

Das Kursmagazin der vhs Hannover Land

vhs kompakt

1/2024



Aktuelle Kurse immer unter
www.vhs-hannover-land.de



Burgwedel | Garbsen | Neustadt a. Rbge. | Wedemark | Wunstorf

Hier finden Sie, was Sie suchen!

EDITORIAL	3
PERSPEKTIVE EUROPA	4
● KULTURELLE BILDUNG	6
● FOTOGRAFIE	16
GEWINNSPIEL	21
● GESUNDHEIT	22
● BILDUNGSURLAUBE	34
● SPRACHEN	36
● DIGITALES LERNEN	48
● MENSCH – GESELLSCHAFT – POLITIK	56
● JUNGE VHS	65
● ZWEITER BILDUNGSWEG	66
● INTEGRATION	68
● VHS NEUE – BERUFLICHE WEITERBILDUNG	70
● ELEMENTARPÄDAGOGIK	73
INFORMATION & SERVICE	76

Kurs gefunden? Jetzt anmelden:



Per Telefon: 05032 90144-22*

Per Mail: info@vhs-hannover-land.de

Online: www.vhs-hannover-land.de

*Montag bis Mittwoch, 9–13 Uhr



QR-Code – Der schnelle Weg zur Kursbuchung

Die QR-Codes im Heft helfen Ihnen, schnell das passende Kursangebot zu finden. Probieren Sie's gleich mal aus.

1. QR-Code scannen: entweder direkt mit der Kamera des Smartphones bzw. Tablets oder mit einer QR-Code App.
2. Angezeigten Link anklicken.
3. Schon landen Sie auf der hinterlegten Website.

Liebe Freund*innen der vhs Hannover Land,

heute darf ich Ihnen an dieser Stelle unser neues Kursprogramm vorstellen. Als stellvertretender Geschäftsführer bin ich seit Anfang Oktober mit der kommissarischen Leitung der vhs Hannover Land betraut. Unser Programmangebot für das nächste Halbjahr haben aber unsere Fachbereichsleiterinnen und -leiter für Sie zusammengestellt. Ich persönlich finde, es ist ihnen wieder mal ganz hervorragend gelungen: Abwechslungsreich, am Puls der Zeit und an Ihren Wünschen ausgerichtet. Blättern Sie durch das Heft und erfahren Sie, welche Kurse und Veranstaltungen im nächsten halben Jahr auf Sie warten.

Wir werfen in diesem Heft einmal einen Blick über unsere Grenze: „Perspektive Europa: Miteinander voneinander lernen“ lautet das Schwerpunktthema 2024 des Deutschen Volkshochschulverbands. Im ersten Moment mag man sich fragen, was unsere regional verankerte VHS eigentlich mit Europa zu tun hat. Bei näherem Hinsehen fällt jedoch auf, dass sich eine ganze

Menge „Europa“ in unserem Angebot verbirgt: Seien es Sprachkurse für andere europäische Sprachen, Kochkurse mit Länderschwerpunkt auf Italien, Spanien oder Frankreich, die Europäische Kindergarantie als Wertebasis für unsere Fortbildungen im Bereich Elementarpädagogik oder eine Gesellschaftsanalyse mit Blick auf die anstehende Europawahl.

Lassen Sie sich überraschen. Auf den folgenden Seiten erfahren Sie, welche europäische Perspektive unsere Mitarbeitenden im Blick haben, wenn sie das neue Programm planen.

Herzliche Grüße,
Ihr

Carsten Schulze

Stellvertretender Geschäftsführer der vhs Hannover Land



CARSTEN SCHULZE
Stellvertretender Geschäftsführer



Das Titelfoto stammt übrigens von unserer Mitarbeiterin Stefanie Eger, Sachbearbeiterin im Bereich Integration in Burgwedel. Stefanie Egers Leidenschaft ist Street Art. Auf ihren Städtereisen durch Europa geht sie immer mit offenen Augen durch die Stadt und begeben sich manchmal auch regelrecht auf die Suche nach tollen Fotomotiven. Das Titelfoto ist in Amsterdam entstanden.

Perspektive Europa: Miteinander voneinander lernen

2024 ist das Jahr der Europawahl und der Fußball-Europameisterschaft der Männer „EURO 2024“. Es lohnt sich also, mal einen Blick auf Europa zu werfen.

Erwachsenenbildung ist ein Motor für individuelle und gesellschaftliche Entwicklung. Das gilt in unseren fünf Kommunen ebenso wie in ganz Europa.

In Europa gibt es über

10.000

private & öffentliche
Weiterbildungseinrichtungen

In Deutschland gibt es 858 Volkshochschulen, die jährlich rund 700.000 Veranstaltungen anbieten.



11,9 %

der 25- bis 64-Jährigen nahmen im EU-Durchschnitt im Jahr 2022 an einer Weiterbildungsmaßnahme teil.



Wussten Sie, dass ...

... die **beliebteste Weiterbildungskategorie** in Europa **Sprachkurse** sind? Die Europäer lieben es, neue Sprachen zu lernen und ihre Kommunikationsfähigkeiten zu verbessern. Bonjour, Hola, Ciao!

... es in Europa mehr als **200 offizielle Sprachen** gibt, von denen einige sehr selten oder bedroht sind?



Der 26. September ist Europäischer Tag der Sprachen und wurde vom Europarat ins Leben gerufen.

Schweden hat den **höchsten Anteil** an Menschen in der Erwachsenenbildung:

36,2 %

Die **weltweit erste Volkshochschule** wurde

1844

in Rødding in Dänemark gegründet. 1919 wurden die ersten Volkshochschulen in Deutschland gegründet.



Die **kleinste Volkshochschule** in Deutschland ist die Volkshochschule Helgoland.

Warum nehmen EU-Bürger*innen an Weiterbildung teil?

- ▶ **60,9 %** wollen ihre Kenntnisse und Fähigkeiten für den aktuellen oder zukünftigen Job verbessern.
- ▶ **56,4 %** der Befragten geben an, dass persönliches Interesse der Grund für ihre Entscheidung ist.

Was hindert EU-Bürger*innen an der persönlichen Weiterbildung?



40,5 %

Familiäre Verpflichtung



38,3 %

Arbeitsbelastung oder -zeiten



KULTURELLE BILDUNG

Im Fachbereich Kulturelle Bildung können Sie Kursangebote aus fünf Bereichen wählen: **MALERISCHES GESTALTEN**, z. B. mit Aquarell oder Acrylfarben. **KULTUR ERLEBEN**, z. B. Ausstellungen und Theateraufführungen gemeinsam besuchen. **MUSIK, TANZ & THEATER** ausprobieren, z. B. in unserer VHS Theatergruppe oder beim gemeinsamen Singen. **KREATIVTECHNIKEN**, Handarbeit und Handwerk erlernen, z. B. Nähen oder Keramik. **KULTURELLE PRAXIS**, z. B. Verkostungen oder Gartengestaltung.

KURSE HIGHLIGHTS » S. 8
KURSE ÜBERSICHT » S. 9



Kultur ist mehr als nur das Sahnehäubchen!

Würden Sie das so für sich unterschreiben können? Ist Kultur im gesellschaftlichen Kontext betrachtet noch die Hefe im Teig? Oder ist kulturelle Bildung angesichts der wirtschaftlichen und politischen Lage in Europa und der Welt nur noch die Sahne auf dem Kuchen?

Welchen Stellenwert räumen wir der kulturellen Bildung ein? Kultur macht nicht an Grenzen halt! Sie ist global und steht für Meinungsfreiheit und Austausch. Für den Einzelnen mag es Gründe geben, auf die Sahne zu verzichten, aber sicher noch mehr, sich zwischendurch einfach mal etwas zu gönnen! Ich hoffe, Sie haben etwas Appetit auf Kultur bekommen.

CLAUDIA NICOLAI
Leiterin des Fachbereichs
Kulturelle Bildung

FÜR FRAGEN & ANREGUNGEN:
nicolai@vhs-hannover-land.de

Eine bunte Mischung – unsere Highlights!

Auf Trab:

Remonte, ein Pferd, das mit dir lernt – pferdegestützte Lernförderung

Die Lernförderung richtet sich an die Klassenstufen 1 bis 8. Unterrichtsfächer sind Mathematik, Deutsch oder Englisch.

Wedemark DO 08.02.2024 14:30 – 16:00 Uhr
4 Termine | Antje Hilpüsch
» 241KPJ004 | 200,00 €

N

Sicher:

Gewaltschutz und Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen ab 16 Jahren

In diesem Seminar vermittelt ein lizenzierter Gewaltschutztrainer verschiedene Möglichkeiten der Gewaltprävention.

Wunstorf SA + SO 09./10.03.2024 14:00 – 17:00 Uhr
2 Termine | Dirk Möller » 241KP0005 | 78,00 €

Ganz Ohr:

Gesprächskonzert „Only time“ über Zeit in der Musik & Musik in der Zeit

Die Musikwissenschaftlerin begibt sich mit uns auf eine musikalische Zeitreise am Klavier.

Neustadt DO 14.03.2024 19:00 – 20:30 Uhr | 1 Termin
Dr. Anna Fortunova » 241KK0023 | 15,00 €

N

Sticht heraus:

Die Rose

Die Rose als Königin der Blumen ist seit Jahrtausenden in vielen Kulturen ein Symbol für Vollkommenheit, Harmonie und Liebe.

Burgwedel MO 27.05.2024 19:00 – 21:15 Uhr
1 Termin | Dorothea zum Eschenhoff
» 241KP1031 | 19,00 €

N



Kurse 1/2024

K Luxus pur: Ein individuelles Naturparfum **Burgwedel**
Nach einer Einführung kreieren Sie aus der Fülle der Naturdüfte Ihr eigenes Naturparfüm.
DOROTHEA ZUM ESCHENHOFF »241KP1011 | 27,00 € **13.01.2024**
17:00 – 20:45 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Offener Handarbeitstreff **Burgwedel**
Jede und jeder ist willkommen. **ab 20.01.2024**
LISA SYDLIK »241KH0001 | 35,00 € 10:00 – 14:00 Uhr | 7 Termine (immer Sa.)

N Walddüfte – gesund und kraftvoll **Burgwedel**
Wir mischen ein kräftigendes Raumspray für die Winterzeit mit ätherischen Ölen des Waldes.
DOROTHEA ZUM ESCHENHOFF »241KP1021 | 19,00 € **22.01.2024**
19:00 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mo.)

Remonte, ein Pferd, das mit dir lernt – Workshop Deutsch – Rechtschreibstrategien **Wedemark**
Wir bearbeiten die Themen Auslautverhärtung, doppelte Mitlaute, Konsonantenhäufungen, Unterscheidung e-ä-Schreibung, Nomen, das lange i, Merkwörter und Lesestrategien. **27.01.2024**
ANTJE HILPÜSCH »241KPJ034 | 100,00 € 13:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Remonte, ein Pferd, das mit dir lernt – Workshop Rechenschwäche **Wedemark**
Wir entwickeln Vorstellungen für Zahlen und Zahlenräume und arbeiten an einem Verständnis von Mengen und ihrer Teilbarkeit. **03.02.2024**
ANTJE HILPÜSCH »241KPJ024 | 100,00 € 13:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

K Zeichnen macht Spaß **Wunstorf**
Wie erziele ich Tiefenwirkungen, Tonabstufungen sensibler Grautöne, Schraffuren und mehr? **ab 05.02.2024**
KARIN BACH »241KG1125 | 115,00 € 09:15 – 11:30 Uhr | 20 Termine (immer Mo.)

K Zeichnen – Grundkurs **Wunstorf**
Inhalt: Der systematische Aufbau: Linie, Form, Fläche, Zeichnen nach der Natur **ab 05.02.2024**
KARIN BACH »241KG1115 | 115,00 € 18:00 – 20:15 Uhr | 20 Termine (immer Mo.)

K Gitarre 5 für Frauen – Fortgeschrittene, auch für Seniorinnen geeignet **Wedemark**
Weitere Akkorde, Zupf- und Schlagtechniken werden hinzugelern und Bekanntes wiederholt. **ab 06.02.2024**
KARIN KOSSEL »241KM2084 | 140,00 € 16:55 – 17:55 Uhr | 14 Termine (immer Di.)

Segelkurs Infotermin – Sportbootführerschein, Fachkundenachweis, Funkscheine **Neustadt**
HANS-ALFRED TERNER »241KP0123 | kostenfrei **06.02.2024** 18:00 – 20:00 Uhr | 1 Termin (Di.)

Gitarre 3 für Frauen auch für Seniorinnen geeignet **Wedemark**
Dieser Kurs bietet Gelegenheit, das Instrument weiter kennenzulernen und auszuprobieren. **ab 06.02.2024**
KARIN KOSSEL »241KM2064 | 82,00 € 18:05 – 19:05 Uhr | 7 Termine (immer Di.)

K Klassiker **N** Neu **J** Junge vhs **B** Bildungsurlaub

JETZT ANMELDEN!



Meike Hasse
Per Mail: hasse@vhs-hannover-land.de
Am Telefon: 05032 90144-29



Alle aktuellen Kurse und zusätzliche Infos finden Sie auf www.vhs-hannover-land.de

Kulturelle Bildung

Ukulele 3 für Frauen, auch für Seniorinnen geeignet

Ukulele spielen ist gar nicht so schwer und macht viel Spaß!

KARIN KOSSEL »241KM3044 | 140,00 €

Wedemark

ab 07.02.2024

17:30 – 18:30 Uhr | 14 Termine (immer Mi.)

Gitarre für Fortgeschrittene

Wir führen einfache Formen des Fingerpickings sowie Variationen der Bassbegleitung ein.

PETER KÜHN »241KM2031 | 120,00 €

Burgwedel

ab 07.02.2024

18:30 – 19:15 Uhr | 12 Termine (immer Mi.)

K VHS-Theatergruppe

Theaterbegeisterte mit oder ohne Vorerfahrung jederzeit willkommen.

MARTIN BOSSERT »241KM7993 | 88,00 €

Neustadt

ab 08.02.2024

19:00 – 21:00 Uhr | 15 Termine (immer Do.)

N Remonte, ein Pferd, das mit dir lernt – pferdegestützte Lernförderung

Die Lernförderung richtet sich an die Klassenstufen 1 bis 8. Unterrichtsfächer sind Mathematik, Deutsch oder Englisch.

ANTJE HILPÜSCH »241KPJ004 | 200,00 €

Wedemark

ab 08.02.2024

14:30 – 16:00 Uhr | 4 Termine (immer Do.)

J Klavier oder Keyboard, probiere es aus (6 – 9 Jahre)

Tauche ein in die spannende und bunte Welt der Musik, am Klavier oder Keyboard.

VIKTORIJA CASPARY »241KMJ053 | 39,50 €

Neustadt

ab 10.02.2024

09:30 – 10:30 Uhr | 3 Termine (immer Sa.)

Klavier Anfängerkurs

Wollten Sie schon immer einmal Klavierspielen lernen, aber es hat sich bisher nie ergeben?

VIKTORIJA CASPARY »241KM0033 | 39,50 €

Neustadt

ab 10.02.2024

10:40 – 11:40 Uhr | 3 Termine (immer Sa.)

Klavier Fortgeschrittenenkurs

VIKTORIJA CASPARY »241KM0083 | 39,50 €

Neustadt

ab 10.02.2024 12:00 – 13:00 Uhr | 3 Termine (immer Sa.)

Nähezeit – Einfach selbstgenäht

Alle Nähbegeisterten sind herzlich willkommen, ob Nähanfänger*innen oder Fortgeschrittene.

MARINA ZUREK »241KH0014 | 39,50 €

Wedemark

10./11.02.2024

Sa. 17:00 – 20:15 Uhr | So. 10:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine

Remonte, ein Pferd, das mit dir lernt – Pferde gestützte Lernförderung

Die Lernförderung richtet sich an die Klassenstufen 1 bis 8. Unterrichtsfächer sind Mathematik, Deutsch oder Englisch.

ANTJE HILPÜSCH »241KPJ014 | 200,00 €

Wedemark

ab 13.02.2024

14:30 – 16:00 Uhr | 4 Termine (immer Di.)

K Malen mit Acryl

Moderne Farben aus der Tube. Die Bildgestaltung mit Acryl ist vielseitig und einfach.

KARIN BACH »241KG2025 | 69,00 € Di. 18:00 – 19:30 Uhr | Fr. 18:00 – 21:15 Uhr | Sa. 10:00 – 16:30 Uhr | 6 Termine (immer Di., Fr., Sa.)

Wunstorf

ab 13.02.2024

Gitarre für Anfänger*innen

Akkorde sind die wichtigste Voraussetzung, um Lieder mit der Gitarre zu begleiten.

WOLFGANG RATTAY »241KM2025 | 94,00 €

Wunstorf

ab 13.02.2024

18:30 – 20:00 Uhr | 5 Termine (immer Di.)

K Freie Malerei mit Acryl oder Aquarell für Fortgeschrittene

Landschaften, Blumen, Porträt, Akt oder moderne Malexperimente mit Spachtelmassen.

MARTINA HEGER »241KG0002 | 115,00 €

Garbsen

ab 14.02.2024

09:00 – 11:50 Uhr | 8 Termine (immer Mi.)

Singen macht glücklich

Wir singen Lieder aus den Bereichen Volkslied, Schlager, Rock, Pop und Lagerfeuer.

KARIN KOSSEL »241KM2074 | 54,00 €

Wedemark

ab 14.02.2024

18:40 – 19:40 Uhr | 8 Termine (immer Mi.)

Singen macht glücklich

Wir singen Lieder aus den Bereichen Volkslied, Schlager, Rock, Pop und Lagerfeuer.

KARIN KOSSEL »241KM2984 | 54,00 €

Wedemark

ab 14.02.2024

19:45 – 20:45 Uhr | 8 Termine (immer Mi.)

Einfach selbst genäht

Verwirklichen eigener Nähprojekte. In Gesellschaft macht es noch mehr Spaß.

MARINA ZUREK »241KH0032 | 82,00 €

Garbsen

ab 15.02.2024

18:15 – 21:15 Uhr | 3 Termine (immer Do.)

K Dänische Stickerei

Mit vielen kleinen Stichen wollen wir schöne Dinge zaubern.

ANNEMARIE THEEL-EVERS »241KH3011 | 48,00 €

Burgwedel

ab 15.02.2024

18:30 – 20:45 Uhr | 4 Termine (immer Do.)

Übergänge im Lebensverlauf – Kreative Entfaltung neuer Routinen und Gewohnheiten

PROF. DR. MANFRED BLOHM »241KG0063 | 98,00 €

16./17.02.2024 Fr. 17:00 – 20:00 Uhr | Sa. 10:00 – 15:15 Uhr | 2 Termine

Neustadt

J Wehr dich, aber richtig! (ab 6 Jahren)

Ich-Stärke, Teamgeist, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung

DIRK MÖLLER »241KPJ002 | 65,00 €

Garbsen

ab 17.02.2024

Sa. 11:30 – 13:45 Uhr | So. 13:00 – 15:15 | 2 Termine

J Wehr dich, aber richtig! (ab 6 Jahren)

Ich-Stärke, Teamgeist, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung

DIRK MÖLLER »241KPJ003 | 65,00 €

Neustadt

ab 17.02.2024

Sa. 15:00 – 17:15 Uhr | So. 10:00 – 12:15 | 2 Termine

K Sportbootführerschein Geltungsbereich Binnen unter Segel und Motor

Der Kurs bereitet ausführlich auf die theoretische Prüfung vor.

HANS-ALFRED TERNER »241KP0093 | 90,00 €

Neustadt

ab 20.02.2024

18:30 – 20:30 Uhr | 7 Termine (immer Di.)

Literaturgesprächskreis

Eine literarische Auseinandersetzung mit verschiedenen Autoren und Werken.

MARTIN DREBS »241KP0045 | 78,00 €

Wunstorf

21.02.2024

10:00 – 12:15 Uhr | 8 Termine (Mi.)

K Sportbootführerschein Geltungsbereich See

Der Kurs bereitet Sie auf die theoretische Prüfung für den 'Sportbootführerschein See' vor.

HANS-ALFRED TERNER »241KP6023 | 130,00 €

Neustadt

ab 21.02.2024

18:30 – 21:30 Uhr | 8 Termine (immer Mi.)

K Sportküstenschifferschein (SKS)

Führerschein zum Führen von Yachten mit Antriebsmaschine und unter Segel in Küstengewässern

HANS-ALFRED TERNER »241KP6033 | 165,00 €

Neustadt

ab 22.02.2024

18:30 – 20:30 Uhr | 15 Termine (Do.)

Grundkurs Zeichnen für Anfänger

Sie lernen mit Hilfe verschiedener Techniken wie. z.B., Perspektive und Räumlichkeit zu zeichnen

SANNA FRIEDMANN-GULYANSKA »241KG0012 | 97,00 €

Garbsen

ab 26.02.2024

19:00 – 20:30 Uhr | 7 Termine (immer Mo.)

K Klassiker**N** Neu**J** Junge vhs**B** Bildungsurlaub

Einfach selbst genäht

Verwirklichen eigener Nähprojekte. In Gesellschaft macht es noch mehr Spaß.

MARINA ZUREK »241KH0012| 82,00 €

Garbsen

ab 27.02.2024

18:15 – 21:15 Uhr | 3 Termine (immer Di.)

K Whisky Tasting

Sie lernen unterschiedliche Whiskytypen kennen.

WOLFGANG BANOVITS »241KP2115| 71,00 €

Wunstorf

01.03.2024

17:00 – 21:30 Uhr | 1 Termin (Fr.)

Bunt ins Wochenende

Atem holen – zur Ruhe kommen – Kreativität entdecken, Malen mit Aquarellfarben.

GISELA KIRMIZI »241KG0003| 23,50 €

Neustadt

01.03.2024

18:30 – 20:45 Uhr | 1 Termin (Fr.)

K Wein Tasting

Kosten Sie die verschiedenen Weine und lernen Sie ihre Vielfalt kennen.

WOLFGANG BANOVITS »241KP2145| 73,00 €

Wunstorf

02.03.2024

15:00 – 18:45 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Nähzeit – Einfach selbstgenäht

Alle Nähbegeisterten sind herzlich willkommen, ob Nähanfänger*innen oder Fortgeschrittene.

MARINA ZUREK »241KH0011 | 75,00 €

Burgwedel

02./03.2024

Sa. 17:00 – 20:15 Uhr | So. 10:00 – 15:00 | 2 Termine

K Allein wäre ich nicht gegangen – für Frauen – Kurs 1

Wir besuchen Oper, Ballett, Theater, Kabarett, Kleinkunst oder andere Veranstaltungen.

GISELA ROTHER »241KK0035 | 58,00 €

versch. Orte

ab 07.03.2024

18:30 – 20:45 Uhr | 6 Termine (immer Do.)

Durch Malen die inneren Kraftquellen entdecken

Atem holen – zur Ruhe kommen- die eigene Kreativität entdecken. Malen mit Aquarellfarben.

GISELA KIRMIZI »241KG0013 | 73,50 €

Neustadt

ab 08.03.2024

18:30 – 20:45 Uhr | 3 Termine (immer Fr.)

Tennis für Wiedereinsteiger

Auffrischung der Grundtechniken, Training an der Ballmaschine, Abschlussturnier

HENDRIK ERNST »241KP0043 | 80,00 €

Neustadt

ab 09.03.2024

10:00 – 11:30Uhr | 3 Termine (immer Sa.)

Frischzellenkur für alte Gärten

Erste Schritte zur Umgestaltung werden aufgezeigt und pflegeleichte Pflanzkombinationen gezeigt.

CLAUDIA KRAUSS »241KP0072| 30,00 €

Garbsen

09.03.2024

14:00 – 17:45 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Gewaltschutz und Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen ab 16 Jahren

In diesem Seminar vermittelt ein lizenzierter Gewaltschutztrainer verschiedene Möglichkeiten der Gewaltprävention.

DIRK MÖLLER »241KP0005| 78,00 €

Wunstorf

09./10.03.2024

14:00 – 17:00 Uhr | 2 Termine (Sa. + So.)

K Allein wäre ich nicht gegangen – für Frauen – Kurs 2

Wir besuchen Oper, Ballett, Theater, Kabarett, Kleinkunst oder andere Veranstaltungen.

GISELA ROTHER »241KK0045 | 58,00 €

versch. Orte

ab 14.03.2024

18:30 – 20:45 Uhr | 6 Termine (immer Do.)

N Gesprächskonzert „Only time“ über Zeit in der Musik & Musik in der Zeit

Die Musikwissenschaftlerin begibt sich mit uns auf eine musikalische Zeitreise am Klavier.

DR. ANNA FORTUNOVA »241KK0023 | 15,00 €

Neustadt

14.03.2024

19:00 – 20:30 Uhr | 1 Termin (Do.)

Gitarre für Fortgeschrittene

Akkorde sind die wichtigste Voraussetzung, um Lieder mit der Gitarre zu begleiten.

WOLFGANG RATTAY »241KM2035 | 198,00 €

Wunstorf

ab 02.04.2024

18:30 – 20:00 Uhr | 6 Termine (immer Di.)

N Ein Tag mit Pferden

Für alle, die Pferde schon immer einmal aus nächster Nähe kennenlernen wollten.

DOROTHEA KRIESEL »241KP2013 | 99,50 €

Neustadt

06.04.2024

10:00 – 16:45 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Einfach selbst genäht

Verwirklichen eigener Nähprojekte. In Gesellschaft macht es noch mehr Spaß.

MARINA ZUREK »241KH0022| 82,00 €

Garbsen

ab 08.04.2024

18:15 – 21:15 Uhr | 3 Termine (immer Mo.)

Die Kunst des schönen Schreibens

Moderne Kalligrafie, Lettering und Faux Calligraphy. Was ist das eigentlich? Probieren Sie es aus.

SABINE AMTSBERG »241KG4041 | 47,50 €

Burgwedel

ab 09.04.2024

16:30 – 18:45 Uhr | 2 Termine (immer Di.)

K Malen mit Acryl, Pastellkreide oder Malmaterial nach Wahl

Wie finde ich mein Malthema?

KARIN BACH »241KG2015 | 69,00 €

Di. 18:00 – 19:30 Uhr | Fr. 18:00 – 21:15 Uhr | Sa. 10:00 – 16:30 Uhr | 6 Termine (immer Di., Fr., Sa.)

Wunstorf

ab 09.04.2024

K Gartenkeramik am Wochenende – Anfänger*innen und Fortgeschrittene

GUDRUN-SOPHIE FROMMHAGE-DAVAR

»241KH6193 | 89,00 €

12.04. Fr. 18:00 – 21:00 Uhr | 13.04. Sa. 11:00 – 17:00 | 27.04.2024 18:00 – 21:00 Uhr | 3 Termine

Neustadt

ab 12.04.2024

N Bodenarbeit mit Pferden Teil 1: Pferdesprache

Eine wirkliche Verbindung zwischen Mensch und Pferd beinhaltet einen Dialog, und diesen kann man nur führen, wenn man die Sprache des Pferdes versteht.

DOROTHEA KRIESEL »241KP2023 | 46,00 €

Neustadt

13.04.2024

15:00 – 18:15 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Nähzeit – Einfach selbstgenäht

Alle Nähbegeisterten sind herzlich willkommen, ob Nähanfänger*innen oder Fortgeschrittene.

MARINA ZUREK »241KH0063 | 75,00 €

Neustadt

13./14.04.2024

Sa. 17:00 – 20:15 Uhr | So. 10:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine

N Vortrag „Kunst in der Zeit & Zeit in der Kunst“

Der Wandel im Umgang mit Kunstwerken im Laufe der Zeit.

PROF. DR. PHIL. MANFRED BLOHM »241KK0013 | 15,00 €

Neustadt

18.04.2024

19:00 – 20:30 Uhr | 1 Termin (Do.)

N Klimawandel im Garten – Gartentipps zur Umsetzung

Sie erhalten Gestaltungstipps und Anregungen für Ihren Garten, und verschiedene Pflanzenporträts für trockene und heiße Standorte.

CLAUDIA KRAUSS »241KP0133 | 25,00 €

Neustadt

20.04.2024

10:00 – 13:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

N Bodenarbeit mit Pferden Teil 2: Führen und Folgen

Wir erarbeiten uns die verschiedenen Führpositionen und die Longierposition.

Besonderes Augenmerk liegt hier auf der Körperhaltung.

DOROTHEA KRIESEL »241KP2033 | 46,00 €

Neustadt

20.04.2024

15:00 – 18:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

K Klassiker**N** Neu**J** Junge vhs**B** Bildungsurlaub

Square Dance, Anfängerkurs

Amerikanischer Volkstanz - eine Art "Gehirnjogging", nur mit ganz viel Spaß und Bewegung!

JENS ERIK PAUL »241KP0042 | 92,00 €

Garbsen

ab 22.04.2024

19:30 – 21:00 Uhr | 8 Termine (immer Mo.)

Hand- und Brushlettering – Einsteigerkurs

Handgeschriebene, gezeichnete und gemalte Buchstaben können so viel mehr ausdrücken als nur das geschriebene Wort.

SABINE AMTSBERG »241KG4081 | 47,50 €

Burgwedel

ab 23.04.2024

16:30 – 18:45 Uhr | 2 Termine (immer Di.)

K Luxus pur: Ein individuelles Naturparfum

Nach einer Einführung kreieren Sie aus der Fülle der Naturdüfte Ihr eigenes Naturparfüm.

DOROTHEA ZUM ESCHENHOFF »241KP1041 | 31,00 €

Burgwedel

26.04.2024

17:00 – 20:45 Uhr | 1 Termin (Fr.)

K Goldschmiede-Werkstatt

Grundtechniken erlernen und selbst entworfene Schmuckstücke aus Silber fertigen.

GERHARD HOLZAPFEL »241KH6023 | 98,00 €

Neustadt

26./27.04.2024

Fr. 17:30 – 21:15 Uhr | Sa. 09:30 – 17:00 | 2 Termine

Aquarell malen lernen ganz entspannt: Mit der „Swatching“-Methode

Wir experimentieren mit Farbproben, Farbwirkungen, Mischungen und Auftragsweisen.

UTE THÖNISSEN »241KG0083 | 72,00 €

Neustadt

26./27.04.2024

Fr. 18:00 – 21:00 Uhr | Sa. 10:00 – 16:00 Uhr | 2 Termine

Wunderschön funkelnde Sommerarmbänder, Ohrringe und mehr!

Edle Armbänder aus Swarovskiperlen werden in diesem Workshop hergestellt.

VIKTORIJA CASPARY »241KH0053 | 49,50 €

Neustadt

ab 27.04.2024

09:30 – 13:15 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Bodenarbeit mit Pferden Teil 3: Freies Spiel und Freiarbeit

Freiarbeit – Wie geht das? Und ist das Pferd wirklich frei? Mit Spaß und in Harmonie über den Reitplatz tanzen.

DOROTHEA KRIESEL »241KP2043 | 46,00 €

Neustadt

27.04.2024

15:00 – 18:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

N Landschaften und Innenräume in der Barockmalerei diesseits der Alpen

Vortrag und Exkursion zum Herzog-Anton-Ulrich-Museum in Braunschweig. Das Entgelt bezieht sich auf den Vortrag.

PROF. DR. MANFRED BLOHM »241KK0033 | 15,00 €

Neustadt

29.04.2024

19:00 – 20:30 Uhr | 1 Termin (Mo.)

Nähzeit – Einfach selbstgenäht

Alle Nähbegeisterten sind herzlich willkommen, ob Nähanfänger*innen oder Fortgeschrittene.

MARINA ZUREK »241KH0042 | 75,00 €

Garbsen

04./05.05.2024

Sa. 17:00 – 20:15 Uhr | So. 10:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine

J Klavier oder Keyboard, probiere es aus (6 – 9 Jahre)

Tauche ein in die spannende und bunte Welt der Musik, am Klavier oder Keyboard.

VIKTORIJA CASPARY »241KMJ063 | 39,50 €

Neustadt

ab 25.05.2024

09:30 – 10:30 Uhr | 3 Termine (immer Sa.)

Klavier Anfängerkurs

Wollten Sie schon immer einmal Klavierspielen lernen, aber es hat sich bisher nie ergeben?

VIKTORIJA CASPARY »241KM0043 | 39,50 €

Neustadt

ab 25.05.2024

10:40 – 11:40 Uhr | 3 Termine (immer Sa.)

Klavier Fortgeschrittenenkurs

VIKTORIJA CASPARY »241KM0093 | 39,50 €

Neustadt

ab 27.05.2024 12:00 – 13:00 Uhr | 3 Termine (immer Mo.)

N Die Rose

Die Rose als Königin der Blumen ist seit Jahrtausenden in vielen Kulturen ein Symbol für Vollkommenheit, Harmonie und Liebe.

DOROTHEA ZUM ESCHENHOFF »241KP1031 | 19,00 €

Burgwedel

27.05.2024

19:00 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mo.)

N Begleitpflanzen für Rosen

Kleine Duftosen im Garten anlegen als Beet, Hecke oder mit Bäumen an geeigneten Standorten.

CLAUDIA KRAUSS »241KP0132 | 25,00 €

Garbsen

08.06.2024

14:00 – 17:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Nähzeit – Einfach selbstgenäht

Alle Nähbegeisterten sind herzlich willkommen, ob Nähanfänger*innen oder Fortgeschrittene.

MARINA ZUREK »241KH0021 | 75,00 €

Burgwedel

08./09.06.2024

Sa. 17:00 – 20:15 Uhr | So. 10:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine

Angebote der kulturellen Bildung dienen dem Erlernen, Erproben, Entwickeln und Erweitern der Kernkompetenzen Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Eine zunehmende Bedeutung hat dabei der Bereich der kulturellen Medienbildung, welcher sich den vielfältigen Herausforderungen der Digitalisierung widmet. Die kulturelle Bildung schafft Zugänge zur Kultur und ermöglicht darüber gesellschaftliche Teilhabe, fördert Integration und Inklusion.



Kunstaussstellung
„FRÜHLINGSGEFÜHLE“

Werke aus dem VHS-Kurs „Freie Malerei“
mit der Grafik-Designerin
Martina Heger

14 (Hobby-)Künstlerinnen zeigen ihre Kunstwerke zum Thema Frühling. Die Bilder sind so unterschiedlich wie die Künstlerinnen selbst. Manche malen akribisch genau mit feinsten Pinselstrichen, die anderen eher impulsiv und frei, sie nutzen Acrylfarben, Aquarell, Ölpastelle oder Mixed Media.

Ausstellungseröffnung:
Freitag, 12. April, 15 Uhr, in der Geschäftsstelle Garbsen, Planetenring 35.



FOTOGRAFIE

*Fotografie ist mehr als nur das Auslösen der Kamera – sie ist eine kreative Kunstform, die unser Leben bereichert. Unsere erfahrenen Kursleiter*innen vermitteln nicht nur Technik und Bildbearbeitung, sondern fördern auch Ästhetik und Gestaltung. Von Belichtung bis Bildkomposition erkunden Sie die Vielfalt der Fotografie, wie das Porträt, die Natur- oder Streetfotografie. Entdecken Sie, wie Bilder Geschichten erzählen. Unabhängig vom Erfahrungslevel bieten unsere Kurse eine anregende Atmosphäre für Fotografie-Enthusiasten. Meistern Sie Licht und Schatten, fangen Sie Momente ein und lassen Sie Bilder lebendig werden!*

KURSE HIGHLIGHTS » S. 18
KURSE ÜBERSICHT » S. 19



Das Jahresthema der Volkshochschulen lautet „Perspektive Europa: Miteinander voneinander lernen“.

*Ich frage mich, wie ich dieses Thema fotografisch umsetzen würde: Wie lässt sich Europa darstellen? „Perspektive“ ist sicher ein Schlagwort, dass wir auch bei der Ausübung unserer Leidenschaft gerne nutzen. Das Lernen von- und miteinander zwischen Jung und Alt, eingesessen oder zugezogen, Expert*innen oder Auszubildenden bietet aber sicher eine Menge Ansätze. Lassen Sie es uns zusammen ausprobieren!*

ALEXANDER LÜDER
 Leiter des Fachbereichs Fotografie

FÜR FRAGEN & ANREGUNGEN:
lueder@vhs-hannover-land.de

In Szene gesetzt – unsere Highlights!

Tierisch:

Vortrag: Wildtierfotografie zwischen Steinhuder Meer und Großstadt

Wildtierfotograf Aiko Sukdolak präsentiert Aufnahmen unserer heimischen Artenvielfalt aus den schönsten Ecken der Region Hannover.

Wunstorf MI 13.03.2024 18:00 – 19:30 Uhr | 1 Termin
Aiko Sukdolak » 241FV0015 | 10,00 €

N

Atmosphärisch:

Nacht-Architektur-Fotografie

Lernen Sie, wie Sie Architektur nachts richtig in Szene setzen.

Garbsen FR 22.03.2024 17:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin
Andreas Kaiser » 241FW0012 | 52,00 €

N



Natürlich:

Der Frühling vor unserer Haustür

Wir möchten das einzigartige Frühlingsgefühl in Bildern von der auflebenden Flora und Fauna festhalten.

Hannover SA 11.05.2024 09:00 – 13:00 Uhr | 1 Termin
Andreas Kaiser » 241FW0079 | 52,00 €

N

Niedlich:

Kleine Fellnasen: Tierbabys im Wisentgehege Springe fotografieren

Wir entdecken die jüngsten Wisente in Aktion und halten sie fotografisch fest.

Springe SA 18.05.2024 10:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin
Aiko Sukdolak » 241FW0039 | 170,00 €

N

JETZT ANMELDEN!



Kerstin Euler
Per Mail: euler@vhs-hannover-land.de
Am Telefon: 05032 90144-66



Alle aktuellen Kurse und zusätzliche Infos finden Sie auf www.vhs-hannover-land.de

Fotografie

Kurse 1/2024

N **Das Portrait – Die Königsdisziplin der Fotografie** **Wunstorf**
Wir bauen im Studio unser eigenes Fensterlicht, mit dem wir geniale Portraits erstellen. **03.02.2024**
HUBERT BRENNER »241FS0015 | 66,00 € 11:00 – 15:30 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Fotoclub Pro III – Portrait- und Peoplefotografie **Wunstorf**
Es erwarten Sie drei Termine voller Eindrücke rund um die Fotografie inkl. Model-Shooting. **ab 07.02.2024**
HUBERT BRENNER »241FC0035 | 100,00 € **07.02. | 13.03 | 17.04** | 18:00 – 21:00 Uhr | 3 Termine (immer Mi.)

Fotoclub Pro – Portrait- und Peoplefotografie **Wunstorf**
Es erwarten Sie drei Termine voller Eindrücke rund um die Fotografie inkl. Model-Shooting. **ab 13.02.2024**
HUBERT BRENNER »241FC0015 | 100,00 € **13.02. | 30.04 | 11.06** | 18:00 – 21:00 Uhr | 3 Termine (immer Di.)

Fotoclub Pro II – Portrait- und Peoplefotografie **Wunstorf**
Es erwarten Sie drei Termine voller Eindrücke rund um die Fotografie inkl. Model-Shooting. **ab 21.02.2024**
HUBERT BRENNER »241FC0025 | 100,00 € **21.02. | 03.04 | 12.06** | 18:00 – 21:00 Uhr | 3 Termine (immer Mi.)

K **Abendliche Fotografie am Steinhuder Meer** **Wunstorf**
FRANK R. BÄHR »241FW002 | 27,00 € **08.03.** Fr. 17:30 – 19:00 Uhr | **11.03.2024** Mo. 17:15 – 18:00 Uhr | 2 Termine

Abendliche Fotografie am Steinhuder Meer – Mit dem Smartphone **Wunstorf**
FRANK R. BÄHR »241FW0035 | 27,00 € **09.03** Sa. 17:00 – 18:30 Uhr | **11.03.2024** Mo. 18:30 – 19:15 Uhr | 2 Termine

N **Vortrag: Wildtierfotografie zwischen Steinhuder Meer und Großstadt** **Wunstorf**
Wildtierfotograf Aiko Sukdolak präsentiert Aufnahmen unserer heimischen Artenvielfalt **13.03.2024**
AIKO SUKDOLAK »241FV0015 | 10,00 € 18:00 – 19:30 Uhr | 1 Termin (Mi.)

K **Das abendliche Hannover – Fotografischer Spaziergang** **Hannover**
Fotografieren Sie Hannover in stimmungsvollen Szenen und verschiedenen Lichtverhältnissen. **15.03.2024**
FRANK R. BÄHR »241FW0019 | 52,00 € 17:00 – 21:30 Uhr | 1 Termin (Fr.)

K **Bewegte Lichter in der Stadt** **Hannover**
Durch gezielte Einstellungen werden Sie stimmungsvolle Szenen im Dunkeln fotografieren. **15.03.2024**
HAUKE-CHRISTIAN DITTRICH »241FW0029 | 44,00 € 18:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Fr.)

K **Die digitale Systemkamera (Spiegelreflex), Teil 1** **Garbsen**
HAUKE-CHRISTIAN DITTRICH »241FE0012 | 98,00 € **16./17.03.2024** 09:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine (Sa. + So.)

Portraitfotografie im Studio **Wunstorf**
Wir bauen im Studio unser eigenes Fensterlicht, mit dem wir geniale Portraits erstellen. **26.03.2024**
HUBERT BRENNER »241FS0025 | 44,00 € 18:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Di.)

K Klassiker **N** Neu **J** Junge vhs **B** Bildungsurlaub

N Fotoclub Pro – Landschafts- und Naturfotografie

Der Kurs bietet eine wunderbare Gelegenheit, die Natur aus einer neuen Perspektive kennenzulernen und Ihre fotografischen Fähigkeiten in einer Kleingruppe mit höchstens sechs Teilnehmenden zu verbessern.

ANDREAS KAISER »241FC0014 | 100,00 €

30.03. | 04.05. | 15.06 | 10:00 – 13:00 Uhr | 3 Termine (immer Mi.)

Wedemark
ab 30.03.2024

N Nacht-Architektur-Fotografie

Lernen Sie, wie Sie Architektur nachts richtig in Szene setzen.

ANDREAS KAISER »241FW0012 | 52,00 €

17:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Fr.)

Garbsen
22.03.2024

K Die digitale Systemkamera (Spiegelreflex), Teil 1

Lernen Sie in der Theorie sowie durch viele praktische Übungen, Ihre Kamera zu bedienen.

ANDREAS OHRDORF »241FE0013 | 98,00 €

09:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine (Sa. + So.)

Neustadt
20./21.04.2024

Bremen fotografisch erkunden

Unser Streifzug führt uns in die Altstadt, den Schnoor und zu weiteren Sehenswürdigkeiten.

HAUKE-CHRISTIAN DITTRICH »241FW0059 | 60,00 €

13:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Bremen
20.04.2024

Street-Fotografie für Fortgeschrittene

In diesem Kurs komponieren Sie das perfekte Zusammenspiel von Mensch und Architektur.

GUIDO KLUMPE »241FW0099 | 162,00 €

10:00 – 13:00 Uhr | 2 Termine (immer Sa.)

Hannover
ab 20.04.2024

Street-Fotografie für Einsteiger*innen

Lernen Sie die grundlegenden Techniken der Straßenfotografie kennen.

ANDREAS KAISER »241FW0049 | 52,00 €

10:00 – 14:30 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Hannover
ab 27.04.2024

Architekturfotografie in Hannover

Altstadt, gotische Architektur der Aegidienkirche, moderner Bau der NordLB - Bauwerke meisterhaft einfangen

MORITZ FRANKENBERG »241FW0089 | 44,00 €

13:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Hannover
11.05.2024

N Der Frühling vor unserer Haustür

Wir möchten das einzigartige Frühlingsgefühl in Bildern von der auflebenden Flora und Fauna festhalten.

ANDREAS KAISER »241FW0079 | 52,00 €

09:00 – 13:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Hannover
11.05.2024

N Kleine Fellnasen: Tierbabys im Wisentgehege Springe fotografieren

Wir entdecken die jüngsten Wisente in Aktion und halten sie fotografisch fest.

AIKO SUKDOLAK »241FW0039 | 170,00 €

10:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Springe
18.05.2024

K Die digitale Systemkamera (Spiegelreflex), Teil 1

Lernen Sie in der Theorie sowie durch viele praktische Übungen, Ihre Kamera zu bedienen.

ANDREAS OHRDORF »241FE0021 | 98,00 €

09:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine (Sa. + So.)

Burgwedel
25./26.05.2024

N Fotostreifzüge durch die Natur

Wir lernen, wie man die Motive der Natur - Blumen, Pilze, Insekten, Vögel oder Reptilien - am besten fotografiert.

ANDREAS KAISER »241FW0014 | 52,00 €

09:00 – 13:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Wedemark
25.05.2024

N Tiere in Action: Fotografie im Weltvogelpark Walsrode

Wir entdecken die buntesten Vogelarten in voller Aktion und halten sie fotografisch fest.

AIKO SUKDOLAK »241FW0069 | 170,00 €

10:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Walsrode
01.06.2024

Einstieg in die Bildbearbeitung mit Lightroom

Lernen Sie am eigenen Computer mit Ihren Bildern den grundlegenden Umgang mit Adobe Lightroom.

MORITZ FRANKENBERG »241FE0010 | 44,00 €

18:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Online
08.06.2024

Model on location

Bei diesem Kurs geht es darum, das vorhandene Licht mit dem Blitz in Einklang zu bekommen.

HUBERT BRENNER »242FW0045 | 44,00 €

18:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Di.)

Wunstorf
16.07.2024

Modelwalk im Abendlicht am Steinhuder Meer

Der späte Abend liefert uns weiches Licht, welches für die Portraitfotografie optimal ist.

HUBERT BRENNER »242FW0055 | 44,00 €

19:00 – 22:00 Uhr | 1 Termin (Di.)

Wunstorf
30.07.2024

Die Fotografie hat nicht zuletzt durch die Verbreitung von sozialen Medien an Bedeutung gewonnen. Auch wer sein Unternehmen, seinen Verein oder sein Ehrenamt bekannter machen möchte, nutzt heute gern ansprechende Bilder. In unseren Kursgruppen lernen die Teilnehmenden, was ein gutes Foto ausmacht. Zusätzlich fördern die Angebote die Kreativität und sorgen für positive gemeinschaftliche Lern-Erlebnisse. Das stärkt wiederum die Resilienz jedes und jeder Einzelnen und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe.



Gewinnspiel

Wir haben in diesem Heft ein Bild versteckt, das mit Künstlicher Intelligenz (KI) erstellt wurde. Finden Sie's? Schreiben Sie uns Ihren Tipp an pressestelle@vhs-hannover-land.de.

Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir einen Gutschein im Wert von 80 Euro für einen Kurs oder eine Veranstaltung bei der vhs Hannover Land. Bitte geben Sie an, auf welcher Seite Sie das KI-generierte Bild vermuten und nennen Sie uns Ihren Vor- und Nachnamen sowie Ihre Anschrift.

Datenschutzhinweise: <https://www.vhs-hannover-land.de/informationspflicht-gewinnspiel>



GESUNDHEIT

In diesem Semester gibt es wieder ein spannendes Gesundheitsprogramm. Wir setzen vermehrt auf Workshops und Schnupperstunden, um Ihnen Einblicke in neue Themen zu gewähren. Dadurch besteht die Möglichkeit, einfach mal neue Dinge auszuprobieren. Wenn das Interesse groß ist, haben wir bei fast allen Themen die Möglichkeit, die Formate auszuweiten und in klassische Kurse zu überschreiben. Zudem gibt es im nächsten Jahr wieder mehr Bildungsurlaube. Haben Sie schon mal einen Bildungsurlaub wahrgenommen? Wir freuen uns über Ihre Anmeldungen.

KURSE HIGHLIGHTS » S. 24

KURSE ÜBERSICHT » S. 25



Unser Jahresthema heißt „Perspektive Europa: Miteinander voneinander lernen“.

Ich finde, das ist ein wunderbares Thema, denn Europa heißt auch Vielfalt und die gibt es bei uns in der VHS allemal.

In Bezug auf das Thema Gesundheit bemerke ich immer wieder das hohe Interesse an italienischer, spanischer oder französischer Küche. Auch im Bereich Bewegung, Tanz oder Entspannung und Yoga fließen viele Einflüsse anderer – sogar außereuropäischer – Kulturen ein.

BIRGIT SCHULZE
Leiterin des Fachbereichs
Gesundheit

FÜR FRAGEN & ANREGUNGEN:
schulze@vhs-hannover-land.de

Eine gesunde Mischung – unsere Highlights!

Effektiv:

Realistische Selbstverteidigung – Krav Maga



Neustadt ab MI 31.01.2024 18:00 – 18:45 Uhr | 7 Termine | Dennis Schulz » 241GF0003 | 42,00 €

Traditionell:

Shiatsu Bodyflow Wandlungsphase Holz



Burgwedel FR 08.03.2024 18:00 – 20:00 Uhr
SA 09.03.2024 11:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine
Marion Miensopust » 241GE0011 | 56,00 €

N

Tut gut:

Tief durchatmen: Der Kurs für mehr Wohlbefinden



Wunstorf ab MI 27.03.2024 09:00 – 10:30 Uhr
7 Termine | Pascal Porcher » 241GE0825 | 74,00 €

N

Selfcare:

Zeit für mich – Wege aus dem Hamsterrad



Burgwedel ab DI 02.04.2024 18:00 – 19:30 Uhr
7 Termine | Viola Wahner » 241GE0031 | 79,00 €

N



JETZT ANMELDEN!



Katarzyna Duda
Per Mail: duda@vhs-hannover-land.de
Am Telefon: 05032 90144-51



Alle aktuellen Kurse und zusätzliche Infos finden Sie auf www.vhs-hannover-land.de

Gesundheit

Kurse 1/2024

Start verpasst? Kein Problem!

Sie können auch in laufende Kurse einsteigen – natürlich nur, wenn sie nicht ausgebucht sind.

Mehr Gesundheits-Bildungsurlaube online!

Wir konzipieren weiter für 2024.
Aktuelle Infos: www.vhs-hannover-land.de

N Feldenkrais-Online-Kurs: Bewusstheit Durch Bewegung ANTONIA KAPS »241GE0000 54,00 €	Online über Zoom ab 15.01.2024 17:30 – 18:30 Uhr 6 Termine (immer Mo.)
K Gymnastik für Senioren SIEGLINDE SUFFRIAN »241GF0222 99,00 €	Garbsen ab 16.01.2024 17:00 – 18:00 Uhr 16 Termine (immer Di.)
N Yoga für absolute Yogaanfänger*innen STEFANIE UNGER »241GY0004 60,00 €	Wedemark ab 22.01.2024 19:00 – 20:00 Uhr 8 Termine (immer Mo.)
N Yin und Yang Yoga STEFANIE UNGER »241GY0394 60,00 €	Wedemark ab 24.01.2024 19:00 – 20:00 Uhr 8 Termine (immer Mi.)
Yoga GERDA-SUSANNE NIEBUHR »241GY0522 50,00 €	Garbsen ab 25.01.2024 18:15 – 19:15 Uhr 7 Termine (immer Do.)
K Yoga für die Kondition und einen gesunden Körper GERDA-SUSANNE NIEBUHR »241GY0572 50,00 €	Garbsen ab 25.01.2024 19:30 – 20:30 Uhr 7 Termine (immer Do.)
K Präventives Rückentraining und Nackenschule SILVIA FREY »241GR0072 52,00 €	Garbsen ab 26.01.2024 09:00 – 10:00 Uhr 7 Termine (immer Fr.)
N Zeit für mich - Wege aus dem Hamsterrad VIOLA WAHNER »241GE0003 20,00 €	Neustadt 26.01.2024 18:00 – 20:30 Uhr 1 Termin (Fr.)
N Sanftes Yoga am Samstag GERDA-SUSANNE NIEBUHR »241GY0822 85,00 €	Garbsen ab 27.01.2024 11:00 – 12:30 Uhr 8 Termine (immer Sa.)
Yoga am Morgen CARINA KOSTRZEWA »241GY0933 52,00 €	Neustadt ab 29.01.2024 09:00 – 10:00 Uhr 7 Termine (immer Mo.)
Yoga am Morgen CARINA KOSTRZEWA »241GY0983 52,00 €	Neustadt ab 29.01.2024 10:15 – 11:15 Uhr 7 Termine (immer Mo.)
K Yin Yoga CARINA KOSTRZEWA »241GY1013 65,00 €	Neustadt ab 29.01.2024 17:30 – 18:45 Uhr 7 Termine (immer Mo.)

K Klassiker **N** Neu **J** Junge vhs **B** Bildungsurlaub

Yoga für Anfänger/innen und Wiedereinsteiger/innen GERDA-SUSANNE NIEBUHR »241GY0772 75,00 €	Garbsen ab 29.01.2024 18:00 – 19:30 Uhr 7 Termine (immer Mo.)
Power-Pilates STEFFI FRITZE »241GP0234 72,00 €	Wedemark ab 29.01.2024 18:00 – 19:30 Uhr 7 Termine (immer Mo.)
Bodystyling STEFFI FRITZE »241GF0634 72,00 €	Wedemark ab 29.01.2024 19:40 – 21:10 Uhr 7 Termine (immer Mo.)
Pilates MELANIE RIEBARTSCH »241GP0033 52,00 €	Neustadt ab 30.01.2024 08:30 – 09:30 Uhr 7 Termine (immer Di.)
Pilates MELANIE RIEBARTSCH »241GP0003 52,00 €	Neustadt ab 30.01.2024 17:00 – 18:00 Uhr 7 Termine (immer Di.)
K Yoga am Abend GERDA-SUSANNE NIEBUHR »241GY1912 75,00 €	Garbsen ab 30.01.2024 19:00 – 20:30 Uhr 7 Termine (immer Di.)
Funktionsgymnastik 50+ MELANIE BÖRKE »241GF0522 50,00 €	Garbsen ab 31.01.2024 17:00 – 18:00 Uhr 7 Termine (immer Mi.)
Funktionsgymnastik für alle MELANIE BÖRKE »241GF0472 50,00 €	Garbsen ab 31.01.2024 18:00 – 19:00 Uhr 7 Termine (immer Mi.)
Fitnessstraining für Männer MELANIE BÖRKE »241GF0422 50,00 €	Garbsen ab 31.01.2024 19:00 – 20:00 Uhr 7 Termine (immer Mi.)
Bodyweight Training TAHAR BAUCHE »241GF0735 52,00 €	Wunstorf ab 31.01.2024 19:00 – 20:00 Uhr 7 Termine (immer Mi.)
Realistische Selbstverteidigung - Krav Maga DENNIS SCHULZ »241GF0003 42,00 €	Neustadt ab 31.01.2024 18:00 – 18:45 Uhr 7 Termine (immer Mi.)
Wirbelsäulengymnastik CORA LAMMERS »241GR0224 50,00 €	Wedemark ab 01.02.2024 12:30 – 13:30 Uhr 7 Termine (immer Do.)
Präventive Rückenfitness CORA LAMMERS »241GF0674 50,00 €	Wedemark ab 01.02.2024 18:00 – 19:00 Uhr 7 Termine (immer Do.)
Kraft- und Ausdauertraining TAHAR BAUCHE »241GF0755 59,00 €	Wunstorf ab 05.02.2024 19:00 – 20:00 Uhr 8 Termine (immer Mo.)
Präventive Fitnessgymnastik für Frauen ELFI KORALL »241GF0282 40,00 €	Garbsen ab 05.02.2024 17:00 – 18:00 Uhr 6 Termine (immer Mo.)
Yoga ELKE FRÖHLICH »241GY1305 65,00 €	Wunstorf ab 05.02.2024 17:45 – 18:45 Uhr 9 Termine (immer Mo.)

Präventive Fitnessgymnastik für Frauen ELFI KORALL »241GF0332 40,00 €	Garbsen ab 05.02.2024 18:10 – 19:10 Uhr 6 Termine (immer Mo.)
K Präventives Rückentraining und Nackenschule SILVIA FREY »241GR0172 45,00 €	Garbsen ab 06.02.2024 09:00 – 10:00 Uhr 6 Termine (immer Di.)
Yoga für den Rücken NICOLETT SCHMITZ-ABSTOSS »241GY1674 88,00 €	Wedemark ab 06.02.2024 09:00 – 10:30 Uhr 7 Termine (immer Di.)
Yoga für den Rücken NICOLETT SCHMITZ-ABSTOSS »241GY1124 88,00 €	Wedemark ab 06.02.2024 10:45 – 12:15 Uhr 7 Termine (immer Di.)
Yoga ELKE FRÖHLICH »241GY1555 65,00 €	Wunstorf ab 06.02.2024 17:30 – 18:30 Uhr 9 Termine (immer Di.)
Tanzen mit lateinamerikanischen Rhythmen KATIA VERONICA GOLTERMANN »241GF0814 45,00 €	Wedemark ab 06.02.2024 18:00 – 19:00 Uhr 6 Termine (immer Di.)
Yoga ELKE FRÖHLICH »241GY1355 65,00 €	Wunstorf ab 06.02.2024 18:45 – 19:45 Uhr 9 Termine (immer Di.)
K Hatha- Yoga AILEEN UNKRODT »241GY2003 96,00 €	Neustadt ab 07.02.2024 09:45 – 11:15 Uhr 8 Termine (immer Mi.)
Hatha Yoga mit Pilateselementen SYLVIA STOEPPER »241GY0322 44,00 €	Garbsen ab 07.02.2024 16:30 – 17:30 Uhr 6 Termine (immer Mi.)
N Yin Yoga SYLVIA STOEPPER »241GY0372 44,00 €	Garbsen ab 07.02.2024 17:45 – 18:45 Uhr 6 Termine (immer Mi.)
N Yoga für den Rücken SYLVIA STOEPPER »241GY0342 44,00 €	Garbsen ab 07.02.2024 19:00 – 20:00 Uhr 6 Termine (immer Mi.)
Yoga ELKE FRÖHLICH »241GY1405 65,00 €	Wunstorf ab 08.02.2024 18:00 – 19:00 Uhr 9 Termine (immer Do.)
Yoga ELKE FRÖHLICH »241GY1455 65,00 €	Wunstorf ab 08.02.2024 19:15 – 20:15 Uhr 9 Termine (immer Do.)
N Zeit für mich – Wege aus dem Hamsterrad VIOLA WAHNER »241GE0004 20,00 €	Wedemark 09.02.2024 18:00 – 20:30 Uhr 1 Termin (Fr.)
B Gesünder durch vitalstoffreiche Ernährung und aktive Stressbewältigung! KIRSTEN MÜLLER »241GEB012 390,00 €	Wunstorf Mo. 12.02 – Fr. 16.02.2024 09:00 – 17:00 Uhr 5 Termine
N Stresslösung durch Atmen und Lachen SILKE JANSKY »241GY0063 19,00 €	Neustadt 15.02.2024 16:00 – 18:15 Uhr 1 Termin (Do.)

K Klassiker **N** Neu **J** Junge vhs **B** Bildungsurlaub

K **Yoga mit Tönen und Chanten** Garbsen
INGRID MÖLLER »241GY0452 | 42,00 € ab 16.02.2024 15:00 – 16:30 Uhr | 4 Termine (immer Fr.)

N **Workshop: Rund um den Beckenboden** Burgwedel
JANINE MARX »241GF1101 | 23,00 € 17.02.2024 14:00 – 17:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

N **Stresslösung durch Atmen und Lachen** Wunstorf
SILKE JANSKY »241GY0015 | 19,00 € 17.02.2024 11:00 – 13:15 Uhr | 1 Termin (Sa.)

N **Resilienz Workshop** Burgwedel
ANIKA SCHLÜTER »241GE1161 | 35,00 € 23.02. 18:00 – 20:15 Uhr | 24.02.2024 10:00 – 12:15 Uhr | 2 Termine (Fr. + Sa.)

N **Zeit für mich - Wege aus dem Hamsterrad** Wunstorf
VIOLA WAHNER »241GE0005 | 20,00 € 23.02.2024 18:00 – 20:30 Uhr | 1 Termin (Fr.)

Fitness und Bodyshape Garbsen
HEIKE DÖBBECKE »241GF0102 | 85,00 € ab 27.02.2024 18:10 – 19:10 Uhr | 12 Termine (immer Di.)

Fitness und Bodyshape Garbsen
HEIKE DÖBBECKE »241GF0162 | 85,00 € ab 29.02.2024 18:20 – 19:20 Uhr | 12 Termine (immer Do.)

N **Zeit für mich – Wege aus dem Hamsterrad** Burgwedel
VIOLA WAHNER »241GE0041 | 20,00 € 01.03.2024 18:00 – 20:30 Uhr | 1 Termin (Fr.)

Feldenkrais-Online-Kurs: Bewusstheit Durch Bewegung Online über Zoom
ANTONIA KAPS »241GE0010 | 54,00 € ab 04.03.2024 17:30 – 18:30 Uhr | 6 Termine (immer Mo.)

N **Shiatsu Bodyflow Wandlungsphase Holz** Burgwedel
MARION MIENSOPUST »241GE0011 | 56,00 € 08.03. Fr. 18:00 – 20:00 Uhr | 09.03.2024 Sa. 11:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine

N **Zeit für mich – Wege aus dem Hamsterrad** Garbsen
VIOLA WAHNER »241GE0002 | 20,00 € 15.03.2024 18:00 – 20:30 Uhr | 1 Termin (Fr.)

Innere Ruhe finden – Stressmanagement Garbsen
ANDREA HUFENREUTER »241GE1002 | 25,00 € 16.03.2024 09:30 – 12:30 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Workshop: Rund um den Beckenboden Wedemark
JANINE MARX »241GF1114 | 23,00 € 16.03.2024 14:00 – 17:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

N **Tief durchatmen: Der Kurs für mehr Wohlbefinden** Wunstorf
PASCAL PORCHER »241GE0825 | 74,00 € ab 27.03.2024 09:00 – 10:30 Uhr | 7 Termine (immer Mi.)

N **Zeit für mich – Wege aus dem Hamsterrad** Burgwedel
VIOLA WAHNER »241GE0031 | 79,00 € ab 02.04.2024 18:00 – 19:30 Uhr | 7 Termine (immer Di.)

Präventives Rückentraining und Nackenschule Garbsen
SILVIA FREY »241GR0182 | 74,00 € ab 02.04.2024 09:00 – 10:00 Uhr | 10 Termine (immer Di.)

Yoga am Abend Garbsen
GERDA-SUSANNE NIEBUHR »241GY1922 | 116,00 € ab 02.04.2024 19:00 – 20:30 Uhr | 11 Termine (immer Di.)

Pilates Neustadt
MELANIE RIEBARTSCH »241GP0023 | 52,00 € ab 02.04.2024 08:30 – 09:30 Uhr | 7 Termine (immer Di.)

Pilates Neustadt
MELANIE RIEBARTSCH »241GP0013 | 52,00 € ab 02.04.2024 17:00 – 18:00 Uhr | 7 Termine (immer Di.)

Yin und Yang Yoga Wedemark
STEFANIE UNGER »241GY0384 | 80,00 € ab 03.04.2024 19:00 – 20:00 Uhr | 11 Termine (immer Mi.)

Wirbelsäulengymnastik Wedemark
CORA LAMMERS »241GR0234 | 72,00 € ab 04.04.2024 12:30 – 13:30 Uhr | 10 Termine (immer Do.)

Präventive Rückenfitness Wedemark
CORA LAMMERS »241GF0684 | 72,00 € ab 04.04.2024 18:00 – 19:00 Uhr | 10 Termine (immer Do.)

Yoga Garbsen
GERDA-SUSANNE NIEBUHR »241GY0532 | 78,00 € ab 04.04.2024 18:15 – 19:15 Uhr | 11 Termine (immer Do.)

Yoga für die Kondition und einen gesunden Körper Garbsen
GERDA-SUSANNE NIEBUHR »241GY0582 | 78,00 € ab 04.04.2024 19:30 – 20:30 Uhr | 11 Termine (immer Do.)

Präventives Rückentraining und Nackenschule Garbsen
SILVIA FREY »241GR0082 | 74,00 € ab 05.04.2024 09:00 – 10:00 Uhr | 10 Termine (immer Fr.)

Stressmanagement - Innere Ruhe finden Burgwedel
ANDREA HUFENREUTER »241GE1051 | 25,00 € 05.04.2024 16:00 – 19:00 Uhr | 1 Termin (Fr.)

Sanftes Yoga am Samstag Garbsen
GERDA-SUSANNE NIEBUHR »241GY0832 | 106,00 € ab 06.04.2024 11:00 – 12:30 Uhr | 10 Termine (immer Sa.)

Yoga am Morgen Neustadt
CARINA KOSTRZEWA »241GY0943 | 74,00 € ab 08.04.2024 09:00 – 10:30 Uhr | 10 Termine (immer Mo.)

Yoga am Morgen Neustadt
CARINA KOSTRZEWA »241GY0993 | 74,00 € ab 08.04.2024 10:15 – 11:15 Uhr | 10 Termine (immer Mo.)

Präventive Fitnessgymnastik für Frauen Garbsen
ELFI KORALL »241GF0292 | 70,00 € ab 08.04.2024 17:00 – 18:00 Uhr | 10 Termine (immer Mo.)

Yin Yoga Neustadt
CARINA KOSTRZEWA »241GY1023 | 90,00 € ab 08.04.2024 17:30 – 18:45 Uhr | 10 Termine (immer Mo.)

Yoga für Anfänger/innen und Wiedereinsteiger/innen Garbsen
GERDA-SUSANNE NIEBUHR »241GY0782 | 106,00 € ab 08.04.2024 18:00 – 19:30 Uhr | 10 Termine (immer Mo.)

K Klassiker **N** Neu **J** Junge vhs **B** Bildungsurlaub

Power-Pilates STEFFI FRITZE »241GP0244 103,00 €	Wedemark ab 08.04.2024 18:00 – 19:30 Uhr 10 Termine (immer Mo.)
Präventive Fitnessgymnastik für Frauen ELFI KORALL »241GF0342 70,00 €	Garbsen ab 08.04.2024 18:10 – 19:10 Uhr 10 Termine (immer Mo.)
Yoga für absolute Yogaanfänger*innen STEFANIE UNGER »241GY0014 73,00 €	Wedemark ab 08.04.2024 19:00 – 20:00 Uhr 10 Termine (immer Mo.)
Kraft- und Ausdauertraining TAHAR BAUCHE »241GF0765 65,00 €	Wunstorf ab 08.04.2024 19:00 – 20:00 Uhr 9 Termine (immer Mo.)
Bodystyling STEFFI FRITZE »241GF0644 103,00 €	Wedemark ab 08.04.2024 19:40 – 21:10 Uhr 10 Termine (immer Mo.)
Yoga für den Rücken NICOLETT SCHMITZ-ABSTOSS »241GY1684 126,00 €	Wedemark ab 09.04.2024 09:00 – 10:30 Uhr 10 Termine (immer Di.)
Yoga für den Rücken NICOLETT SCHMITZ-ABSTOSS »241GY1134 126,00 €	Wedemark ab 09.04.2024 10:45 – 12:15 Uhr 10 Termine (immer Di.)
Tanzen mit lateinamerikanischen Rhythmen KATIA VERONICA GOLTERMANN »241GF0824 65,00 €	Wedemark ab 09.04.2024 18:00 – 19:00 Uhr 9 Termine (immer Di.)
Hatha Yoga mit Pilateselementen SYLVIA STOEPER »241GY0332 65,00 €	Garbsen ab 10.04.2024 16:30 – 17:30 Uhr 9 Termine (immer Mi.)
Funktionsgymnastik 50+ MELANIE BÖRKE »241GF0532 64,00 €	Garbsen ab 10.04.2024 17:00 – 18:00 Uhr 9 Termine (immer Mi.)
Yin Yoga SYLVIA STOEPER »241GY0382 65,00 €	Garbsen ab 10.04.2024 17:45 – 18:45 Uhr 9 Termine (immer Mi.)
Funktionsgymnastik für alle MELANIE BÖRKE »241GF0482 64,00 €	Garbsen ab 10.04.2024 18:00 – 19:00 Uhr 9 Termine (immer Mi.)
Fitnessstraining für Männer MELANIE BÖRKE »241GF0432 64,00 €	Garbsen ab 10.04.2024 19:00 – 20:00 Uhr 9 Termine (immer Mi.)
Yoga für den Rücken SYLVIA STOEPER »241GY0352 65,00 €	Garbsen ab 10.04.2024 19:00 – 20:00 Uhr 9 Termine (immer Mi.)
Bodyweight Training TAHAR BAUCHE »241GF0745 65,00 €	Wunstorf ab 10.04.2024 19:00 – 20:00 Uhr 9 Termine (immer Mi.)
N Stresslösung durch Atmen und Lachen SILKE JANSKY »241GY0025 19,00 €	Wunstorf 12.04.2024 18:00 – 20:15 Uhr 1 Termin (Fr.)
N Ängste, Phobien, Panikattacken – Impulsvortrag MAGDALENA VON HAGENBURG »241GM0005 12,00 €	Wunstorf 16.04.2024 18:30 – 20:00 Uhr 1 Termin (Di.)

K Hatha-Yoga AILEEN UNKRODT »241GY2013 96,00 €	Neustadt ab 17.04.2024 09:45 – 11:15 Uhr 8 Termine (immer Mi.)
Realistische Selbstverteidigung – Krav Maga DENNIS SCHULZ »241GF0013 42,00 €	Neustadt 17.04.2024 18:00 – 18:45 Uhr 7 Termine (immer Mi.)
N Achtsamkeit und Meditation zur Entspannung ANIKA SCHLÜTER »241GE1151 35,00 €	Burgwedel 19.04. Fr. 8:00 – 20:15 Uhr 20.04.2024 Fr. 10:00 – 12:15 Uhr 2 Termine
Feldenkrais-Online-Kurs: Bewusstheit Durch Bewegung ANTONIA KAPS »241GE0020 54,00 €	Online über Zoom ab 22.04.2024 17:30 – 18:30 Uhr 6 Termine (immer Mo.)
Das eigene Selbstbewusstsein steigern ANDREA HUFENREUTER »241GE1005 25,00 €	Wunstorf 27.04.2024 09:30 – 12:30 Uhr 1 Termin (Sa.)
N Stresslösung durch Atmen und Lachen SILKE JANSKY »241GY0035 19,00 €	Wunstorf 23.05.2024 16:00 – 18:15 Uhr 1 Termin (Do.)
Motivation und Zielerreichung ANDREA HUFENREUTER »241GE1003 25,00 €	Neustadt 24.05.2024 16:00 – 19:00 Uhr 1 Termin (Fr.)
Workshop zum Glück ANIKA SCHLÜTER »241GE1401 27,00 €	Burgwedel 01.06.2024 09:30 – 13:45 Uhr 1 Termin (Sa.)
Das eigene Selbstbewusstsein steigern ANDREA HUFENREUTER »241GE1012 25,00 €	Garbsen 01.06.2024 09:30 – 12:30 Uhr 1 Termin (Sa.)
Resilienz Workshop ANIKA SCHLÜTER »241GE1171 35,00 €	Burgwedel 07.06. Fr. 18:00 – 20:15 Uhr 08.06.2024 Sa. 10:00 – 12:15 Uhr 2 Termine
Feldenkrais-Online-Kurs: Bewusstheit Durch Bewegung ANTONIA KAPS »241GE0030 45,00 €	Online über Zoom ab 10.06.2024 17:30 – 18:30 Uhr 5 Termine (immer Mo.)
N Shiatsu Bodyflow Wandlungsphase Feuer MARION MIENSOPUST »241GE0021 56,00 €	Burgwedel 21.06. Fr. 18:00 – 20:00 Uhr 22.06.2024 Sa. 11:00 – 15:00 Uhr 2 Termine
B Bildungsurlaub: Resilienz ASTRID LE LOUP »242GEB011 410,00 €	Burgwedel 24. – 28.06.2024 09:00 – 17:00 Uhr 5 Termine (Mo. – Fr.)
N Glaubenssätze ANDREA HUFENREUTER »241GE1061 25,00 €	Burgwedel 05.07.2024 16:00 – 19:00 Uhr 1 Termin (Fr.)

K Klassiker **N** Neu **J** Junge vhs **B** Bildungsurlaub

B **Bildungsurlaub: Stressprävention im (beruflichen) Alltag** Wunstorf
KIRSTEN MÜLLER »242GEB005 | 410,00 € 26.08 – 30.08.2024 Mo. – Fr. 09:00 – 17:00 Uhr | 5 Termine

Shiatsu Bodyflow Wandlungsphase Metall Burgwedel
MARION MIENSOPUST »242GE0031 | 56,00 € 20.09 Fr. 08:00 – 20:00 Uhr | 21.09.2024 Sa. 11:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine

Beckenbodentraining Wedemark
JANINE MARX »242GF1054 | 56,00 € ab 24.10.2024 19:00 – 20:00 Uhr | 8 Termine (immer Do.)

Shiatsu Bodyflow Wandlungsphase Erde Burgwedel
MARION MIENSOPUST »242GE0041 | 56,00 € 08.11 Fr. 18:00 – 20:00 Uhr | 09.11.2024 Sa. 11:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine

B **Wie bin ich durch die Corona-Krise gekommen?** Wunstorf
KIRSTEN MÜLLER »242GEB015 | 250,00 € 18. – 20.11.2024 09:00 – 17:00 Uhr | 3 Termine (Mo. – Mi.)

Kochen

Afghanischer Kochabend & interkultureller Austausch Wedemark
LISA HARTMANN »241GK0624 | 36,00 € 23.02.2024 18:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Mi.)

K **Vegetarische Küche** Neustadt
GUDRUN HOLZ »241GK0233 | 30,00 € 28.02.2024 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mi.)

Fingerfood für Partys Neustadt
GUDRUN HOLZ »241GK0153 | 30,00 € 05.03.2024 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Di.)

Italienische Küche Neustadt
GUDRUN HOLZ »241GK0323 | 30,00 € 11.03.2024 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mo.)

Low Carb Neustadt
GUDRUN HOLZ »241GK0773 | 30,00 € 13.03.2024 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Di.)

Spanische Küche Neustadt
GUDRUN HOLZ »241GK0353 | 30,00 € 09.04.2024 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Di.)

Desserts Neustadt
GUDRUN HOLZ »241GK0343 | 30,00 € 10.04.2024 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mi.)

K **Spargelmenü** Neustadt
GUDRUN HOLZ »241GK0253 | 29,00 € 23.04.2024 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Di.)

Afghanischer Kochabend & interkultureller Austausch Wedemark
LISA HARTMANN »241GK0634 | 36,00 € 26.04.2024 18:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Mi.)

Asiatische Küche Neustadt
GUDRUN HOLZ »241GK0333 | 30,00 € 07.05.2024 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Di.)

Italienische Küche Neustadt
GUDRUN HOLZ »241GK0313 | 30,00 € 06.08.2024 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Di.)

Vielfältige Kartoffelgerichte Neustadt
GUDRUN HOLZ »241GK0373 | 30,00 € 12.08.2024 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mo.)

Fingerfood für Partys Neustadt
GUDRUN HOLZ »241GK0143 | 30,00 € 20.08.2024 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Di.)

Pilz-Rezepte & Ideen Neustadt
GUDRUN HOLZ »241GK0383 | 30,00 € 02.09.2024 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mo.)

N **Rote Beete Rezepte & Ideen** Neustadt
GUDRUN HOLZ »241GK0393 | 30,00 € 09.09.2024 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mo.)

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen in Beruf und Privatleben erfolgreich zu bewältigen. Gesundheitskompetenz ist unerlässlich für die eigenverantwortliche Stärkung der Gesundheit. Unser Bildungsangebot vermittelt Wissen über gesunde Lebensstile, Stressabbau, positive Körperwahrnehmung, ausgewogene Ernährung, Krisenbewältigung. Ziel ist die nachhaltige Stärkung der psychischen und physischen Ressourcen für Alltag und Beruf und als Voraussetzung für das Gelingen von Lernprozessen. Die Sachinformationen werden dabei handlungsorientiert und gruppenspezifisch vermittelt.



Erste-Hilfe & Kindernotfallkurse

Erste-Hilfe-Kurs (allg. und für den Führerschein) Burgwedel, Garbsen, Neustadt
Zahlreiche Termine und weitere Infos: www.vhs-hannover-land.de
MAURICE DÖRING

Kindernotfallkurs Burgwedel, Garbsen, Neustadt
Alle Termine und weitere Infos: www.vhs-hannover-land.de
MAURICE DÖRING



Bildungsurlaubs-Checkliste

- ✓ Sechs Monate oder länger beim Arbeitgeber beschäftigt
- ✓ Arbeitsplatz in Niedersachsen
- ✓ mind. 6 Wochen vorher: Anmelden
- ✓ mind. 4 Wochen vorher: Antrag auf Freistellung + Anmeldebestätigung beim Arbeitgeber einreichen
- ✓ Nach dem Bildungsurlaub: Teilnahmebestätigung beim Arbeitgeber einreichen (Grundlage für Lohnfortzahlung)

Übrigens: Sie können Bildungsurlaube auch buchen, wenn Sie kein Arbeitnehmer in Niedersachsen sind. Egal, ob Student*in, Rentner*in oder Selbstständig: Nutzen Sie die Kurse einfach für Ihre persönliche Fortbildung.



Bildungsurlaub – Ihr gutes Recht!

Arbeitnehmer*innen und Auszubildende haben in Niedersachsen grundsätzlich jedes Jahr Anspruch auf fünf bezahlte Arbeitstage zur Teilnahme an Bildungsurlauben. Haben Sie Ihren Bildungsurlaub schon gebucht?



Bildungsurlaub

Eine Übersicht unserer anerkannten Bildungsurlaube finden Sie hier:

www.vhs-hannover-land.de/bildungsurlaube

Stressreduktion – gelassen und gesund bleiben

Dieser Kurs beschäftigt sich damit, chronischen Stress abzubauen und ihm zukünftig vorzubeugen.

ASTRID LE LOUP »241GEB001 | 410,00 €

Burgwedel

29.01. – 02.02.2024

Mo. – Fr. 09:00 – 17:00 Uhr | 5 Termine

Gesünder durch vitalstoffreiche Ernährung und aktive Stressbewältigung!

Der Kurs setzt an, wo jede*r den größten Einfluss hat, gesünder zu werden und zu bleiben.

KIRSTEN MÜLLER »241GEB012 | 390,00 €

Wunstorf

12.02. – 16.02.2024

Mo. – Fr. 09:00 – 17:00 Uhr | 5 Termine

Neue Kraft und Resilienz durch Atmung, Körper(sprache) und Stimme

Aktuelle Infos: www.vhs-hannover-land.de

ALEXANDRA STEINMEIER »241LWB020 | ab 806,00 €

Sylt, Akademie am Meer

25.03. – 29.03.2024

Mo. 15:00 Uhr – Fr. 12:00 Uhr | 5 Termine

Plattdüütsch up Sylt

Sie werden die plattdeutsche Sprache für Alltagssituationen auf unterhaltsame Weise erlernen.
HARTMUT ARBATZAT »241SD5020 | DZ 683,00 € / EZ 783,00 €

Sylt, Akademie am Meer

08.04. – 12.04.2024

Mo. 15:00 – Fr. 10:00 Uhr | 5 Termine

Spanisch A2 intensiv

Auch als Intensivwoche geeignet (ohne Bildungsurlaub)
PATRICIA SIEGEL »241SP2023 | 238,00 €

Neustadt

15.04. – 19.04.2024

Mo. – Fr. 08:30 – 15:30 Uhr | 5 Termine

Selbstfürsorge für päd. Fachkräfte: Mehr innere Stärke für Beruf und Privatleben

Der pädagogische Alltag in Schule, Kita und Kindertagespflege fordert immer mehr Resilienz.
SUSANNE HEIMES »241PKL803 | 333,00 €

Neustadt

16.04. – 18.04.2024

Di. – Do. 09:00 – 16:00 Uhr | 3 Termine

Teilzeit-Bildungsurlaub Spanisch A1 – Teil 1

Auch als Intensivwoche geeignet (ohne Bildungsurlaub)
ELSA CUEVAS DE SCHANKLIES »241SP1012 | 132,00 €

Garbsen

22.04. – 26.04.2024

Mo. – Fr. 08:45 – 12:30 Uhr | 5 Termine

Spanisch A1

Basiswissen und Grundkenntnisse erlernen
PATRICIA SIEGEL »241SP1023 | 238,00 €

Neustadt

10.06. – 14.06.2024

Mo. – Fr. 08:30 – 15:30 Uhr | 5 Termine

Grundlagen der Rhetorik – Selbstpräsentation und freies Sprechen

Aktuelle Infos: www.vhs-hannover-land.de
GABRIELE-REGINA THOMAS »241LTB033 | 379,00 €

Neustadt

17.06. – 21.06.2024

Mo. – Fr. 09:00 – 16:30 Uhr | 5 Termine

Resilienz – gestärkt durchs Leben gehen

ASTRID LE LOUP »242GEB011 | 410,00 €

Burgwedel

24.06. – 28.06.2024

Mo. – Fr. 09:00 – 17:00 Uhr | 5 Termine

Mut zum Ich! Persönlichkeit, Selbstwert & Grenzen – erkennen, benennen, wahren

Aktuelle Infos: www.vhs-hannover-land.de
MAGDALENA VON HAGENBURG »241LWB023 | 360,00 €

Neustadt

24.06. – 28.06.2024

Mo. – Do. 09:00 – 16:30 Uhr | 5 Termine

Teilzeit-Bildungsurlaub Spanisch A1 – Teil 2

Auch als Intensivwoche geeignet (ohne Bildungsurlaub)
ELSA CUEVAS DE SCHANKLIES »241SP1022 | 132,00 €

Garbsen

12.08. – 16.08.2024

Mo. – Fr. 08:45 – 12:00 Uhr | 5 Termine

Shiatsu Bodyflow – Gesundheit & Wohlbefinden fördern mit Meridian-Dehnübungen

MARION MIENSOPUST »242GEB001 | 410,00 €

Burgwedel

12.08. – 16.08.2024

Mo. – Fr. 09:30 – 17:30 Uhr | 5 Termine

Stressprävention im (beruflichen) Alltag

Sie lernen das Stressmanagement kennen und gestalten daraufhin Ihr Leben stressfreier.
KIRSTEN MÜLLER »242GEB005 | 410,00 €

Wunstorf

26.08. – 30.08.2024

Mo. – Fr. 09:00 – 17:00 Uhr | 5 Termine

Plattdüütsch

Sie werden die plattdeutsche Sprache für Alltagssituationen auf unterhaltsame Weise erlernen.
HARTMUT ARBATZAT »242SD5010 | DZ 696,00 € / EZ 716,00 €

Bad Zwischenahn

07.10. – 11.10.2024

Mo. ab 14:00 – Fr. bis 13:00 Uhr | 5 Termine

Wie bin ich durch die Corona-Krise gekommen?

Ein Seminar zur kritischen Selbstreflexion.
KIRSTEN MÜLLER »242GEB015 | 250,00 €

Wunstorf

18.11. – 20.11.2024

Mo. – Mi. 09:00 – 17:00 Uhr | 3 Termine



SPRACHEN

*Haben Sie Lust, sprachlich in neue Gefilde einzutauchen?
Dann wagen Sie einen Blick ins Arabische oder Koreanische.
Wenden Sie bei einem englischen Vortrag oder in einem Kurs
über englische Kurzgeschichten Ihre Sprachkenntnisse an.
Oder Sie nehmen eine Woche Bildungsurlaub und lernen
Spanisch oder Plattdäätsch.*

*In unseren Veranstaltungen lernen Sie neue Kulturen und ihre
Besonderheiten kennen. Sie trainieren Ihre kognitiven Fähigkeiten
und Ihr Gehirn und verbessern Ihre Kommunikation und Ausdrucks-
weise. Außerdem bringt das Sprachenlernen eine Menge Freude
und Abwechslung in den Alltag.*

KURSE HIGHLIGHTS » S. 38
KURSE ÜBERSICHT » S. 39



*Sprachkurse bieten uns die
Möglichkeit, gemeinsam zu
lernen, uns auszutauschen
und zu wachsen.*

*Wir erschließen uns Kulturen
und lernen ihre Einzigartigkeit
kennen. Dabei haben wir die
Möglichkeit, auch Neues über
uns selbst und unsere eigene
Kultur und Sprache zu lernen.*

*Wir können Besonderheiten
entdecken, die wir vorher nicht
wahrgenommen haben. Und
wir können erleben, wie viel
näher wir uns alle sind, als wir
manchmal vermuten – in Ver-
ständigung, Sprache, Kultur
und dem, wie wir lernen.*

JASMIN PASTUSHEK
Leiterin des Fachbereichs Sprachen

FÜR FRAGEN & ANREGUNGEN:
pastushek@vhs-hannover-land.de

Neugierig auf Sprachen? Unsere Highlights!

Sprache trifft Kultur:

Arabisch A1 von Anfang an – Teil 1

Lernen Sie Arabisch von Anfang an und erfahren Sie viel Interessantes über die Kultur.

Garbsen ab **DI 13.02.2024** 18:00 – 19:30 Uhr
5 Termine | Nagy Malek » **241SW7012** | **45,00 €**
Wedemark ab **MO 08.04.2024** 18:00 – 19:30 Uhr
5 Termine | Nagy Malek » **241SW7014** | **45,00 €**

Interesting:

An Evening in Wales – Vortrag auf Englisch

Für alle, die ihr englisches Hörverstehen trainieren und mehr über Wales erfahren möchten.

Neustadt **MO 11.03.2024** 19:00 – 20:30 Uhr
Sarah Curtius » **241SE0023** | **18,00 €**
Garbsen **DI 04.06.2024** 19:00 – 20:30 Uhr
Sarah Curtius » **241SE0022** | **18,00 €**

Wochenendkurs:

Koreanisch A1 von Anfang an – Wochenendkurs – Teil 1

In diesem Kurs tauchen wir in die koreanische Sprache und Kultur ein.

Neustadt **SA 06.04.2024** 10:00 – 13:00 Uhr
SO 07.04.2024 14:00 – 17:00 Uhr | 2 Termine
So Yun Kim » **241SW5113** | **42,00 €**

Inicio Español:

Teilzeit-Bildungsurlaub Spanisch A1 – Teil 1

Auch als Intensivwoche geeignet (ohne Bildungsurlaub)

Garbsen **MO 22.04. – FR 26.04.2024** 08:45 – 12:00 Uhr
5 Termine | Elsa Cuevas de Schanklies
» **241SP1012** | **132,00 €**



JETZT ANMELDEN!



Leyla Korkmaz
Per Mail: korkmaz@vhs-hannover-land.de
Am Telefon: 05032 90144-43



Alle aktuellen Kurse und zusätzliche Infos finden Sie auf www.vhs-hannover-land.de

Sprachen

Kurse 1/2024



Welcher Sprachkurs ist der Richtige?
Machen Sie den Online-Einstufungstest

Spanisch A1 – Fortsetzungskurs Teil 1

KATIA VERONICA GOLTERMANN » **241SP2174** | **81,00 €**

Wedemark
ab **10.01.2024** 18:45 – 20:15 Uhr | 9 Termine (immer Mi.)

N Englisch A2 – Make a fresh start and take it easy

Langsam und entspannt werden wir Englisch-Grundlagen auffrischen und erweitern.

ANKE BEERMANN » **241SE2513** | **108,00 €**

Neustadt
ab **30.01.2024**
11:15 – 12:45 Uhr | 12 Termine (immer Di.)

K English B1 – Go slowly and you win the rallye

Für langsames und entspanntes Lernen: Dieser Kurs ist besonders für Senior*innen geeignet.

ANKE BEERMANN » **241SE4123** | **108,00 €**

Neustadt
ab **30.01.2024**
09:30 – 11:00 Uhr | 12 Termine (immer Di.)

N Englisch A2 – Take it easy and go slowly

Für Senior*innen gedacht, die ihr Englisch stressfrei und mit viel Spaß erweitern möchten.

ANKE BEERMANN » **241SE3133** | **108,00 €**

Neustadt
ab **01.02.2024**
10:45 – 12:15 Uhr | 12 Termine (immer Do.)

K Englisch B1 – Go slowly and you win the rallye

Für langsames und entspanntes Lernen: Dieser Kurs ist besonders für Senior*innen geeignet.

ANKE BEERMANN » **241SE4113** | **108,00 €**

Neustadt
ab **01.02.2024**
09:00 – 10:30 Uhr | 12 Termine (immer Do.)

Italienisch B1 – Kompaktes Lernen – Kurs 3

AGNES PEDRINI » **232SI4505** | **72,00 €**

Wunstorf
03.02.2024 | 09:00 – 16:30 Uhr | 1 Termin (Sa.)

K Englisch A2 – Take it easy and go slowly

Für Senior*innen gedacht, die ihr Englisch stressfrei und mit viel Spaß erweitern möchten.

ANKE BEERMANN » **241SE3143** | **108,00 €**

Neustadt
ab **02.02.2024**
09:00 – 10:30 Uhr | 12 Termine (immer Fr.)

K Englisch A2 – Take it easy and go slowly

Für Senior*innen gedacht, die ihr Englisch stressfrei und mit viel Spaß erweitern möchten.

ANKE BEERMANN » **241SE3243** | **108,00 €**

Neustadt
ab **02.02.2024**
10:45 – 12:15 Uhr | 12 Termine (immer Fr.)

N Englisch B2 – Let's talk about ... – Teil 1

PENELOPE BENDOU MOU » **241SE4152** | **54,00 €**

Garbsen
ab **05.02.2024** 18:45 – 20:15 Uhr | 6 Termine (immer Mo.)

K Klassiker **N** Neu **J** Junge vhs **B** Bildungsurlaub

K Englisch A1 – Entspanntes Lernen in netter Atmosphäre – Teil 1 CHRISTIANE BOSENIUS »241SE4181 54,00 €	Burgwedel ab 05.02.2024 19:00 – 20:30 Uhr 6 Termine (immer Mo.)
K Französisch B1 RONALD KEHRER »241SF3111 108,00 €	Burgwedel ab 05.02.2024 17:45 – 19:15 Uhr 12 Termine (immer Mo.)
K Französisch B1 RONALD KEHRER »241SF3121 108,00 €	Burgwedel ab 05.02.2024 19:15 – 20:45 Uhr 12 Termine (immer Mo.)
K Italienisch B1 GIULIANO PEROTTI »241SI4111 108,00 €	Burgwedel ab 05.02.2024 18:30 – 20:00 Uhr 12 Termine (immer Mo.)
Spanisch A1 für Anfänger*innen mit geringen Vorkenntnissen LETICIA LAMPE »241SP2121 108,00 €	Burgwedel ab 05.02.2024 18:15 – 19:45 Uhr 12 Termine (immer Mo.)
K Spanisch A2 – Intermedio Inferior LETICIA LAMPE »241SP3111 108,00 €	Burgwedel ab 05.02.2024 16:45 – 18:15 Uhr 12 Termine (immer Mo.)
N Englisch A1 – Let's start speaking English! – Teil 1 PENELOPE BENDOUMOU »241SE1612 54,00 €	Garbsen ab 06.02.2024 10:45 – 12:15 Uhr 6 Termine (immer Di.)
Englisch A1.1 – Let's continue to speak English – Teil 1 PENELOPE BENDOUMOU »241SE2142 54,00 €	Garbsen ab 06.02.2024 09:00 – 10:30 Uhr 6 Termine (immer Di.)
Englisch A1.2 – Let's take our time to speak English! – Teil 1 <i>Entspanntes Lernen.</i> PENELOPE BENDOUMOU »241SE2342 54,00 €	Garbsen ab 06.02.2024 17:30 – 19:00 Uhr 6 Termine (immer Di.)
K Englisch B1/B2 – Konversation – Teil 1 SARAH CURTIUS »241SE4715 54,00 €	Wunstorf ab 06.02.2024 11:00 – 12:30 Uhr 6 Termine (immer Di.)
K Englisch B1 – Teil 1 <i>Wir befassen uns vornehmlich mit dem Sprechen der englischen Sprache.</i> SARAH CURTIUS »241SE4735 54,00 €	Wunstorf ab 06.02.2024 09:15 – 10:45 Uhr 6 Termine (immer Di.)
K Englischclub – B2 Konversation »241SE5725 48,00 €	Wunstorf ab 06.02.2024 09:30 – 11:00 Uhr 12 Termine (immer Di.)
K Spanisch B2 – Konversation ERIKA P. DE MÜLLER »241SP5712 108,00 €	Garbsen ab 06.02.2024 17:30 – 19:00 Uhr 12 Termine (immer Di.)
N Englisch A2 – Let's talk more English! – Teil 1 PENELOPE BENDOUMOU »241SE3222 54,00 €	Garbsen ab 07.02.2024 18:00 – 19:30 Uhr 6 Termine (immer Mi.)
K English A2/B1 – Short Stories – Teil 1 <i>Mit Kurzgeschichten Englisch lernen und Kenntnisse erweitern</i> CHRISTIANE BOSENIUS »241SE4131 54,00 €	Burgwedel ab 06.02.2024 17:15 – 18:45 Uhr 6 Termine (immer Mi.)

K English A1 – Entspanntes Lernen in netter Atmosphäre – Teil 1 CHRISTIANE BOSENIUS »241SE4161 54,00 €	Burgwedel ab 07.02.2024 15:30 – 17:00 Uhr 6 Termine (immer Mi.)
K Englisch B1 – Konversation ILSE KOHLRAUSCH »241SE4711 108,00 €	Burgwedel ab 07.02.2024 10:30 – 12:00 Uhr 12 Termine (immer Mi.)
K Englisch B1 SUSANNE MONKA »241SE4713 90,00 €	Neustadt ab 07.02.2024 18:00 – 19:30 Uhr 10 Termine (immer Mi.)
K Englisch B2 – Konversation – Teil 1 SARAH CURTIUS »241SE5713 54,00 €	Neustadt ab 07.02.2024 10:30 – 12:00 Uhr 6 Termine (immer Mi.)
K Englisch A2 – Konversation MICHAEL HOFFMANN »241SE5715 108,00 €	Wunstorf ab 07.02.2024 10:00 – 11:30 Uhr 12 Termine (immer Mi.)
K Englisch B2 – Konversation – Teil 1 SARAH CURTIUS »241SE5722 54,00 €	Garbsen ab 07.02.2024 08:30 – 10:00 Uhr 6 Termine (immer Mi.)
K Französisch B1 – Konversation DAGMAR GERIES »241SF4715 135,00 €	Wunstorf ab 07.02.2024 18:30 – 20:00 Uhr 15 Termine (immer Mi.)
K Spanisch B1 – Nivel intermedio LETICIA LAMPE »241SP1134 108,00 €	Wedemark ab 07.02.2024 18:15 – 19:45 Uhr 12 Termine (immer Mi.)
Spanisch A1 – Basiswissen erlernen LETICIA LAMPE »241SP1144 108,00 €	Wedemark ab 07.02.2024 19:45 – 21:15 Uhr 12 Termine (immer Mi.)
Englisch A1.1 – Let's Continue to talk English! – Teil 1 PENELOPE BENDOUMOU »241SE2542 54,00 €	Garbsen ab 08.02.2024 16:15 – 17:45 Uhr 6 Termine (immer Do.)
Englisch A2.1 – Let's continue to talk more English! – Teil 1 PENELOPE BENDOUMOU »241SE3742 54,00 €	Garbsen ab 08.02.2024 18:00 – 19:30 Uhr 6 Termine (immer Do.)
K Französisch A1 – Von Anfang an! <i>Französisch für Neueinsteiger*innen und Frankreich-Liebhaber. Steigen Sie jetzt in den neuen Kurs ein!</i> RONALD KEHRER »241SF1121 108,00 €	Burgwedel ab 08.02.2024 19:30 – 21:00 Uhr 12 Termine (immer Do.)
K Französisch A2 – Grundkenntnisse erweitern <i>Stärken Sie Ihr Vertrauen in die eigenen Französischkenntnisse.</i> RONALD KEHRER »241SF3131 108,00 €	Burgwedel ab 08.02.2024 18:00 – 19:30 Uhr 12 Termine (immer Do.)
K Französisch C1 – Conversation matinale <i>Stärken Sie Ihr Vertrauen in die eigenen Französischkenntnisse.</i> AGNÈS LE GRAND »241SF6712 135,00 €	Garbsen ab 08.02.2024 09:00 – 10:30 Uhr 15 Termine (immer Do.)

K Klassiker **N** Neu **J** Junge vhs **B** Bildungsurlaub

K Italienisch B1 GIULIANO PEROTTI »241SI4121 108,00 €	Burgwedel ab 08.02.2024 10:45 – 12:15 Uhr 12 Termine (immer Do.)
K Italienisch B2 – Konversation GIULIANO PEROTTI »241SI5711 108,00 €	Burgwedel ab 08.02.2024 09:00 – 10:30 Uhr 12 Termine (immer Do.)
N Spanisch A1 – Anfängerkurs – Teil 1 KATIA VERONICA GOLTERMANN »241SP1184 54,00 €	Wedemark ab 08.02.2024 19:00 – 20:30 Uhr 6 Termine (immer Do.)
K Französisch A1 – Kompakt von Anfang an <i>Schnupperkurs am Wochenende für Neueinsteiger*innen in die französische Sprache.</i> RONALD KEHRER »241SF1111 87,00 €	Burgwedel 09. – 11.02.2024 Fr. 18:00 – 20:15 Uhr Sa. + So. 10:00 – 15:00 Uhr 3 Termine
Spanisch A1 – Fortsetzungskurs LETICIA LAMPE »241SP1221 108,00 €	Burgwedel ab 09.02.2024 10:30 – 12:00 Uhr 12 Termine (immer Fr.)
K Englisch B2 - Book Club: „Jane Eyre“ SARAH CURTIUS »241SE0012 52,00 €	Garbsen ab 13.02.2024 19:00 – 20:30 Uhr 4 Termine (mtl. jeden 2. Di.)
Arabisch A1 von Anfang an – Teil 1 <i>Lernen Sie Arabisch von Anfang an und erfahren Sie viel Interessantes über die Kultur.</i> NAGY MALEK »241SW7012 45,00 €	Garbsen ab 13.02.2024 18:00 – 19:30 Uhr 5 Termine (immer Di.)
Spanisch A1 – Weiterlernen PATRICIA SIEGEL »241SP2113 108,00 €	Neustadt ab 19.02.2024 08:30 – 10:00 Uhr 12 Termine (immer Mo.)
K Spanisch A1 – Grundkenntnisse erweitern PATRICIA SIEGEL »241SP1123 108,00 €	Neustadt ab 20.02.2024 18:00 – 19:30 Uhr 12 Termine (immer Di.)
K Spanisch A2 – Ausbau der Kommunikationsfähigkeiten PATRICIA SIEGEL »241SP3113 108,00 €	Neustadt ab 20.02.2024 19:30 – 21:00 Uhr 12 Termine (immer Di.)
K Französisch A2 – Kompakt und stringent für Wiedereinsteiger*innen <i>Wochenendkurs</i> RONALD KEHRER »241SF3511 87,00 €	Burgwedel 23.02. – 25.02.2024 Fr. 18:00 – 20:15 Uhr Sa. + So. 10:00 – 15:00 Uhr 3 Termine
N Spanisch A1 – Von Anfang an PATRICIA SIEGEL »241SP1113 108,00 €	Neustadt ab 27.02.2024 08:30 – 10:00 Uhr 12 Termine (immer Di.)
K Italienisch A1 – Kompaktes Weiterlernen – Kurs 1 <i>Hier vertiefen und wiederholen wir bereits vorhandene Italienisch-Grundkenntnisse A1.</i> AGNES PEDRINI »241SI2515 72,00 €	Wunstorf 01./02.03.2024 Fr. 17:00 – 20:15 Uhr Sa. 09:00 – 16:00 Uhr 2 Termine
An Evening in Wales – Vortrag auf Englisch <i>Für alle, die ihr englisches Hörverstehen trainieren und mehr über Wales erfahren möchten.</i> SARAH CURTIUS »241SE0023 18,00 €	Neustadt 11.03.2024 19:00 – 20:30 Uhr 1 Termin (Mo.)
K Italienisch B1 – Kompaktes Lernen – Kurs 1 AGNES PEDRINI »241SI4515 72,00 €	Wunstorf 16.03.2024 09:00 – 16:30 Uhr 1 Termin (Sa.)

K Spanisch A1 – Fit für den Urlaub – Wochenendkurs Teil 1 <i>An diesem Wochenende bekommen Sie einen Einblick und lernen die wichtigsten Grundlagen.</i> PATRICIA SIEGEL »241SP1313 58,00 €	Neustadt 15./16.03.2024 Fr. 17:00 – 20:00 Uhr Sa. 10:00 – 15:00 Uhr 2 Termine
Englisch A1 – Let's start speaking English! – Teil 2 PENELOPE BENDOUMOU »241SE1622 99,00 €	Garbsen ab 02.04.2024 10:45 – 12:15 Uhr 11 Termine (immer Di.)
Englisch A1.1 – Let's continue to speak English – Teil 2 PENELOPE BENDOUMOU »241SE2162 90,00 €	Garbsen ab 02.04.2024 09:00 – 10:30 Uhr 10 Termine (immer Di.)
Englisch A1.2 – Let's take our time to speak English! – Teil 2 <i>Entspanntes Lernen</i> PENELOPE BENDOUMOU »241SE2352 90,00 €	Garbsen ab 02.04.2024 17:30 – 19:00 Uhr 10 Termine (immer Di.)
K Englisch B1/B2 – Konversation – Teil 2 SARAH CURTIUS »241SE4725 54,00 €	Wunstorf ab 02.04.2024 11:00 – 12:30 Uhr 6 Termine (immer Di.)
K Englisch B1 – Teil 2 <i>Wir befassen uns vornehmlich mit dem Sprechen der englischen Sprache.</i> SARAH CURTIUS »241SE4745 54,00 €	Wunstorf ab 02.04.2024 09:15 – 10:45 Uhr 6 Termine
N Arabisch A1 von Anfang an – Teil 2 <i>Lernen Sie Arabisch von Anfang an und erfahren Sie viel Interessantes über die Kultur.</i> NAGY MALEK »241SW7022 45,00 €	Garbsen ab 02.04.2024 18:00 – 19:30 Uhr 5 Termine (immer Di.)
N Englisch A2 – Let's talk more English! – Teil 2 PENELOPE BENDOUMOU »241SE3232 99,00 €	Garbsen ab 03.04.2024 18:00 – 19:30 Uhr 11 Termine (immer Mi.)
K Englisch A2/B1 – Short Stories – Teil 2 <i>Mit Kurzgeschichten Englisch lernen und Kenntnisse erweitern.</i> CHRISTIANE BOSENIUS »241SE4141 90,00 €	Burgwedel ab 02.04.2024 ab 03.04.2024 17:15 – 18:45 Uhr 10 Termine (immer Mi.)
K Englisch A1 – Entspanntes Lernen in netter Atmosphäre – Teil 2 CHRISTIANE BOSENIUS »241SE4171 90,00 €	Burgwedel ab 03.04.2024 15:30 – 17:00 Uhr 10 Termine (immer Mi.)
K Englisch B2 – Konversation – Teil 2 SARAH CURTIUS »241SE5723 54,00 €	Neustadt ab 03.04.2024 10:30 – 12:00 Uhr 6 Termine (immer Mi.)
K Englisch B2 – Konversation – Teil 2 SARAH CURTIUS »241SE5732 54,00 €	Garbsen ab 03.04.2024 08:30 – 10:00 Uhr 6 Termine (immer Mi.)
Spanisch A1 – Fortsetzungskurs – Teil 2 KATIA VERONICA GOLTERMANN »241SP2184 81,00 €	Wedemark ab 03.04.2024 18:45 – 20:15 Uhr 9 Termine (immer Mi.)

K Klassiker **N** Neu **J** Junge vhs **B** Bildungsurlaub

Englisch A1.1 – Let's continue to talk English! – Teil 2 Garbsen
 PENELOPE BENDOUMOU »241SE2552 | 99,00 € ab 04.04.2024 16:15 – 17:45 Uhr | 11 Termine (immer Do.)

Englisch A2.1 – Let's continue to talk more English! – Teil 2 Garbsen
 PENELOPE BENDOUMOU »241SE3752 | 99,00 € ab 04.04.2024 18:00 – 19:30 Uhr | 11 Termine (immer Do.)

N Spanisch A1 – Anfängerkurs – Teil 2 Wedemark
 KATIA VERONICA GOLTERMANN »241SP1194 | 88,00 € ab 04.04.2024 19:00 – 20:30 Uhr | 11 Termine (immer Do.)

K Spanisch A1 – Fit für den Urlaub – Wochenendkurs Teil 2 Neustadt
An diesem Wochenende bekommen Sie einen Einblick und lernen die wichtigsten Grundlagen.
 PATRICIA SIEGEL »241SP2313 | 58,00 € 05./06.04.2024
 Fr. 17:00 – 20:00 Uhr | Sa. 10:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine

Koreanisch A1 von Anfang an – Wochenendkurs – Teil 1 Neustadt
In diesem Kurs tauchen wir in die koreanische Sprache und Kultur ein
 SO YUN KIM »241SW5113 | 42,00 € 06./07.04.2024
 Sa. 10:00 – 13:00 Uhr | So. 14:00 – 17:00 Uhr | 2 Termine

B Plattdöütsch up Sylt – Bildungsurlaub Sylt
Es gelten besondere An- & Abmeldebedingungen. Bitte informieren Sie sich vorab.
 HARTMUT ARBATZAT »241SD5020 | DZ 683 €/EZ 783 € 08. – 12.04.2024
 Mo. ab 14:00 – Fr. 13:00 Uhr | 5 Termine

N Englisch B2 – Let's talk about ... – Teil 2 Garbsen
 PENELOPE BENDOUMOU »241SE4162 | 90,00 € ab 08.04.2024 18:45 – 20:15 Uhr | 10 Termine (immer Mo.)

K Englisch A1 – Entspanntes Lernen in netter Atmosphäre – Teil 2 Burgwedel
 CHRISTIANE BOSENIUS »241SE4191 | 90,00 € ab 08.04.2024 19:00 – 20:30 Uhr | 10 Termine (immer Mo.)

Arabisch A1 von Anfang an – Teil 1 Wedemark
Lernen Sie Arabisch von Anfang an und erfahren Sie viel Interessantes über die Kultur.
 NAGY MALEK »241SW7014 | 45,00 € ab 08.04.2024
 18:00 – 19:30 Uhr | 5 Termine (immer Di.)

K Spanisch A1 – Wochenendkurs für Anfänger*innen Burgwedel
 LETICIA LAMPE »241SP1111 | 58,00 € 12./13.04.2024 Fr. 18:00 – 21:30 Uhr | Sa. 10:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine

N Koreanisch A1 von Anfang an – Wochenendkurs – Teil 2 Neustadt
In diesem Kurs tauchen wir in die koreanische Sprache und Kultur ein.
 SO YUN KIM »241SW5123 | 42,00 € 13./14.04.2024
 Sa. 10:00 – 13:00 Uhr | So. 14:00 – 17:00 Uhr | 2 Termine

B Bildungsurlaub Spanisch A2 intensiv Neustadt
Auch als Intensivwoche geeignet (ohne Bildungsurlaub)
 PATRICIA SIEGEL »241SP2023 | 238,00 € 15. – 19.04.2024
 08:30 – 15:30 Uhr | 5 Termine (Mo. – Fr.)

K Italienisch A1 – Kompaktes Weiterlernen – Kurs 2 Wunstorf
Hier vertiefen und wiederholen wir bereits vorhandene Italienisch-Grundkenntnisse A1.
 AGNES PEDRINI »241SI2535 | 72,00 € 19./20.04.2024
 Fr. 17:00 – 20:15 Uhr | Sa. 09:00 – 16:00 Uhr | 2 Termine

N Koreanisch A1 von Anfang an – Wochenendkurs – Teil 3 Neustadt
In diesem Kurs tauchen wir in die koreanische Sprache und Kultur ein.
 SO YUN KIM »241SW5133 | 42,00 € 20./21.04.2024
 Sa. 10:00 – 13:00 Uhr | So. 14:00 – 17:00 Uhr | 2 Termine

Teilzeit-Bildungsurlaub Spanisch A1 – Teil 1 Garbsen
Auch als Intensivwoche geeignet (ohne Bildungsurlaub)
 ELSA CUEVAS DE SCHANKLIES »241SP1012 | 132,00 € 22. – 26.04.2024
 08:45 – 12:00 Uhr | 5 Termine (Mo. – Fr.)

K Spanisch A1 – Fit für den Urlaub – Wochenendkurs Teil 3 Neustadt
An diesem Wochenende bekommen Sie einen Einblick und lernen die wichtigsten Grundlagen.
 PATRICIA SIEGEL »241SP2323 | 58,00 € 26./27.04.2024
 Fr. 17:00 – 20:00 Uhr | Sa. 10:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine

K Italienisch B1 – Kompaktes Lernen – Kurs 2 Wunstorf
 AGNES PEDRINI »241SI4525 | 72,00 € 25.05.2024 | 09:00 – 16:30 Uhr | 1 Termin (Sa.)

N Arabisch A1 von Anfang an – Teil 2 Wedemark
Lernen Sie Arabisch von Anfang an und erfahren Sie viel Interessantes über die Kultur.
 NAGY MALEK »241SW7024 | 45,00 € ab 27.05.2024
 18:00 – 19:30 Uhr | 5 Termine (immer Mo.)

N Arabisch A1 von Anfang an – Teil 3 Garbsen
Lernen Sie Arabisch von Anfang an und erfahren Sie viel Interessantes über die Kultur.
 NAGY MALEK »241SW7032 | 45,00 € ab 28.05.2024
 18:00 – 19:30 Uhr | 5 Termine (immer Di.)

An Evening in Wales – Vortrag auf Englisch Garbsen
Für alle, die ihr englisches Hörverstehen trainieren und mehr über Wales erfahren möchten.
 SARAH CURTIUS »241SE0022 | 18,00 € 04.06.2024
 19:00 – 20:30 Uhr | 1 Termin (Mo.)

B Bildungsurlaub Spanisch A1 Neustadt
Auch als Intensivwoche geeignet (ohne Bildungsurlaub)
 PATRICIA SIEGEL »241SP1023 | 238,00 € 10. – 14.06.2024
 08:30 – 15:30 Uhr | 5 Termine (Mo. – Fr.)

K Englisch A1 – Short Story Reading Neustadt
Mit englischen Kurzgeschichten ein besseres Sprachgefühl entwickeln.
 ANKE BEERMANN »241SE3153 | 63,00 € ab 25.06.2024
 11:15 – 12:45 Uhr | 5 Termine (immer Di.)

K Englisch B1 – Short Story Reading Neustadt
Mit englischen Kurzgeschichten ein besseres Sprachgefühl entwickeln.
 ANKE BEERMANN »241SE3173 | 63,00 € ab 25.06.2024
 09:30 – 11:00 Uhr | 5 Termine (immer Di.)

K Englisch A2 – Short Story Reading Neustadt
Mit englischen Kurzgeschichten ein besseres Sprachgefühl entwickeln.
 ANKE BEERMANN »241SE3163 | 63,00 € ab 27.06.2024
 10:00 – 11:30 Uhr | 5 Termine (immer Do.)

K Klassiker **N** Neu **J** Junge vhs **B** Bildungsurlaub

B N Teilzeit-Bildungsurlaub Spanisch A1 – Teil 2

Auch als Intensivwoche geeignet (ohne Bildungsurlaub)

ELSA CUEVAS DE SCHANKLIES »241SP1022 | 132,00 €

Garbsen

12. – 16.08.2024

08:45 – 12:00 Uhr | 5 Termine (Mo. – Fr.)

B Bildungsurlaub Teilzeit Englisch A2/B1 Auffrischung

Frischen Sie Ihre Englisch-Kenntnisse auf!

ANNIKA SCHINDEL »242SE2252 | 132,00 €

Garbsen

26. – 30.08.2024

09:00 – 12:30 Uhr | 5 Termine (Mo. – Fr.)

B Plattdöütsch – Bildungsurlaub: Bad Zwischenahn

Es gelten besondere An- & Abmeldebedingungen. Bitte informieren Sie sich vorab.

HARTMUT ARBATZAT »242SD5010 | DZ 696,00 € / EZ 716,00 €

Bad Zwischenahn

07. – 11.10.2024

Mo. ab 14:00 – Fr. bis 13:00 Uhr | 5 Termine

K Klassiker **N** Neu **J** Junge vhs **B** Bildungsurlaub

Sprachliche Kompetenz gehört zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens. Sie ermöglicht das Verfolgen beruflicher Ziele, vermittelt interkulturelles Grundverständnis und fördert Offenheit für andere Kulturen. Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen die Volkshochschulen dabei den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs verschiedenen Niveaustufen und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht.



Immer up to date!



Newsletter

Möchten Sie als Erste*r Zugang zu neuen Kursen erhalten? **Abonnieren Sie unseren Newsletter und bleiben Sie stets informiert!**



WISSEN TEILEN MACHT FREUDE!

Werden Sie unser*e neue Dozent*in.

Wir
freuen uns
auf Sie!

Verwirklichen Sie Ihre Kursidee als Dozent*in bei uns und teilen Sie Ihr Fachwissen.

Wir suchen laufend engagierte Dozent*innen in allen Fachbereichen – momentan vor allem im Bereich „Digitales Lernen“, aber auch Dozentinnen und Dozenten aus anderen Bereichen sind herzlich willkommen.

Melden Sie sich gerne unter Telefon 05032 90144-22 oder per E-Mail: info@vhs-hannover-land.de.



DIGITALES LERNEN

Wir machen Sie fit für die heutige digitalisierte Welt. Von grundlegenden Computerkenntnissen bis hin zu fortgeschrittenen Office-Kursen vermitteln unsere erfahrenen Dozentinnen und Dozenten nicht nur technisches Know-how, sondern fördern auch kritisches Denken und kreative Problemlösung. Wir bieten praxisorientierte Lernmöglichkeiten, damit Sie nicht nur mit den neuesten Technologien vertraut werden, sondern auch Ihre beruflichen Perspektiven erweitern können. Unsere Kurse schaffen eine inspirierende Umgebung für alle Altersgruppen und Erfahrungslevel, um Ihre digitalen Fähigkeiten zu entwickeln und sich in der modernen Welt erfolgreich zu behaupten.

KURSE HIGHLIGHTS » S. 50

KURSE ÜBERSICHT » S. 51



„Digitalisierung“ ist ein geflügeltes Wort, das so bedeutungsvoll ist, dass es manchmal vielleicht sogar abschreckt.

Wenn wir uns aber ansehen, was wir heute schon alles digital erledigen und wobei wir uns von verschiedenen kleinen Geräten helfen lassen, bemerken wir, dass wir doch schon einen guten Schritt in diese Richtung gegangen sind. Wir bieten gerne Möglichkeiten, miteinander voneinander zu lernen und noch selbstsicherer auf dem Weg in eine digitalere Zukunft zu werden!

ALEXANDER LÜDER
Leiter des Fachbereichs
Digitales Lernen

FÜR FRAGEN & ANREGUNGEN:
lueder@vhs-hannover-land.de

Wissen macht Spaß – unsere digitalen Highlights!

Vernetzt:

Umgang mit dem Internet für Ältere

Burgwedel
ab MI 21.02.2024 15:00–16:30 Uhr | 6 Termine
Axel Behnke » 241DN0031 | 76,00 €



N

Innovativ:

Python-Programmierung für Einsteiger*innen

Garbsen
ab SA 06.04.2024 10:00–12:30 Uhr | 3 Termine
Matthias Fritsche » 241DM0022 | 70,00 €



N

Ein Klassiker:

Windows 11 für PC oder Laptop – Teil 1

Wunstorf
ab MI 15.05.2024 14:00–17:15 Uhr | 3 Termine
Holger Roselieb » 241DN0015 | 76,00 €



K

Kombiniert:

Python und Lego: Eine Einführung in die Programmierung von Robotern

Garbsen
ab SA 18.05.2024 10:00–12:30 Uhr | 3 Termine
Matthias Fritsche » 241DM0032 | 70,00 €



N

JETZT ANMELDEN!



Kerstin Euler
Per Mail: euler@vhs-hannover-land.de
Am Telefon: 05032 90144-66



Alle aktuellen Kurse und zusätzliche Infos finden Sie auf www.vhs-hannover-land.de

Digitales Lernen

Kurse 1/2024

Excel I: Daten erfassen, berechnen und einfache Diagramme erstellen Garbsen
SASKIA MAYER »241DT0012 | 126,00 € 10.01.2024 08:30 – 13:45 Uhr | 1 Termin (Mi.)

Excel II: Effektiver arbeiten mit einfachen Formeln und Funktionen Garbsen
SASKIA MAYER »241DT0022 | 126,00 € 17.01.2024 08:30 – 13:45 Uhr | 1 Termin (Mi.)

K Windows 11 für PC oder Laptop – Teil 1 Garbsen
HOLGER ROSELIEB »241DN0012 | 86,00 € ab 17.01.2024 14:00 – 17:15 Uhr | 3 Termine (immer Mi.)

Excel III: Mit Hilfe von Funktionen umfassende Berechnungen durchführen Garbsen
SASKIA MAYER »241DT0032 | 126,00 € 24.01.2024 08:30 – 13:45 Uhr | 1 Termin (Mi.)

Excel IV: Handling strukturierter Datenmengen nach Datenbankstandard Garbsen
SASKIA MAYER »241DT0082 | 126,00 € 31.01.2024 08:30 – 13:45 Uhr | 1 Termin (Mi.)

Windows 11 für PC oder Laptop – Teil 2 Garbsen
HOLGER ROSELIEB »241DN0022 | 76,00 € ab 07.02.2024 14:00 – 17:15 Uhr | 3 Termine (immer Mi.)

Umgang mit dem Internet für Ältere Burgwedel
AXEL BEHNKE »241DN0031 | 76,00 € ab 21.02.2024 15:00 – 16:30 Uhr | 6 Termine (immer Mi.)

J Robotik (8 bis 12 Jahre) Garbsen
SVEN ARMBRUST »241DMJ022 | 70,00 € ab 24.02.2024 10:00 – 12:15 Uhr | 3 Termine (immer Sa.)

J Robotik Eltern-Kind-Kurs Neustadt
SVEN ARMBRUST »241DMJ023 | 90,00 € ab 24.02.2024 13:00 – 15:15 Uhr | 3 Termine (immer Sa.)

Einführung in Internet und E-Mail Garbsen
HOLGER ROSELIEB »241DN0032 | 76,00 € 28.02.2024 14:00 – 17:15 Uhr | 3 Termine (immer Mi.)

Excel I: Daten erfassen, berechnen und einfache Diagramme erstellen Neustadt
SASKIA MAYER »241DT0013 | 126,00 € 29.02.2024 08:30 – 13:30 Uhr | 1 Termin (Do.)

Outlook I: Richtige Anwendung der Mail- und Kalenderfunktion Garbsen
ERNST HEINE »241DT0242 | 126,00 € 02.03.2024 9:00 – 14:15 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Excel II: Effektiver arbeiten mit einfachen Formeln und Funktionen Neustadt
SASKIA MAYER »241DT0023 | 126,00 € 07.03.2024 08:30 – 13:30 Uhr | 1 Termin (Do.)

Outlook II: Bedienung der Assistenten und Verwaltung von Aufgaben Garbsen
ERNST HEINE »241DT0252 | 126,00 € 09.03.2024 9:00 – 14:15 Uhr | 1 Termin (Sa.)

K Klassiker **N** Neu **J** Junge vhs **B** Bildungsurlaub

JANUAR

FEBRUAR

MÄRZ

Individuelle Smartphone Sprechstunde HOLGER ROSELIEB »241DS0025 39,00 €	Wunstorf 11.03.2024 14:00 – 14:45 Uhr 1 Termin (Mo.)
Individuelle Smartphone Sprechstunde HOLGER ROSELIEB »241DS0035 39,00 €	Wunstorf 11.03.2024 15:00 – 15:45 Uhr 1 Termin (Mo.)
Individuelle Smartphone Sprechstunde HOLGER ROSELIEB »241DS0045 39,00 €	Wunstorf 11.03.2024 16:00 – 16:45 Uhr 1 Termin (Mo.)
Individuelle Smartphone Sprechstunde HOLGER ROSELIEB »241DS0055 39,00 €	Wunstorf 11.03.2024 17:00 – 17:45 Uhr 1 Termin (Mo.)
Excel III: Mit Hilfe von Funktionen umfassende Berechnungen durchführen SASKIA MAYER »241DT0053 126,00 €	Neustadt 14.03.2024 08:30 – 13:30 Uhr 1 Termin (Do.)
Outlook III: Modernes Zeitmanagement ERNST HEINE »241DT0262 126,00 €	Garbsen 23.03.2024 09:00 – 14:15 Uhr 1 Termin (Sa.)
K Mein neues Smartphone mit Android HOLGER ROSELIEB »241DS0015 90,00 €	Wunstorf ab 03.04.2024 14:00 – 17:15 Uhr 4 Termine (immer Mi.)
Computerschreiben für Erwachsene HEINZ ZIEGLER »241DC0015 87,00 €	Wunstorf ab 06.04.2024 11:15 – 13:15 Uhr 2 Termine (immer Sa.)
J Robotik Eltern-Kind-Kurs SVEN ARMBRUST »241DMJ011 90,00 €	Burgwedel ab 06.04.2024 13:00 – 15:15 Uhr 3 Termine (immer Sa.)
J Robotik (8 bis 12 Jahre) SVEN ARMBRUST »241DMJ014 70,00 €	Wedemark ab 06.04.2024 10:00 – 12:15 Uhr 3 Termine (immer Sa.)
Python-Programmierung für Einsteiger*innen MATTHIAS FRITSCHKE »241DM0022 70,00 €	Garbsen ab 06.04.2024 10:00 – 12:30 Uhr 3 Termine (immer Sa.)
Individuelle Smartphone Sprechstunde AXEL BEHNKE »241DS0014 39,00 €	Wedemark 08.04.2024 14:00 – 14:45 Uhr 1 Termin (Mo.)
Individuelle Smartphone Sprechstunde AXEL BEHNKE »241DS0024 39,00 €	Wedemark 08.04.2024 15:00 – 15:45 Uhr 1 Termin (Mo.)
Individuelle Smartphone Sprechstunde AXEL BEHNKE »241DS0034 39,00 €	Wedemark 08.04.2024 16:00 – 16:45 Uhr 1 Termin (Mo.)
Individuelle Smartphone Sprechstunde AXEL BEHNKE »241DS0044 39,00 €	Wedemark 08.04.2024 17:00 – 17:45 Uhr 1 Termin (Mo.)

Excel IV: Handling strukturierter Datenmengen nach Datenbankstandard SASKIA MAYER »241DT0063 126,00 €	Neustadt 18.04.2024 08:30 – 13:30 Uhr 1 Termin (Do.)
J Tastschreiben am PC (3 – 6. Klasse) HEINZ ZIEGLER »241DCJ011 87,00 €	Burgwedel 20.04. Sa. 09:30 – 11:30 Uhr 21.04. So. 09:30 – 10:30 Uhr 27.04.2024 Sa. 09:30 – 10:30 Uhr 3 Termine
Computer-Einstiegskurs für Ältere AXEL BEHNKE »241DN0021 86,00 €	Burgwedel ab 08.05.2024 15:00 – 16:30 Uhr 6 Termine (immer Mi.)
J Tastschreiben am PC (3 – 6. Klasse) HEINZ ZIEGLER »241DCJ015 87,00 €	Wunstorf 04.05. Sa. 09:30 – 11:30 Uhr 05.05. So. 09:30 – 10:30 Uhr 11.05.2024 Sa. 09:30 – 10:30 Uhr 3 Termine
Individuelle Smartphone Sprechstunde HOLGER ROSELIEB »241DS0065 39,00 €	Wunstorf 13.05.2024 14:00 – 14:45 Uhr 1 Termin (Mo.)
Individuelle Smartphone Sprechstunde HOLGER ROSELIEB »241DS0075 39,00 €	Wunstorf 13.05.2024 15:00 – 15:45 Uhr 1 Termin (Mo.)
Individuelle Smartphone Sprechstunde HOLGER ROSELIEB »241DS0085 39,00 €	Wunstorf 13.05.2024 16:00 – 16:45 Uhr 1 Termin (Mo.)
Individuelle Smartphone Sprechstunde HOLGER ROSELIEB »241DS0095 39,00 €	Wunstorf 13.05.2024 17:00 – 17:45 Uhr 1 Termin (Mo.)
Windows 11 für PC oder Laptop – Teil 1 HOLGER ROSELIEB »241DN0015 76,00 €	Wunstorf 15.05.2024 14:00 – 17:15 Uhr 3 Termine (Mi.)
Excel I: Daten erfassen, berechnen und einfache Diagramme erstellen SASKIA MAYER »241DT0042 126,00 €	Garbsen 16.05.2024 08:30 – 13:30 Uhr 1 Termin (Do.)
Python und Lego: Eine Einführung in die Programmierung von Robotern MATTHIAS FRITSCHKE »241DM0032 70,00 €	Garbsen 18.05.2024 10:00 – 12:30 Uhr 3 Termine (Sa.)
Computerschreiben für Erwachsene HEINZ ZIEGLER »241DC0011 87,00 €	Burgwedel 18./19.05.2024 11:00 – 13:00 Uhr 2 Termine (Sa. + So.)
Excel II: Effektiver arbeiten mit einfachen Formeln und Funktionen SASKIA MAYER »241DT0072 126,00 €	Garbsen 23.05.2024 08:30 – 13:30 Uhr 1 Termin (Do.)
Excel III: Mit Hilfe von Funktionen umfassende Berechnungen durchführen SASKIA MAYER »241DT0052 126,00 €	Garbsen 30.05.2024 08:30 – 13:30 Uhr 1 Termin (Do.)

K Klassiker **N** Neu **J** Junge vhs **B** Bildungsurlaub

Excel IV: Handling strukturierter Datenmengen nach Datenbankstandard

SASKIA MAYER »241DT0062 | 126,00 €

06.06.2024 08:30 – 13:30 Uhr | 1 Termin (Do.)

Garbsen

Outlook I: Richtige Anwendung der Mail- und Kalenderfunktion

ERNST HEINE »241DT0272 | 126,00 €

08.06.2024 9:00 – 14:15 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Garbsen

Outlook II: Bedienung der Assistenten und Verwaltung von Aufgaben

ERNST HEINE »241DT0282 | 126,00 €

22.06.2024 9:00 – 14:15 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Garbsen

Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den Neuen Medien ist für die berufliche Weiterentwicklung unerlässlich. Auch im Privaten wird digitale Kompetenz aber immer wichtiger, um die vielfältigen Herausforderungen der Digitalisierung zu meistern. Mit dem Wissen aus unseren Kursen wird Teilhabe für Jung und Alt erleichtert. Im besten Fall kommen unterschiedliche Generationen zusammen und lernen voneinander.



Das hat uns gerade noch gefehlt!

Haben Sie eine Idee für einen Kurs, den Sie gern einmal besuchen möchten, den wir aber noch nicht im Programm haben? Oder möchten Sie selbst einen Kurs geben und Dozent*in werden?

Schreiben Sie uns einfach eine E-Mail an

info@vhs-hannover-land.de

Ihre Anregungen sind Gold wert.



Idee für den Kindergeburtstag: LEGO-Roboter bauen und programmieren

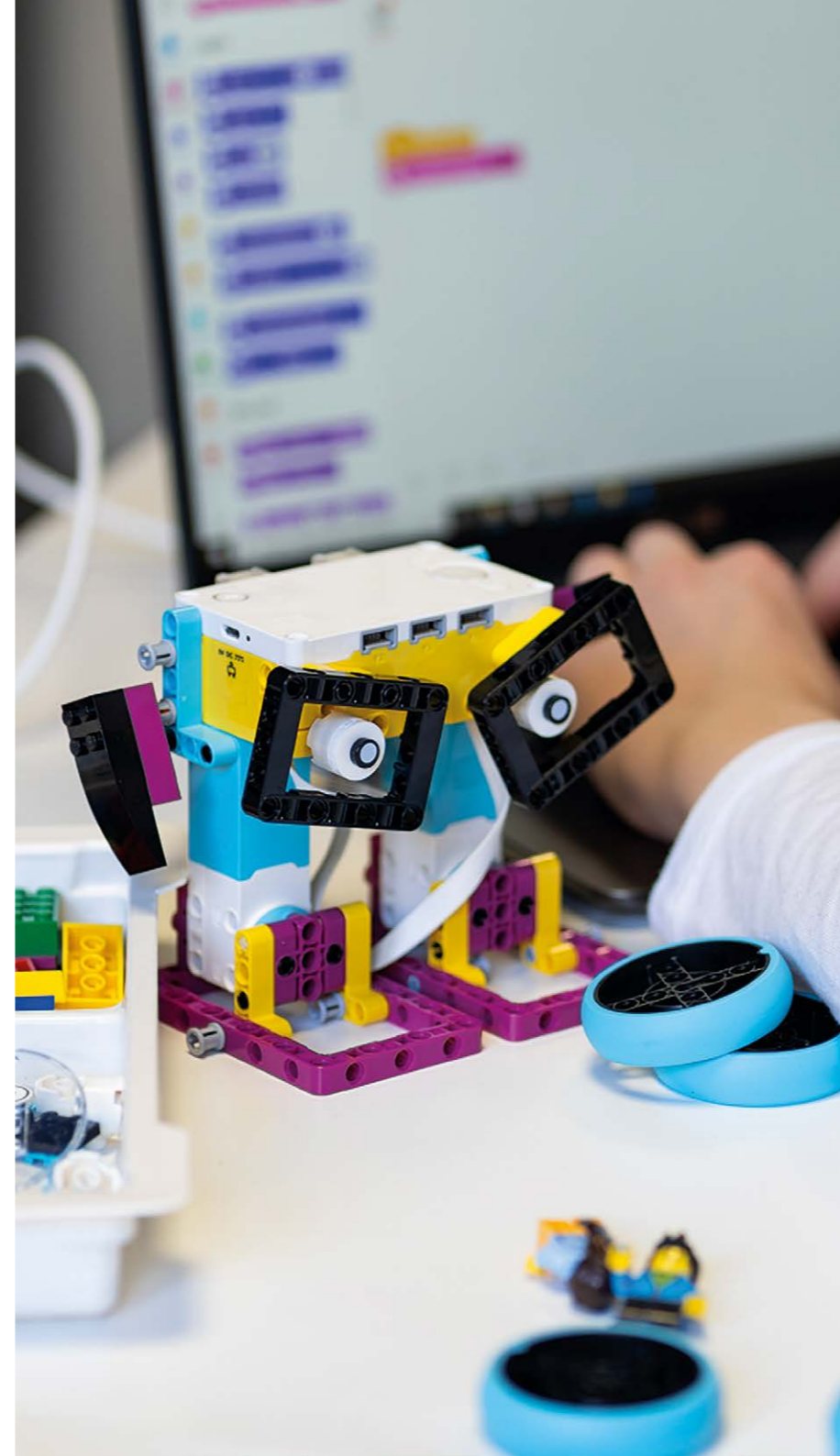
Lust auf einen Robotik-Geburtstag? Bis zu acht Kinder können bei unserem Kindergeburtstags-Angebot jeweils einen Roboter bauen und programmieren. Unser Kursleiter erklärt, gibt Tipps und steht jederzeit für Fragen zur Verfügung.

So läuft's:

- Für Kinder ab 8 Jahren
- 3 Unterrichtsstunden Zeit
- Wahlweise in unserer Geschäftsstelle in Burgwedel, Garbsen, Neustadt a.Rbge., Wedemark-Bissendorf oder Wunstorf-Luthe oder auf Wunsch auch bei Ihnen zu Hause
- Sie können den Raum gern vorher dekorieren und Kuchen & Snacks mitbringen.
- Kleines Geschenk für das Geburtstagskind inklusive

NOCH FRAGEN? SPRECHEN SIE UNS AN!

Per Mail: lueder@vhs-hannover-land.de
Am Telefon: 05032 90144-61





MENSCH – GESELLSCHAFT – POLITIK

In unserer Reihe „Aktuelle Gesellschaftsanalyse anhand von Medien“ beleuchten wir mit den Autoren und Investigativ-Journalisten Patrick Stegemann und Sören Musyal die Europawahl: Auf welche Weise versuchen die Akteure innerhalb und außerhalb unseres Kontinents die Europawahl zu beeinflussen? Seien Sie dabei, vor Ort oder online, stellen Sie Ihre Fragen und diskutieren Sie mit!

KURSE HIGHLIGHTS » S. 58
KURSE ÜBERSICHT » S. 59



„In Vielfalt geeint“ – so lautet seit dem Jahr 2000 das Motto der Europäischen Union.

Das Motto bringt zum Ausdruck, dass sich die Europäer in der EU zusammengeschlossen haben, um sich gemeinsam für Frieden und Wohlstand einzusetzen, und dass gleichzeitig die vielen verschiedenen europäischen Kulturen, Traditionen und Sprachen den gesamten Kontinent bereichern.

ULRIKE HOFFMANN

Leiterin des Fachbereichs
Mensch – Gesellschaft – Politik

FÜR FRAGEN & ANREGUNGEN:
hoffmann@vhs-hannover-land.de

Vielfältig und spannend – unsere Highlights!

Handeln:

klimafit. Klimawandel vor der Haustür! Was kann ich tun?



Neustadt ab April 2024
 Details: www.vhs-hannover-land.de
 » 241LL2051 | 10,00 €



Besprechen:

Aktuelle Gesellschaftsanalyse anhand von Medien: Hitlers neue Kindersoldaten

Expertentalk zur wachsenden Zahl minderjähriger Attentäter, die im Namen rechtsextremer Ideologien zur Tat schreiten.

Neustadt & online vorauss. März 2024 | 1 Termin
 Patrick Stegemann & Sören Musyal | Details: www.vhs-hannover-land.de » 241LA0100 | **kostenfrei**



Hinterfragen:

Aktuelle Gesellschaftsanalyse anhand von Medien: Einflüsse auf die Europawahl

Wie haben die Wahl für unsere europäische Zukunft. Doch was passiert im Hintergrund, um Einfluss auf unsere Stimmen zu nehmen?

Neustadt & online vorauss. Mai 2024 | 1 Termin
 Patrick Stegemann & Sören Musyal | Details: www.vhs-hannover-land.de » 241LA0110 | **kostenfrei**



Erkunden:

Das Judentum – Eine Einführung in die Geschichte und die jüdische Kultur

Erfahren Sie Neues und erleben Sie jüdisches Leben mit allen Sinnen.

Bissendorf DO 02.05.2024 18:00 – 20:30 Uhr
 1 Termin | Stefanie Unger » 241LA0014 | 19,00 €



JETZT ANMELDEN!



Yvonne Härtner
 Per Mail: haertner@vhs-hannover-land.de
 Am Telefon: 05032 90144-71



Kerstin Euler
 Per Mail: euler@vhs-hannover-land.de
 Am Telefon: 05032 90144-66



Kurse 1/2024



Gesellschaft

Alle aktuellen Kurse und zusätzliche Infos finden Sie auf www.vhs-hannover-land.de
 Dort finden Sie auch regelmäßig neue Veranstaltungen für den **Bildungsurlaub 2024** in der Region und auf Sylt.

Wir entwickeln derzeit weitere Bildungsangebote im Bereich Klimaschutz.
 Im Laufe des Semesters wird es dazu weitere Infos auf unserer Website geben.

N Kastilien

In Kooperation mit dem NABU. **Neustadt**
 NABUTEAM ULRICH STAHL »241LU2013 | **kostenfrei** 19:30 – 21:45 Uhr | 1 Termin (Mi.)
10.01.2024

Selbsterkenntnis und Selbstcoaching-Methoden erfahren für ein erfüllteres Leben **Burgwedel**
Resilienz stärken, Beziehungen gestalten, besser kommunizieren und Konflikte bewältigen. **13.01.2024**
 CLAUDIA LÖFFELHOLZ »241LT2101 | 50,00 € 10:00 – 18:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Einführung in die Philosophie I: Elementares Grundwissen **Wedemark**
Vortrag über den zeitlosen Wert philosophischer Erkenntnis und Grundbegriffe philosophischen Denkens. **18.01.2024**
 FLORIAN FISCHBACH »241LR2524 | 16,00 € 18:00 – 20:30 Uhr | 1 Termin (Do.)

N Mietrecht – für Mietende und Vermietende **Neustadt**
Nach einem kurzen Vortrag erhalten Sie die Möglichkeit, Ihre Fragen zu stellen. **19.01.2024**
 HEINRICH KLEINE-ARNDT »241LG2023 | 16,00 € 18:30 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Fr.)

Der Frieden beginnt in dir. Eine Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation **Neustadt**
Ziele: Stärkung von Kooperations- und Konfliktfähigkeit, Toleranz und Empathie.
 GISELA KIRMIZI »241LT2053 | 106,00 €
 19.01. Fr. 18:30 – 20:45 Uhr | 20.01. Sa. 10:00 – 16:15 | 02.02. Fr. 18:30 – 20:45 Uhr | 03.02.2024 Sa. 10:00 – 16:15 | 4 Termine

N Die Jesusbotschaft: Was hat Jesus wirklich gesagt? **Neustadt**
Der Referent wird Fragen zur Biografie Jesu klären und seine hochaktuelle ethische wie spirituelle Botschaft deuten. **27.01.2024**
 WOLFGANG KOPF »241LR2513 | 18,00 € 15:00 – 17:30 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Italiener*innen in Deutschland – Gesprächskreis **Garbsen**
Diskussionen über gesellschaftliche Themen mit dem Ziel der Integration bei Erhaltung der eigenen kulturellen Identität. **ab 02.02.2024**
 ITALIENISCHE GEMEINDE »241LE2012 | 45,00 € 15:00 – 18:00 Uhr | 15 Termine (immer Fr.)

Wie künstliche Intelligenz unsere Arbeitswelt verändert **Online**
Kostenfreier Online-Vortrag über die Auswirkungen der KI auf die Arbeitswelt. **05.02.2024**
 MICHAEL STOPS »241LA1120 | **kostenfrei** 19:00 – 20:00 Uhr | 1 Termin (Mo.)

K Klassiker **N** Neu **J** Junge vhs **B** Bildungsurlaub

Interkultureller Müttertreff – Alltagsdeutsch verstehen und sprechen

Austausch unter Müttern, um sich gegenseitig zu unterstützen und die eigenen Kinder zu fördern.

HATUN TUKU »241LE2022 | kostenfrei

Garbsen
ab 06.02.2024
10:00 – 11:30 Uhr | 15 Termine (immer Di.)**N Exotische Hobbies und ihre Schattenseiten**

In Kooperation mit dem NABU.

NABUTEAM ULRICH STAHL »241LU2023 | kostenfrei

Neustadt
07.02.2024
19:30 – 21:45 Uhr | 1 Termin (Mi.)**J Feuer trifft Wasser - Mitmach-Experimente (ab 3. Klasse)**

Spannende Experimente zu den Themen Feuer, Wasser und Explosionen zum Mitmachen.

HEINZ ZIEGLER »241LNJ024 | 49,00 €

Wedemark
ab 09.02.2024
16:00 – 18:00 Uhr | 3 Termine (immer Fr.)**Zeitgeist – Philosophischer Gesprächskreis für Frauen**

Monatlicher moderierter Austausch über wechselnde philosophische Themen. Details: www.vhs-hannover-land.de

SUSANNE BENZE »241LR2521 | 36,00 €

Burgwedel
ab 15.02.2024
17:00 – 18:30 Uhr | 4 Termine (immer Do.)**Philosophischer Gesprächskreis Neustadt**

Es braucht nur Ihre Lebenserfahrung sowie die Bereitschaft einander zuzuhören.

WOLFRAM CHEMNITZ »241LR2653 | 43,00 €

Neustadt
ab 15.02.2024
17:00 – 18:30 Uhr | 4 Termine (immer Do.)**N Der Frieden beginnt in dir. Eine Vertiefung in die GFK**

Ziele: Stärkung von Kooperations- und Konfliktfähigkeit, Toleranz und Empathie.

GISELA KIRMIZI »241LT2063 | 53,00 €

Neustadt
ab 16.02.2024
Fr. 18:30 – 20:45 Uhr | Sa. 10:00 – 16:15 | 2 Termine**N Lesung zu neuem Buch des AK Regionalgeschichte über NS-Täter**

Details: www.vhs-hannover-land.de

HUBERT BRIEDEN »241LR2293 | kostenfrei

Neustadt
22.02.2024
19:00 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Do.)**Das 1x1 der Geldanlage in Zeiten niedriger Zinsen**

Grundlagenwissen rund um das Thema Geldanlage mit der Möglichkeit, Fragen zu stellen.

CARSTEN WITT »241LG2033 | 18,00 €

Neustadt
29.02.2024
18:00 – 20:15 Uhr | 1 Termin (Do.)**Aktuelle Gesellschaftsanalyse anhand von Medien: Hitlers neue Kindersoldaten**

Expertentalk zur wachsenden Zahl minderjähriger Attentäter, die im Namen rechtsextremer Ideologien zur Tat schreiten. vorauss. März 2024

PATRICK STEGEMANN & SÖREN MUSYAL »241LA0100 | kostenfrei

Neustadt & online
Details auf www.vhs-hannover-land.de | 1 Termin**N Philosophischer Gesprächskreis Bissendorf**

Monatliches Forum, um selbstgewählte Themen unter philosophischer Leitung zu diskutieren.

FLORIAN FISCHBACH »241LR2534 | 64,00 €

Wedemark
ab 01.03.2024
18:00 – 20:30 Uhr | 4 Termine (immer Fr.)**N Japan – ein einzigartiges Land zwischen Tradition und Ultra-Moderne**

In Kooperation mit dem NABU.

NABUTEAM ULRICH STAHL »241LU2033 | kostenfrei

Neustadt
06.03.2024
19:30 – 21:45 Uhr | 1 Termin (Mi.)**Loslassen lernen – den inneren Kompass finden**

Was wäre, wenn das Leben leicht ist, nur weil du nicht mehr gegen dich selbst kämpfst?

MICHAELA NEUMANN »241LW2051 | 34,00 €

Burgwedel
09.03.2024
10:00 – 14:30 Uhr | 1 Termin (Sa.)**N Wer wird denn gleich in die Luft gehen? – Wie gehe ich besser mit Stress um?**

Alles rund um „Stress“: Wie reagiert Ihr Körper und wie können Sie am besten damit umgehen?

MAGDALENA VON HAGENBURG »241LW2095 | 45,00 €

Wunstorf
09.03.2024
09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)**N FRAU und Beruf: Zurück in den Job – ... Schnuppertermin**

Kennenlern-Termin für Seminarreihe „Zurück in den Job“ (241LE2501)

SUSANNE DANNHAUER »241LE2511 | kostenfrei

Burgwedel
13.03.2024
18:00 – 19:30 Uhr | 1 Termin (Mi.)**Einkommenssteuererklärung Tagesseminar online**

Sie möchten Ihre Einkommenssteuererklärung selbst anfertigen? Hier erfahren Sie unterhaltsam, wie das geht!

VOLKER RIECHERT »241LG2020 | 62,00 €

Online
15.03.2024
10:15 – 16:00 Uhr | 1 Termin (Fr.)**Der Lange Abend der Philosophie: Die Philosophie Platons**

Die Idee in der Welt - Eine Einführung in die Frage nach dem Guten und Wahren.

WOLFRAM CHEMNITZ »241LR2565 | 18,00 €

Neustadt
15.03.2024
19:00 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Fr.)**K Sagen und Gruselgeschichten der Leinemasch**

Erleben Sie 1000 Jahre Zeitreise zum Anfassen - mit Laterne und eindrucksvollen Impressionen.

KLAUS-PETER FUHRMANN »241LR2210 | 15,00 €

Klosterkirche Marienwerder, Hannover
20.03.2024
18:30 – 20:00 Uhr | 1 Termin (Mi.)**K Bildungsurlaub auf Sylt: Neue Kraft und Resilienz durch Atmung, Körper(sprache) und Stimme**

Details: www.vhs-hannover-land.de

ALEXANDRA STEINMEIER »241LWB020 | ab 806,00 €

Sylt, Akademie am Meer
25. – 29.03.2024
Mo. 15:00 Uhr – Fr. 12:00 Uhr | 5 Termine**klimafit. Klimawandel vor der Haustür! Was kann ich tun?**

Details: www.vhs-hannover-land.de

»241LL2051 | 10,00 €

Neustadt
ab April 2024
18:00 – 21:00 Uhr | 7 Termine**N FRAU und Beruf: Zurück in den Job – Wiedereinstieg oder Neustart?!**

Wir überwinden innere Unsicherheiten, schaffen eine sichere Basis und unterstützen uns gegenseitig.

SUSANNE DANNHAUER »241LE2501 | 85,00 €

Burgwedel
ab 03.04.2024
18:00 – 19:30 Uhr | 8 Termine (immer Mi.)**N Blaue Blüten im Frühling in Hannover-Linden**

Tauchen Sie ein in diese einmalige Scilla-Pracht und und in die spannende Geschichte Lindens.

KLAUS-PETER FUHRMANN »241LR2220 | 15,00 €

Hannover
03.04.2024
18:30 – 20:45 Uhr | 1 Termin (Mi.)**N Mit dem Rad über die Alpen**

In Kooperation mit dem NABU.

NABUTEAM ULRICH STAHL »241LU2043 | kostenfrei

Neustadt
03.04.2024
19:30 – 21:45 Uhr | 1 Termin (Mi.)**J Feuer trifft Wasser – Mitmach-Experimente (ab 3. Klasse)**

Spannende Experimente zu den Themen Feuer, Wasser und Explosionen zum Mitmachen.

HEINZ ZIEGLER »241LNJ033 | 49,00 €

Neustadt
ab 05.04.2024
16:00 – 18:00 Uhr | 3 Termine (immer Fr.)**K** Klassiker **N** Neu **J** Junge vhs **B** Bildungsurlaub

K PEKiP® (ab der 6. Woche) **Wunstorf**
 Entwicklungsbegleitung für Eltern mit ihren Babys von der 6. Lebenswoche bis zum 12. Monat. **ab 05.04.2024**
 KAREN SCHULENBURG »241LZ2185 | 120,00 € 09:00 – 10:30 Uhr | 10 Termine (immer Fr.)

K PEKiP® (ab der 6. Woche) **Wunstorf**
 Entwicklungsbegleitung für Eltern mit ihren Babys von der 6. Lebenswoche bis zum 12. Monat. **ab 05.04.2024**
 KAREN SCHULENBURG »241LZ2195 | 120,00 € 10:30 – 12:00 Uhr | 10 Termine (immer Fr.)

N Konflikte nicht vermeiden, sondern positiv für sich nutzen **Wedemark**
 Sollten wir der Harmonie wegen Konflikten aus dem Weg gehen? Führt das zum glücklichen und erfüllten Leben? **ab 06.04.2024**
 MICHAELA NEUMANN »241LW2054 | 68,00 € 10:00 – 14:30 Uhr | 2 Termine (immer Sa.)

N Ich kann nicht raus aus meiner Haut – oder etwa doch? **Wunstorf**
 Sie spüren verschiedenen Fragen rund um Ihr „Ich“ nach und erkennen die Konsequenzen. **06.04.2024**
 MAGDALENA VON HAGENBURG »241LW2075 | 45,00 € 09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

N „Verdammt, ich lieb dich!“ – Seminar über Paarkommunikation **Wunstorf**
 Wir trainieren einfühlsame Paarkommunikation und üben das Bewältigen von Konfliktsituationen. **ab 20.04.2024**
 MAGDALENA VON HAGENBURG »241LW2085 | 66,00 € 09:00 – 16:00 Uhr | 2 Termine (immer Sa.)

N Mietrecht – für Mietende und Vermietende **Neustadt**
 Nach einem kurzen Vortrag erhalten Sie die Möglichkeit, Ihre Fragen zu stellen. **26.04.2024**
 HEINRICH KLEINE-ARNDT »241LG2043 | 16,00 € 18:30 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Fr.)

Bedürfnisse wahrnehmen – der Spur der Sehnsucht folgen **Wedemark**
 Eigene und fremde Bedürfnissen wahrnehmen lernen, damit Beziehungen gelingen können. **27.04.2024**
 MICHAELA NEUMANN »241LW2044 | 34,00 € 10:00 – 14:30 Uhr | 1 Termin (Sa.)

Aktuelle Gesellschaftsanalyse anhand von Medien: Einflüsse auf die Europawahl **Neustadt & online**
 Wie haben die Wahl für unsere europäische Zukunft. Doch was passiert im Hintergrund? **vorauss. Mai 2024**
 PATRICK STEGEMANN & SÖREN MUSYAL »241LA0110 | kostenfrei Details auf www.vhs-hannover-land.de | 1 Termin

Das Judentum – Eine Einführung in die Geschichte und die jüdische Kultur **Bissendorf**
 Erfahren Sie Neues und erleben Sie jüdisches Leben mit allen Sinnen. **02.05.2024**
 STEFANIE UNGER »241LA0014 | 19,00 € 18:00 – 20:30 Uhr | 1 Termin (Do.)

N Schlagfertigkeit, Sprachverwendung und Sprechdenken **Neustadt**
 Trainieren Sie, mit neu erlernten rhetorischen Werkzeugen schnell und stark zu reagieren. **11.05.2024**
 GABRIELE-REGINA THOMAS »241LT2042 | 66,00 € 09:00 – 17:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

N Hornissen **Neustadt**
 In Kooperation mit dem NABU. **15.05.2024**
 NABUTEAM ULRICH STAHL »241LU2053 | kostenfrei 19:30 – 21:45 Uhr | 1 Termin (Mi.)

J Feuer trifft Wasser - Mitmach-Experimente (ab 3. Klasse) **Garbsen**
 Spannende Experimente zu den Themen Feuer, Wasser und Explosionen zum Mitmachen. **ab 17.05.2024**
 HEINZ ZIEGLER »241LNJ032 | 49,00 € 16:00 – 18:00 Uhr | 3 Termine (immer Fr.)

Der Lange Abend der Philosophie: Giordano Bruno **Neustadt**
 Ein lebendiger Diskurs über den Menschen, das Universum sowie Leib und Seele. **17.05.2024**
 WOLFRAM CHEMNITZ »241LR2575 | 18,00 € 19:00 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Fr.)

Vergessene. Spaziergang durch die Neustädter Sozialgeschichte **Neustadt**
 Historische Spuren finden Sie im Ort, in Straßen, Gebäuden, an Denkmälern und auf Friedhöfen. **19.05.2024**
 HUBERT BRIEDEN »241LR2283 | kostenfrei 11:00 – 12:00 Uhr | 1 Termin (So.)

Radtour mit Geschichte: Heimat der Torffräsen - Rund um das Tote Moor **Neustadt**
 Über die Entstehung des Moors, industriellen Torfabbau, Umweltschutz und die Menschen hier. **01.06.2024**
 HUBERT BRIEDEN »241LR2243 | kostenfrei 10:00 – 14:30 Uhr | 1 Termin (Sa.)

N Der Biber ist zurück in Niedersachsen **Neustadt**
 In Kooperation mit dem NABU. **05.06.2024**
 NABUTEAM ULRICH STAHL »241LU2063 | kostenfrei 19:30 – 21:45 Uhr | 1 Termin (Mi.)

Ein Abendrundgang durch das alte Hannover **Hannover**
 "Meister Asmus" führt über düstere Schauplätze in die Altstadt zur Zeit der Reformation. **07.06.2024**
 KLAUS-PETER FUHRMANN »241LR2230 | 15,00 € 18:30 – 20:45 Uhr | 1 Termin (Fr.)

N Wie schaffe ich den nötigen Abstand zu den negativen Gefühlen anderer? **Garbsen**
 „Sich vom Leid anderer überwältigen zu lassen, hilft niemandem.“ Wie bleibe ich kraftvoll? **08.06.2024**
 MICHAELA NEUMANN »241LW2052 | 34,00 € 10:00 – 14:30 Uhr | 1 Termin (Sa.)

K Stadtrundgang: Jüdisches Leben in Neustadt **Neustadt**
 Entdecken Sie historische Lebensräume jüdischen Lebens in Neustadt a. Rbge. **09.06.2024**
 HUBERT BRIEDEN »241LR2273 | kostenfrei 11:00 – 12:00 Uhr | 1 Termin (So.)

N B Bildungsurlaub: Grundlagen der Rhetorik – Selbstpräsentation und freies Sprechen **Neustadt**
 Details: www.vhs-hannover-land.de **17. – 21.06.2024**
 GABRIELE-REGINA THOMAS »241LTB033 | 379,00 € 09:00 – 16:30 Uhr | 5 Termine (Mo. – Fr.)

N B Bildungsurlaub: Mut zum Ich! Persönlichkeit, Selbstwert & Grenzen – erkennen, benennen, wahren **Neustadt**
 Details: www.vhs-hannover-land.de **24. – 28.06.2024**
 MAGDALENA VON HAGENBURG »241LWB023 | 360,00 € Mo. – Do. 09:00 – 16:30 Uhr | Fr. 09:00 – 15:15 Uhr | 5 Termine

Volkshochschulen sind Orte der politischen Bildung und fördern allgemeines Engagement für demokratische Werte, Menschenrechte und gegen Fundamentalismus. Die Kurse sollen Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenzen fördern. Das Programmangebot umfasst politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche, geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen.



K Klassiker **N** Neu **J** Junge vhs **B** Bildungsurlaub

Offene Beratungsangebote

Mein Traum: Der Weg in die Selbstständigkeit als berufliche Alternative <i>Über welche Ressourcen und Kenntnisse verfügen Sie bereits und was braucht es zusätzlich?</i> GABRIELE WITTEN-NEUBERT »241LW3010 79,00 €	Garbsen, Neustadt, Wunstorf, online ab 02.01.2024 1 Termin (Mo.)
Mein Traum: Der Weg in die Selbstständigkeit als berufliche Alternative <i>Über welche Ressourcen und Kenntnisse verfügen Sie bereits und was braucht es zusätzlich?</i> SVEN FÜLLING »241LW3020 79,00 €	Burgwedel, Wedemark, online ab 02.01.2024 1 Termin (Mo.)
Abi geschafft - Wie geht es nun weiter? Individuelles Einzelcoaching <i>Gemeinsam erarbeiten wir dein Ziel und einen konkreten Plan, wie du es erreichst.</i> GABRIELE WITTEN-NEUBERT »241LW3050 79,00 €	Garbsen, Neustadt, Wunstorf, online ab 02.01.2024 1 Termin (Mo.)
Abi geschafft - Wie geht es nun weiter? Individuelles Einzelcoaching <i>Gemeinsam erarbeiten wir dein Ziel und einen konkreten Plan, wie du es erreichst.</i> SVEN FÜLLING »241LW3060 79,00 €	Burgwedel, Wedemark, online ab 02.01.2024 1 Termin (Mo.)
Was soll ich werden? Individuelles Coaching für Jugendliche und junge Menschen <i>Unser Beratungsangebot hilft dir, die richtige Entscheidung zu treffen.</i> GABRIELE WITTEN-NEUBERT »241LW3070 79,00 €	Garbsen, Neustadt, Wunstorf, online ab 02.01.2024 1 Termin (Mo.)
Was soll ich werden? Individuelles Coaching für Jugendliche und junge Menschen <i>Unser Beratungsangebot hilft dir, die richtige Entscheidung zu treffen.</i> SVEN FÜLLING »241LW3080 79,00 €	Burgwedel, Wedemark, online ab 02.01.2024 1 Termin (Mo.)
N Ruhestand. Und jetzt?! Individuelles Einzelcoaching <i>Sie sind im Ruhestand oder wollen diesen vorbereiten? Wir unterstützen Sie bei der Neuorientierung.</i> GABRIELE WITTEN-NEUBERT »241LW3090 79,00 €	Garbsen, Neustadt, Wunstorf, online ab 02.01.2024 1 Termin (Mo.)
N Ruhestand. Und jetzt?! Individuelles Einzelcoaching <i>Sie sind im Ruhestand oder wollen diesen vorbereiten? Wir unterstützen Sie bei der Neuorientierung.</i> GABRIELE WITTEN-NEUBERT »241LW3100 79,00 €	Garbsen, Neustadt, Wunstorf, online ab 02.01.2024 1 Termin (Mo.)



Mit Spaß dabei!

Wussten Sie schon, dass wir auch Angebote für Kinder und Jugendliche haben? Fotografie, Klavier oder Keyboard, Kinder-yoga, Koreanisch, Energieformen der Zukunft, Robotik oder Mitmach-Experimente – das Angebot ist vielfältig. Genau wie Ihre Kinder!



Junge vhs

Suchen Sie in den Kursübersichten einfach nach dem „J“ für „Junge vhs“. Dort finden Sie Kurse, die speziell auf Kids und Jugendliche verschiedener Altersklassen ausgerichtet sind.



Junge VHS

Alle aktuellen Kurse und zusätzliche Infos finden Sie auf www.vhs-hannover-land.de



ZWEITER BILDUNGSWEG



Das Besondere am Zweiten Bildungsweg ist für mich, dass wir jungen Menschen eine neue Chance geben.

Mit einem Schulabschluss haben sie die Möglichkeit, sich beruflich zu entwickeln und ihr Leben in neue Bahnen zu lenken. Zukünftig möchten wir in diesem Bereich die Berufsorientierung ausbauen. Dadurch können wir die Teilnehmenden noch besser beim Übergang von der schulischen Laufbahn in den Beruf zu unterstützen.

INA TATJE
Bildungsmanagerin 2. Bildungsweg

BEI FRAGEN:
tatje@vhs-hannover-land.de

**SCHULABSCHLUSS NACHHOLEN?
WIR BERATEN SIE GERN.**

Per Mail: d.born@vhs-hannover-land.de
Am Telefon: 05032 90144-96



2. Bildungsweg

Alle Kurse im Zweiten Bildungsweg
finden Sie hier:

www.vhs-hannover-land.de

Projekt MiT – Miteinander in Toleranz



Möchten Sie Mentor*in werden?

Sie unterstützen junge Menschen mit Migrationshintergrund im Alter von 14 bis 26 Jahren. Durch ihre eigene Migrationsgeschichte und Ihr Sprachtalent erleichtern Sie den jungen Menschen den Zugang zum Alltag in Deutschland. Wir suchen laufend motivierte Menschen, die Lust haben, sich ehrenamtlich zu engagieren.

Das Projekt MiT (Miteinander in Toleranz) führen wir bereits seit 2007 im Auftrag der Region Hannover durch. Unsere Mentorinnen und Mentoren unterstützen bei Problemen in der Schule, bei der Berufswahl, bei Bewerbungen, Anträgen und Behördengängen.



„Mir liegt das Projekt MiT (Miteinander in Toleranz) sehr am Herzen, weil es jungen Menschen bei der Integration und dem Start ins Berufsleben hilft. Mentorinnen und Mentoren, die selbst ihre eigene Integrationsgeschichte haben, geben ihr Wissen an Jugendliche weiter, motivieren sie, sind Vorbilder. Sie zeigen, dass Bildung den Grundstein für Integration und Teilhabe legt.“

BIRGIT SCHULZE
Projektkoordinatorin MiT
(Miteinander in Toleranz)

INTERESSE? WIR BERATEN SIE GERN.

Birgit Schulze
Per Mail: schulze@vhs-hannover-land.de
Am Telefon: 05032 90144-72



Integration

Welcher Integrationskurs ist der Richtige?

Wir beraten Sie gerne:

BURGWEDEL: Dienstags, 12 – 14 Uhr | 05032 90144-44

GARBSEN: Mittwochs, 9.30 – 12 Uhr | 05032 90144-53

NEUSTADT: Dienstags, 11 – 13 Uhr | 05032 90144-26

WEDEMARK: Dienstags, 9.30 – 11 Uhr | 05032 90144-44

WUNSTORF: Mittwochs, 8.30 – 10.30 Uhr | 05032 90144-26

IHRE ANSPRECHPARTNERINNEN:



Silke Czinczoll

Per Mail: czinczoll@vhs-hannover-land.de

Am Telefon: 05032 90144-26



Irina Dittmann

Per Mail: dittmann@vhs-hannover-land.de

Am Telefon: 05032 90144-44



Petra Kreußner

Per Mail: kreusser@vhs-hannover-land.de

Am Telefon: 05032 90144-53



„Sprache ist ein zentraler Baustein der Integration von Zugewanderten. Deshalb bieten wir in all unseren Kommunen Alphabetisierungs- und Integrationskurse an. Es ist toll mitzuerleben, wie sich die Menschen im Laufe eines Integrationskurses immer besser verständigen können und im täglichen Umgang sicherer werden.“

DOROTHEE MÜLLER-ESKIN

Leiterin des Fachbereichs
Integration

FÜR FRAGEN & ANREGUNGEN:

mueller-eskin@vhs-hannover-land.de



Integration

Weitere Infos
finden Sie hier:

www.vhs-hannover-land.de

Dozentinnen und Dozenten gesucht

Haben Sie eine BAMF-Zulassung für Integrationskurse bzw. Alphabetisierungskurse? Oder verfügen Sie über das zweite Staatsexamen für Grund- und Hauptschullehramt, sowie Lehramt Deutsch oder Fremdsprachen? Dann bewerben Sie sich gern als Dozent*in für Integrationskurse. Wir freuen uns auf Sie!

info@vhs-hannover-land.de | 05032 90144-22



Fit für die Schule

Ihr Kind braucht Unterstützung beim Lernen? Wir bieten Lernförderung im Rahmen des Bildungs- und Teilhabepakets für einkommensschwache Familien (BuT) an. Eine Lernförderung ist in allen Schulfächern möglich und umfasst Einzelunterricht sowie Gruppenunterricht in Kleingruppen.



Sprechen Sie uns an. **Wir beraten Sie gern!**

Irina Dittmann dittmann@vhs-hannover-land.de | 05032 90144-44



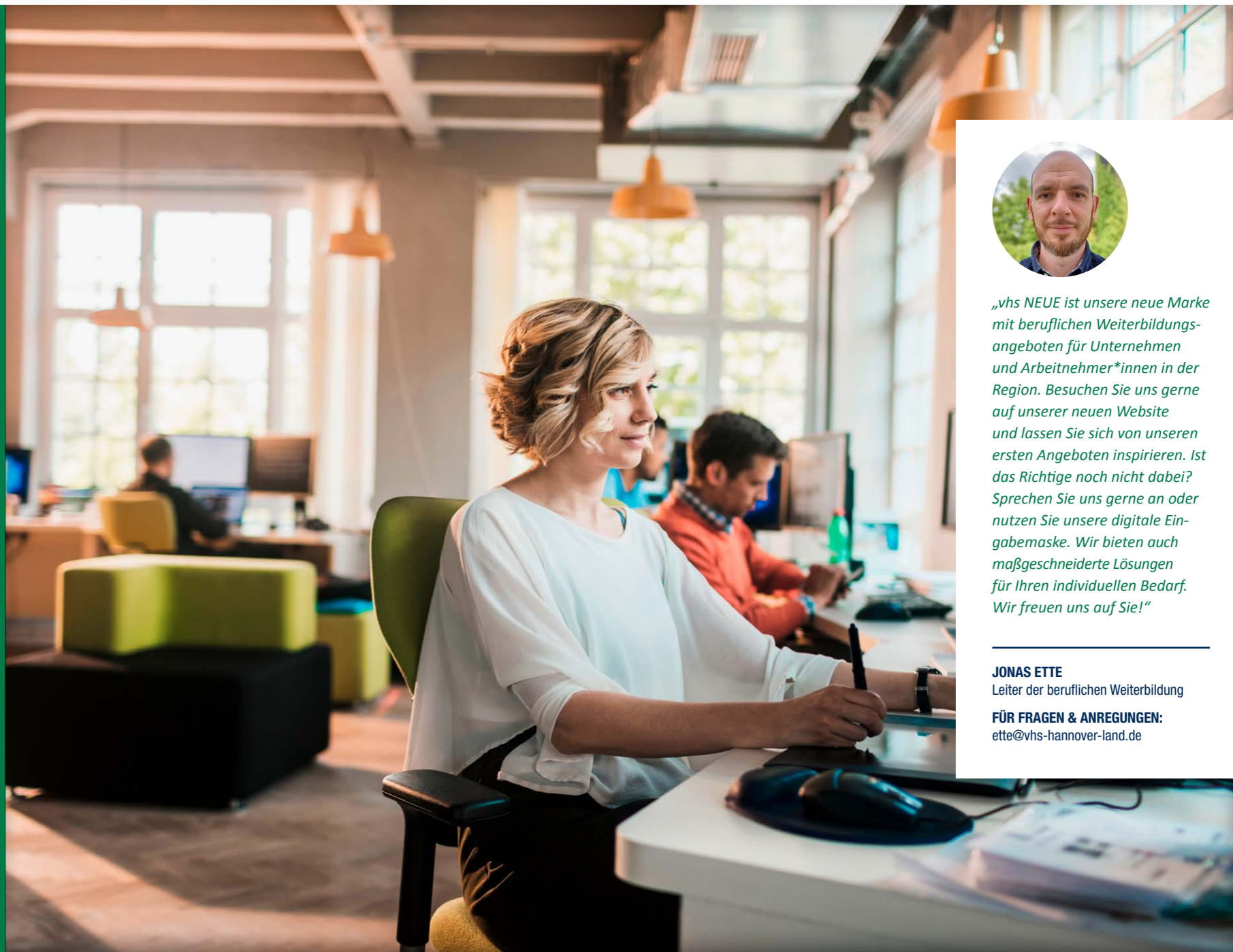
BERUFLICHE WEITERBILDUNG

Arbeit und Beruf sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil des VHS-Angebots. Angebote zu Querschnittsthemen, wie Rhetorik, Selbstmarketing und Kreativitätstrainings stärken berufliche und persönliche Kompetenzen.



Weitere Infos in Kürze:
www.vhs-neue.de

vhs NEUE



*„vhs NEUE ist unsere neue Marke mit beruflichen Weiterbildungsangeboten für Unternehmen und Arbeitnehmer*innen in der Region. Besuchen Sie uns gerne auf unserer neuen Website und lassen Sie sich von unseren ersten Angeboten inspirieren. Ist das Richtige noch nicht dabei? Sprechen Sie uns gerne an oder nutzen Sie unsere digitale Eingabemaske. Wir bieten auch maßgeschneiderte Lösungen für Ihren individuellen Bedarf. Wir freuen uns auf Sie!“*

JONAS ETTÉ
Leiter der beruflichen Weiterbildung

FÜR FRAGEN & ANREGUNGEN:
ette@vhs-hannover-land.de



CAMPUS LOGISTIK

BEDARF AN INHOUSE-SCHULUNGEN?

Wir schneiden Unterweisungen in Arbeitssicherheit, für PKW, LKW, digitale Kontrollgeräte oder Regalprüfungen zielgenau auf Ihr Unternehmen zu!



Anne Duscha
Per Mail: duscha@vhs-hannover-land.de
Am Telefon: 05032 90144-84



Logistik

Alle aktuellen Lehrgänge hier:
www.vhs-hannover-land.de



Unser „Campus Logistik“ in Neustadt ist als Weiterbildungszentrum für die Logistik absolut praxisnah aufgebaut. Das Ausbildungsangebot reicht von Einzelcoachings bis hin zu Lehrgangsangeboten für Unternehmen, vom einfachen Gabelstaplerschein bis zur Theoriewoche Lagerlogistik. Zahlreiche Unternehmen zählen auf die Expertise der vhs und die optimalen Bedingungen auf dem Campus Logistik. Hier wird die Prüfungsvorbereitung für den Logistikmeister (IHK) ebenso realitätsnah durchgeführt wie die Lehrgänge zur Ladungssicherung – und zwar ohne den laufenden Betrieb der Unternehmen zu stören.

Sprechen Sie uns an. Wir informieren Sie gern über die verschiedenen Ausbildungsmöglichkeiten, die wir für Logistikerinnen und Logistiker anbieten.

FRANK LENZ
Koordinator des Campus Logistik
Neustadt

FÜR FRAGEN & ANREGUNGEN:
lenz@vhs-hannover-land.de

Elementarpädagogik

22. Neustädter Fachtagung

10. APRIL 2024, NEUSTADT, SCHLOSS LANDESTROST

Thema: „Gesundheit und Wohlbefinden des Kindes fördern: Kinder stärken, schützen, beteiligen“



nifbe Niedersächsisches Institut
für frühkindliche Bildung und Entwicklung

In Kooperation mit dem nifbe e. V.

JETZT ANMELDEN!

Linda Enghusen
Per Mail: enghusen@vhs-hannover-land.de
Am Telefon: 05032 90144-27



Pädagogik



„Kennen Sie die Europäische Kinder-garantie? Sie soll Kinderarmut und soziale Ausgrenzung von Kindern in der EU bekämpfen, indem sie allen Kindern und Jugendlichen Zugang zu grundlegenden Ressourcen gewährt. Dazu gehört frühkindliche Bildung ebenso wie Gesundheitsversorgung und gesunde Ernährung. Um die Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden des Kindes geht es auch bei der nächsten Kita-Fachtagung, die im April 2024 in Neustadt stattfindet. Neben vielen tollen Vorträgen ist es besonders der Austausch untereinander, der die Fachtagung so besonders macht: **Miteinander voneinander lernen. Sich austauschen. Vernetzen. Begegnen.**“

ANGELA FRANKE
Leiterin des Fachbereichs Elementarpädagogik

FÜR FRAGEN & ANREGUNGEN:
franke@vhs-hannover-land.de

Alle Infos zur Fachtagung und zum Fortbildungsprogramm:

www.vhs-hannover-land.de

Merkzettel

Diese Kurse und Veranstaltungen interessieren mich.

Kurs gefunden? Jetzt anmelden:



Per Telefon: 05032 90144-22*

Per Mail: info@vhs-hannover-land.de

Online: www.vhs-hannover-land.de

**Montag bis Mittwoch, 9–13 Uhr*



Kurs gefunden? Jetzt anmelden:



Per Telefon: 05032 90144-22*

Per Mail: info@vhs-hannover-land.de

Online: www.vhs-hannover-land.de

**Montag bis Mittwoch, 9–13 Uhr*



Hier finden Sie uns



Geschäftsstelle Burgwedel
Auf dem Amtshof 8
30938 Burgwedel



Geschäftsstelle Garbsen
Planetenring 35 (Planetencenter, gegenüber Planetenring 72)
30823 Garbsen



Hauptgeschäftsstelle Neustadt
Schlossstr. 1
31535 Neustadt a. Rbge.



Geschäftsstelle Wedemark
Am Mühlenberg 15
30900 Wedemark-Bissendorf



Geschäftsstelle Wunstorf
Kirchplatz 2
31515 Wunstorf-Luthe



Impressum

Herausgeber

Zweckverband vhs Hannover Land
Schlossstr. 1
31535 Neustadt a. Rbge.

Tel.: 05032 90144-0
E-Mail: info@vhs-hannover-land.de
www.vhs-hannover-land.de

Verantwortlich

Carsten Schulze

Redaktion

Heidi Claus, Alina Chivu

Gestaltung

Grafikbüro VISUELLE TATEN, Hannover

Druck

Sattler Premium Print, Bad Oeynhausen

Erscheinungsjahr

2024

Auflage

14.000

Bildquellen:

© Zweckverband vhs Hannover Land;

© AdobeStock: S. 6/7: Adobe Firefly; S. 8: Anna Rostova;
S. 16/17: SHOTPRIME STUDIO; S. 18: DGN-MEDIA UG;
21: annetdebar; 22/23: LeonidKos; S. 24: guruXOX, kei u,
Krakenimages.com, Dragoljub Nikolovski; S. 34: Rawpixel
Ltd.; S. 36/37: PicsArt; S. 46: deagreez; S. 47: KOTO;
S. 48/49: deagreez; S. 50: Seventyfour, I BJORK, diy13,
AlesiaKan; S. 54: beast01; S. 55: AlesiaKan, S. 56: GMZ;
S. 58: Robert Kneschke; S. 65: Miljan Zivkovic;
S. 72: Jodie; S. 73: Rawpixel Ltd.



Unsere
Geschäftsbedingungen
www.vhs-hannover-land.de/agb

Follow us!



Facebook

[@volkshochschule.hannover.land](https://www.facebook.com/volkshochschule.hannover.land)



Instagram

[@vhs_hannover_land](https://www.instagram.com/vhs_hannover_land)



LinkedIn

[linkedin.com/company/zweckverband-vhs-hannover-land](https://www.linkedin.com/company/zweckverband-vhs-hannover-land)



Follow us

Bestens informiert!

Besuchen Sie unsere
Social-Media-Profile.



Newsletter

Neue Kurse direkt
ins Postfach!

Melden Sie sich für
unseren Newsletter an.



Barrierefreiheit in der Bildung

Als Ihr Bildungsanbieter vor Ort haben wir uns zum Ziel gesetzt, möglichst alle Kurse in barrierefreien Räumen durchzuführen. Leider ist das aktuell noch nicht für alle Angebote möglich. Mit unseren Trägerkommunen als Eigentümer der VHS-Geschäftsstellen arbeiten wir an einer kontinuierlichen Verbesserung. Deswegen bitten wir Teilnehmer*innen mit einem Handicap oder eingeschränkter Mobilität, uns bei Buchung eines Kurses zu kontaktieren. So können wir Sie über die räumlichen Bedingungen am Kursort informieren. Gerne finden wir eine adäquate Lösung. Rufen Sie uns an!





Kurs gefunden? Jetzt anmelden:



Per Telefon: 05032 90144-22*

Per Mail: info@vhs-hannover-land.de

Online: www.vhs-hannover-land.de

**Montag bis Mittwoch, 9–13 Uhr*

vhs Hannover Land
Hauptgeschäftsstelle Neustadt
Schlossstr. 1
31535 Neustadt a. Rbge.

info@vhs-hannover-land.de
www.vhs-hannover-land.de

*Das Titelfoto stammt von unserer Mitarbeiterin Stefanie Eger,
Sachbearbeiterin im Bereich Integration in Burgwedel.*