in dem die Deutschkenntnisse noch weiter verbessert werden können, haben wir im vorigen Semester einen Kurs Deutsch: Zielniveau B2 / Teil 1 angeboten. Für den Teil 2 sind bei entsprechenden Vorkenntnissen auch Anmeldungen von Teilnehmerinnen und Teilnehmern möglich, die den ersten Teil nicht besucht haben. Am Ende des Kurses wird auf Wunsch eine Prüfung auf der Niveaustufe B2 angeboten.

Eine Zahlung in Raten ist auf Antrag möglich.

Lehrbuch: „Berliner Platz“, Bd. 4 NEU, Kursbuch und Arbeitsbuch in einem Band mit Zusatzteil im Alltag EXTRA, Klett-Verlag (ISBN: 978-3-12-606077-6). Ab Lektion 7

Der Kurs findet dienstags und donnerstags statt.

**Kurs-Nr. 80414**

04.02.2021 - 29.06.2021

Donnerstag + Dienstag, 18:00 - 21:15 Uhr

36 Termine, 144 U-Std., 432,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Sabine Kielkowsky

## Deutsch: Zielniveau – C1 Teil 1

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, haben wir im vorigen Semester einen Kurs „Deutsch: Zielniveau C1 / Teil 1“ angeboten und bieten jetzt „Deutsch: Zielniveau C1 / Teil 2“. Für den Teil 2 sind bei entsprechenden Vorkenntnissen auch Anmeldungen von Teilnehmerinnen und Teilnehmern möglich, die den ersten Teil nicht besucht haben. Am Ende des Kurses wird auf Wunsch eine Prüfung auf der Niveaustufe C1 angeboten.

Eine Zahlung in Raten ist auf Antrag möglich.

Der Kurs findet montags und mittwochs statt. Lehrbuch: „Sicher C1.2“, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-701208-7), ab Lektion 7

**Kurs-Nr. 80415**

03.02.2021 - 30.06.2021

Mittwoch + Montag, 18:00 - 21:15 Uhr

38 Termine, 152 U-Std., 456,00 € ohne Ermäßigung

Salzgitter-Fredenberg, AWISTA

Thorsten Krohe

## Prüfungstraining

### Deutsch-Test für Zuwanderer

#### – Wochenendseminar –

Der Deutsch-Test für Zuwanderer bescheinigt Sprachkenntnisse auf der Niveaustufe B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens. Sprachkenntnisse auf dieser Stufe sind bei der Einbürgerung nachzuweisen. Um die Prüfung Deutsch-Test für Zuwanderer kennenzulernen, in einem Modelltest zu üben und sich mit Zusatzmaterialien darauf vorzubereiten, bieten wir dieses Prüfungstraining an.

**Kurs-Nr. 80434**

Samstag, 10.04.2021, 09:00 - 13:15 Uhr

Samstag, 17.04.2021, 09:00 - 13:15 Uhr

Samstag, 24.04.2021, 09:00 - 13:15 Uhr

3 Termine, 15 U-Std., 58,50 € ohne Ermäßigung

jedoch Teilnahme an der Prüfung 20,00 € billiger

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Aneta Brünig



Englisch

## Englisch – Aufbaustufen A2

Sie verfügen über Sprachkompetenzen auf dem Level A1 des Europäischen Referenzrahmens und möchten Ihre Sprachfertigkeiten erweitern? Die Kurse der Aufbaustufen A2 ermöglichen Ihnen das Erreichen des Level A2 (GER / CEFR). Ihre Ausdrucksweise wird komplexer, die Themen, über die Sie sich äußern können, werden vielfältiger und Ihr Mut zum aktiven Sprechen nimmt zu. Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, wenn es um den direkten Informationsaustausch und vertraute Dinge geht.

## 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. 41182

03.02.2021 - 16.06.2021  
Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Kateryna Paladi

### Englisch 3 A1

Dieser Kurs ist eine Einführung in die englische Sprache für Teilnehmer/innen mit ganz geringen Vorkenntnissen.

Lehrbuch: „Let's Enjoy English A1.2“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-501632-3), ab unit 1

#### Kurs-Nr. 41186

04.02.2021 - 24.06.2021  
Donnerstag, 20:15 - 21:45 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Kateryna Paladi

### Englisch 5 A1

Dieser Kurs ist eine Einführung in die englische Sprache für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen.

Lehrbuch: „Network Now A1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-606588-7), ab unit 5

#### Kurs-Nr. 41196

18.02.2021 - 24.06.2021  
Donnerstag, 18:30 - 20:00 Uhr  
16 Termine, 32 U-Std., 96,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Alla Bapkauskas

### Englisch 5 A1

– auch für Schichtarbeiter/innen –

Dieser Kurs ist eine Einführung in die englische Sprache für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen.

Lehrbuch: „Network Now A1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-606588-7), ab unit 5

#### Kurs-Nr. 41202

15.02.2021 - 28.06.2021  
Montag, 20:00 - 21:30 Uhr  
17 Termine, 34 U-Std., 102,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Alla Bapkauskas

### Englisch 5 A1

– auch für Schichtarbeiter/innen –

Dieser Kurs ist eine Einführung in die englische Sprache für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen.

Lehrbuch: „Network Now A1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-606588-7), ab unit 5

#### Kurs-Nr. 41207

– vormittags –  
15.02.2021 - 28.06.2021  
Montag, 10:15 - 11:45 Uhr  
17 Termine, 34 U-Std., 102,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Alla Bapkauskas

#### Kurs-Nr. 41208

15.02.2021 - 28.06.2021  
Montag, 18:15 - 19:45 Uhr  
17 Termine, 34 U-Std., 102,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Alla Bapkauskas

### Englisch 6 A1

Dieser Kurs ist eine Einführung in die englische Sprache für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen.

Lehrbuch: „Network Now A1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-606588-7), ab Lekt. 4

#### Kurs-Nr. 41209

09.02.2021 - 27.04.2021  
Dienstag, 13:30 - 15:00 Uhr  
10 Termine, 20 U-Std., 60,00 €  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Anke Swallow

## Englisch 6 A2

Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen des Levels A1 geeignet, die ihre Kenntnisse weiter aufbauen möchten.

Lehrbuch: „Let's Enjoy English A2.1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-501638-5), ab unit 8

#### Kurs-Nr. 41210

04.02.2021 - 24.06.2021  
Donnerstag, 18:30 - 20:00 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Kateryna Paladi

## Englisch für Wiedereinsteiger/innen A2

NEU

Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen der Niveaustufe A1, die ihre Kenntnisse weiter aufbauen möchten. Auch für Wiedereinsteiger/innen geeignet. Lassen Sie sich beraten.

Lehrbuch: „Let's Enjoy English A2.1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-501638-5), ab unit 1

#### Kurs-Nr. 41211

03.02.2021 - 16.06.2021  
Mittwoch, 20:15 - 21:45 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Kateryna Paladi

## English Basic Communication A2

– vormittags –

Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen, die ihre Englischkenntnisse der Niveaustufe A2 vertiefen und festigen wollen. Lehrbuch: „Let's Talk Now A2“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-605555-0), Ab Lekt. 6

#### Kurs-Nr. 41223

09.02.2021 - 29.06.2021  
Dienstag, 10:00 - 11:30 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Ulrich Makowski



**English – Reading Courses A1 / A2**

Lernen und verbessern Sie Ihre Englischkenntnisse beim Lesen auf Englisch. Melden Sie sich für einen Online Reading Course an und lesen Sie gemütlich zu Hause eine interessante Lektüre. Die dazu gestellten Aufgaben erledigen Sie, wann es Ihnen zeitlich passt. Sie bekommen die Antworten und ein Feedback durch die Dozentin und diskutieren mit anderen im Format der Online-Konferenz. Wählen Sie ein passendes Niveau, und tauchen Sie ein in die englische Lesewelt!

**Online Reading Course  
„Treasure Island“ A1**



**– Online-Seminar –**

Lernen und verbessern Sie Ihre Englischkenntnisse beim Lesen auf Englisch. Melden Sie sich für einen Online Reading Course an und lesen Sie gemütlich zu Hause eine interessante Lektüre. Die dazu gestellten Aufgaben erledigen Sie, wann es Ihnen zeitlich passt. Sie bekommen die Antworten und ein Feedback durch die Dozentin und diskutieren mit anderen im Format der Online-Konferenz. Wählen Sie ein passendes Niveau, und tauchen Sie ein in die englische Lesewelt!

Der Kurs geht über acht Wochen mit zwei Stunden Arbeitsaufwand pro Woche und drei Onlinekonferenzen.

Buch: „Treasure Island“ Robert Louis Stevenson (ISBN: 978-3-12-514782-9)

**Kurs-Nr. 41305**

16.03.2021 - 11.05.2021  
11 U-Std., 44,00 € ohne Ermäßigung  
vhs.cloud  
Alla Bapkauskas

**Online Reading Course  
„Anne of Green Gables“ A2**



**– Online-Seminar –**

Lernen und verbessern Sie Ihre Englischkenntnisse beim Lesen auf Englisch. Melden Sie sich für einen Online Reading Course an und lesen Sie gemütlich zu Hause eine interessante Lektüre. Die dazu gestellten Aufgaben erledigen Sie, wann es Ihnen zeitlich passt. Sie bekommen die Antworten und ein Feedback durch die Dozentin und diskutieren mit anderen im Format der Online-Konferenz. Wählen Sie ein passendes Niveau, und tauchen Sie ein in die englische Lesewelt!

Der Kurs geht über acht Wochen mit zwei Stunden Arbeitsaufwand pro Woche und drei Onlinekonferenzen.

Buch: „Anne of Green Gables“ Lucy Maud Montgomery (ISBN 978-3-12-514762-1)

**Kurs-Nr. 41310**

01.03.2021 - 26.04.2021  
11 U-Std., 44,00 € ohne Ermäßigung  
vhs.cloud  
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).

**English Refresher Advanced A2**

**– auch für Schichtarbeiter/innen –**

Sie haben Englisch in der Schule (5 - 6 Jahre) oder in Ihrer Weiterbildung gelernt, spüren aber deutliche Lücken und möchten diese schnell schließen, dann sind Sie hier richtig. Dieser Kurs bietet Ihnen einen Schnelldurchgang durch die englische Sprache auf dem Level A2. Sie wiederholen Wortschatz und Grammatik und wenden diese beim Lesen, Hören, Sprechen und Schreiben an. Lehrbuch: „Refresh Now A2“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-605187-3), ab unit 9

**Kurs-Nr. 41270**

**– vormittags –**  
17.02.2021 - 30.06.2021  
Mittwoch, 10:30 - 12:00 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Alla Bapkauskas

**Kurs-Nr. 41272**

17.02.2021 - 30.06.2021  
Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Alla Bapkauskas



**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 – 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 us in our journey to English-speaking countries. Lehrbuch: „In conversation II“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-501556-2), ab unit 10

**Kurs-Nr. 41530**

08.02.2021 - 07.06.2021  
Montag, 09:30 - 11:00 Uhr  
15 Termine, 30 U-Std., 90,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Janet Kielhorn

### Online English Refresher Course Advanced B1



Sie haben Englisch in der Schule (5 - 6 Jahre) oder in Ihrer Weiterbildung gelernt, spüren aber deutliche Lücken und möchten diese schnell schließen, dann sind Sie hier richtig. Dieser Kurs führt Sie auf das Sprachniveau B1. Sie wiederholen Wortschatz und Grammatik und wenden diese beim Lesen, Hören, Sprechen und Schreiben an. Quereinsteiger/innen sind herzlich willkommen. Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

**Kurs-Nr. 41537**

08.02.2021 - 07.06.2021  
Montag, 16:45 - 18:15 Uhr  
15 Termine, 30 U-Std., 120,00 €  
Online-Seminar  
Shafiek Klein

### English Refresher Course Advanced B1

– nachmittags –

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die ihre Englischkenntnisse in langsamem Tempo auffrischen möchten. Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

**Kurs-Nr. 41540**

10.02.2021 - 23.06.2021  
Mittwoch, 15:30 - 17:00 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Andrea Haberle-Kappei



### English Refresher Course Advanced B1

NEU

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die bereits einen Refresher Course B1 besucht haben oder aber noch mit in den Kurs einsteigen wollen, um ihre Englischkenntnisse mit leichten Übungen aufzufrischen. Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

**Kurs-Nr. 41728**

09.02.2021 - 29.06.2021  
Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Andrea Haberle-Kappei

### Advanced English for Seniors – 55plus B1

„KEY“ – Ihr kommunikativer Schlüssel zur englischen Alltagssprache! Vielseitige Themenschwerpunkte schaffen interessante Sprachanlässe, damit Sie sich schnell und sicher im Englischen zurecht finden – mit praktischen Ausdrücken und Wendungen, die Sie sofort anwenden können. Auf zwei Audio-CDs schulen englische Muttersprachler auf unterhaltsame Weise Ihre Aussprache mit authentischen Hörtexten aus aller Welt.

Lehrbuch: „KEY“ Coursebook with Homestudy, Cornelsen-Verlag (ISBN 978-3-06-020098-6).

**Kurs-Nr. 41735**

09.02.2021 - 29.06.2021  
Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Ingrid Battefeld

### 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/B1

– vormittags –

Are you ready to use your knowledge and put it into words? - We will be using topics taken from the book in order to improve your spoken English. Interested? Come and join us!

**Kurs-Nr. 41740**

08.02.2021 - 26.04.2021  
Montag, 15:30 - 17:00 Uhr  
10 Termine, 20 U-Std., 60,00 €  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Anke Swallow

### English Conversation Group B1

– vormittags –

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.

**Kurs-Nr. 41754**

04.02.2021 - 24.06.2021  
Donnerstag, 09:00 - 10:30 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Sheila Payne

### Online – We practise English conversation B1



You already have some basic knowledge of English and you are looking for an opportunity to practise speaking. Then this online course is for you!! Every week we will look at an area of interest which can be hobbies, news or maybe an article we want to talk about. I will provide some reading input or make a suggestion of topic so we can have a lively discussion in our lesson. Of course we will also discuss vocabulary or useful phrases to build up a conversation and explain grammar where necessary. But our main focus will be based on conversation!! If this is for you I look forward to meeting you in my new online conversation class.

**Kurs-Nr. 41756**

11.02.2021 - 20.05.2021  
Donnerstag, 16:00 - 17:30 Uhr  
12 Termine, 24 U-Std., 96,00 € ohne Ermäßigung  
vhs.cloud  
Mandy Just

**Englisch – Konversation B2**

**Conversation Practice B2**

Are you ready to put your English skills (B1/B2) into practice? In this class, our focus lies on one simple thing: talk! With the help of „Spotlight“ magazine, film and audio clips, we'll discuss, summarize, chitchat, ask, debate, wonder, explain, quip, chaff,...

**Kurs-Nr. 41760**

11.02.2021 - 06.05.2021  
Donnerstag, 18:30 - 20:00 Uhr  
10 Termine, 20 U-Std., 60,00 €  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Britta Schorsch

**Englisch für den Beruf A2 – C1**

Diese Kurse ermöglichen Ihnen, im Berufsleben einen unabhängigen Sprachgebrauch des Englischen zu erlangen. Je nach Level erlernen Sie telefonieren, mailen oder Small Talk sowie Präsentationen oder Verhandlungen.

**International Business English B2**

NEU

Ein Kurs für alle die im Wirtschaftsleben tätig sind und Englisch im Beruf verwenden müssen, sowie Auszubildende (BWL'er) und Bachelor-Aspiranten.

Zu jeder der 12 units im Kursbuch gibt es ein digitales Workbook mit einem Online-Modul. Jedes Lehrbuch enthält einen individuellen Zugangs-Code, der das persönliche Online-Self-Study freischaltet. Der Lehrwerksnutzer findet interaktive Übungen zu Vokabular, Grammatik und Business Skills. Verfügbar angeboten werden Lernstandsmessungen und 12 Test-Module mit Videounterstützung, ergänzt von Audio-Hörübungen im MP3-Format als Download.

Praxisorientierte Vorlagen für Geschäftsbriefe, Lebenslauf etc. runden das alltagstaugliche Material ab. Lehrbuch: „Career Express. Business English B2“ Online Self Study + Audio-CD, Cornelsen-Verlag (ISBN 978-3-06-520200-8).

**Kurs-Nr. 41830**

09.02.2021 - 29.06.2021  
Dienstag, 20:15 - 21:45 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 126,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Ingrid Battefeld

**Online Business English A1**



**– Web-Seminar –**

This course gives beginners a reasonable understanding of the language basics in order to be able to communicate from the start.

SKILLS:

- Introducing yourself
- Making and answering calls
- Writing of simple emails
- Organising meetings and business trips
- Basic grammar

**Kurs-Nr. 41840**

09.02.2021 - 08.06.2021  
Dienstag, 16:45 - 18:15 Uhr  
15 Termine, 30 U-Std., 120,00 €  
Shafiek Klein

**Online Business English A2**



**– Web-Seminar –**

This course is aimed at those who need English at work or for business trips.

SKILLS

- Introducing yourself and your company
- Organising business trips
- Dealing with colleagues and customers
- Simple negotiations
- Writing of simple emails
- Pre-intermediate grammar
- Socializing & Smalltalk

**Kurs-Nr. 41845**

10.02.2021 - 02.06.2021  
Mittwoch, 16:45 - 18:15 Uhr  
15 Termine, 30 U-Std., 120,00 €  
Shafiek Klein

**Online Business English B1**



**– Web-Seminar –**

This course is aimed at those who want to use their English skills more effectively and professionally.

SKILLS

- Introducing yourself and your company
- Business correspondence
- Establish and maintain business contacts
- Sales & Marketing / Finance & Statistics
- Presentations
- Intermediate Grammar and vocabulary
- Socializing & Smalltalk

**Kurs-Nr. 41850**

11.02.2021 - 10.06.2021  
Donnerstag, 16:45 - 18:15 Uhr  
15 Termine, 30 U-Std., 120,00 €  
Shafiek Klein

**Online Business English B2**



**– Web-Seminar –**

This course is aimed at those who want to use their English skills more confidently in unpredictable situations in a professional environment.

SKILLS

- In company communication
- Presentations, Meetings & Negotiations
- Marketing & Promotion
- Outsourcing & Networking
- Business correspondence
- Customer relations
- Socializing & Smalltalk

**Kurs-Nr. 41855**

11.02.2021 - 10.06.2021  
Donnerstag, 18:45 - 20:15 Uhr  
15 Termine, 30 U-Std., 120,00 €  
Shafiek Klein

**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**

15.03.2021 - 19.03.2021  
Montag - Freitag, 09:00 - 16:30 Uhr  
5 Termine, 40 U-Std., 149,00 €  
Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 08.02.2021  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Mandy Just

**BU Englisch 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 Englischbildungsurlaub 1 oder einem Abendkurs der Stufe Englisch 1. Der Besuch sollte nicht länger als ein Jahr zurückliegen. Gegenstand des Unterrichts sind neben einer allgemeinen Wiederholung Höflichkeitsformen, die Vergangenheit sowie die Modalverben. Unterrichtsmaterial: Die Dozentin arbeitet mit eigens für den BU erstellten Unterrichtsmaterialien.

**Kurs-Nr. 41940**

31.05.2021 - 04.06.2021  
Montag - Freitag, 09:00 - 16:30 Uhr  
5 Termine, 40 U-Std., 149,00 €  
Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 26.04.2021  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Mandy Just





## Französisch – Anfangsstufen A1

### Französisch zum Kennenlernen A1 – Schnupperkurs

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.

#### Kurs-Nr. 42169

06.02.2021

Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr

1 Termin, 4 U-Std., 16,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Fabrice Tricault

### Französisch für Wiedereinsteiger/ innen A1

NEU

#### – vormittags –

Für Teilnehmer/innen mit ersten Grundkenntnissen (mindestens 1 Jahr) und Wiedereinsteiger/innen, deren Kenntnisse verschüttet sind. Lehrbuch: „Voyages neu A1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-529412-7), ab Lekt. 1

#### Kurs-Nr. 42176

09.02.2021 - 29.06.2021

Dienstag, 09:00 - 10:30 Uhr

18 Termine, 36 U-Std., 75,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Fabrice Tricault

### Französisch für Wiedereinsteiger/ innen A1

Für Teilnehmer/innen mit ersten Grundkenntnissen (mindestens 1 Jahr) und Wiedereinsteiger/innen, deren Kenntnisse verschüttet sind. Lehrbuch: „Voyages neu A1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-529412-7), ab Lekt. 11

#### Kurs-Nr. 42178

08.02.2021 - 28.06.2021

Montag, 19:30 - 21:00 Uhr

18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Fabrice Tricault

### Online Französisch A1 Aufbau- kurs mit dem Schwerpunkt „Mündliche Kenntnisse!“



#### – Web-Seminar –

Ziel des Kurses ist eine praxisrelevante und lebendige Sprache zu vermitteln.

In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit alltäglichen Themen wie „einkaufen gehen“ oder „sich in einer Stadt orientieren!“ u.a.

Dieser Kurs richtet sich an Alle, die Ihre Sprachkenntnisse der französischen Sprache - vor allem mündliche-/ sowie Verständnis-Kenntnisse - erweitern möchten. Sie sollten mindestens 1 Jahr Französisch-Kenntnisse haben.

Lehrbuch (digitale Version) : „Paroles en situation“ (ISBN : 9782014016000)

#### Kurs-Nr. 42170

12.02.2021 - 11.06.2021

Freitag, 10:00 - 10:45 Uhr

15 Termine, 15 U-Std., 60,00 €

vhs.cloud

Fabrice Tricault

### Online – Französisch Aufbaukurs A1



#### – Web-Seminar –

Sie haben bereits einen Anfänger-Kurs auf Niveau A1 abgeschlossen und möchten Ihre Kenntnisse festigen, bevor Sie einen A2-Kurs einsteigen? Oder haben Sie schon früher schon einmal Französisch bis zum Niveau A1 besucht und möchten jetzt Ihre Grundkenntnisse mit abwechslungsreichen und praxisorientierten Übungen auffrischen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

Mindestens 1 Jahr Französisch-Kenntnisse, auch sehr gut geeignet in Kombination mit dem Kurs „Französisch A1 - Online“, Aufbaukurs mit dem Schwerpunkt „Mündliche Kenntnisse“.

Lehrbuch(digitale Version) : „Écrits en situation“ (ISBN: 9782014016147)

#### Kurs-Nr. 42172

12.02.2021 - 11.06.2021

Freitag, 11:00 - 11:45 Uhr

15 Termine, 15 U-Std., 60,00 €

vhs.cloud

Fabrice Tricault

### Online – Französisch Auffrischkurs A1



#### – Web-Seminar –

Sie haben bereits einen Anfängerkurs auf Niveau A1 abgeschlossen und möchten Ihre Kenntnisse festigen, bevor Sie in einen A2-Kurs einsteigen?

In diesem Kurs können Sie innerhalb eines Semesters in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß bequem von zu Hause aus genau diese Ziele erreichen. Sie trainieren das Hören, das Lesen, das Schreiben und das Sprechen.

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Ihre Sprachkenntnisse der französischen Sprache - vor allem mündliche-/ sowie Verständnis-Kenntnisse - erweitern möchten. Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

#### Kurs-Nr. 42174

16.02.2021 - 15.06.2021

Dienstag, 08:15 - 09:00 Uhr

15 Termine, 15 U-Std., 60,00 €

vhs.cloud

Fabrice Tricault

### Online – Französisch Auffrischkurs A1



#### – Web-Seminar –

Sie haben bereits Französischkenntnisse auf Niveau A1 und vielleicht auch früher schon einmal Französisch bis zum Niveau A2 gebucht. Jetzt möchten Sie Ihre Grundkenntnisse mit abwechslungsreichen und praxisorientierten Übungen auffrischen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Lernen Sie online in einer Gruppe bequem von zuhause.

Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

#### Kurs-Nr. 42185

16.02.2021 - 15.06.2021

Dienstag, 09:15 - 10:00 Uhr

15 Termine, 15 U-Std., 60,00 €

vhs.cloud

Fabrice Tricault

## Französisch – Aufbaustufen A2

### Französisch für Wiedereinsteiger/ innen A2

NEU

#### – vormittags –

Ein Kurs für für Wiedereinsteiger/innen, die mindestens zwei Jahre Französischunterricht hatten und deren Kenntnisse verloren gegangen sind. Lehrbuch: „Voyages neu A2“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-529422-6), ab Lekt. 1

#### Kurs-Nr. 42181

09.02.2021 - 29.06.2021

Dienstag, 10:45 - 12:15 Uhr

18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Fabrice Tricault

### Französisch für Wiedereinsteiger/innen A2

NEU

Ein Kurs für für Wiedereinsteiger/innen, die mindestens zwei Jahre Französischunterricht hatten und deren Kenntnisse verloren gegangen sind. Lehrbuch: „Voyages neu A2“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-529422-6), ab Lekt. 1

#### Kurs-Nr. 42181

08.02.2021 - 28.06.2021

Montag, 18:00 - 19:30 Uhr

18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Fabrice Tricault

**Französisch – Weiterführende Kurse  
B1 – B2**

**Conversation française B1**

– vormittags –

Dieser Kurs richtet sich an alle Teilnehmer/innen, die ihre Kenntnisse der französischen Sprache ohne großen häuslichen Aufwand erweitern und vertiefen und mit viel Spaß lernen möchten. Bisher erworbene Kenntnisse werden anhand von Chansons, Lektüre, einfachen Zeitungsartikeln oder auch Kochrezepten vertieft und erweitert. Neueinsteiger/innen sind herzlich willkommen.

**Kurs-Nr. 42820**

17.02.2021 - 05.05.2021  
Mittwoch, 08:30 - 10:00 Uhr  
10 Termine, 20 U-Std., 60,00 €  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Lydia Schulz

**Französisch in gemütlicher Runde  
B1**

– vormittags –

Unterhaltsame Lektüren und interessante Gespräche in „normalem“ Französisch, garniert mit ein bisschen Grammatik. Wäre das nicht eine ideale Gelegenheit, seine Vorkenntnisse wieder aufzufrischen? – Und das völlig ohne Lernstress?

**Kurs-Nr. 42840**

17.02.2021 - 05.05.2021  
Mittwoch, 10:30 - 12:00 Uhr  
10 Termine, 20 U-Std., 60,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Lydia Schulz

**Parlons français B1**

Ein Kurs für alle (auch für Wiedereinsteiger), die mindestens drei Jahre Französischunterricht hatten. Lehrbuch: „Voyages neu B1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-529431-8), ab Lekt. 3

**Kurs-Nr. 42845**

08.02.2021 - 28.06.2021  
Montag, 16:15 - 17:45 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Fabrice Tricault

**Französisch – Intensivkurs /  
Bildungsurlaub A1**

**BU Französisch Auffrischungs-  
kurs A1**

NEU

– Wochenintensivkurs –

**Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.**

Dieser Bildungsurlaub 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: „Voyages neu A1“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-529412-7), ab Lekt. 1

**Kurs-Nr. 42965**

12.04.2021 - 16.04.2021  
Montag - Freitag, 08:30 - 16:30 Uhr  
5 Termine, 40 U-Std., 146,00 €  
Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 08.03.2021  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Fabrice Tricault

**BU Französisch  
Auffrischungskurs A2**

NEU

– Wochenintensivkurs –

**Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub anerkannt.**

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an alle Arbeitnehmer/innen und Auszubildende, die mindestens zwei Jahre Französischunterricht hatten und ihre Kenntnisse auffrischen wollen. Bitte besorgen Sie sich vor Kursbeginn das angegebene Lehrbuch. Lehrbuch: „Voyages neu A2“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-529422-6), ab Lekt. 1

**Kurs-Nr. 42970**

05.07.2021 - 09.07.2021  
Montag - Freitag, 08:30 - 16:30 Uhr  
5 Termine, 40 U-Std., 146,00 €  
Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch auf Bildungsurlaub nutzen: 31.05.2021  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Fabrice Tricault







Spanisch

## Spanisch – Anfangsstufen A1

### Spanisch 1 für Anfänger/innen – Intensiv A1

#### – Wochenendseminar –

Unbelastet von Stress und Hektik der Woche werden in einem Kompaktkurs an zwei Wochenenden Grundkenntnisse der spanischen Sprache vermittelt, die es ermöglichen, sich in Alltagssituationen verständlich zu machen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!

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

#### Kurs-Nr. 43013

Samstag, 20.03.2021, 09:00 - 15:30 Uhr

Sonntag, 21.03.2021, 09:00 - 15:30 Uhr

Samstag, 27.03.2021, 09:00 - 15:30 Uhr

Sonntag, 28.03.2021, 09:00 - 15:30 Uhr

4 Termine, 32 U-Std., 130,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

José Müller Alarcón

### Spanisch 1 für Anfänger/innen A1

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse.

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

#### Kurs-Nr. 43056

09.02.2021 - 29.06.2021

Donnerstag, 18:00 - 19:30 Uhr

18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Mariana Chacón Gómez

NEU

### Spanisch 1 für Anfänger/innen A1

#### – vormittags –

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse.

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

#### Kurs-Nr. 43058

04.02.2021 - 24.06.2021

Donnerstag, 09:00 - 10:30 Uhr

18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Mercedes Kandel-Escribano

NEU

### Spanisch 2 A1

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen oder Wiedereinsteiger/innen.

Lehrbuch: „Con gusto nuevo A1“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-514671-6), ab Lekt. 4

#### Kurs-Nr. 43060

03.02.2021 - 16.06.2021

Mittwoch, 20:00 - 21:30 Uhr

18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

José Müller Alarcón

### Spanisch 2 – Intensiv A1

#### – Wochenendseminar –

Dieses Seminar wendet sich an alle, die vorhandene Grundkenntnisse auf Niveau A1 erweitern möchten.

Lehrbuch: „Con gusto nuevo A1“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-514671-6), ab Lekt. 4

#### Kurs-Nr. 43061

Samstag, 15.05.2021, 09:00 - 15:30 Uhr

Sonntag, 16.05.2021, 09:00 - 15:30 Uhr

Samstag, 22.05.2021, 09:00 - 15:30 Uhr

Sonntag, 23.05.2021, 09:00 - 15:30 Uhr

4 Termine, 32 U-Std., 130,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

José Müller Alarcón

### Spanisch 2 A1

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen mit ganz geringen Vorkenntnissen.

Lehrbuch: „Con gusto nuevo A1“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-514671-6), ab Lekt. 5

#### Kurs-Nr. 43062

04.02.2021 - 24.06.2021

Donnerstag, 20:00 - 21:30 Uhr

18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €

Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus

Rosa Rodriguez de Herfurthner

## Spanisch – Aufbaustufen A2

### Spanisch 7 A2

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen der Niveaustufe A1.

Lehrbuch: „Con gusto nuevo A2“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-514677-8), ab Lekt. 7

#### Kurs-Nr. 43071

03.02.2021 - 16.06.2021

Mittwoch, 15:30 - 17:00 Uhr

18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

José Müller Alarcón

### Spanisch Auffrischung A2

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen.

Lehrbuch: „Con gusto A2“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-514990-8), ab Lekt. 8

#### Kurs-Nr. 43082

04.02.2021 - 24.06.2021

Donnerstag, 18:00 - 19:30 Uhr

18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

Mariana Chacón Gómez

## Spanisch – Weiterführende Kurse B1 / B2

### Spanisch 9 B1

Dieser Kurs wendet sich an alle, die vorhandene Grundkenntnisse von Niveau A2 auf Niveau B1 erweitern möchten.

Lehrbuch: „Con gusto B1“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-515010-2), ab Lekt. 4

#### Kurs-Nr. 43085

03.02.2021 - 16.06.2021

Mittwoch, 17:00 - 18:30 Uhr

18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €

Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule

José Müller Alarcón

### Vamos a platicar en español! A2

Un curso para practicar nuestro español de manera agradable y sin estrés. Nos esperan, conversaciones sencillas y también recordaremos algo de gramática a través de lecturas y ejercicios.

#### Kurs-Nr. 43160

04.02.2021 - 24.06.2021

Donnerstag, 19:30 - 21:00 Uhr

18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €

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**

03.02.2021 - 16.06.2021  
Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
José Müller Alarcón

## Spanisch – Intensivkurse / Bildungs- urlaub A1

### BU Spanisch 1 für Anfänger/innen A1

– **Wochenintensivkurs** –  
Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub an-  
erkannt.

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an alle Arbeitneh-  
mer/innen und Auszubildende, die noch keine Vor-  
kenntnisse in der spanischen Sprache besitzen. 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**

26.04.2021 - 30.04.2021  
Montag - Freitag, 08:30 - 16:30 Uhr  
5 Termine, 40 U-Std., 146,00 €  
Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch  
auf Bildungsurlaub nutzen: 22.03.2021  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Rigoberto Navarro

### BU Spanisch 2 A1

– **Wochenintensivkurs** –  
Dieser Kurs ist auch als Bildungsurlaub an-  
erkannt.

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an alle Arbeit-  
nehmer/innen und Auszubildende, die Vorkenntnisse  
in der spanischen Sprache haben und möglichst an  
einem Spanisch-Bildungsurlaub der Stufe 1 oder  
einem Abendkurs der Stufe Spanisch 1 teilgenommen  
haben. Der Besuch sollte nicht länger als ein Jahr zu-  
rückliegen.

Teilnehmer/innen, die diese Voraussetzungen nicht  
erfüllen, sollten sich von der VHS individuell beraten  
lassen. Bitte besorgen Sie sich vor Kursbeginn das an-  
gegebene Lehrbuch.

Lehrbuch: „Con gusto nuevo A1“, Klett-Verlag, (ISBN  
978-3-12-514671-6), ab Lekt. 5

**Kurs-Nr. 43980**

12.07.2021 - 16.07.2021  
Montag - Freitag, 08:30 - 16:30 Uhr  
5 Termine, 40 U-Std., 146,00 €  
Anmeldeschluss für Berufstätige, die ihren Anspruch  
auf Bildungsurlaub nutzen: 07.06.2021  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Rigoberto Navarro



Italienisch

## Italienisch – Anfangsstufen A1

### Italienisch 1 für Anfänger/innen A1

NEU

Eine Einführung in die italienische Sprache für Teil-  
nehmer/innen ohne Vorkenntnisse.  
Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

**Kurs-Nr. 45080**

08.02.2021 - 28.06.2021  
Montag, 19:45 - 21:15 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Sandra Orlando

### Italienisch 1 für Wiedereinsteiger/ innen A1

NEU

– **vormittags** –  
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die ge-  
ringe Vorkenntnisse haben und diese auf A1 Niveau  
auffrischen wollen. Lehrbuch wird im Kurs bekannt  
gegeben.

**Kurs-Nr. 45081**

10.02.2021 - 23.06.2021  
Mittwoch, 09:00 - 10:30 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Sandra Orlando

### Italienisch 3 A1

Eine Einführung in die italienische Sprache für Teil-  
nehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen.  
Lehrbuch: „Espresso“, Bd. 1, Hueber-Verlag, (ISBN  
978-3-19-005438-1), ab Lekt. 6

**Kurs-Nr. 45082**

08.02.2021 - 28.06.2021  
Montag, 18:00 - 19:30 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Sandra Orlando

## Italienisch – Intensivkurse / Bildungs- urlaub A1

### BU Italienisch für Anfänger/innen auf Sardinien A1

– **Wochenintensivkurs** –

Dieser auch als Bildungsurlaub anerkannte Kurs rich-  
tet sich an alle Arbeitnehmer/innen und Auszubilden-  
de und alle anderen Interessierten, die keine oder nur  
geringe Vorkenntnisse in der italienischen Sprache  
haben. Sie erlernen die italienische Sprache und ler-  
nen Land, Leute und Kultur mit einer Sardinien ken-  
nen. Im Reisepreis enthalten sind: Übernachtung inkl. Halb-  
pension, 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  
Silvana Reupke

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



### Griechisch – Anfangsstufe A1

#### Griechisch 1 für Anfänger/innen A1

NEU

Ein Kurs für alle, die in Griechenland nicht sprachlos bleiben wollen. Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse. Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen sind ebenfalls herzlich willkommen!

Lehrbuch: „Pame! A1“, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-005404-6), Arbeitsbuch mit Audio-CD (ISBN 978-3-19-025404-0) ab Lekt. 1

#### Kurs-Nr. 46215

17.02.2021 - 23.06.2021  
Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr  
17 Termine, 34 U-Std., 102,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Martha Mavrommati

#### Griechisch 2 A1

Ein Kurs für alle, die in Griechenland nicht sprachlos bleiben wollen. Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen, die das griechische Alphabet beherrschen.

Lehrbuch: „Pame! A1“, Hueber-Verlag, (ISBN 978-3-19-005404-6), Arbeitsbuch mit Audio-CD (ISBN 978-3-19-025404-0) ab Lekt. 5

#### Kurs-Nr. 46220

18.02.2021 - 24.06.2021  
Donnerstag, 18:30 - 20:00 Uhr  
16 Termine, 32 U-Std., 96,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Martha Mavrommati



### 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. 46330

10.02.2021 - 23.06.2021  
Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Akin Uysal

#### Türkisch 3 A1

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 Vorkenntnissen geeignet.

Lehrbuch: „Ne güzel A1“, Hueber Verlag (ISBN 978-3-19-005253-0), ab Lekt. 4

#### Kurs-Nr. 46333

09.02.2021 - 29.06.2021  
Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus  
Akin Uysal

#### Türkisch 5 A1 / A2

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 Vorkenntnissen geeignet. Achtung Kleingruppe!

Lehrbuch: „Kolay gelsin A1/A2“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-528661-0), ab Lekt. 8

#### Kurs-Nr. 46335

10.02.2021 - 09.06.2021  
Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr  
16 Termine, 32 U-Std., 190,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Sema Bakis

### Türkisch – Weiterführende Kurse B1

#### Türkisch für Fortgeschrittene B1

Dieser Kurs ist für fortgeschrittene Teilnehmer geeignet. Es werden verschiedene Texte und Bücher gelesen, mit selbst zusammengestelltem Material die türkische Grammatik wiederholt und vertieft, ebenso werden eigene Texte verfasst.

#### Kurs-Nr. 46360

08.02.2021 - 31.05.2021  
Montag, 17:30 - 19:00 Uhr  
14 Termine, 28 U-Std., 160,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Sema Bakis



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.

Lehrbuch: „Salam! neu A1 - A2“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-528835-5), ab Lekt. 1

#### Kurs-Nr. 46418

15.02.2021 - 08.03.2021  
Montag, 18:30 - 20:00 Uhr  
4 Termine, 8 U-Std., 32,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Houcine Hanchi

#### Arabisch für Wiedereinsteiger/innen A1 Schnupperkurs

NEU

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die vor längerer Zeit schon einmal Arabischunterricht hatten und ihre Kenntnisse wieder auffrischen und vertiefen möchten.

Lehrbuch: „Salam! neu A1 - A2“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-528835-5).

#### Kurs-Nr. 46420

15.02.2021 - 08.03.2021  
Dienstag, 20:15 - 21:45 Uhr  
4 Termine, 8 U-Std., 32,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule  
Houcine Hanchi

### Und schon an Bildungsurlaub gedacht?

Sind Sie an Bildungsurlauben in Englisch, Französisch, Spanisch, Italienisch oder Türkisch 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 / 839-22 04.





Polnisch

## Polnisch 1 für Anfänger/innen A1

NEU

Polnisch lernen - nein danke!? Das muss nicht immer so sein. Lästige Grammatik und anstrengendes Pauken der Vokabeln gehören der Vergangenheit an! Wir lernen diese für viele Deutsche etwas exotische Fremdsprache fast ausschließlich in meiner Muttersprache. Aber keine Bange! Sie werden möglichst schnell sprechen können durch effektive Wortschatzarbeit und Hörverstehensübungen. Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse sind herzlich willkommen! Lehrbuch: „Witam - Aktuell A1“, Hueber-Verlag. (ISBN 978-3-19-105369-7), ab Lekt. 1

### Kurs-Nr. 47108

08.02.2021 - 28.06.2021  
Montag, 20:15 - 21:45 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule N.N

## Polnisch 2 A1

Pauken der Vokabeln gehören der Vergangenheit an! Wir lernen diese für viele Deutsche etwas exotische Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: „Witam - Aktuell A1“, Hueber-Verlag. (ISBN 978-3-19-105369-7), ab Lekt. 3

### Kurs-Nr. 47110

08.02.2021 - 28.06.2021  
Montag, 18:30 - 20:00 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 108,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule N.N



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! Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

### Kurs-Nr. 47234

03.02.2021 - 16.06.2021  
Mittwoch, 20:15 - 21:45 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 130,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule Ludmilla Boger

## Russisch 2 A1

Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen.

Lehrbuch: „Moct 1 A1 - A2“, Klett-Verlag, (ISBN 978-3-12-527640-6), ab Lekt. 3

### Kurs-Nr. 47236

03.02.2021 - 16.06.2021  
Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr  
18 Termine, 36 U-Std., 160,00 €  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule Ludmilla Boger



Niederländisch

## Niederländisch 1 für Anfänger/innen A1 – Schnupperkurs

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 wird im Kurs bekannt gegeben.

Melden Sie sich als Interessent/in an.

Termine werden dann vereinbart.

### Kurs-Nr. 48190

Ruud Kruitwagen



Dänisch

## Dänisch 2 A1

Wir lernen in entspannter Atmosphäre die dänische Sprache und erfahren nebenbei auch viel Wissenswertes über Land und Leute. Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen 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. 3

### Kurs-Nr. 49005

Dienstag, 09.02.2021, 18:30 - 20:00 Uhr  
Dienstag, 23.02.2021, 18:30 - 20:00 Uhr  
Dienstag, 09.03.2021, 18:30 - 20:00 Uhr  
Dienstag, 23.03.2021, 18:30 - 20:00 Uhr  
Dienstag, 20.04.2021, 18:30 - 20:00 Uhr  
Dienstag, 04.05.2021, 18:30 - 20:00 Uhr  
Dienstag, 18.05.2021, 18:30 - 20:00 Uhr  
Dienstag, 01.06.2021, 18:30 - 20:00 Uhr  
Dienstag, 06.07.2021, 18:30 - 20:00 Uhr  
Dienstag, 20.07.2021, 18:30 - 20:00 Uhr  
10 Termine, 20 U-Std., 65,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Lebenstedt, Volkshochschule Petra Strobach

## Dänisch 6 A2

Wir lernen in entspannter Atmosphäre die dänische Sprache und erfahren nebenbei auch viel Wissenswertes über Land und Leute. Für Teilnehmer/innen mit guten Grundkenntnissen auf A1 Niveau.

Lehrbuch: „Dansk for dig neu A1 - A2“, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-528971-0), Übungsbuch (ISBN 978-3-12-528972-7). Ab Lekt. 11

### Kurs-Nr. 49010

Mittwoch, 03.02.2021, 18:00 - 19:30 Uhr  
Mittwoch, 17.02.2021, 18:00 - 19:30 Uhr  
Mittwoch, 03.03.2021, 18:00 - 19:30 Uhr  
Mittwoch, 17.03.2021, 18:00 - 19:30 Uhr  
Mittwoch, 14.04.2021, 18:00 - 19:30 Uhr  
Mittwoch, 28.04.2021, 18:00 - 19:30 Uhr  
Mittwoch, 12.05.2021, 18:00 - 19:30 Uhr  
Mittwoch, 26.05.2021, 18:00 - 19:30 Uhr  
Mittwoch, 30.06.2021, 18:00 - 19:30 Uhr  
Mittwoch, 14.07.2021, 18:00 - 19:30 Uhr  
10 Termine, 20 U-Std., 65,00 € ohne Ermäßigung  
Salzgitter-Bad, Kniestedter Herrenhaus Petra Strobach



## Januar / Februar

Januar			Sprachen		
<b>EDV / Neue Medien</b>			43071	Spanisch 7 A2	03.02.2021
51810	Word Grundlagen	20.01.2021	43085	Spanisch 9 B1	03.02.2021
<b>Februar</b>			49010	Dänisch 6 A2	03.02.2021
<b>Politik, Gesellschaft, Umwelt</b>			43790	Spanisch für Fortgeschrittene / Konversation B2	03.02.2021
19003	Schönheit der Tiere – Evolution biologischer Ästhetik	04.02.2021	47236	Russisch 2 A1	03.02.2021
15010	Ich will mich hier zurechtfinden	08.02.2021	41182	Englisch 1 für Anfänger/innen A1	03.02.2021
19004	Was ist Wissenschaft?	09.02.2021	43060	Spanisch 2 A1	03.02.2021
19006	Syria, Libya and beyond – Militärische Interventionen und Völkerrecht	11.02.2021	41211	Englisch für Wiedereinsteiger/innen A2	03.02.2021
18016	Modul 1: Das Lernen und die Lernenden	13.02.2021	47234	Russisch 1 für Anfänger/innen A1	03.02.2021
18050	Use Your Smartphone! – Kreativ Sprachen lernen mit Pocketfilmen	13.02.2021	43058	Spanisch 1 für Anfänger/innen A1	04.02.2021
19008	Young Rebels – 25 Jugendliche, die die Welt veränderten	19.02.2021	41754	Englisch Conversation Group B1	04.02.2021
19009	Rassismus in den USA	22.02.2021	43082	Spanisch Auffrischung A2	04.02.2021
19010	Geschlossene Bühnen, leere Theater: Was bleibt von der Kultur nach Corona?	23.02.2021	41210	Englisch 6 A2	04.02.2021
<b>Kultur und Gestalten</b>			43160	Vamos a practicar en español! A2	04.02.2021
26030	Plastisches Gestalten mit Ton	01.02.2021	43062	Spanisch 2 A1	04.02.2021
25060	Basiskurs I: Grundlagen der Digitalfotografie	02.02.2021	41186	Englisch 3 A1	04.02.2021
25095	Der kreative Foto-Pool	03.02.2021	42169	Französisch zum Kennenlernen A1 – Schnupperkurs	06.02.2021
26015	TonArt – Wir treffen den richtigen Ton	09.02.2021	41530	English on Monday B1	08.02.2021
26016	TonArt – Wir treffen den richtigen Ton	10.02.2021	41740	English Conversation A2/B1	08.02.2021
27010	Nähkurs für Anfänger/innen	10.02.2021	42845	Parlons français B1	08.02.2021
25090	S/W-Filme entwickeln	10.02.2021	41537	Online English Refresher Course Advanced B1	08.02.2021
23010	Malen und Zeichnen in verschiedenen Techniken	15.02.2021	46360	Türkisch für Fortgeschrittene B1	08.02.2021
23020	Garantiert Zeichnen lernen	15.02.2021	45082	Italienisch 3 A1	08.02.2021
25040	Fotoarbeitsgemeinschaft der VHS –ATELIER 70	18.02.2021	42181	Französisch für Wiedereinsteiger/innen A2	08.02.2021
23070	Joy of painting	20.02.2021	47110	Polnisch 2 A1	08.02.2021
23051	Maltag – Kreativer Tag	21.02.2021	42178	Französisch für Wiedereinsteiger/innen A1	08.02.2021
27032	Nähkurs für Fortgeschrittene – Eine Leidenschaft, die Kleider schafft	26.02.2021	45080	Italienisch 1 für Anfänger/innen A1	08.02.2021
<b>Gesundheit</b>			47108	Polnisch 1 für Anfänger/innen A1	08.02.2021
32320	Wirbelsäulengymnastik	01.02.2021	42176	Französisch für Wiedereinsteiger/innen A1	09.02.2021
32325	Wirbelsäulengymnastik	01.02.2021	41223	English Basic Communication A2	09.02.2021
32330	Wirbelsäulengymnastik	01.02.2021	42180	Französisch für Wiedereinsteiger/innen A2	09.02.2021
31260	Yin Yoga	03.02.2021	41209	Englisch 6 A1	09.02.2021
32210	Beckenbodentraining	03.02.2021	41840	Online Business English A1	09.02.2021
32732	Zumba® gold	03.02.2021	43056	Spanisch 1 für Anfänger/innen A1	09.02.2021
32230	Fit in den Tag	04.02.2021	41728	English Refresher Advanced B1	09.02.2021
32735	KAHA® im SV	04.02.2021	41735	Advanced English for Seniors – 55plus B1	09.02.2021
32737	Kapow® – das neue Cardio Power Workout	04.02.2021	46333	Türkisch 3 A1	09.02.2021
31266	Yoga am Abend	04.02.2021	49005	Dänisch 2 A1	09.02.2021
32743	bellicon® Jumping Fitness	04.02.2021	41830	International Business English B2	09.02.2021
31268	Yoga am Abend	04.02.2021	45081	Italienisch 1 für Wiedereinsteiger/innen A1	10.02.2021
31272	Hatha-Yoga am Vormittag	05.02.2021	41540	English Refresher Course Advanced B1	10.02.2021
31274	Hatha-Yoga am Nachmittag	05.02.2021	41845	Online Business English A2	10.02.2021
32212	Beckenbodentraining	08.02.2021	46330	Türkisch 1 für Anfänger/innen A1	10.02.2021
32205	Fitness nach der Arbeit	08.02.2021	46335	Türkisch 5 A1 / A2	10.02.2021
31280	Hatha-Yoga für den Rücken	08.02.2021	41756	Online – We practise English conversation B1	11.02.2021
32720	Zumba®-Fitness	08.02.2021	41850	Online Business English B1	11.02.2021
32739	Drums Alive®	09.02.2021	41760	Conversation Practice B2	11.02.2021
31285	Hatha-Yoga für den Rücken	09.02.2021	41855	Online Business English B2	11.02.2021
32745	bellicon® Jumping Fitness	09.02.2021	41207	Englisch 5 A1	15.02.2021
32111	Smovey XXL	10.02.2021	41208	Englisch 5 A1	15.02.2021
32113	Smovey & mehr	10.02.2021	46418	Arabisch 1 für Anfänger/innen A1	15.02.2021
31265	ChiYoga	11.02.2021	41202	Englisch 5 A1	15.02.2021
32340	Rücken-fit für den Alltag	16.02.2021	46420	Arabisch für Wiedereinsteiger/innen A1	15.02.2021
32342	Fit mit Hits – der etwas andere Fitnesskurs	16.02.2021	42820	Conversation française B1	17.02.2021
31120	Qigong – Entschleunigung	16.02.2021	42840	Französisch in gemütlicher Runde B1	17.02.2021
31020	Klangmassage und Klangkörperreise	20.02.2021	41270	English Refresher Advanced A2	17.02.2021
35003	Zusammen leichter – auf zum Wunschgewicht	22.02.2021	46215	Griechisch 1 für Anfänger/innen A1	17.02.2021
31021	Klangmassage und Klangkörperreise	27.02.2021	41272	English Refresher Advanced A2	17.02.2021
			41196	Englisch 5 A1	18.02.2021
			46220	Griechisch 2 A1	18.02.2021
			<b>Arbeit und Beruf</b>		
			50004	Buchführung II	08.02.2021

50003	Buchführung I	08.02.2021
50007	Kosten- und Leistungsrechnung	10.02.2021
50158	Europalogistik/Internationale Logistik	20.02.2021
50221	Personalwirtschaft	22.02.2021

## Grundbildung

60703	Lesen und Schreiben	08.02.2021
60704	Lesen und Schreiben	09.02.2021

## Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

80404	Deutsch – Anfängerkurs 1 A1	03.02.2021
80412	Online – Deutsch – Aufbaukurskurs B1	03.02.2021
80415	Deutsch: Zielniveau – C1 Teil 2	03.02.2021
80414	Deutsch – Aufbaukurs B2 Teil 2	04.02.2021
80410	Deutsch – Anfängerkurs 2 A1	04.02.2021
80411	Deutsch – Anfängerkurs 3 A1	04.02.2021

## OASE / Kinderhochschule

91115	Vorbereitung auf die staatliche Prüfung zum Funkamateurl (ab 14 Jahren)	04.02.2021
91210	NAJU Jugendgruppe (ab 9 Jahren)	06.02.2021
90010	Yoga (7 – 10 Jahre)	12.02.2021
90430	Lernstudio für die Grundschule (6 – 10 Jahre)	15.02.2021

## EDV / Neue Medien

51001	Kostenloser Office-Fitness-Check	03.02.2021
51002	Kostenloser Office-Fitness-Check	06.02.2021
51244	WhatsApp – So geht moderne Handy-Kommunikation	11.02.2021
51802	vhs.cloud Einführungskurs	11.02.2021
51733	Android-Tablet und Smartphone – Teil 1	15.02.2021
51545	ZOOM – eine Plattform für teamorientiertes Arbeiten	17.02.2021
51550	Padlet – die neue Präsentation	18.02.2021
51401	PC-Probleme – nein Danke!	20.02.2021
51803	vhs.cloud Einführungskurs	22.02.2021
51211	PC-Grundkurs für Ältere	23.02.2021
51302	PC-Anfängerkurs	24.02.2021
51240	Entscheidungshilfen beim Kauf eines Smartphones	25.02.2021

# März

## Politik, Gesellschaft, Umwelt

19011	Was ist Technik?	02.03.2021
19012	Friedensprojekt Europa?	04.03.2021
16020	Betreuung – Vorsorgevollmacht – Patientenverfügung – Generalvollmacht	09.03.2021
16030	Erbrecht – Testament – Fragen und Antworten	16.03.2021
19013	Zwischen Street-Art und Poesie: Cy Twombly im Museum Brandhorst	18.03.2021
18015	Modul 3: Soziale Interaktionen im Kurs	20.03.2021
19014	Doping und Schattenwirtschaft statt olympischer Idee	23.03.2021
19015	Sklaverei: Eine globale Perspektive	24.03.2021

50015	Einführung in die internationale Rechnungslegung (IFRS)	16.03.2021
50210	Microsoft Teams – ein geniales Tool im Team zusammenzuarbeiten	18.03.2021
50217	Mobbing – eine seelenzerstörende Systematik – Wochenendseminar	27.03.2021

## EDV / Neue Medien

51880	Bildbearbeitung mit Affinity Photo	01.03.2021
51841	Microsoft Excel 2013/16 Grundlagen	01.03.2021
51855	Microsoft Excel 2013/16 – Weiterführende Techniken – Teil 3	01.03.2021
51860	InDesign CC 2015 – Grundlagen	01.03.2021
51314	Workshop Word – Einfügen von Bildern, Textfeldern, Autoformen, SmartArt	01.03.2021
51804	vhs.cloud Einführungskurs	03.03.2021
51865	InDesign CC 2015 – Weitere Techniken	08.03.2021
51845	Microsoft Excel 2013/16 – Weiterführende Techniken – Teil 1	08.03.2021
51831	Microsoft Word 2013/16 – Weiterführende Techniken	08.03.2021
51870	Webseiten / Blog mit Wordpress 5.x – Grundlagen	08.03.2021
51875	Bilder organisieren und bearbeiten mit Photoshop Elements – Grundlagen	08.03.2021
51212	PC-Grundkurs für Ältere	08.03.2021
51402	PC-Probleme – nein Danke!	08.03.2021
51239	Fotos verwalten	10.03.2021
51213	PC-Grundkurs für Ältere	11.03.2021
51365	Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) in der Praxis	11.03.2021
51602	Mein erstes digitales Fotobuch	13.03.2021
51850	Microsoft Excel 2013/16 – Weiterführende Techniken – Teil 2	15.03.2021
51235	Internet-Einstieg für Ältere	15.03.2021
51360	IT-Sicherheit für den Hausgebrauch	15.03.2021
51313	Workshop Word – Tipps und Tricks	15.03.2021
51318	Workshop Word – Arbeiten mit längeren Dokumenten	17.03.2021
51539	Bankgeschäfte mit dem Handy – wie geht das sicher?	19.03.2021
51320	Excel – Grundstufe	20.03.2021
51230	Dateien, Ordner und Programme – Ordnung schaffen mit Windows	22.03.2021
51420	ELSTER Online-Steuererklärung	24.03.2021
51551	Web-Seminare – ein Weg in die Selbstständigkeit	25.03.2021
51241	Entscheidungshilfen beim Kauf eines Smartphones	25.03.2021

## Kultur und Gestalten

25070	Basiskurs II: Kreativ die Fotos gestalten	02.03.2021
27180	Dänischer Kreuzstich-Workshop	06.03.2021
26031	Plastisches Gestalten mit Ton	08.03.2021
25054	Grundlagen derameratechnik und der digitalen Fotografie	13.03.2021
22020	Kreatives Schreiben	13.03.2021
25092	„Fotoprint DIY“: Fotos selbst herstellen	24.03.2021
22022	Welche Farbe hat die Freude?	24.03.2021

## Gesundheit

32234	Fit mit Bellydance	02.03.2021
31122	Qigong & mehr	06.03.2021
31022	Klangmassage und Klangkörperreise	06.03.2021
34010	Das Resilienztraining: „Fels in der Brandung statt Hamster im Rad“	06.03.2021
32003	Faszientraining & mehr	13.03.2021
31200	Yoga, Lachen & mehr	14.03.2021
34020	Akupressur	18.03.2021
31005	Waldbaden – Shinrin Yoku	20.03.2021
34930	BU Dem Leben eine neue Richtung geben	22.03.2021
3490	Die Kraft der Frühlingskräuter	27.03.2021

## Sprachen

41310	Online Reading Course „Anne of Green Gables“ A2	01.03.2021
41925	BU Englisch 1 für „falsche“ Anfänger/innen A1	15.03.2021
41305	Online Reading Course „Treasure Island“ A1	16.03.2021
43013	Spanisch 1 für Anfänger/innen – Intensiv A1	20.03.2021

## Arbeit und Beruf

50014	Buchführung und betriebliches Rechnungswesen Auffrischungsseminar	02.03.2021
50216	V-Mobbing – eine seelenzerstörende Systematik	04.03.2021
50102	Lohn und Gehalt Theorie	05.03.2021

## OASE / Kinderhochschule

90615	Hundetrainerabzeichen für Kids (ab 9 Jahren)	20.03.2021
90015	Slackline-Seiltanz für coole Kids (7 – 9 Jahre)	27.03.2021
91118	Funkwellen: Vom Walkie Talkie bis zum Handy (ab 9 Jahren)	27.03.2021
90016	Slackline-Seiltanz für coole Kids (10 – 12 Jahre)	27.03.2021
90008	Tanzen wie die Popstars (8 – 12 Jahre)	27.03.2021
91119	Welt der Technik und der Funkwellen – 60 Jahre Amateurfunk in Salzgitter (ab 12 Jahren)	27.03.2021

# Alle Kurse der VHS Salzgitter auf einen Blick

## April

### Politik, Gesellschaft, Umwelt

16042	Expedition ins Vogelreich	11.04.2021
19017	Quantentechnologien – ein Blick in die Zukunft	13.04.2021
19020	Eva Perón – Eine argentinische Ikone	14.04.2021
16033	V-Haus sanieren für Senioren	15.04.2021
16034	V-Haus sanieren für Senioren	20.04.2021
13030	Vom Dunkel zum Licht – Freimaurer heute	21.04.2021
19022	Grausamkeit, Gottesfurcht und Verzweiflung. König Friedrich Wilhelm I. und der preußische Mythos	21.04.2021
13101	Segelfliegen – ein Schnupperkurs	22.04.2021
19023	Neonazis und Antisemitismus: Wie groß ist die Gefahr von rechts?	27.04.2021
19024	Anspruch auf heiligen Boden: Der israelisch-palästinensische Konflikt um den Tempelberg	28.04.2021

### Kultur und Gestalten

26020	TonArt – Wir treffen den richtigen Ton	13.04.2021
25080	Basiskurs III: Fotos ohne Automatik	13.04.2021
26022	TonArt – Wir treffen den richtigen Ton	14.04.2021
27033	Nähkurs für Fortgeschrittene – Eine Leidenschaft, die Kleider schafft	16.04.2021
22021	Spannung, Hochspannung, Wow!	17.04.2021
21009	Literarisches und Kulinarisches in der Stadtbibliothek	27.04.2021
21010	Literarisches und Kulinarisches in der Stadtbibliothek	29.04.2021

### Gesundheit

31123	Qigong & mehr	10.04.2021
32232	Fit in den Tag	15.04.2021
31017	Meditation – ein Weg zur Ausgeglichenheit	17.04.2021
31012	Entspannen mit Bodyscan	17.04.2021
34972	Es grünt so grün im Frühling	17.04.2021
34965	BU Achtsam im Beruf und Alltag – Ein Weg zur Stressbewältigung	19.04.2021
32004	Faszientraining & mehr	24.04.2021
31006	Waldbaden – Shinrin Yoku	24.04.2021

### Sprachen

42965	BU Französisch Auffrischkurs A1	12.04.2021
43975	BU Spanisch 1 für Anfänger/innen A1	26.04.2021

### Arbeit und Beruf

50103	EDV-Lohn und Gehaltsabrechnung	16.04.2021
50212	Geschäftliche Korrespondenz 4.0	20.04.2021

### EDV / Neue Medien

51861	InDesign CC 2015 – Grundlagen	12.04.2021
51842	InDesign CC 2015 – Grundlagen	12.04.2021
51878	Ebenentechnik und Retuschierungen mit Photoshop Elements – Au	12.04.2021
51871	Webseiten / Blog mit Wordpress 5.x – Grundlagen	12.04.2021
51901	BU Digitales Büro und neue Medien	12.04.2021
51522	Netflix, Spotify, Amazon Prime – Streamingdienste im Vergleich	12.04.2021
51370	Workshop Datenschutz für Vereine	12.04.2021
51330	OneNote – das digitale Notizbuch	13.04.2021
51525	Cloud Live	14.04.2021
51316	Workshop Word – Serienbrief	15.04.2021
51846	Microsoft Excel 2013/16 – Weiterführende Techniken – Teil 1	19.04.2021
51856	Microsoft Excel 2013/16 – Weiterführende Techniken – Teil 3	19.04.2021
51731	Meine Smartphone-Anleitung	19.04.2021
51410	Sicherer Umgang mit Passwörtern	20.04.2021
51421	ELSTER Online-Steuererklärung	20.04.2021
51734	Android-Tablet und Smartphone – Teil 1	21.04.2021
51222	PC-Kurs für Ältere – Teil 2	21.04.2021
51808	IT-Sicherheit für den Hausgebrauch	21.04.2021
51603	Mein erstes digitales Fotobuch	24.04.2021
51236	Internet-Einstieg für Ältere	26.04.2021
51231	Dateien, Ordner und Programme – Ordnung schaffen mit Windows	27.04.2021
51530	Onlinebetrug – das erwischt doch nur die Anderen	29.04.2021

### Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

80434	Prüfungstraining – Deutsch-Test für Zuwanderer	10.04.2021
-------	--	------------

### OASE / Kinderhochschule

90220	Drucken auf Papier und Pappe (ab 6 Jahren)	01.04.2021
90221	Drucken auf Papier und Pappe (ab 12 Jahren)	07.04.2021
90516	Referate schnell vorbereitet (ab 12 Jahren) – PowerPoint für kreative Kids	08.04.2021
91117	Der Minicomputer RaspberryPi: Von der Einrichtung bis zur Wetterstation (ab 14 Jahren)	09.04.2021
90405	Latein / Französisch – Orientierungskurs (4. Klasse)	17.04.2021
90406	Latein / Französisch – Orientierungskurs (4. Klasse)	24.04.2021
90230	Malerisches Experimentieren – Malen mal Anders (ab 6 Jahren)	24.04.2021
91205	Geocaching – Erlebnisrunde für die ganze Familie	24.04.2021
90630	Mystery Hike – Verborgener Schatz der Salzdiebe (ab 9 Jahren)	25.04.2021

## Mai

### Politik, Gesellschaft, Umwelt

16045	„Ist der Bauer noch zu retten?“ – Landwirtschaft vor Ort	06.05.2021
17020	Das 1x1 der Geldanlage – Anlagestrategien in Zeiten niedriger Zinsen	11.05.2021
18017	Modul 2: Die Rolle des/der Lehrenden	22.05.2021
19025	Afrikas Kampf um seine Kunst – in französischer Sprache	18.05.2021
19026	Regieren in unsicheren Zeiten: Was kommt nach Merkel?	25.05.2021
19027	Navid Kermani im Gespräch mit Prof. Michael Brenner	27.05.2021
16041	Imkereei	30.05.2021

### Kultur und Gestalten

26032	Plastisches Gestalten mit Ton	03.05.2021
27090	Auf WiederNähen	07.05.2021
22010	Workshop Kreatives Schreiben 1	08.05.2021
25056	Grundlagen: Fotos mit Bildbearbeitungsprogrammen optimieren	15.05.2021
22023	Ich schreibe ein Sachbuch!	20.05.2021
25055	Grundlagen der Kameratechnik und der digitalen Fotografie	22.05.2021
22025	Mein Buch ist fertig – wie geht's weiter?	29.05.2021
24011	Cajon-Trommelkurs POP und ROCK für Anfänger/innen	29.05.2021
24013	Bodypercussion	29.05.2021

### Gesundheit

34940	BU Mentaltraining	03.05.2021
32114	Smovey-Walk im Greifpark	05.05.2021
32112	Smovey XXL	05.05.2021
31124	Qigong & mehr	08.05.2021
34974	Grüne Lust – Frühlingsfit mit Wildkräutern	08.05.2021
31007	Waldbaden – Shinrin Yoku	08.05.2021
34005	Survivaltraining – Selbsterfahrung in der Wildnis	16.05.2021
34945	BU Stressabbau und Gewichtsreduktion	17.05.2021
34025	Klassische Massage	20.05.2021
31018	Meditation am Salzgittersee	29.05.2021
31250	Yoga an der frischen Luft	29.05.2021
32771	Minigolf oder Bahngolf	31.05.2021
32773	Boule (Pétanque)	31.05.2021
32775	Wassergymnastik	31.05.2021

### Sprachen

43061	Spanisch 2 – Intensiv A1	15.05.2021
41940	BU Englisch 2 A1	31.05.2021



# Alle Kurse der VHS Salzgitter auf einen Blick

## Arbeit und Beruf

50222	Qualitätsmanagement	26.05.2021
50223	Projektmanagement	26.05.2021

## EDV / Neue Medien

51902	BU Textverarbeitung mit Word	03.05.2021
51317	Workshop Word – Dokument- und Formatvorlagen	03.05.2021
51315	Workshop Word – Tabellen	06.05.2021
51321	Excel – Kniffe und Tricks	08.05.2021
51214	PC-Grundkurs für Ältere	17.05.2021
51737	Android-Tablet und Smartphone – Teil 2 – Entdecke noch mehr Möglichkeit	17.05.2021

51375	Workshop Datenschutz für Unternehmen	19.05.2021
51322	Workshop Excel Pivot-Tabellen	20.05.2021
51237	Internet-Einstieg für Ältere	27.05.2021
51312	Textverarbeitung mit Word – Grundkurs kompakt	29.05.2021
51904	BU Volle Power im Büro mit Outlook und PowerPoint	31.05.2021

## OASE / Kinderhochschule

91200	Survivaltraining für mutige Kids (ab 8 Jahren)	08.05.2021
90235	Wir bauen uns eine Marmelbahn (ab 8 Jahren)	09.05.2021
90210	Fantastisches Schreiben: Welten bauen für Kinder und Jugendliche (ab 10 Jahren)	09.05.2021
91220	Wir entdecken die Welt der Bienen (ab 6 Jahren)	30.05.2021

## Juni

### Politik, Gesellschaft, Umwelt

16046	„Ist der Bauer noch zu retten?“ – Landwirtschaft vor Ort	03.06.2021
16040	Energiewende hautnah	05.06.2021
19035	Von Glanz und Elend des aufrechten Ganges	17.06.2021
19040	Was bleibt von Karl Marx?	18.06.2021
19044	Jetzt oder nie: Kann die Klimabewegung das Klima noch retten?	29.06.2021

### Kultur und Gestalten

27034	Nähkurs für Fortgeschrittene – Eine Leidenschaft, die Kleider schafft	04.06.2021
22011	Workshop Kreatives Schreiben 2	12.06.2021
23071	Joy of painting GROSSES Bild	12.06.2021
23090	Aktzeichnen für Anfänger und Fortgeschrittene	12.06.2021

### Gesundheit

32777	Nordic Walking	03.06.2021
32344	Outdoor Gym	03.06.2021
32781	Hallenbosseln	04.06.2021
32779	Volleyball in einer Hobbygruppe	04.06.2021
31015	Stressbewältigung durch Achtsamkeit	05.06.2021
32790	Golf – ein Wochenende zum Schnuppert	12.06.2021
31013	Entspannen mit Bodyscan	12.06.2021
34976	Mit Wildkräutern in den Sommer	12.06.2021
31008	Waldbaden – Shinrin Yoku	12.06.2021
32115	Smovey-Walk im Greifpark	16.06.2021
34007	Survivaltraining – Selbsterfahrung in der Wildnis – Aufbaukurs	19.06.2021
34966	BU Achtsam im Beruf und Alltag – Ein Weg zur Stressbewältigung	21.06.2021
32002	Feldenkrais® – Bewusstheit durch Bewegung	26.06.2021
31010	Kyudo im Garten	26.06.2021

31002	Shinrin Yoku – Entschleunigung in der Natur	26.06.2021
34935	BU Dem Leben eine neue Richtung geben	28.06.2021

### Arbeit und Beruf

50104	Arbeitsrecht für die Abrechnung	05.06.2021
50220	Ab jetzt einfach zum Ziel – Das Mentaltraining für den „inneren Schweinehund“	12.06.2021

### EDV / Neue Medien

51403	PC-Probleme – nein Danke!	05.06.2021
51903	BU Tabellenkalkulation mit Excel	07.06.2021
51223	PC-Kurs für Ältere – Teil 2	07.06.2021
51811	Word Seriendruck	09.06.2021
51851	Microsoft Excel 2013/16 – Weiterführende Techniken – Teil 2	14.06.2021
51907	BU Xpert ECP Praxis – Fit im Büroalltag	14.06.2021
51740	Ich bin dann mal weg	19.06.2021
51832	Microsoft Word 2013/16 – Weiterführende Techniken	21.06.2021
51215	PC-Grundkurs für Ältere	21.06.2021
51245	WhatsApp – So geht moderne Handy-Kommunikation	21.06.2021
51866	InDesign CC 2015 – Weitere Techniken	28.06.2021
51911	BU Python Einführung für Programmieranfänger	28.06.2021

## OASE / Kinderhochschule

90211	Fantastisches Schreiben: Welten bauen für Kinder und Jugendliche (ab 10 Jahren)	13.06.2021
93200	Rettung für Unglücksraben – eine erste Hilfe Lesung für Kinder (ab 6 Jahren)	18.06.2021
90215	Lieblingsgegenstände und Gesichter zeichnen (ab 9 Jahren)	19.06.2021
91215	Das große Krabbeln (ab 8 Jahren)	26.06.2021

## Juli / August / September / Oktober

### Juli

13018	Das Frauen-KZ in Salzgitter-Bad	02.07.2021
18018	Modul 4: Didaktik und Methodik der Bildungsarbeit	10.07.2021

### Kultur und Gestalten

25057	Grundlagen: Fotos mit Bildbearbeitungsprogrammen optimieren	03.07.2021
27181	Dänischer Kreuzstich-Workshop	03.07.2021
27080	Maßnahmen – aber richtig	16.07.2021

### Gesundheit

34978	Pflanzliche Antibiotika und mehr – Wildkräuter für die Hausapotheke	03.07.2021
31001	... reif für die Insel? – dann auf der Insel entspannen	03.07.2021
34980	Von Hexenkräutern und Zauberpflanzen	17.07.2021

### Sprachen

42970	BU Französisch Auffrischkurs A2	05.07.2021
43980	BU Spanisch 2 A1	12.07.2021

### EDV / Neue Medien

51910	BU Webseiten – von der Planung bis zur Fertigstellung	05.07.2021
-------	---	------------

51732	Meine Smartphone-Anleitung	05.07.2021
-------	----------------------------	------------

## OASE / Kinderhochschule

90225	Drucken auf Stoff (ab 6 Jahren)	26.07.2021
-------	---------------------------------	------------

### August

90226	Drucken auf Stoff (ab 12 Jahren)	02.08.2021
91116	Der Minicomputer RaspberryPi: Von der Einrichtung bis zur Wetterstation (ab 12 Jahren)	26.08.2021
90515	Internetführerschein für Kids (3./5. Klasse)	30.08.2021

### September

34969	BU Energie für Beruf und Alltag tanken	06.09.2021
-------	--	------------

### Oktober

22746	Studienreise: Im Oktober nach Usbekistan	20.10.2021
-------	--	------------



# 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  
**Diakonietreff**, Schinkelweg 8  
**Kommunale Kinder- und Jugendförderung**, Joachim-Campe-Straße 6 - 8  
**Rathaus**, Joachim-Campe-Straße 6 - 8  
**real,- SB-Warenhaus GmbH**, Konrad-Adenauer-Str. 111  
**Seeviertel-Treff**, Riesentrapp 18  
**Seniorentreff**, Am Strumpfwinkel 24  
**Stadtbibliothek**, Joachim-Campe-Straße 4  
**Volkshochschule**, Thiestraße 26 a  
**WEVG**, Albert-Schweitzer-Straße 7 - 11

- **Salzgitter-Bad**

**Buchhandlung Gutenberg**, Am Marktplatz 5 a  
**Buchhandlung Lesezeichen**, Vorsalzer Straße 3  
**E-Center**, An der Erzbahn 8  
**Gesundheitsamt**, Paracelsusstraße 1 - 9  
**Rathaus**, Marktplatz 11  
**Stadtbibliothek**, Marktplatz 11  
**Stadtbüro Ost- und Westsiedlung**, Martin-Luther-Platz 3 b  
**Volkshochschule**, Braunschweiger Straße 137 a

- **Salzgitter-Calbecht, Gebhardshagen, Thiede, Steterburg**

**Alte Apotheke Thiede**, Frankfurter Straße 54 - 56  
**Fachhochschule Ostfalia**, Karl-Scharfenberg-Straße 55  
**real,- SB-Warenhaus GmbH, Thiede**, Schäferwiese 15  
**Stadtteiltreff Steterburg**, Lange Hecke 4  
**SV Glück Auf Gebhardshagen**, Gustedter Straße 125

- **Lobmachersen**

**HEM-Tankstelle**, Landwehr 55

## Anmeldung für Kurse an der Volkshochschule Salzgitter

Hiermit melde ich mich kostenpflichtig für folgende/n Kurs/e an der VHS Salzgitter an:

1	Kurs-Nr. _____	Kurstitel _____	Gebühr _____
2	Kurs-Nr. _____	Kurstitel _____	Gebühr _____
3	Kurs-Nr. _____	Kurstitel _____	Gebühr _____
4	Kurs-Nr. _____	Kurstitel _____	Gebühr _____

**Ich erkenne die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule Salzgitter an und habe die Widerrufsbelehrung sowie die Informationen zum Datenschutz (siehe Rückseite) gelesen und akzeptiere diese.**

### Kursteilnehmer

Nachname\* \_\_\_\_\_ Vorname\* \_\_\_\_\_

Straße\* \_\_\_\_\_ PLZ und Wohnort\* \_\_\_\_\_

Telefon tagsüber \_\_\_\_\_ Mobil \_\_\_\_\_ E-Mail \_\_\_\_\_

Geburtsdatum\* \_\_\_\_\_ Geschlecht  männlich  weiblich

Ort, Datum

Unterschrift

### Einzugsermächtigung und SEPA-Lastschriftmandat für Volkshochschulentgelte

Nachname, Vorname \_\_\_\_\_ (Zahlungspflichtige/r)

Straße \_\_\_\_\_ PLZ, Ort \_\_\_\_\_

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.

Hinweis: 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 \_\_\_\_\_  
(auf Ihrem Kontoauszug ersichtlich)

Ort, Datum

Unterschrift Kontoinhabende/r



# Allgemeine Informationen, Teilnahmebedingungen und Datenschutzbestimmungen

## 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](http://www.vhs-salzgitter.de) oder persönlich in der VHS Salzgitter-Lebenstedt oder in der VHS-Zweigstelle im Kniesteder 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](mailto: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 (OASE)

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

1. 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.
2. 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.
3. 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](mailto:datschutz@stadt.salzgitter.de)

**DRUCKFEHLER UND IRRTÜMER VORBEHALTEN**

brawo-meinkonto.de

Jetzt  
wechseln!

Kontoführungs-  
gebühren?  
Das ist inakzeptabel!

#MeinKonto ist kostenlos!



# Dein Raum zum Leben



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](http://www.wohnbau-salzgitter.de)