

Das Kursmagazin der vhs Hannover Land

# vhs kompakt

2/2023



Aktuelle Kurse immer unter  
[www.vhs-hannover-land.de](http://www.vhs-hannover-land.de)



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

## Hier finden Sie, was Sie suchen!

|  |    |
|--|----|
| EDITORIAL.....                             | 3  |
| VHS VERNETZT.....                          | 4  |
| ● KULTURELLE BILDUNG.....                  | 6  |
| ● FOTOGRAFIE.....                          | 16 |
| ● GESUNDHEIT.....                          | 22 |
| ● BILDUNGSURLAUBE.....                     | 29 |
| ● SPRACHEN.....                            | 36 |
| ● JUNGE VHS.....                           | 45 |
| ● DIGITALES LERNEN.....                    | 46 |
| ● MENSCH – GESELLSCHAFT – POLITIK.....     | 56 |
| ● ZWEITER BILDUNGSWEG.....                 | 64 |
| ● INTEGRATION.....                         | 66 |
| ● VHS NEUE – BERUFLICHE WEITERBILDUNG..... | 68 |
| ● ELEMENTARPÄDAGOGIK.....                  | 73 |
| INFORMATION & SERVICE.....                 | 76 |

### Kurs gefunden? Jetzt anmelden:



Per Telefon: 05032 90144-22\*

Per Mail: [info@vhs-hannover-land.de](mailto:info@vhs-hannover-land.de)

Online: [www.vhs-hannover-land.de](http://www.vhs-hannover-land.de)

\*Montag bis Mittwoch, 9–13 Uhr

### QR-Code – Schon gewusst?

QR steht für Quick Response – also der schnelle Weg zur Website, ohne lästiges Tippen. So funktioniert's:

1. Kamera des Smartphones oder Tablets auf den QR-Code halten.
2. Angezeigten Link anklicken.
3. Schon landen Sie auf der hinterlegten Website.

## Liebe Freund\*innen der vhs Hannover Land,

„vhs vernetzt“. Als ich mich mit unserem diesjährigen Schwerpunktthema „Vernetzung“ beschäftigt habe, wurde mir noch einmal deutlich, auf wie vielen Ebenen die vhs Netzwerke pflegt. Ganz oben stehen für mich die Menschen, die sich unter dem Dach der vhs vernetzen. Kursteilnehmende, Dozentinnen und Dozenten machen sich gemeinsam auf, etwas Neues zu lernen, altes Wissen aufzufrischen oder zu vertiefen. So funktioniert Bildung ohnehin am besten. Im gegenseitigen Austausch und im praktischen Erfahren lernt man besser als allein im stillen Kämmerlein.

Auch die Organisation vhs ist vernetzt: Innerhalb der Trägerkommunen, mit Kooperationspartnern und im Verband. Ideen werden ausgetauscht, gegenseitig Hilfe angeboten, Best Practice Beispiele dienen als Vorlage für andere. Ich verstehe es als unseren Auftrag, immer wieder das Gespräch zu suchen, um zu erfahren, wo der Schuh drückt. Welchen Weiterbildungsbedarf gibt es in unseren Kommunen? Wo können wir helfen? Querschnittsthemen wie Digitalisierung, Nachhaltigkeit und

Diversität sind Bereiche, in denen sowohl Netzwerkarbeit als auch Weiterbildung gefragt sind.

In diesem Sinne: Lassen Sie uns im Gespräch bleiben. Haben Sie Anregungen und Wünsche an uns? Dann teilen Sie uns diese doch einfach mit. Die vhs Hannover Land ist gern die Plattform, auf der sich Menschen, Vereine und Organisationen untereinander vernetzen.

Herzliche Grüße,  
Ihre

**Martina Behne**

Geschäftsführerin der vhs Hannover Land



**MARTINA BEHNE**  
Verbandsgeschäftsführerin

### TIPP Das hat uns noch gefehlt!

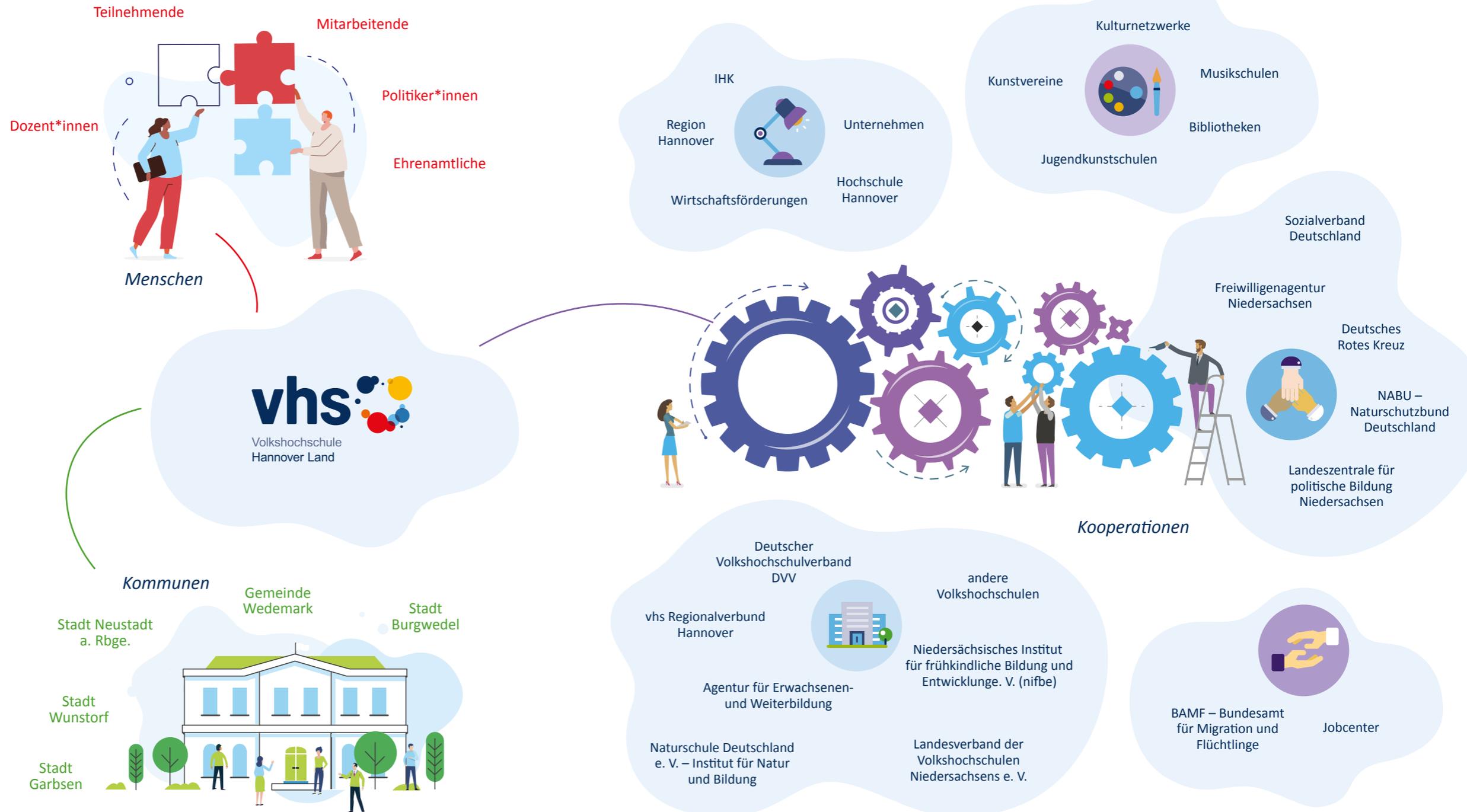
Haben Sie eine Idee für einen Kurs, den Sie gern einmal besuchen möchten, den wir aber noch nicht im Programm haben? Oder möchten Sie selbst einen Kurs geben und Dozent\*in werden? Ihre Anregungen sind Gold wert.

Schreiben Sie uns einfach eine E-Mail an [info@vhs-hannover-land.de](mailto:info@vhs-hannover-land.de)

## vhs vernetzt

Die vhs Hannover Land lebt durch ein großes Netzwerk aus Menschen und Kooperationspartnern, die gemeinsam die Idee von Bildung und Weiterbildung voranbringen.

Nicht alle Partner\*innen können aufgeführt werden. Dennoch macht die Infografik mehr als deutlich, wie umfassend und wertvoll Vernetzung für die Weiterbildung ist.





# KULTURELLE BILDUNG

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.

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



*„Jedes Kunstwerk ist eigentlich eine Skizze, die erst durch Fantasie vollendet wird“ S.Graff*

*Das weiße Blatt lacht mich an, der erste Buchstabe will einfach nicht auf das Papier. Die weiße Leinwand, wird sie weiß bleiben? Statt Musik Stille. Ich würde so gerne, aber ich finde den Anfang nicht. Ich bin nicht kreativ!*

*„Denke nicht an das Erschaffen von Kunst, sondern mach es einfach... Lass alle anderen entscheiden, ob es gut oder schlecht ist... Während sie sich entscheiden, erschaffe noch mehr Kunst.“*

*A. Warhol*

*Kunst und Kultur liegt ein Handwerk zugrunde, das für Jede und Jeden erlernbar ist!*

**CLAUDIA NICOLAI**  
Leiterin des Fachbereichs  
Kulturelle Bildung

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

## Neugierig? Das sind unsere Highlights!

### Dekorativ:

#### Weihnachtskeramik

Stilvolle Deko-Ideen für Weihnachten aus Ton, z. B. Adventskränze, Lichtkugeln, Baumschmuck.

**Neustadt FR/SA 20./21.10.2023** 2 Termine  
Gudrun-Sophie Frommhage-Davar  
» 232KH6293 | 89,00 €

### Duften:

#### Walddüfte – gesund und kraftvoll

Wir mischen ein kräftigendes Raumspray für die Winterzeit mit ätherischen Ölen des Waldes.

**Burgwedel MO 13.11.2023** 19:00 – 21:15 Uhr | 1 Termin  
Dorothea zum Eschenhoff » 232KP1021 | 19,00 €



### Kreativ:

#### Stuhl-Upcycling

Selbst im verschlissenen und kaputten Zustand können Stühle noch zu Design-Objekten werden.

**Wedemark FR – SO 17. – 19.11.2023** 3 Termine  
Viola Wahner » 232KH3024 | 116,00 €

### Weihnachtlich:

#### Fröbelsterne – Besondere Papierkunstwerke im Advent

Der Fröbelstern ist ein dreidimensionaler Stern, der aus Papier geflochten wird und in unterschiedlichen Formaten und Farben gestaltet werden kann.

**Garbsen SA 02.12.2023** 10:00 – 13:00 Uhr | 1 Termin  
Marina Zurek » 232KH1012 | 23,00 €

## Kurse 2/2023

|   |  |
|---|--|
| <b>N</b> Schiff Ahoi! Die Entwicklung des Hamburger Hafens von den Anfängen bis Heute<br>Vom kleinen Binnenhafen zu einem der größten Weltseehäfen.<br>THOMAS MEDENWOLD »232KK0015   27,00 €                    | <b>Hamburg</b><br>13.08.2023<br>10:00 – 16:00 Uhr   1 Termin (So.)             |
| <b>K</b> Zeichnen macht Spaß<br>Wie erziele ich Tiefenwirkungen, Tonabstufungen sensibler Grautöne, Schraffuren, ...?<br>KARIN BACH »232KG1125   115,00 €   | <b>Wunstorf</b><br>ab 04.09.2023<br>09:15 – 11:30 Uhr   10 Termine (immer Mo.) |
| <b>K</b> Zeichnen – Grundkurs<br>Der systematische Aufbau: Linie, Form, Fläche, Zeichnen nach der Natur<br>KARIN BACH »232KG1115   115,00 €   | <b>Wunstorf</b><br>ab 04.09.2023<br>18:00 – 20:15 Uhr   10 Termine (immer Mo.) |
| <b>Square Dance, Anfängerkurs</b><br>Amerikanischer Volkstanz – eine Art „Gehirnjogging!“<br>JENS ERIK PAUL »232KP0043   86,00 €  | <b>Neustadt</b><br>ab 04.09.2023<br>19:00 – 20:30 Uhr   7 Termine (immer Mo.)  |
| <b>K</b> Die Kunst des schönen Schreibens<br>Moderne Kalligraphie, Lettering und Faux Calligraphy.<br>SABINE AMTSBERG »232KG4041   47,50 €  | <b>Burgwedel</b><br>ab 05.09.2023<br>16:30 – 18:45 Uhr   2 Termine (immer Di.) |
| <b>N</b> Die Freiheit in der Malerei – Experimentierfreude im malerischen Prozess<br>Entdecken Sie, was möglich ist mit Spachtel, Pinsel, Wasser und anderen Materialien.<br>VIOLA WAHNER »232KG3011   205,00 € | <b>Burgwedel</b><br>ab 07.09.2023<br>17:30 – 20:00 Uhr   8 Termine (immer Do.) |
| <b>Square Dance, Anfängerkurs</b><br>Amerikanischer Volkstanz – eine Art „Gehirnjogging!“<br>JENS ERIK PAUL »232KP0033   86,00 €  | <b>Garbsen</b><br>ab 07.09.2023<br>19:00 – 20:30 Uhr   7 Termine (immer Do.)   |
| <b>K</b> VHS-Theatergruppe<br>Theaterbegeisterte mit oder ohne Vorerfahrung jederzeit willkommen.<br>MARTIN BOSSERT »232KP7993   88,00 €  | <b>Neustadt</b><br>ab 07.09.2023<br>19:00 – 21:00 Uhr   15 Termine (immer Do.) |
| <b>N</b> Die Freiheit in der Malerei – Experimentierfreude im malerischen Prozess<br>Entdecken Sie, was möglich ist mit Spachtel, Pinsel, Wasser und anderen Materialien.<br>VIOLA WAHNER »232KG3014   205,00 € | <b>Wedemark</b><br>ab 08.09.2023<br>09:30 – 12:00 Uhr   8 Termine (immer Fr.)  |



**JETZT ANMELDEN!**



**Gaby Burgdorf**  
Per Mail: burgdorf@vhs-hannover-land.de  
Am Telefon: 05032 90144-82



Alle aktuellen Kurse und zusätzliche Infos finden Sie auf [www.vhs-hannover-land.de](http://www.vhs-hannover-land.de)

Kulturelle Bildung

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

**Gitarre 4 für Frauen – Fortgeschrittene, auch für Senior\*innen geeignet** **Wedemark**  
 Weitere Akkorde, Zupf- und Schlagtechniken werden hinzugelernt. **ab 12.09.2023**  
 KARIN KOSSEL »232KM2074 | 140,00 € 15:55 – 16:55 Uhr | 12 Termine (immer Di.)

**Gitarre 5 für Frauen – Fortgeschrittene, auch für Senior\*innen geeignet** **Wedemark**  
 Weitere Akkorde, Zupf- und Schlagtechniken werden hinzugelernt. **ab 12.09.2023**  
 KARIN KOSSEL »232KM2084 | 140,00 € 17:05 – 18:05 Uhr | 12 Termine (immer Di.)

**K Malen mit Acryl, Pastellkreide oder Malmaterial nach Wahl** **Wunstorf**  
 Moderne Farben aus der Tube. Die Bildgestaltung mit Acryl ist vielseitig und einfach. **12.09. | 22.09. | 23.09.2023**  
 KARIN BACH »232KG2015 | 69,00 € Di. 10:00 – 15:15 Uhr | Fr. 18:00 – 21:15 Uhr | Sa. 10:00 – 16:30 Uhr | 3 Termine

**Ukulele 2 für Frauen, auch für Seniorinnen geeignet** **Wedemark**  
 KARIN KOSSEL »232KM3024 | 163,00 € **ab 13.09.2023** 16:30 – 17:30 Uhr | 14 Termine (immer Mi.)

**Ukulele 3 für Frauen, auch für Seniorinnen geeignet** **Wedemark**  
 KARIN KOSSEL »232KM3044 | 163,00 € **ab 13.09.2023** 17:40 – 18:40 Uhr | 14 Termine (immer Mi.)

**Segelkurs Infotermin** **Neustadt**  
 Unterschiede der einzelnen Führerscheine und Voraussetzungen. **13.09.2023**  
 HANS-ALFRED TERNER »232KP0123 | 5,00 € 18:30 – 20:00 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**Singen macht glücklich** **Wedemark**  
 Wir singen Lieder aus den Bereichen Volkslied, Schlager, Rock, Pop und Lagerfeuer. **ab 13.09.2023**  
 KARIN KOSSEL »232KM2075 | 62,00 € 19:00 – 20:00 Uhr | 8 Termine (immer Mi.)

**J Klavier oder Keyboard, probiere es aus (6 – 9 Jahre)** **Neustadt**  
 VIKTORIJA CASPARY »232KMJ043 | 39,50 € **ab 16.09.2023** 09:30 – 10:30 Uhr | 3 Termine (immer Sa.)

**J Keyboard – Kids, mit Vorkenntnissen** **Neustadt**  
 VIKTORIJA CASPARY »232KMJ013 | 39,00 € **ab 16.09.2023** 10:40 – 11:40 Uhr | 3 Termine (immer Sa.)

**N Schönheitskur für alte Gärten** **Wunstorf**  
 Erste Schritte zur Umgestaltung werden aufgezeigt und pflegeleichte Pflanzkombinationen gezeigt. **16.09.2023**  
 CLAUDIA KRAUSS »232KP0072 | 25,00 € 14:00 – 17:15 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**Klavier Anfängerkurs** **Neustadt**  
 Wollten Sie schon immer einmal Klavierspielen lernen, aber es hat sich bisher nie ergeben? **16.09.2023**  
 VIKTORIJA CASPARY »232KM0033 | 39,50 € 12:00 – 13:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**Einfach selbst genäht** **Garbsen**  
 Verwirklichen eigener Nähprojekte. **ab 18.09.2023**  
 MARINA ZUREK »232KH0012 | 69,00 € 17:45 – 20:45 Uhr | 3 Termine (immer Mo.)

**Hand- und Brushlettering – Einsteigerkurs** **Burgwedel**  
 Handgeschriebene, gezeichnete/gemalte Buchstaben können so viel mehr ausdrücken als das geschriebene Wort **ab 19.09.2023**  
 SABINE AMTSBERG »232KG4081 | 47,50 € 16:30 – 18:45 Uhr | 2 Termine (immer Di.)

**Gitarre 2 für Frauen, auch für Senior\*innen geeignet** **Wedemark**  
 KARIN KOSSEL »232KM2064 | 82,00 € **ab 19.09.2023** 18:20 – 19:20 Uhr | 7 Termine (immer Di.)

**K Sportbootführerschein Geltungsbereich Binnen unter Segel und Motor** **Neustadt**  
 Der Kursus bereitet ausführlich auf die theoretische Prüfung vor. **ab 19.09.2023**  
 HANS-ALFRED TERNER »232KP0093 | 90,00 € 18:30 – 20:15 Uhr | 8 Termine (immer Di.)

**K Sportbootführerschein Geltungsbereich See** **Neustadt**  
 Der Kurs bereitet Sie auf die theoretische Prüfung für den Sportbootführerschein See vor. **ab 20.09.2023**  
 HANS-ALFRED TERNER »232KP6023 | 130,00 € 18:30 – 20:15 Uhr | 9 Termine (immer Mi.)

**K Allein wäre ich nicht gegangen – für Frauen – Kurs 1** **Andere**  
 Wir besuchen Oper, Ballett, Theater, Kabarett, Kleinkunst oder andere Veranstaltungen. **21.09.2023**  
 GISELA ROTHER »232KK0035 | 58,00 € 18:30 – 20:45 Uhr | 1 Termin (Do.)

**K Sportküstenschifferschein (SKS)** **Neustadt**  
 Führerschein zum Führen von Yachten mit Antriebsmaschine und unter Segel in Küstengewässern. **ab 21.09.2023**  
 HANS-ALFRED TERNER »232KP6033 | 155,00 € 18:30 – 20:15 Uhr | 15 Termine (immer Do.)

**N Ein Tag mit Pferden** **Neustadt**  
 Für alle, die Pferde schon immer einmal aus nächster Nähe kennenlernen wollten. **23.09.2023**  
 DOROTHEA KRIESEL »232KP2013 | 85,50 € 10:00 – 16:45 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**K Literaturgesprächskreis – Jetzt wird's klassisch** **Wunstorf**  
 Eine literarische Auseinandersetzung mit verschiedenen Autoren und Werken. **ab 27.09.2023**  
 MARTIN DREBS »232KP0045 | 78,00 € 10:00 – 12:15 Uhr | 8 Termine (immer Mi.)

**K Allein wäre ich nicht gegangen – für Frauen – Kurs 2** **Wunstorf**  
 Wir besuchen die Oper, Ballett, Theater, Kabarett, Kleinkunst oder andere Veranstaltungen. **28.09.2023**  
 GISELA ROTHER »232KK0045 | 58,00 € 18:30 – 20:45 Uhr | 1 Termin (Do.)

**Herbstliche Blumenkränze mit Aquarell** **Wunstorf**  
 SUSANNE LANGELOH »232KG0085 | 78,00 € **29.09. | 30.09.2023** Fr. 18:00 – 21:00 Uhr | Sa. 10:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine

**K Goldschmiede-Werkstatt** Neustadt  
 Grundtechniken erlernen und selbst entworfenen Schmuckstücke aus Silber fertigen. 06.10. | 07.10.2023  
 GERHARD HOLZAPFEL »232KH6023 | 98,00 € Fr. 17:30 – 21:15 Uhr | Sa. 09:30 – 17:00 Uhr | 2 Termine

**Jetzt – Mein Seelen Spiegel Pferd** Neustadt  
 Ein Achtsamkeitstraining mit Pferden für Frauen, die wieder im Augenblick leben wollen. 07.10.2023  
 DOROTHEA KRIESEL »232KP2003 | 85,50 € 10:00 – 16:45 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**Grundkurs Zeichnen für Anfänger** Garbsen  
 Sie lernen mit Hilfe verschiedener Techniken wie z.B., Perspektive und Räumlichkeit zu zeichnen. 09.10.2023  
 ANNA FRIEDMANN-GULYANSKA »232KG0012 | 85,00 € 19:00 – 20:30 Uhr | 5 Termine (immer Mo.)

**Vortrag: Wohnpsychologie – Die Kunst des glücklichen Wohnens** Online  
 DR. BARBARA PERFAHL »232KH1130 | kostenfrei 12.10.2023 19:00 – 20:00 Uhr | 1 Termin (Do.)

**Bunt ins Wochenende** Neustadt  
 Atem holen – zur Ruhe kommen – Kreativität entdecken, Malen mit Aquarellfarben. 13.10.2023  
 GISELA KIRMIZI »232KG0003 | 35,00 € 18:30 – 20:45 Uhr | 1 Termin (Fr.)

**Nähezeit – Einfach selbstgenäht** Neustadt  
 Alle Nähbegeisterten sind herzlich willkommen, ob Nähanfänger\*innen oder Fortgeschrittene. 14.10. | 15.10.2023  
 MARINA ZUREK »232KH0083 | 63,00 € Sa. 10:00 – 16:00 Uhr | So. 10:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine

**Square Dance, Info-Tag** Neustadt  
 Amerikanischer Volkstanz – eine Art „Gehirnjogging!“ 14.10.2023  
 JENS ERIK PAUL »232KP0053 | 25,00 € 14:00 – 19:00 Uhr | 1 Termine (Sa.)

**Durch Malen die inneren Kraftquellen entdecken** Neustadt  
 Atem holen – zur Ruhe kommen – Kreativität entdecken, Malen mit Aquarellfarben. ab 19.10.2023  
 GISELA KIRMIZI »232KG0013 | 98,00 € 18:30 – 20:45 Uhr | 3 Termine (immer Do.)

**N Weihnachtskeramik** Neustadt  
 Stilvolle Deko - Ideen für Weihnachten aus Ton. Adventskränze, Lichtkugeln, Baumschmuck.... 20.10. | 21.10.2023  
 GUDRUN-SOPHIE FROMMHAGE-DAVAR »232KH6293 | 89,00 € Fr. 18:00 – 21:00 Uhr | Sa. 11:00-17:00 Uhr | 3 Termine (immer Mi.)

**N Stuhl-Upcycling** Burgwedel  
 Selbst im verschlissenen und kaputten Zustand können Stühle noch zu Design-Objekten werden. 27.–29.10.2023  
 VIOLA WAHNER »232KH3021 | 116,00 € Fr. 17:30 – 20:00 Uhr | Sa. 10:00 – 16:00 | So. 11:00 – 16:00 Uhr | 3 Termine

**Workshop Aquarell: Farbenfrohe Herbstbäume** Neustadt  
 Wir lassen uns direkt von der Natur mit ihren wunderbaren Farben inspirieren. 27.10 | 28.10.2023  
 UTE THÖNISSEN »232KG0043 | 72,00 € Fr. 18:00 – 21:00 Uhr | Sa. 10:00 – 18:00 Uhr | 2 Termine

**K Freie Malerei mit Acryl oder Aquarell für Fortgeschrittene** Garbsen  
 Landschaften, Blumen, Porträt, Akt oder moderne Malexperimente mit Spachtelmassen. ab 01.11.2023  
 MARTINA HEGER »232KG0002 | 110,00 € 09:00 – 12:00 Uhr | 7 Termine (immer Mi.)

**K Dänische Stickerei** Burgwedel  
 ANNEMARIE THEEL-EVERS »232KH3011 | 48,00 € ab 02.11.2023 18:00 – 20:45 Uhr | 4 Termine (immer Do.)

**K Luxus pur: Ein individuelles Naturparfum** Burgwedel  
 Nach einer Einführung kreieren Sie aus der Fülle der Naturdüfte Ihr eigenes Naturparfüm. 03.11.2023  
 DOROTHEA ZUM ESCHENHOFF »232KP1011 | 31,00 € 17:00 – 20:45 Uhr | 1 Termin (Fr.)

**Nähezeit – Einfach selbstgenäht** Burgwedel  
 Alle Nähbegeisterten sind herzlich willkommen, ob Nähanfänger\*innen oder Fortgeschrittene. 04.11. | 05.11.2023  
 MARINA ZUREK »232KH0011 | 63,00 € Sa. 17:00 - 20:15 Uhr | So. 10:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine

**N Pferdesprache lernen** Neustadt  
 Ein Basis-Sprachkurs für alle, die sich mit Pferden „besser verstehen“ wollen. 04.11.2023  
 DOROTHEA KRIESEL »232KP2023 | 85,50 € 10:00 – 16:45 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**N Im Blumenrausch schwelgen – planen Sie das nächste Gartenjahr** Wunstorf  
 Der Herbst ist eine ideale Zeit um fürs nächste Gartenjahr zu planen und zu pflanzen. 05.11.2023  
 CLAUDIA KRAUSS »232KP0082 | 25,00 € 14:00 – 17:15 Uhr | 1 Termin (So.)

**K Malen mit Acryl** Wunstorf  
07.11. | 17.11. | 18.11.2023  
 KARIN BACH »232KG2025 | 69,00 € Di. 18:00 – 19:30 Uhr | Fr. 18:00 – 21:15 Uhr | Sa. 10:00 – 16:30 Uhr | 3 Termine

**J Klavier oder Keyboard, probiere es aus (6 – 9 Jahre)** Neustadt  
 VIKTORIJA CASPARY »232KMJ043 | 39,50 € ab 11.11.2023 09:30 – 10:30 Uhr | 3 Termine (immer Sa.)

**N Ein Tag mit Pferden** Neustadt  
 Für alle, die Pferde schon immer einmal aus nächster Nähe kennenlernen wollten. 11.11.2023  
 DOROTHEA KRIESEL »232KP2043 | 85,50 € 10:00 – 16:45 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**J Keyboard – Kids, mit Vorkenntnissen** Neustadt  
 VIKTORIJA CASPARY »232KMJ063 | 39,00 € ab 11.11.2023 10:40 – 11:40 Uhr | 3 Termine (immer Sa.)

**Klavier Anfängerkurs** Neustadt  
 Wollten Sie schon immer einmal Klavierspielen lernen, aber es hat sich bisher nie ergeben? ab 11.11.2023  
 VIKTORIJA CASPARY »232KM0043 | 39,50 € 12:00 – 13:00 Uhr | 3 Termine (immer Sa.)

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

**N Walddüfte – gesund und kraftvoll** **Burgwedel**  
Wir mischen ein kräftigendes Raumspray für die Winterzeit mit ätherischen Ölen des Waldes.  
DOROTHEA ZUM ESCHENHOFF »232KP1021 | 19,00 € 19:00 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mo.)  
**13.11.2023**

**Einfach selbst genäht** **Garbsen**  
Verwirklichen eigener Nähprojekte.  
MARINA ZUREK »232KH0022 | 69,00 € 17:45 – 20:45 Uhr | 3 Termine (immer Di.)  
**14.11.2023**

**N Stuhl-Upcycling** **Wedemark**  
Selbst im verschlissenen und kaputten Zustand können Stühle noch zu Design-Objekten werden.  
VIOLA WAHNER »232KH3024 | 116,00 € Fr. 17:30 – 20:00 Uhr | Sa. 10:00 – 16:00 Uhr | So. 11:00 – 16:00 Uhr | 3 Termine  
**17. – 19.11.2023**

**K Lettering Basics: Christmas Edition** **Burgwedel**  
Es wird weihnachtlich in unserem kompakten Einführungsworkshop ins Handlettering!  
SABINE AMTSBERG »232KG4061 | 71,00 € 16:30 – 18:45 Uhr | 3 Termine (immer Di.)  
**ab 21.11.2023**

**Aquarell malen lernen ganz entspannt: Mit der „Swatching“-Methode** **Neustadt**  
Wir experimentieren mit Farbproben, Farbwirkungen, Mischungen und Auftragsweisen.  
UTE THÖNISSEN »232KG0083 | 72,00 € Fr. 18:00 – 21:00 Uhr | Sa. 10:00 – 16:00 Uhr | 2 Termine  
**24.11. | 25.11.2023**

**K „Whiskykurs“ Schottischer Whisky nachgereift in unterschiedlichen Weinfässern** **Wunstorf**  
Whisky tasting  
WOLFGANG BANOVITS »232KP2115 | 71,00 € 17:00 – 21:30 Uhr | 1 Termin (Fr.)  
**01.12.2023**

**Einführungskurs: Malen mit „Gouache“** **Wunstorf**  
SUSANNE LANGELOH »232KG0055 | 78,00 € 01.12. | 02.12.2023 Fr. 18:00 – 21:00 Uhr | Sa. 10:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine

**N Das besondere Weihnachtsgeschenk** **Neustadt**  
Für Männer, die Gelegenheit für die Liebste ein Armband mit Swarovski Perlen zu fertigen.  
VIKTORIJA CASPARY »232KH0043 | 47,00 € 09:30 – 13:15 Uhr | 1 Termin (Sa.)  
**02.12.2023**

**N Das besondere Weihnachtsgeschenk aus Leder** **Neustadt**  
In diesem Workshop werden einmalige Schmuckstücke aus Leder hergestellt, Armbänder, Ringe....  
DIETER CASPARY »232KH0063 | 47,00 € 09:30 – 13:15 Uhr | 1 Termin (Sa.)  
**02.12.2023**

**N Fröbelsterne – Besondere Papierkunstwerke im Advent** **Garbsen**  
Sie lernen Fröbelsterne in vielen Formaten zu falten und zu gestalten.  
MARINA ZUREK »232KH1012 | 23,00 € 10:00 – 13:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)  
**02.12.2023**

**K „Unterschätzte Rebsorten“** **Wunstorf**  
Weinverkostungen  
WOLFGANG BANOVITS »232KP2145 | 73,00 € 15:00 – 18:45 Uhr | 1 Termin (Sa.)  
**02.12.2023**

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

**N Fröbelsterne - Besondere Papierkunstwerke im Advent** **Wedemark**  
Sie lernen Fröbelsterne in vielen Formaten zu falten und zu gestalten.  
MARINA ZUREK »232KH1014 | 23,00 € 15:00 – 18:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)  
**02.12.2023**

**Moodboard – Visualisieren von Gartenträumen** **Wunstorf**  
Eine Farb- und Typberatung für Ihren Garten. Welche Blumen und Farben passen zu mir, ...?  
CLAUDIA KRAUSS »232KP0105 | 21,00 € 15:00 – 17:15 Uhr | 1 Termin (Sa.)  
**09.12.2023**

**K Gartenkeramik am Wochenende – Anfänger\*innen und Fortgeschrittene** **Neustadt**  
GUDRUN-SOPHIE FROMMHAGE-DAVAR »232KH6193 | 89,00 € Fr. 18:00 – 21:00 | Sa. 11:00 – 17:00 Uhr | 2 Termine  
**05.01. | 06.01.2024**

**Tennis für Anfänger** **Neustadt**  
Schnupperkurs  
HENDRIK ERNST »232KP0193 | 80,00 € 10:00 – 11:30 Uhr | 3 Termine (immer Sa.)  
**ab 06.01.2024**

**Einfach selbst genäht** **Garbsen**  
Verwirklichen eigener Nähprojekte.  
MARINA ZUREK »232KH0032 | 69,00 € 17:45 – 20:45 Uhr | 3 Termine (immer Do.)  
**ab 11.01.2024**



„MIT ALLEN WASSERN  
GEWASCHEN“

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

Über 40 beeindruckende Bilder  
von 14 Künstlerinnen zeigen  
Menschen und Tiere über und  
unter Wasser, Regenwetter  
oder Strandurlaub, leere Fla-  
schen oder Cocktails. Verschie-  
dene Techniken wie Acryl- und  
Aquarellmalerei, Ölpastelle  
und Mixed Media.

Ausstellungseröffnung:  
Freitag, 17. November, 15 Uhr  
in der Geschäftsstelle  
Neustadt, Schlosstr. 1.



# FOTOGRAFIE

*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.*

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



***Fotografieren ist das Festhalten besonderer Momente, die auch im vermeintlich Alltäglichen stecken. Jeder und jede von uns nimmt diese Momente verschieden wahr, wodurch immer individuelle Bilder entstehen. Die Auswahl und Präsentation, sei es als Fotobuch oder gerahmt an der Wand, verschaffen dem Bild schließlich die Aufmerksamkeit, die es verdient. Ich freue mich sehr darüber, Ihnen mit unseren Kursen Anregungen für die Aufnahme Ihrer persönlichen Erinnerungen anzubieten!***

**ALEXANDER LÜDER**  
 Leiter des Fachbereichs Fotografie

**FÜR FRAGEN & ANREGUNGEN:**  
[lueder@vhs-hannover-land.de](mailto:lueder@vhs-hannover-land.de)

## Im Fokus – unsere Highlights!

### Exklusiv:

#### Fotoclub Pro – Landschafts- und Naturfotografie

Der Kurs bietet eine neue Perspektive der Natur und verbessert fotografische Fähigkeiten in Kleingruppen mit maximal sechs Teilnehmenden.

**Wedemark** ab SA 23.09.2023 10:00 – 13:00 Uhr | 3 Termine  
Andreas Kaiser » 232FW0059 | 100,00 €

### Wild:

#### Vortrag: Deutschlands letzte Wildnis – Die Rückkehr der Natur?



Naturfotograf Sven Meurs zeigt unsere heimische Tierwelt in ihren letzten wilden Lebensräumen.

**Wunstorf, Abtei** FR 29.09.2023 19:00 – 21:30 Uhr  
Sven Meurs » 232FV0015 | 12,00 €

### Festlich:

#### Street-Fotografie auf dem Oktoberfest

After Work-Kurs für Fortgeschrittene: Wir suchen interessante Motive auf dem hannoverschen Schützenplatz, umgeben von den Lichtern der Fahrgeschäfte und Imbissbuden.

**Hannover** FR 06.10.2023 17:00 – 20:00 Uhr | 1 Termin  
Andreas Kaiser » 232FW0059 | 42,00 €

### Tiefgründig:

#### Ausdruck und Geschichten in Bildern zeigen

Wir lernen, mit unseren Fotos die Geschichten zu erzählen, die wir erzählen wollen und werden angeregt, den Kern unserer Bilder zu ergründen.

**Garbsen** SA 07.10.2023 10:00 – 14:15 Uhr | 1 Termin  
Philipp Martens » 232FE0012 | 55,00 €



**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](http://www.vhs-hannover-land.de)

Fotografie

## Kurse 2/2023

### N Fotostreifzüge durch die Natur

Wie fotografiert man Blumen, Pilze, Insekten, Vögel oder Reptilien?

ANDREAS KAISER »232FW0014 | 52,00 €

**Wedemark**

**02.09.2023**

09:00 – 13:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

### Fotoclub Pro – Portrait- und Peoplefotografie

3 Termine voller Eindrücke rund um die Fotografie inkl. Model-Shooting.

HUBERT BRENNER »232FC0015 | 100,00 €

**Wunstorf**

**ab 05.09.2023**

18:00 – 21:00 Uhr | 3 Termine (immer Di.)

### N Fotoclub Pro III – Portrait- und Peoplefotografie

3 Termine voller Eindrücke rund um die Fotografie inkl. Model-Shooting.

HUBERT BRENNER »232FC0035 | 100,00 €

**Wunstorf**

**ab 20.09.2023**

18:00 – 21:00 Uhr | 3 Termine (immer Mi.)

### K Die digitale Systemkamera (Spiegelreflex), Teil 1

Lernen Sie in Theorie und Praxis, Ihre Kamera zu bedienen.

ANDREAS OHRDORF »232FE0022 | 100,00 €

**Garbsen**

**23.09. | 24.09.2023**

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

### Fotoclub Pro II – Portrait- und Peoplefotografie

3 Termine voller Eindrücke rund um die Fotografie inkl. Model-Shooting.

HUBERT BRENNER »232FC0025 | 100,00 €

**Wunstorf**

**ab 27.09.2023**

18:00 – 21:00 Uhr | 3 Termine (immer Mi.)

### Street-Fotografie für Fortgeschrittene

Komponieren Sie das perfekte Zusammenspiel von Mensch und Architektur.

GUIDO KLUMPE »232FW0029 | 142,00 €

**Hannover**

**30.09.2023**

10:00 – 17:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

### Street-Fotografie für Einsteiger\*innen

Lernen Sie die grundlegenden Techniken der Straßenfotografie kennen.

ANDREAS KAISER »232FW0069 | 52,00 €

**Hannover**

**30.09.2023**

10:00 – 14:30 Uhr | 1 Termin (Sa.)

### N Architekturfotografie in Hannover

Charakteristische Bauwerke von der gotischen Architektur der Aegidienkirche bis zum modernen Bau der NordLB

MORITZ FRANKENBERG »232FW0099 | 44,00 €

**Hannover**

**23.09.2023**

13:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

### K Das abendliche Hannover – Fotografischer Spaziergang

Fotografieren Sie Hannover in stimmungsvollen Szenen und verschiedenen Lichtverhältnissen.

FRANK R. BÄHR »232FW0089 | 52,00 €

**Hannover**

**06.10.2023**

17:00 – 21:30 Uhr | 1 Termin (Fr.)

### N Das Portrait – Die Königsdisziplin der Fotografie

Dringen, draußen, natürliches Licht, Schatten, Aufsteck- oder Studioblitz

HUBERT BRENNER »232FS0015 | 66,00 €

**Wunstorf**

**07.10.2023**

11:00 – 15:30 Uhr | 1 Termin (Sa.)

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

**K Die digitale Systemkamera (Spiegelreflex), Teil 1**

Lernen Sie in der Theorie und mit vielen praktischen Übungen, Ihre Kamera zu bedienen.

ANDREAS OHRDORF »232FE0023 | 100,00 €

Neustadt

14.10. | 15.10.2023

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

**J Schöne Fotos leicht gemacht – Der Fotokurs für Kinder (10-14 Jahre)**

Unabhängig von deiner Kamera lernst du, wie du ein Foto am besten gestaltest.

ANDREAS OHRDORF »232FEJ035 | 59,00 €

Wunstorf

25. – 27.10.2023

10:00 – 12:00 Uhr | 3 Termine (Mi. – Fr.)

**K Abendliche Fotografie am Steinhuder Meer**

Im Herbst haben die Abendstunden am Steinhuder Meer fotografisch eine Menge zu bieten!

FRANK R. BÄHR »232FW0045 | 27,00 €

Wunstorf

03.11. | 08.11.2023

Fr. 18:00 – 19:30 Uhr | Mi. 18:00 – 18:45 Uhr | 2 Termine

**Abendliche Fotografie am Steinhuder Meer - Mit dem Smartphone**

Erzielen Sie auch mit dem Smartphone tolle Ergebnisse in einer reizvollen Umgebung!

FRANK R. BÄHR »232FW0055 | 27,00 €

Wunstorf

04.11. | 08.11.2023

Sa. 17:30 – 19:00 Uhr | Mi. 19:00 – 19:45 Uhr | 2 Termine

**K Bewegte Lichter in der Stadt**

Durch gezielte Einstellungen werden Sie stimmungsvolle Szenen im Dunkeln fotografieren.

HAUKE-CHRISTIAN DITTRICH »232FW0039 | 44,00 €

Hannover

10.11.2023

18:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Fr.)

**K Die digitale Systemkamera (Spiegelreflex), Teil 2**

Hier geht es um den kreativen Einsatz Ihrer Kamera.

ANDREAS OHRDORF »232FE0032 | 61,00 €

Garbsen

11.11.2023

09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**Anders sehen – neue Perspektiven entdecken**

Lernen Sie, warum ein Wechsel der Perspektive Ihre Fotos interessanter wirken lässt.

HAUKE-CHRISTIAN DITTRICH »232FW0049 | 44,00 €

Andere Orte

11.11.2023

14:00 – 17:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**K Die digitale Systemkamera (Spiegelreflex), Teil 1**

In der Theorie sowie durch viele praktische Übungen lernen Sie, Ihre Kamera zu bedienen.

STEFANIE BAUMANN »232FE0011 | 100,00 €

Burgwedel

18.11. | 19.11.2023

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

**J Schöne Fotos leicht gemacht – Der Fotokurs für Eltern und Kinder (10-14 Jahre)**

Nähern Sie sich zusammen mit Ihrem Kind dem Fotografie-Hobby.

ANDREAS OHRDORF »232FEJ014 | 62,00 €

Wedemark

18.11.2023

10:00 – 14:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**N Einstieg in die Bildbearbeitung mit Lightroom**

Lernen Sie am eigenen Computer mit Ihren eigenen Bildern.

MORITZ FRANKENBERG »232FE0010 | 44,00 €

Online

25.11.2023

18:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**K** Klassiker **N** Neu **J** Junge vhs **B** Bildungsurlaub**K U-Bahnhöfe in Hannover**

Unser Ziel ist es, stimmungsvolle, dynamische Szenen im Untergrund zu fotografieren.

FRANK R. BÄHR »232FW0079 | 52,00 €

Hannover

08.12.2023

18:00 – 22:00 Uhr | 1 Termin (Fr.)

**K Die digitale Systemkamera (Spiegelreflex), Teil 2**

Hier geht es um den kreativen Einsatz Ihrer Kamera.

STEFANIE BAUMANN »232FE0021 | 61,00 €

Burgwedel

09.12.2023

09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**J Schöne Fotos leicht gemacht – Der Fotokurs für Kinder (10-14 Jahre)**

Unabhängig von deiner Kamera lernst du, wie du ein Foto am besten gestaltest.

ANDREAS OHRDORF »241FEJ012 | 59,00 €

Garbsen

03. – 05.01.2024

10:00 – 12:00 Uhr | 3 Termine (Mi. – Fr.)

**N Das Portrait – Die Königsdisziplin der Fotografie**

Drinnen, draußen, natürliches Licht, Schatten, Aufsteck- oder Studioblitz

HUBERT BRENNER »241FS0015 | 66,00 €

Wunstorf

03.02.2024

11:00 – 15:30 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**BAHNHÖFE IN DER REGION**

Fotografien von Detlef Kohnen und Dieter Schwandt

Ausstellungseröffnung am Samstag, 04. November 2023, um 11:00 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus Wunstorf-Luthe. Die beiden Fotografen nehmen regelmäßig an den Fotokursen der vhs Hannover Land teil. Hier stellen sie einen Teil ihrer Arbeiten aus.



# GESUNDHEIT

*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.*

KURSE HIGHLIGHTS » S. 24

KURSE ÜBERSICHT » S. 25



*Frisch zubereitetes Essen ist ein Akt der Selbstfürsorge, vor allem wenn Geselligkeit und Spaß als wichtigste Zutaten in den Topf kommen. Für mich persönlich sollte die Freude immer im Vordergrund stehen, egal ob es um Kochkurse, Bewegungsangebote oder Entspannungs- und Meditationskurse geht. Was tut Ihnen gerade besonders gut? Wollen Sie sich mehr bewegen oder sind Sie auf der Suche nach Entschleunigung? **Sicher finden Sie in unserem Programm das Richtige. Wir freuen uns auf Sie!***

**MARTHA KORTE**  
Leiterin des Fachbereichs  
Gesundheit

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

## Für Ihr Wohlbefinden – unsere Highlights!

### Körper:

#### Yin Yoga

Im Yin Yoga werden die Körperstellungen des Yogas, die Asanas, für eine bestimmte Zeit gehalten. Dadurch erfolgt eine intensive Dehnung der entsprechenden Körperregionen.

**Wedemark** ab MI 08.11.2023 19:00 – 20:00 Uhr | 9 Termine | Stefanie Unger » 232GY0394 | 67,00 €

### Ruhe:

#### Schnupperkurs für Entspannungs- und Meditationstechniken

An diesem Abend erleben wir verschiedene Entspannungstechniken wie Progressive Muskelrelaxation, Autogenes Training, Atemtechniken und geführte Entspannungen durch kleine Übungen.

**Burgwedel** FR 17.11.2023 17:00 – 20:00 Uhr | 1 Termin  
Sylvia Behrens » 232GY0021 | 27,00 €

### Praktisch:

#### Stressmanagement – Gelassenheit im Alltag

In diesem Kurs nehmen wir den Stress genauer unter die Lupe und lernen verschiedene Stressmanagementmethoden kennen.

**Garbsen** ab MI 01.11.2023 18:30 – 20:00 Uhr | 8 Termine  
Penelope Bendoumou » 232GE0012 | 93,00 €



### Lustig:

#### Lachyoga

Entdecken Sie die wundersame Kraft des selbstbestimmten Lachens. Wir meditieren und entspannen mit Klangschalen, damit sich die Wirkung des Lachens im ganzen Körper zeigt.

**Wunstorf** DO 21.09.2023 18:30 – 20:15 Uhr | 1 Termin  
Silke Jansky » 232GY0055 | 21,00 €

## Kurse 2/2023

### Start verpasst? Kein Problem!

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

|   |  |
|---|--|
| <b>Sanftes Yoga am Samstag</b><br>GERDA-SUSANNE NIEBUHR »232GY0812   85,00 €                            | <b>Garbsen</b><br>ab 19.08.2023 11:00 – 12:30 Uhr   8 Termine (immer Sa.)  |
| <b>Präventive Fitnessgymnastik für Frauen</b><br>ELFI KORALL »232GF0272   45,00 €                       | <b>Garbsen</b><br>ab 21.08.2023 17:00 – 18:00 Uhr   7 Termine (immer Mo.)  |
| <b>Yoga für mehr Beweglichkeit</b><br>ELKE FRÖHLICH »232GY1305   63,00 €                                | <b>Wunstorf</b><br>ab 21.08.2023 17:45 – 18:45 Uhr   9 Termine (immer Mo.) |
| <b>Yoga für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen</b><br>GERDA-SUSANNE NIEBUHR »232GY0762   74,00 € | <b>Garbsen</b><br>ab 21.08.2023 18:00 – 19:30 Uhr   7 Termine (immer Mo.)  |
| <b>K Präventive Fitnessgymnastik für Frauen</b><br>ELFI KORALL »232GF0322   45,00 €                     | <b>Garbsen</b><br>ab 21.08.2023 18:10 – 19:10 Uhr   7 Termine (immer Mo.)  |
| <b>Yoga für den Rücken</b><br>NICOLETT SCHMITZ-ABSTOSS »232GY1664   88,00 €                             | <b>Wedemark</b><br>ab 22.08.2023 09:00 – 10:30 Uhr   7 Termine (immer Di.) |
| <b>Yoga für den Rücken</b><br>NICOLETT SCHMITZ-ABSTOSS »232GY1114   88,00 €                             | <b>Wedemark</b><br>ab 22.08.2023 10:45 – 12:15 Uhr   7 Termine (immer Di.) |
| <b>K Gymnastik für Senior*innen</b><br>SIEGLINDE SUFFRIAN »232GF0222   86,00 €                          | <b>Garbsen</b><br>ab 22.08.2023 17:00 – 18:00 Uhr   14 Termine (immer Di.) |
| <b>N Tanzen mit lateinamerikanischen Rhythmen</b><br>KATIA VERONICA GOLTERMANN »232GF0804   41,00 €     | <b>Wedemark</b><br>ab 22.08.2023 18:00 – 18:50 Uhr   7 Termine (immer Di.) |
| <b>Wassergymnastik/Aqua-Jogging</b><br>SANDRA ROTHER »232GW0472   49,00 €                               | <b>Garbsen</b><br>ab 22.08.2023 18:50 – 19:35 Uhr   7 Termine (immer Di.)  |
| <b>Yoga am Abend</b><br>GERDA-SUSANNE NIEBUHR »232GY1902   74,00 €                                      | <b>Garbsen</b><br>ab 22.08.2023 19:00 – 20:30 Uhr   7 Termine (immer Di.)  |
| <b>K Funktionsgymnastik 50+</b><br>MELANIE BÖRKE »232GF0512   57,00 €                                   | <b>Garbsen</b><br>ab 23.08.2023 17:00 – 18:00 Uhr   8 Termine (immer Mi.)  |
| <b>K Funktionsgymnastik für alle</b><br>MELANIE BÖRKE »232GF0462   57,00 €                              | <b>Garbsen</b><br>ab 23.08.2023 18:00 – 19:00 Uhr   8 Termine (immer Mi.)  |

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

**JETZT ANMELDEN!**



Katarzyna Duda  
Per Mail: [duda@vhs-hannover-land.de](mailto:duda@vhs-hannover-land.de)  
Am Telefon: 05032 90144-51



Alle aktuellen Kurse und zusätzliche Infos finden Sie auf [www.vhs-hannover-land.de](http://www.vhs-hannover-land.de)

Gesundheit

|  |  |
|--|--|
| <b>K</b> <b>Fitnessstraining für Männer</b><br>MELANIE BÖRKE »232GF0412   57,00 €          | <b>Garbsen</b><br>ab 23.08.2023 19:00 – 20:00 Uhr   8 Termine (immer Mi.)  |
| <b>Bodyweight Training</b><br>TAHAR BAOUCHE »232GF0725   55,00 €                           | <b>Wunstorf</b><br>ab 23.08.2023 19:00 – 20:00 Uhr   8 Termine (immer Mi.) |
| <b>K</b> <b>Wirbelsäulengymnastik</b><br>CORA LAMMERS »232GR0214   58,00 €                 | <b>Wedemark</b><br>ab 24.08.2023 12:30 – 13:30 Uhr   8 Termine (immer Do.) |
| <b>K</b> <b>Wirbelsäulengymnastik</b><br>CORA LAMMERS »232GR0264   58,00 €                 | <b>Wedemark</b><br>ab 24.08.2023 13:40 – 14:40 Uhr   8 Termine (immer Do.) |
| <b>K</b> <b>Präventive Rückenfitness</b><br>CORA LAMMERS »232GF0664   58,00 €              | <b>Wedemark</b><br>ab 24.08.2023 18:00 – 19:00 Uhr   8 Termine (immer Do.) |
| <b>Lachyoga</b><br>SILKE JANSKY »232GY0045   21,00 €                                       | <b>Wunstorf</b><br>24.08.2023 18:00 – 20:15 Uhr   1 Termin (Do.)           |
| <b>Yoga für mehr Beweglichkeit</b><br>ELKE FRÖHLICH »232GY1405   63,00 €                   | <b>Wunstorf</b><br>ab 24.08.2023 18:00 – 19:00 Uhr   9 Termine (immer Do.) |
| <b>N</b> <b>Yoga am Morgen</b><br>CARINA KOSTRZEWA »232GY0923   46,00 €                    | <b>Neustadt</b><br>ab 28.08.2023 09:00 – 10:00 Uhr   6 Termine (immer Mo.) |
| <b>N</b> <b>Yoga am Morgen</b><br>CARINA KOSTRZEWA »232GY0973   46,00 €                    | <b>Neustadt</b><br>ab 28.08.2023 10:15 – 11:15 Uhr   6 Termine (immer Mo.) |
| <b>Power-Pilates</b><br>STEFFI FRITZE »232GP0224   69,00 €                                 | <b>Wedemark</b><br>ab 28.08.2023 18:00 – 19:30 Uhr   6 Termine (immer Mo.) |
| <b>Mit Meditation zu mehr Leichtigkeit im Leben</b><br>PASCAL PORCHER »232GE0825   63,00 € | <b>Wunstorf</b><br>ab 28.08.2023 19:00 – 20:30 Uhr   6 Termine (immer Mo.) |
| <b>Kraft- und Ausdauertraining</b><br>TAHAR BAOUCHE »232GF0745   41,00 €                   | <b>Wunstorf</b><br>ab 28.08.2023 19:00 – 20:00 Uhr   6 Termine (immer Mo.) |
| <b>Bodystyling</b><br>STEFFI FRITZE »232GF0624   69,00 €                                   | <b>Wedemark</b><br>ab 28.08.2023 19:40 – 21:10 Uhr   6 Termine (immer Mo.) |
| <b>Präventives Rückentraining und Nackenschule</b><br>SILVIA FREY »232GR0162   45,00 €     | <b>Garbsen</b><br>ab 29.08.2023 09:00 – 10:00 Uhr   6 Termine (immer Di.)  |
| <b>Hatha- Yoga (ZPP zertifizierter Kurs)</b><br>AILEEN UNKRODT »232GY2073   96,00 €        | <b>Neustadt</b><br>ab 29.08.2023 16:45 – 18:15 Uhr   8 Termine (immer Di.) |
| <b>Kraft- und Ausdauertraining</b><br>TAHAR BAOUCHE »232GF0563   48,00 €                   | <b>Neustadt</b><br>ab 31.08.2023 18:00 – 19:00 Uhr   7 Termine (immer Do.) |
| <b>K</b> <b>Yoga für mehr Entspannung</b><br>GERDA-SUSANNE NIEBUHR »232GY0512   52,00 €    | <b>Garbsen</b><br>ab 31.08.2023 18:15 – 19:15 Uhr   7 Termine (immer Do.)  |

|  |  |
|--|--|
| <b>K</b> <b>Yoga für die Kondition und einen gesunden Körper</b><br>GERDA-SUSANNE NIEBUHR »232GY0562   52,00 €                   | <b>Garbsen</b><br>ab 31.08.2023 19:30 – 20:30 Uhr   7 Termine (immer Do.)  |
| <b>Präventives Rückentraining und Nackenschule</b><br>SILVIA FREY »232GR0062   45,00 €   | <b>Garbsen</b><br>ab 01.09.2023 09:00 – 10:00 Uhr   7 Termine (immer Fr.)  |
| <b>N</b> <b>Yoga mit Tönen und Chanten</b><br>INGRID MÖLLER »232GY0452   32,00 €   | <b>Garbsen</b><br>ab 01.09.2023 15:00 – 16:30 Uhr   3 Termine (immer Fr.)  |
| <b>N</b> <b>Meditationsworkshop – Tief durchatmen: Der Workshop für mehr Wohlbefinden</b><br>PASCAL PORCHER »232GE0835   23,00 € | <b>Wunstorf</b><br>02.09.2023 09:30 – 12:30 Uhr   1 Termin (Sa.)           |
| <b>Lachyoga</b><br>SILKE JANSKY »232GY0025   21,00 €   | <b>Wunstorf</b><br>02.09.2023 14:00 – 16:15 Uhr   1 Termin (Sa.)           |
| <b>Yin Yoga</b><br>CARINA KOSTRZEWA »232GY1003   49,00 €   | <b>Neustadt</b><br>ab 04.09.2023 17:30 – 18:45 Uhr   5 Termine (immer Mo.) |
| <b>Hatha Yoga mit Pilateselementen</b><br>SYLVIA STOEPPER »232GY0312   44,00 €   | <b>Garbsen</b><br>ab 06.09.2023 16:30 – 17:30 Uhr   6 Termine (immer Mi.)  |
| <b>N</b> <b>Yoga auf dem Stuhl</b><br>STEFANIE UNGER »232GY0484   49,00 €  | <b>Wedemark</b><br>ab 06.09.2023 17:30 – 18:30 Uhr   6 Termine (immer Mi.) |
| <b>Yin Yoga</b><br>SYLVIA STOEPPER »232GY0362   44,00 €  | <b>Garbsen</b><br>ab 09.09.2023 17:45 – 18:45 Uhr   6 Termine (immer Mi.)  |
| <b>N</b> <b>Stressmanagement – Gelassenheit im Alltag</b><br>PENELOPE BENDOU MOU »232GE0002   70,00 €                            | <b>Garbsen</b><br>ab 06.09.2023 18:30 – 20:00 Uhr   6 Termine (immer Mi.)  |
| <b>N</b> <b>Yin Yoga</b><br>STEFANIE UNGER »232GY0384   49,00 €  | <b>Wedemark</b><br>ab 06.09.2023 19:00 – 20:00 Uhr   6 Termine (immer Mi.) |
| <b>Präventives Rückentraining und Nackenschule</b><br>SILVIA FREY »232GR0202   45,00 €   | <b>Garbsen</b><br>ab 06.09.2023 09:00 – 10:00 Uhr   6 Termine (immer Mi.)  |
| <b>Präventives Rückentraining und Nackenschule</b><br>SILVIA FREY »232GR0192   45,00 €   | <b>Garbsen</b><br>ab 07.09.2023 09:00 – 10:00 Uhr   6 Termine (immer Do.)  |
| <b>J</b> <b>Kinderyoga (1. – 4. Klasse)</b><br>SYLVIA STOEPPER »232GY102   39,00 €   | <b>Garbsen</b><br>ab 08.09.2023 16:00 – 17:00 Uhr   5 Termine (immer Fr.)  |
| <b>N</b> <b>Mit YinYang-Yoga ins Wochenende</b><br>SYLVIA STOEPPER »232GY052   39,00 €   | <b>Garbsen</b><br>ab 08.09.2023 17:15 – 18:15 Uhr   5 Termine (immer Fr.)  |

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

**Hatha- Yoga (ZPP zertifizierter Kurs)**

AILEEN UNKRODT »232GY2013 | 96,00 €

Neustadt

ab 13.09.2023 09:45 – 11:15 Uhr | 8 Termine (immer Mi.)

**N Yoga basics – zum Schnuppern**

SYLVIA BEHRENS »232GY0001 | 23,00 €

Burgwedel

15.09.2023 17:00 – 19:15 Uhr | 1 Termin (Fr.)

**N Meditationsworkshop – Mehr Glück und Zufriedenheit**

PASCAL PORCHER »232GE0855 | 23,00 €

Wunstorf

16.09.2023 10:00 – 13:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**Aktive Mittagspause leichter Rücken – Onlinekurs**

NATALJA SEEL »232GP0550 | 10,00 €

Online

ab 18.09.2023 11:00 – 11:15 Uhr | 6 Termine (immer Mo.)

**Fitness und Bodyshape**

HEIKE DÖBBECKE »232GF0102 | 70,00 €

Garbsen

ab 19.09.2023 18:10 – 19:10 Uhr | 10 Termine (immer Di.)

**Rücken Fit – Onlinekurs**

NATALJA SEEL »232GR0310 | 50,00 €

Online

ab 19.09.2023 19:00 – 19:45 Uhr | 10 Termine (immer Di.)

**Fazien Yoga – Onlinekurs**

NATALJA SEEL »232GY1160 | 66,00 €

Online

ab 19.09.2023 20:00 – 21:00 Uhr | 10 Termine (immer Di.)

**Aktive Mittagspause mit Schwerpunkt auf Rücken, Bauch und Beckenboden**

NATALJA SEEL »232GY1150 | 66,00 €

Online

ab 20.09.2023 10:30 – 11:30 Uhr | 10 Termine (immer Mi.)

**Pilates – Onlinekurs**

NATALJA SEEL »232GP0560 | 66,00 €

Online

ab 20.09.2023 18:00 – 19:00 Uhr | 10 Termine (immer Mi.)

**Yoga und Pilates – Onlinekurs**

NATALJA SEEL »232GR0320 | 83,00 €

Online

ab 20.09.2023 19:15 – 20:30 Uhr | 10 Termine (immer Mi.)

**Lachyoga**

SILKE JANSKY »232GY0055 | 21,00 €

Wunstorf

21.09.2023 18:00 – 20:15 Uhr | 1 Termin (Do.)

**Fitness und Bodyshape**

HEIKE DÖBBECKE »232GF0152 | 70,00 €

Garbsen

ab 21.09.2023 18:20 – 19:20 Uhr | 10 Termine (immer Do.)

**Meditationsworkshop für Einsteiger\*innen**

ANIKA SCHLÜTER »232GE1143 | 23,00 €

Neustadt

22.09.2023 18:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Fr.)

**Stressmanagement**

ANDREA HUFENREUTER »232GE1051 | 25,00 €

Burgwedel

23.09.2023 09:30 – 12:30 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**Chang Chou Gong**

SYLVIA BEHRENS »232GY0011 | 27,00 €

Burgwedel

29.09.2023 17:00 – 20:00 Uhr | 1 Termin (Fr.)

**Meditationsworkshop für Einsteiger\*innen**

ANIKA SCHLÜTER »232GE1164 | 23,00 €

Wedemark

06.10.2023 18:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Fr.)

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



## Bildungsurlaub – Ihr gutes Recht!

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

### Bildungsurlaubs-Checkliste

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



Bildungsurlaub

Eine Übersicht unserer anerkannten Bildungsurlaube finden Sie hier:  
[www.vhs-hannover-land.de/bildungsurlaube](http://www.vhs-hannover-land.de/bildungsurlaube)

**Lachyoga** Wunstorf  
SILKE JANSKY »232GY0065 | 21,00 € 19.10.2023 18:00 – 20:15 Uhr | 1 Termin (Do.)

**Vortrag: Schlafstörungen** Online  
»232GM1150 | kostenfrei 19.10.2023 19:00 – 20:00 Uhr | 1 Termin (Do.)

**Lachyoga** Neustadt  
SILKE JANSKY »232GY0053 | 21,00 € 27.10.2023 16:00 – 18:15 Uhr | 1 Termine (Fr.)

**Präventives Rückentraining und Nackenschule** Garbsen  
SILVIA FREY »232GR0182 | 74,00 € ab 01.11.2023 09:00 – 10:00 Uhr | 10 Termine (immer Mi.)

**Hatha Yoga mit Pilateselementen** Garbsen  
SYLVIA STOEPPER »232GY0322 | 69,00 € ab 01.11.2023 16:30 – 17:30 Uhr | 10 Termine (immer Mi.)

**Funktionsgymnastik 50+** Garbsen  
MELANIE BÖRKE »232GF0522 | 69,00 € ab 01.11.2023 17:00 – 18:00 Uhr | 10 Termine (immer Mi.)

**Yin Yoga** Garbsen  
SYLVIA STOEPPER »232GY0372 | 69,00 € ab 01.11.2023 17:45 – 18:45 Uhr | 10 Termine (immer Mi.)

**Funktionsgymnastik für alle** Garbsen  
MELANIE BÖRKE »232GF0472 | 69,00 € ab 01.11.2023 18:00 – 19:00 Uhr | 10 Termine (immer Mi.)

**N Stressmanagement – Gelassenheit im Alltag** Garbsen  
PENELOPE BENDOUMOU »232GE0012 | 93,00 € ab 01.11.2023 18:30 – 20:00 Uhr | 8 Termine (immer Mi.)

**Fitnessstraining für Männer** Garbsen  
MELANIE BÖRKE »232GF0422 | 69,00 € ab 01.11.2023 19:00 – 20:00 Uhr | 10 Termine (immer Mi.)

**Bodyweight Training** Wunstorf  
TAHAR BAUCHE »232GF0735 | 69,00 € ab 01.11.2023 19:00 – 20:00 Uhr | 10 Termine (immer Mi.)

**Präventives Rückentraining und Nackenschule** Garbsen  
SILVIA FREY »232GR0212 | 74,00 € ab 02.11.2023 09:00 – 10:00 Uhr | 10 Termine (immer Do.)

**Wirbelsäulengymnastik** Wedemark  
CORA LAMMERS »232GR0224 | 72,00 € ab 02.11.2023 12:30 – 13:30 Uhr | 10 Termin (immer Do.)

**Wirbelsäulengymnastik** Wedemark  
CORA LAMMERS »232GR0274 | 72,00 € ab 02.11.2023 13:40 – 14:40 Uhr | 10 Termin (immer Do.)

**Meditationsworkshop für Einsteiger\*innen** Garbsen  
ANIKA SCHLÜTER »232GE1122 | 23,00 € ab 02.11.2023 18:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Do.)

**Kraft- und Ausdauertraining** Neustadt  
TAHAR BAUCHE »232GF0573 | 69,00 € ab 02.11.2023 18:00 – 19:00 Uhr | 10 Termine (immer Do.)

**Präventive Rückenfitness** Wedemark  
CORA LAMMERS »232GF0674 | 72,00 € ab 02.11.2023 18:00 – 19:00 Uhr | 10 Termine (immer Do.)

**K Yoga für mehr Entspannung** Garbsen  
GERDA-SUSANNE NIEBUHR »232GY0522 | 70,00 € ab 02.11.2023 18:15 – 19:15 Uhr | 10 Termine (immer Do.)

**N Beckenbodentraining** Wedemark  
JANINE MARX »232GF1054 | 56,00 € ab 02.11.2023 19:00 – 20:00 Uhr | 8 Termine (immer Do.)

**K Yoga für die Kondition und einen gesunden Körper** Garbsen  
GERDA-SUSANNE NIEBUHR »232GY0572 | 70,00 € ab 02.11.2023 19:30 – 20:30 Uhr | 10 Termine (immer Do.)

**Präventives Rückentraining und Nackenschule** Garbsen  
SILVIA FREY »232GR0072 | 74,00 € ab 03.11.2023 09:00 – 10:00 Uhr | 10 Termine (immer Fr.)

**Kinderyoga (1. – 4. Klasse)** Garbsen  
SYLVIA STOEPPER »232GYJ112 | 52,00 € ab 03.11.2023 16:00 – 17:00 Uhr | 7 Termine (immer Fr.)

**Mit YinYang-Yoga ins Wochenende** Garbsen  
SYLVIA STOEPPER »232GYJ062 | 52,00 € ab 03.11.2023 17:15 – 18:15 Uhr | 7 Termine (immer Fr.)

**Sanftes Yoga am Samstag** Garbsen  
GERDA-SUSANNE NIEBUHR »232GY0822 | 106,00 € ab 04.11.2023 11:00 – 12:30 Uhr | 10 Termine (immer Sa.)

**Yoga am Morgen** Neustadt  
CARINA KOSTRZEWA »232GY0933 | 69,00 € ab 06.11.2023 09:00 – 10:00 Uhr | 9 Termine (immer Mo.)

**Pilates** Burgwedel  
SYLVIA BEHRENS »232GP0141 | 53,00 € ab 06.11.2023 10:00 – 11:00 Uhr | 6 Termine (immer Mo.)

**Yoga am Morgen** Neustadt  
CARINA KOSTRZEWA »232GY0983 | 69,00 € ab 06.11.2023 10:15 – 11:15 Uhr | 9 Termine (immer Mo.)

**Präventive Fitnessgymnastik für Frauen** Garbsen  
ELFI KORALL »232GF0282 | 53,00 € ab 06.11.2023 17:00 – 18:00 Uhr | 8 Termine (immer Mo.)

**N Yin Yoga** Neustadt  
CARINA KOSTRZEWA »232GY1013 | 84,00 € ab 06.11.2023 17:30 – 18:45 Uhr | 9 Termine (immer Mo.)

**Power-Pilates** Wedemark  
STEFFI FRITZE »232GP0234 | 103,00 € ab 06.11.2023 18:00 – 19:30 Uhr | 10 Termine (immer Mo.)

**Yoga für Anfänger\*innen und Wiedereinsteiger\*innen** Garbsen  
GERDA-SUSANNE NIEBUHR »232GY0772 | 106,00 € ab 06.11.2023 18:00 – 19:30 Uhr | 10 Termine (immer Mo.)

**Präventive Fitnessgymnastik für Frauen** Garbsen  
ELFI KORALL »232GF0332 | 64,00 € ab 06.11.2023 18:10 – 19:10 Uhr | 10 Termine (immer Mo.)

**Kraft- und Ausdauertraining** Wunstorf  
TAHAR BAUCHE »232GF0755 | 62,00 € ab 06.11.2023 19:00 – 20:00 Uhr | 9 Termine (immer Mo.)

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

|  |   |
|--|---|
| <b>Bodystyling</b><br>STEFFI FRITZE »232GF0634   103,00 €  | Wedemark<br>ab 06.11.2023 19:40 – 21:10 Uhr   10 Termine (immer Mo.)    |
| <b>Präventives Rückentraining und Nackenschule</b><br>SILVIA FREY »232GR0172   74,00 €                 | Garbsen<br>ab 07.11.2023 09:00 – 10:00 Uhr   10 Termine (immer Di.)     |
| <b>Yoga für den Rücken</b><br>NICOLETT SCHMITZ-ABSTOSS »232GY1674   126,00 €                           | Wedemark<br>ab 07.11.2023 09:00 – 10:30 Uhr   10 Termine (immer Di.)    |
| <b>Yoga für den Rücken</b><br>NICOLETT SCHMITZ-ABSTOSS »232GY1124   126,00 €                           | Wedemark<br>ab 07.11.2023 10:45 – 12:15 Uhr   10 Termine (immer Di.)    |
| <b>N Tanzen mit lateinamerikanischen Rhythmen</b><br>KATIA VERONICA GOLTERMANN »232GF0814   59,00 €    | Wedemark<br>ab 07.11.2023 18:00 – 18:50 Uhr   10 Termine (immer Di.)    |
| <b>Wassergymnastik/Aqua-Jogging</b><br>SANDRA ROTHER »232GW0522   70,00 €                              | Garbsen<br>ab 07.11.2023 18:00 – 18:45 Uhr   10 Termine (immer Di.)     |
| <b>Wassergymnastik/Aqua-Jogging</b><br>SANDRA ROTHER »232GW0482   70,00 €                              | Garbsen<br>ab 07.11.2023 18:50 – 19:35 Uhr   10 Termine (immer Di.)     |
| <b>Yoga am Abend</b><br>GERDA-SUSANNE NIEBUHR »232GY1912   106,00 €                                    | Garbsen<br>ab 07.11.2023 19:00 – 20:30 Uhr   10 Termine (immer Di.)     |
| <b>N Yoga auf dem Stuhl</b><br>STEFANIE UNGER »232GY0584   67,00 €                                     | Wedemark<br>ab 08.11.2023 17:30 – 18:30 Uhr   9 Termine (immer Mi.)     |
| <b>Yin Yoga</b><br>STEFANIE UNGER »232GY0394   67,00 €   | Wedemark<br>ab 08.11.2023 19:00 – 20:00 Uhr   9 Termine (immer Mi.)     |
| <b>Meditationsworkshop für Einsteiger*innen</b><br>ANIKA SCHLÜTER »232GE1151   23,00 €                 | Burgwedel<br>10.11.2023 18:00 – 21:00 Uhr   1 Termin (Fr.)              |
| <b>N Yoga in der Altenhilfe</b><br>SYLVIA STOEPPER »232GL2032   83,00 €                                | Garbsen<br>16.11.   17.11.2023 9:00 – 15:30 Uhr   2 Termine (Do. + Fr.) |
| <b>Lachyoga</b><br>SILKE JANSKY »232GY0075   21,00 €   | Wunstorf<br>16.11.2023 18:00 – 20:15 Uhr   1 Termin (Do.)               |
| <b>Schnupperkurs für Entspannungs- und Meditationstechniken</b><br>SYLVIA BEHRENS »232GY0021   27,00 € | Burgwedel<br>17.11.2023 17:00 – 20:00 Uhr   1 Termin (Fr.)              |
| <b>N Glaubenssätze</b><br>ANDREA HUFENREUTER »232GE1061   25,00 €                                      | Burgwedel<br>18.11.2023 09:30 – 12:30 Uhr   1 Termin (Sa.)              |
| <b>Hatha-Yoga (ZPP zertifizierter Kurs)</b><br>AILEEN UNKRODT »232GY2063   96,00 €                     | Neustadt<br>ab 21.11.2023 16:45 – 18:15 Uhr   8 Termine (immer Di.)     |
| <b>Hatha-Yoga (ZPP zertifizierter Kurs)</b><br>AILEEN UNKRODT »232GY2003   96,00 €                     | Neustadt<br>ab 29.11.2023 09:45 – 11:15 Uhr   8 Termine (immer Mi.)     |

|  |   |
|--|---|
| <b>Meditationsworkshop für Einsteiger*innen</b><br>ANIKA SCHLÜTER »232GE1135   23,00 €                                   | Wunstorf<br>01.12.2023 18:00 – 21:00 Uhr   1 Termin (Fr.)               |
| <b>Lachyoga</b><br>SILKE JANSKY »232GY0063   21,00 €   | Neustadt<br>08.12.2023 16:00 – 18:15 Uhr   1 Termin (Fr.)               |
| <b>N Meditationsworkshop – Mehr Glück und Zufriedenheit</b><br>PASCAL PORCHER »232GE0865   23,00 €                       | Wunstorf<br>09.12.2023 09:30 – 12:30 Uhr   1 Termin (Sa.)               |
| <b>Lachyoga</b><br>SILKE JANSKY »232GY0035   21,00 €   | Wunstorf<br>09.12.2023 14:00 – 16:15 Uhr   1 Termin (Sa.)               |
| <b>Workshop zum Glück</b><br>ANIKA SCHLÜTER »232GE1401   23,00 €   | Burgwedel<br>15.12.2023 18:00 – 21:00 Uhr   1 Termin (Fr.)              |
| <b>N Das eigene Selbstbewusstsein steigern</b><br>ANDREA HUFENREUTER »232GE1002   25,00 €                                | Garbsen<br>16.12.2023 09:30 – 12:30 Uhr   1 Termin (Sa.)                |
| <b>Meditationsworkshop – Tief durchatmen: Der Workshop für mehr Wohlbefinden</b><br>PASCAL PORCHER »232GE0845   23,00 €  | Wunstorf<br>16.12.2023 10:00 – 13:00 Uhr   1 Termin (Sa.)               |
| <b>Gesunder Start in's neue Jahr mit Yin Yoga</b><br>ALEXANDRA POSNATZKI »232GY1985   63,00 €                            | Wunstorf<br>ab 10.01.2024 18:00 – 19:30 Uhr   6 Termine (immer Mi.)     |
| <b>Workshop zum Glück</b><br>ANIKA SCHLÜTER »232GE1402   23,00 €   | Garbsen<br>13.01.2024 10:00 – 13:00 Uhr   1 Termin (Sa.)                |
| <b>N Motivation und Zielerreichung</b><br>ANDREA HUFENREUTER »232GE1005   25,00 €  | Wunstorf<br>19.01.2024 17:00 – 20:00 Uhr   1 Termin (Fr.)               |
| <b>N Stressmanagement</b><br>ANDREA HUFENREUTER »232GE1053   25,00 €   | Neustadt<br>20.01.2024 09:30 – 12:30 Uhr   1 Termin (Sa.)               |
| <b>Workshop zum Glück</b><br>ANIKA SCHLÜTER »232GE1405   23,00 €   | Wunstorf<br>27.01.2024 10:00 – 13:00 Uhr   1 Termin (Sa.)               |
| <b>Workshop zum Glück</b><br>ANIKA SCHLÜTER »232GE1204   23,00 €   | Wedemark<br>26.01.2024 18:00 – 21:00 Uhr   1 Termin (Sa.)               |
| <b>B Gesünder durch vitalstoffreiche Ernährung und aktive Stressbewältigung!</b><br>KIRSTEN MÜLLER »241GE9012   390,00 € | Wunstorf<br>ab 12.02.01.2024 09:00 – 17:00 Uhr   10 Termine (immer Mo.) |

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

**B Stressprävention im (beruflichen) Alltag - Bildungsurlaub** Wunstorf  
KIRSTEN MÜLLER »242GE9005 | 410,00 € ab 26.08.2024 09:00 – 17:00 Uhr | 10 Termine (immer Mo.)

**B Wie bin ich durch die Corona-Krise gekommen?** Wunstorf  
KIRSTEN MÜLLER »241GE9015 | 250,00 € ab 18.11.2024 09:00 – 17:00 Uhr | 6 Termine (immer Mo.)

## Kochen

**Asiatische Küche** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0313 | 30,00 € 21.08.2023 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mo.)

**Italienische Küche** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0323 | 30,00 € 23.08.2023 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**Fingerfood für Partys** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0133 | 30,00 € 28.08.2023 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mo.)

**Salate für Partys und Grillabende** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0143 | 30,00 € 30.08.2023 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**N Koreanische Küche (Bibim-Bab: Reis mit verschiedenem Gemüse)** Garbsen  
DR. MYUNG-HWA EICHHORN »232GK0002 | 30,00 € 05.09.2023 17:30 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Di.)

**Vegetarische Küche** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0213 | 30,00 € 13.09.2023 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**Desserts** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0343 | 30,00 € 18.09.2023 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mo.)

**N Spanische Küche** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0353 | 30,00 € 20.09.2023 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**Koreanische Küche (Gim-Bab: Herzhafte Reisrollen)** Garbsen  
DR. MYUNG-HWA EICHHORN »232GK0012 | 30,00 € 26.09.2023 17:30 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Di.)

**Asiatische Küche** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0363 | 30,00 € 27.09.2023 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**Vegetarische Küche** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0223 | 30,00 € 04.10.2023 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**Afghanischer Kochabend & interkultureller Austausch** Wedemark  
LISA HARTMANN »232GK0614 | 33,00 € 06.10.2023 18:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Fr.)

**N Französische Küche** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0333 | 30,00 € 10.10.2023 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Di.)

**K Vegetarische Küche** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0233 | 30,00 € 01.11.2023 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**Vielfältige Kartoffelgerichte** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0373 | 30,00 € 06.11.2023 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mo.)

**Fingerfood für Partys** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0153 | 30,00 € 08.11.2023 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**Afghanischer Kochabend & interkultureller Austausch** Wedemark  
LISA HARTMANN »232GK0624 | 33,00 € 10.11.2023 18:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Fr.)

**N Rote Beete Rezepte & Ideen** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0383 | 30,00 € 13.11.2023 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mo.)

**Koreanische Küche (Santchi-Gugshu: Festliche Nudelsuppe)** Garbsen  
DR. MYUNG-HWA EICHHORN »232GK0022 | 30,00 € 14.11.2023 17:30 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Di.)

**Low Carb** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0763 | 30,00 € 15.11.2023 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**Kekse backen im Advent** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0393 | 30,00 € 04.12.2023 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mo.)

**Weihnachtsmenü** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0163 | 35,00 € 06.12.2023 17:00 – 21:30 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**Koreanische Küche (Santche: Festliche Glasnudeln)** Garbsen  
DR. MYUNG-HWA EICHHORN »232GK0032 | 30,00 € 12.12.2023 17:30 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Di.)

**Kekse backen im Advent** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0403 | 30,00 € 12.12.2023 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Di.)

**Low Carb** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0773 | 30,00 € 08.01.2024 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mo.)

**Vegetarische Küche** Neustadt  
GUDRUN HOLZ »232GK0243 | 30,00 € 10.01.2024 17:30 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**Koreanische Küche (Tdeog-Gug: Traditionelle Neujahressuppe)** Garbsen  
DR. MYUNG-HWA EICHHORN »232GK0042 | 30,00 € 23.01.2024 17:30 – 21:00 Uhr | 1 Termin (Di.)



# SPRACHEN

Sprachliche Kompetenz gehört zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens. Sprachkompetenz 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.

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



„Kennst du viele Sprachen,  
hast du viele Schlüssel für ein  
Schloss.“ Voltaire

Es gibt viele Gründe, warum es sinnvoll ist, Fremdsprachen zu lernen: um sich beruflich oder privat weiter zu qualifizieren, um sich im Urlaub besser verständigen zu können. Um neue Freundschaften zu schließen und im Alter geistig aktiv und fit zu bleiben. Denn Sprachen verbinden, schaffen Kontakte, verändern Perspektiven und eröffnen neue Möglichkeiten.

**INA TATJE**  
Bildungsmanagerin im Fachbereich  
Sprachen

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

## Punti Salenti? Points forts? Unsere Highlights!

### C'est bien:

#### Französisch A1 – Von Anfang an!

Französisch für Neueinsteiger\*innen und Frankreich-Liebhaber. Steigen Sie jetzt in den neuen Kurs ein!

**Burgwedel** ab **DO 07.09.2023** 19:30–21:00 Uhr  
6 Termine | Ronald Kehrer » **232SF1121** | **54,00 €**

### Neu:

#### Arabisch A1 – Eingangsstufe

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

**Garbsen** ab **MO 04.09.2023** 17:00 – 21:00 Uhr  
10 Termine | Nagy Malek » **232SW7012** | **225,00 €**

### Ferienkurs:

#### Koreanisch für Jugendliche

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

**Neustadt** **MO 16.10. – DO 19.10.2023**  
10:30 – 13:00 Uhr | 4 Termine  
Dr. Myung-Hwa Eichhorn » **232SWJ034** | **58,00 €**



### Molto bene:

#### Italienisch A1 – Kompaktes Lernen – Kurs 1

In diesem Kurs werden Sie Ihre bereits vorhandenen italienischen Grundkenntnisse A1 wiederholen und vertiefen.

**Wunstorf** **FR/SA 17./18. 11.2023** 2 Termine  
Agnes Pedrini » **232SI2515** | **54,00 €**

**JETZT ANMELDEN!**



**Leyla Korkmaz**  
Per Mail: [korkmaz@vhs-hannover-land.de](mailto:korkmaz@vhs-hannover-land.de)  
Am Telefon: 05032 90144-43



Alle aktuellen Kurse und zusätzliche Infos finden Sie auf [www.vhs-hannover-land.de](http://www.vhs-hannover-land.de)

Sprachen

## Kurse 2/2023



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

- |  |   |
|--|---|
| <b>K</b> Englisch B1 – Teil 1<br>SARAH CURTIUS »232SE4735   54,00 €  | <b>Wunstorf</b><br>ab <b>29.08.2023</b> 09:15 – 10:45 Uhr   6 Termine (immer Di.)   |
| <b>K</b> Englisch B1/B2 – Konversation – Teil 1<br>SARAH CURTIUS »232SE4715   54,00 €  | <b>Wunstorf</b><br>ab <b>29.08.2023</b> 11:00 – 12:30 Uhr   6 Termine (immer Di.)   |
| <b>K</b> Englisch A1 – Entspanntes Lernen in netter Atmosphäre<br>CHRISTIANE BOSENIUS »232SE4181   54,00 €   | <b>Burgwedel</b><br>ab <b>04.09.2023</b> 19:00 – 20:30 Uhr   6 Termine (immer Mo.)  |
| <b>K</b> Spanisch A1 – Von Anfang an<br>LETICIA LAMPE »232SP2121   108,00 €  | <b>Burgwedel</b><br>ab <b>04.09.2023</b> 18:15 – 19:45 Uhr   12 Termine (immer Mo.) |
| <b>K</b> Spanisch A2<br>LETICIA LAMPE »232SP3111   108,00 €  | <b>Burgwedel</b><br>ab <b>04.09.2023</b> 16:45 – 18:15 Uhr   12 Termine (immer Mo.) |
| <b>N</b> Arabisch A1 Eingangsstufe<br>Lernen Sie Arabisch von Anfang an und erfahren Sie viel Interessantes über die Kultur.<br>NAGY MALEK »232SW7012   225,00 € | <b>Garbsen</b><br>ab <b>04.09.2023</b> 17:00 – 21:00 Uhr   10 Termine (immer Mo.)   |
| <b>K</b> Englisch B1 für Fortgeschrittene<br>PENELOPE BENDOU MOU »232SE2152   72,00 €  | <b>Garbsen</b><br>ab <b>04.09.2023</b> 18:45 – 20:15 Uhr   8 Termine (immer Mo.)    |
| <b>N</b> Englisch für die Reise A1<br>ANNIKA SCHINDEL »232SE2143   49,00 €   | <b>Garbsen</b><br>ab <b>04.09.2023</b> 17:30 – 19:00 Uhr   4 Termine (immer Mo.)    |
| <b>N</b> Englisch Auffrischung A2/B1<br>ANNIKA SCHINDEL »232SE2343   47,00 €   | <b>Neustadt</b><br>ab <b>04.09.2023</b> 19:30 – 21:00 Uhr   4 Termine (immer Mo.)   |
| <b>N</b> Italienisch A1 für den Urlaub<br>GIULIANO SALSO »232SI5723   90,00 €  | <b>Neustadt</b><br>ab <b>04.09.2023</b> 18:30 – 21:00 Uhr   6 Termine (immer Mo.)   |

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

|   |   |
|---|---|
| <b>K</b> Spanisch A1 – Von Anfang an<br>PATRICIA SIEGEL »232SP1013   108,00 €   | Neustadt<br>ab 04.09.2023 08:30 – 10:00 Uhr   12 Termine (immer Mo.)  |
| <b>N</b> Englisch A1 für Wiedereinsteiger*innen<br>PENELOPE BENDOUMOU »232SE2142   72,00 €  | Garbsen<br>ab 05.09.2023 09:00 – 10:30 Uhr   8 Termine (immer Di.)    |
| <b>N</b> Englisch A1 für Wiedereinsteiger*innen<br>PENELOPE BENDOUMOU »232SE2342   72,00 €  | Garbsen<br>ab 05.09.2023 17:30 – 19:00Uhr   8 Termine (immer Di.)     |
| <b>N</b> Englisch B1 für Fortgeschrittene<br>PENELOPE BENDOUMOU »232SE2252   72,00 €  | Garbsen<br>ab 05.09.2023 10:45 – 12:15 Uhr   8 Termine (immer Di.)    |
| <b>N</b> English B1 Book Club Garbsen<br>PENELOPE BENDOUMOU »232SE2352   81,00 €  | Garbsen<br>ab 05.09.2023 15:45 – 17:30 Uhr   8 Termine (immer Di.)    |
| <b>K</b> Spanisch B2 – Konversation<br>ERIKA P. DE MÜLLER »232SP5712   90,00 €  | Garbsen<br>ab 05.09.2023 17:30 – 19:00 Uhr   10 Termine (immer Di.)   |
| <b>K</b> Spanisch A1 – Grundkenntnisse erweitern<br>PATRICIA SIEGEL »232SP1123   96,00 €  | Neustadt<br>ab 05.09.2023 18:00 – 19:30 Uhr   12 Termine (immer Di.)  |
| <b>K</b> Spanisch A2 – Ausbau der Kommunikationsfähigkeiten<br>PATRICIA SIEGEL »232SP1113   108,00 €  | Neustadt<br>ab 05.09.2023 19:30 – 21:00 Uhr   12 Termine (immer Di.)  |
| <b>K</b> Englisch A1 – Entspanntes Lernen in netter Atmosphäre<br>CHRISTIANE BOSENIUS »232SE4161   72,00 €  | Burgwedel<br>ab 06.09.2023 15:30 – 17:00 Uhr   8 Termine (immer Mi.)  |
| <b>K</b> English A2/B1 Short Stories<br><i>In abwechslungsreichen Kurzgeschichten frischen wir unseren englischen Wortschatz auf und üben das Sprechen.</i><br>CHRISTIANE BOSENIUS »232SE4131   72,00 € | Burgwedel<br>ab 06.09.2023 17:15 – 18:45 Uhr   8 Termine (immer Mi.)  |
| <b>K</b> Spanisch A1/A2 – Festigung und Erweiterung des Basiswissens<br>MAYELIN DOBRODT »232SP3131   108,00 €   | Burgwedel<br>ab 06.09.2023 18:00 – 19:30 Uhr   12 Termine (immer Mi.) |
| <b>K</b> Spanisch B2/C1 - Conversación con mucha lectura y actuales<br>MAYELIN DOBRODT »232SP6711   72,00 €   | Burgwedel<br>ab 06.09.2023 19:45 – 20:45 Uhr   12 Termine (immer Mi.) |
| <b>K</b> Spanisch A1 – Basiswissen erlernen<br>LETICIA LAMPE »232SP1144   108,00 €  | Wedemark<br>ab 06.09.2023 19:45 – 21:15 Uhr   12 Termine (immer Mi.)  |
| <b>K</b> Spanisch B1 – Nivel intermedio<br>LETICIA LAMPE »232SP1134   108,00 €  | Wedemark<br>ab 06.09.2023 18:15 – 19:45 Uhr   12 Termine (immer Mi.)  |
| <b>K</b> Französisch B1 – Konversation<br>DAGMAR GERIES »232SF4715   108,00 €   | Wunstorf<br>ab 06.09.2023 18:30 – 20:00 Uhr   12 Termine (immer Mi.)  |

|   |   |
|---|---|
| <b>N</b> Französisch A1 – Von Anfang an<br><i>Französisch für Neueinsteiger*innen und Frankreich-Liebhaber. Steigen Sie jetzt ein!</i><br>RONALD KEHRER »232SF1121   54,00 €  | Burgwedel<br>ab 07.09.2023 19:30 – 21:00 Uhr   6 Termine (immer Do.)  |
| <b>K</b> Italienisch B2 – Konversation<br><i>Wir konzentrieren uns auf die Anwendung der bisherigen Sprachkenntnisse.</i><br>GIULIANO PEROTTI »232SI5711   108,00 €   | Burgwedel<br>ab 07.09.2023 09:00 – 10:30 Uhr   12 Termine (immer Do.) |
| <b>N</b> Englisch A2 – Let's Talk<br>PENELOPE BENDOUMOU »232SE2442   72,00 €  | Garbsen<br>ab 07.09.2023 09:30 – 11:00 Uhr   8 Termine (immer Do.)    |
| <b>N</b> Englisch A2 – Let's Talk<br>PENELOPE BENDOUMOU »232SE2542   72,00 €  | Garbsen<br>ab 07.09.2023 18:00 – 19:30 Uhr   8 Termine (immer Do.)    |
| <b>N</b> Englisch A2 – Take it easy and go slowly<br><i>Für Senior*innen gedacht, die ihr Englisch stressfrei und mit viel Spaß erweitern möchten.</i><br>ANKE BEERMANN »232SE3133   108,00 €                         | Neustadt<br>ab 07.09.2023 10:45 – 12:15 Uhr   12 Termine (immer Do.)  |
| <b>K</b> Englisch B1 – Go slowly and you win the rallye<br><i>Für langsames und entspanntes Lernen: Dieser Kurs ist besonders für Senior*innen geeignet.</i><br>ANKE BEERMANN »232SE4113   108,00 €                   | Neustadt<br>ab 07.09.2023 09:00 – 10:30 Uhr   12 Termine (immer Do.)  |
| <b>N</b> Koreanisch A1.1 – Von Anfang an<br><i>Wir tauchen in die koreanische Sprache und Kultur ein.</i><br>DR. MYUNG-HWA EICHHORN »232SW7043   54,00 €  | Neustadt<br>ab 07.09.2023 16:30 – 18:00 Uhr   6 Termine (immer Do.)   |
| <b>N</b> Koreanisch A1.2 - Folgekurs „A1.1 - Von Anfang an“<br><i>Kenntnisse über die koreanische Sprache und Kultur erweitern. Neue Teilnehmende sind willkommen!</i><br>DR. MYUNG-HWA EICHHORN »232SW7023   54,00 € | Neustadt<br>ab 07.09.2023 18:00 – 19:30 Uhr   6 Termine (immer Do.)   |
| <b>K</b> Spanisch A1 – Basiswissen erlernen<br>LETICIA LAMPE »232SP1221   108,00 €  | Burgwedel<br>ab 08.09. 10:30 – 12:00 Uhr   12 Termine (immer Fr.)     |
| <b>K</b> Spanisch A1 – Basiswissen erlernen<br>KATIA VERONICA GOLTERMANN »232SP1161   144,00 €  | Burgwedel<br>ab 08.09.2023 18:45 – 20:15 Uhr   16 Termine (immer Fr.) |
| <b>K</b> Französisch A2 – Grundkenntnisse erweitern<br>RONALD KEHRER »232SF3121   108,00 €  | Burgwedel<br>ab 11.09.2023 19:15 – 20:45 Uhr   12 Termine (immer Mo.) |
| <b>N</b> Französisch A2 – Grundkenntnisse erweitern<br><i>Stärken Sie ihr Vertrauen in die eigenen Französischkenntnisse.</i><br>RONALD KEHRER »232SF3131   108,00 €  | Burgwedel<br>ab 14.09.2023 18:00 – 19:30 Uhr   12 Termine (immer Do.) |

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

**N Englisch A2 – Take it easy and go slowly** Neustadt  
Für Senior\*innen gedacht, die ihr Englisch stressfrei und mit viel Spaß erweitern möchten. ab 15.09.2023  
ANKE BEERMANN »232SE3243 | 108,00 € 10:45 – 12:15 Uhr | 12 Termine (immer Fr.)

**K Englisch B2 – Book Club** Garbsen  
SARAH CURTIUS »232SE0012 | 52,00 € ab 19.09.2023 19:00 – 20:30 Uhr | 4 Termine (immer Di.)

**B Plattdöütsch – Bildungsurlaub** Bad Zwischenahn  
HARTMUT ARBATZAT 25.09. – 29.09.2023  
»232SD5010 | 629,00 € Mo. 14:00 – 17:00 Uhr | Di.,Mi.,Do. 08:00 – 17:00 Uhr | Fr. 08:00 – 11:00 Uhr | 5 Termine

**K Italienisch B1 – Kompaktes Lernen – Kurs 1** Wunstorf  
AGNES PEDRINI »232SI4535 | 54,00 € 06.10. | 07.10.2023 Fr. 18:00 – 21:15 Uhr | Sa. 09:00 – 16:30 Uhr | 2 Termine

**J Koreanisch für Jugendliche – Ferienkurs** Neustadt  
Wir tauchen in die koreanische Sprache und Kultur ein. 16.10. – 19.10.2023  
DR. MYUNG-HWA EICHHORN »232SWJ034 | 58,00 € 10:30 – 13:00 Uhr | 4 Termine (Mo. – Do.)

**N Englisch A1 – Basiswissen erlernen** Garbsen  
In lockerer Atmosphäre schaffen wir den Einstieg in die englische Sprache! 02.11.2023  
ANNIKA SCHINDEL »232SE2242 | 74,00 € 11:30 – 13:00 Uhr | 6 Termine (immer Do.)

**N Englisch A1 – Basiswissen erlernen** Neustadt  
In lockerer Atmosphäre schaffen wir den Einstieg in die englische Sprache! 02.11.2023  
ANNIKA SCHINDEL »232SE2243 | 74,00 € 09:30 – 11:00 Uhr | 6 Termine (immer Do.)

**K Französisch A1 – Basiswissen erlernen** Burgwedel  
Schnupperkurs für Neueinsteiger\*innen in die französische Sprache. 03.11. – 05.11.2023  
RONALD KEHRER »232SF1111 | 68,00 € Fr. 18:00 – 20:15 Uhr | Sa. 10:00 – 15:00 Uhr | So. 10:00 – 15:00 Uhr | 3 Termine

**N Italienisch B1 – Conversazione** Neustadt  
Italienisch-Kenntnisse auffrischen und erweitern. ab 06.11.2023  
GIULIANO SALSO »232SI5713 | 90,00 € 18:30 – 21:00 Uhr | 6 Termine (immer Mo.)

**K Englisch B1 – Teil 2** Garbsen  
SARAH CURTIUS »232SE4745 | 54,00 € ab 07.11.2023 09:15 – 10:45 Uhr | 6 Termine (immer Di.)

**K Sütterlin Anfängerkurs – Geschriebene Schätze entziffern** Burgwedel  
SILKE HANSEN »232SD1201 | 63,00 € ab 08.11.2023 18:00 – 19:30 Uhr | 6 Termine (immer Mi.)

**N Koreanisch A1.1 – Von Anfang an** Neustadt  
Wir tauchen in die koreanische Sprache und Kultur ein. ab 09.11.2023  
DR. MYUNG-HWA EICHHORN »232SW7013 | 90,00 € 16:30 – 18:00 Uhr | 10 Termine (immer Do.)

**N Koreanisch A1.2 – Folgekurs „A1.1 - Von Anfang an“** Neustadt  
Kenntnisse über die koreanische Sprache und Kultur erweitern. Neue Teilnehmende sind willkommen! ab 09.11.2023  
DR. MYUNG-HWA EICHHORN »232SW7033 | 90,00 € 18:00 – 19:30 Uhr | 10 Termine (immer Do.)

**K Englisch A1 – Entspanntes Lernen in netter Atmosphäre** Burgwedel  
CHRISTIANE BOSENIUS »232SE4191 | 63,00 € ab 13.11.2023 19:00 – 20:30 Uhr | 7 Termine (immer Mo.)

**K Englisch A1 – Entspanntes Lernen in netter Atmosphäre** Burgwedel  
CHRISTIANE BOSENIUS »232SE4171 | 54,00 € ab 15.11.2023 15:30 – 17:00 Uhr | 6 Termine (immer Mi.)

**N English A2/B1 Short Stories** Burgwedel  
In abwechslungsreichen Kurzgeschichten frischen wir unseren englischen Wortschatz auf und üben das Sprechen. ab 15.11.2023  
CHRISTIANE BOSENIUS »232SE4141 | 72,00 € 17:15 – 18:45 Uhr | 6 Termine

**K Französisch A2 – Kompakt und stringent für Wiedereinsteiger\*innen** Burgwedel  
RONALD KEHRER »232SF3511 | 72,00 € 17.11. – 19.11.2023 Fr. 18:00 – 20:15 Uhr | Sa.,So. 10:00 – 15:00 Uhr | 3 Termine

**K Italienisch A1 – Kompaktes Lernen – Kurs 1** Wunstorf  
In abwechslungsreichen Kurzgeschichten frischen wir unseren englischen Wortschatz auf und üben das Sprechen.  
AGNES PEDRINI »232SI2515 | 54,00 € 17.11. | 18.11.2023 Fr. 17:00 – 20:15 Uhr | Sa. 09:00 – 16:00 Uhr | 2 Termine

**N Englisch A2 – Let's Talk** Garbsen  
PENELOPE BENDOU MOU »232SE2642 | 72,00 € ab 23.11.2023 09:30 – 11:00 Uhr | 8 Termine (immer Do.)

**N Englisch A2 – Let's Talk** Garbsen  
PENELOPE BENDOU MOU »232SE2742 | 72,00 € ab 23.11.2023 18:00 – 19:30 Uhr | 8 Termine (immer Do.)

**K Italienisch B1 – Kompaktes Lernen – Kurs 2** Wunstorf  
AGNES PEDRINI »232SI4525 | 54,00 € 24.10. | 25.11.2023 Fr. 18:00 – 21:15 Uhr | Sa. 09:00 – 16:30 Uhr | 2 Termine

**K Englisch B1 für Fortgeschrittene** Garbsen  
PATRICIA LIECKE »232SE2132 | 72,00 € ab 27.11.2023 18:00 – 19:30 Uhr | 8 Termine (immer Mo.)

**N Englisch A1 für Wiedereinsteiger\*innen** Garbsen  
PENELOPE BENDOU MOU »232SE2162 | 72,00 € ab 28.11.2023 09:00 – 10:30 Uhr | 8 Termine (immer Di.)

**K Englisch A1 für Wiedereinsteiger\*innen** Garbsen  
PATRICIA LIECKE »232SE2122 | 72,00 € ab 28.11.2023 18:00 – 19:30 Uhr | 8 Termine (immer Di.)

**N Englisch A1/A2 Let's talk about food!** Garbsen  
Vertiefen Sie Ihre Englisch-Kenntnisse durch Gespräche über Traditionen des englischen Essens. ab 28.11.2023  
PENELOPE BENDOU MOU »232SE2363 | 72,00 € 17:30 – 19:00 Uhr | 8 Termine (immer Di.)

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

**N** Englisch B1 für Fortgeschrittene **Garbsen**  
 PENELOPE BENDOUMOU »232SE2262 | 72,00 € ab 28.11.2023 10:45 – 12:15 Uhr | 8 Termine (immer Di.)

**N** English B1 Book Club Garbsen **Garbsen**  
 Let's read „The Man Who Died Twice – Thursday Murder Club part 2“  
 PENELOPE BENDOUMOU »232SE2362 | 81,00 € ab 28.11.2023  
 15:45 – 17:30 Uhr | 8 Termine (immer Di.)

**N** Englisch A1/A2 Let's talk about food! **Neustadt**  
 Vertiefen Sie Ihre Englisch-Kenntnisse durch Gespräche über Traditionen des englischen Essens.  
 PENELOPE BENDOUMOU »232SE2373 | 72,00 € ab 29.11.2023  
 09:00 – 10:30 Uhr | 8 Termine (immer Mi.)

**N** English B1 Book Club Neustadt **Neustadt**  
 Let's read „The Man Who Died Twice – Thursday Murder Club part 2“  
 PENELOPE BENDOUMOU »232SE2453 | 72,00 € ab 29.11.2023  
 10:45 – 12:15 Uhr | 8 Termine (immer Mi.)

**K** Wochenendintensivkurs „Sütterlin & Co. für Anfänger“ **Neustadt**  
 SILKE HANSEN »232SD1224 | 53,00 € 09.12. | 10.12.2023 Sa. 14:00 – 17:15 Uhr | So. 10:30 – 13:45 Uhr | 2 Termine

**K** Wochenendprojekt: Deutsche Schreibschriften 19. Jahrhundert **Neustadt**  
 SILKE HANSEN »232SD1214 | 53,00 € 06.01. | 07.01.2025 Sa. 14:00 – 17:15 Uhr | So. 10:30 – 13:45 Uhr | 2 Termine

**B** Spanisch A1 intensiv im Bildungsurlaub **Neustadt**  
 Basiswissen und Grundkenntnisse erlernen  
 PATRICIA SIEGEL »232SP1023 | 238,00 € 08. – 12.01.2024  
 08:30 – 15:30 Uhr | 5 Termine (Mo. – Fr.)

**K** Italienisch A1 – Kompaktes Lernen – Kurs 2 **Wunstorf**  
 AGNES PEDRINI »232SI2535 | 54,00 € 12.01. | 13.01.2024 Fr. 17:00 – 20:15 Uhr | Sa. 09:00 – 16:00 Uhr | 2 Termine

**K** Wochenendprojekt: Deutsche Schreibschriften des 18. und 19. Jahrhunderts **Burgwedel**  
 SILKE HANSEN »232SD1211 | 53,00 € 20.01. | 21.01.2024 Sa. 14:00 – 17:15 Uhr | So. 10:30 – 13:45 Uhr | 2 Termine

**N** Koreanisch Schnupperkurs **Neustadt**  
 Wir tauchen in die koreanische Sprache und Kultur ein.  
 MYUNG-HWA DR. EICHHORN »232SW7053 | 36,00 € 20.01.2024  
 13:00 – 17:30 Uhr | 1 Termine (Sa.)

**B** Spanisch A2 intensiv im Bildungsurlaub **Neustadt**  
 Basiswissen und Grundkenntnisse ausbauen und vertiefen  
 PATRICIA SIEGEL »232SP2023 | 238,00 € 22. – 26.01.2024  
 08:30 – 15:30 Uhr | 5 Termine (Mo. – Fr.)

**N** Spanisch A1 – Nicht nur für die Reise **Burgwedel**  
 LETICIA LAMPE »232SP1111 | 45,00 € 26.01. | 27.01.2024 Fr. 18:00 – 21:30 Uhr | Sa. 10:00 – 15:00 Uhr | 2 Termine

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



## Mit Spaß dabei!

Wussten Sie schon, dass wir auch Angebote für Kinder und Jugendliche haben? Fotografie, Klavier oder Keyboard, Kinderyoga, Koreanisch für Jugendliche, 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.



Alle aktuellen Kurse und zusätzliche Infos finden Sie auf [www.vhs-hannover-land.de](http://www.vhs-hannover-land.de)

Junge vhs



# DIGITALES LERNEN

*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.*

KURSE HIGHLIGHTS » S. 48

KURSE ÜBERSICHT » S. 49



*Die allermeisten von uns nutzen täglich digitale Werkzeuge, die uns Arbeit und Zeitaufwand ersparen sollen, es uns ermöglichen, mit Menschen quer über den Globus zu kommunizieren und uns hier und da auch mal von unserem Alltag ablenken. Wir möchten Erwachsenen helfen, mit dem Computer, Smartphone sowie verschiedenen Programmen dafür umzugehen und Kinder auf ein Leben in der digital unterstützten Welt vorzubereiten – bei Ihnen vor Ort!*

**ALEXANDER LÜDER**  
Leiter des Fachbereichs  
Digitales Lernen

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

# Effektiv, innovativ, kreativ – unsere Highlights!

## Neu:

### Effektiver arbeiten mit KI-Tools in Microsoft Office mit Copilot

Versetzen Sie sich in die Lage, verschiedene KI-Tools in Ihrem Arbeitsumfeld zu nutzen und Ihre Produktivität und Effektivität zu steigern.

**Neustadt MI 01.11.2023** 09:00 – 14:15 Uhr | 1 Termin  
Steffen Bien » **232DT0413** | **126,00 €**

## Innovativ:

### Python und Lego: Eine Einführung in die Programmierung von Robotern

Geht Probleme analytisch und mithilfe von Python-Programmierung an und entwickelt kreative und innovative Lösungen.

**Garbsen ab SA 06.01.2023** 13:00 – 15:15 Uhr | 3 Termine  
Matthias Fritsche » **241DM0012** | **69,90 €**

## Logisch:

### Code-Wizards: Die magische Welt der Python-Programmierung

Ab 16 – 24 Jahre. Lernt, einfache Python-Programme zu schreiben, grundlegende Probleme zu lösen und das erlernte Wissen auf weitere Programmiersprachen zu übertragen.

**Garbsen ab SA 02.09.2023** 13:00 – 15:15 Uhr | 3 Termine  
Matthias Fritsche » **232DM0012** | **69,90 €**

## Hilfreich:

### Wunstorfer Digitalführerschein

Haus der Vielfalt Wunstorf

**ab DI 19.09.2023** 10:00 – 11:30 Uhr | 4 Termine  
Steffen Bien » **232DS0015** | **20,00 €**

Kooperation mit dem DRK Luthé

**ab DI 19.09.2023** 13:00 – 14:30 Uhr | 4 Termine  
Steffen Bien » **232DS0025** | **20,00 €**

Kooperation mit dem SoVD Butteramt

**ab DI 19.09.2023** 15:00 – 16:30 Uhr | 4 Termine  
Steffen Bien » **232SD0035** | **20,00 €**

## Kurse 2/2023

**N** Code-Wizards: Die magische Welt der Python-Programmierung **Garbsen**  
MATTHIAS FRITSCHÉ » **232DM0012** | **70,00 €** **ab 02.09.2023** 13:00 – 15:15 Uhr | 3 Termine (immer Sa.)

**J** Robotik (8 bis 12 Jahre) **Garbsen**  
SVEN ARMBRUST » **232DMJ012** | **70,00 €** **ab 02.09.2023** 10:00 – 12:15 Uhr | 3 Termine (immer Sa.)

Computer-Einstiegskurs für Ältere **Burgwedel**  
AXEL BEHNKE » **232DN0011** | **86,00 €** **ab 06.09.2023** 15:00 – 16:30 Uhr | 6 Termine (immer Mi.)

**K** Windows für PC, Laptop oder Tablet – Teil 1 **Wunstorf**  
HOLGER ROSELIEB » **232DN0015** | **86,00 €** **ab 06.09.2023** 14:00 – 17:15 Uhr | 3 Termine (immer Mi.)

Excel I: Daten erfassen, berechnen und einfache Diagramme erstellen **Neustadt**  
SASKIA MAYER » **232DT0013** | **126,00 €** **13.09.2023** 09:00 – 14:15 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**N** Das iPad als Dienstgerät: Lehrer\*innenfortbildung **Neustadt**  
STEFFEN BIEN » **232DS1013** | **80,00 €** **ab 15.09.2023** 14:00 – 17:30 Uhr | 2 Termine (immer Fr.)

**J** Tastschreiben am PC (3.-6. Klasse) **Wunstorf**  
HEINZ ZIEGLER » **232DCJ015** | **87,00 €** **16.09. | 23.09. | 24.09.2023** Sa. 09:45 – 11:45 Uhr | Sa., So. 09:45 – 10:45 Uhr | 3 Termine

**N** Wunstorfer Digitalführerschein in Kooperation mit dem Haus der Vielfalt Wunstorf **Wunstorf**  
STEFFEN BIEN » **232DS0015** | **20,00 €** **ab 19.09.2023** 10:00 – 11:30 Uhr | 4 Termine (immer Di.)

**N** Wunstorfer Digitalführerschein in Kooperation mit dem DRK Luthé **Wunstorf**  
STEFFEN BIEN » **232DS0025** | **20,00 €** **ab 19.09.2023** 13:00 – 14:30 Uhr | 4 Termine (immer Di.)

**N** Wunstorfer Digitalführerschein in Kooperation mit dem SoVD Butteramt **Wunstorf**  
STEFFEN BIEN » **232DS0035** | **20,00 €** **ab 19.09.2023** 15:00 – 16:30 Uhr | 4 Termine (immer Di.)

Excel II: Effektiver arbeiten mit einfachen Formeln und Funktionen **Neustadt**  
SASKIA MAYER » **232DT0023** | **126,00 €** **20.09.2023** 09:00 – 14:15 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**K** Computerschreiben für Erwachsene **Wunstorf**  
HEINZ ZIEGLER » **232DC0015** | **87,00 €** **23.09. | 24.09.2023** Sa., So. 11:15 – 13:15 Uhr | 2 Termine

**N** **J** Energieformen der Zukunft erleben (8 bis 12 Jahre) **Garbsen**  
HASAN ZOUBI » **232DMJ022** | **50,00 €** **ab 23.09.2023** 10:00 – 12:30 Uhr | 2 Termine (immer Sa.)

Individuelle Smartphone Sprechstunde **Garbsen**  
HOLGER ROSELIEB » **232DS0012** | **39,00 €** **25.09.2023** 14:00 – 14:45 Uhr | 1 Termin (Mo.)

**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](http://www.vhs-hannover-land.de)

Digitales Lernen

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

|  |   |
|--|---|
| <b>Individuelle Smartphone Sprechstunde</b><br>AXEL BEHNKE »232DS0014   39,00 €                                      | Wedemark<br>25.09.2023 14:00 – 14:45 Uhr   1 Termin (Mo.)   |
| <b>Individuelle Smartphone Sprechstunde</b><br>HOLGER ROSELIEB »232DS0022   39,00 €                                  | Garbsen<br>25.09.2023 15:00 – 15:45 Uhr   1 Termin (Mo.)  |
| <b>Individuelle Smartphone Sprechstunde</b><br>AXEL BEHNKE »232DS0024   39,00 €                                      | Wedemark<br>25.09.2023 15:00 – 15:45 Uhr   1 Termin (Mo.)   |
| <b>Individuelle Smartphone Sprechstunde</b><br>HOLGER ROSELIEB »232DS0032   39,00 €                                  | Garbsen<br>25.09.2023 16:00 – 16:45 Uhr   1 Termin (Mo.)  |
| <b>Individuelle Smartphone Sprechstunde</b><br>AXEL BEHNKE »232DS0034   39,00 €                                      | Wedemark<br>25.09.2023 16:00 – 16:45 Uhr   1 Termin (Mo.)   |
| <b>Individuelle Smartphone Sprechstunde</b><br>HOLGER ROSELIEB »232DS0042   39,00 €                                  | Garbsen<br>25.09.2023 17:00 – 17:45 Uhr   1 Termin (Mo.)  |
| <b>Individuelle Smartphone Sprechstunde</b><br>AXEL BEHNKE »232DS0044   39,00 €                                      | Wedemark<br>25.09.2023 17:00 – 17:45 Uhr   1 Termin (Mo.)   |
| <b>K Windows für PC, Laptop oder Tablet – Teil 2</b><br>HOLGER ROSELIEB »232DN0025   76,00 €                         | Wunstorf<br>ab 27.09.2023 14:00 – 17:15 Uhr   3 Termine (immer Mi.)                                   |
| <b>N Effektiver arbeiten mit KI-Tools in Microsoft Office mit Copilot</b><br>STEFFEN BIEN »232DT0412   126,00 €      | Garbsen<br>29.09.2023 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Fr.)  |
| <b>Outlook I: Richtige Anwendung der Mail- und Kalenderfunktion</b><br>ERNST HEINE »232DT0212   126,00 €             | Garbsen<br>30.09.2023 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Sa.)  |
| <b>Excel III: Mit Hilfe von Funktionen umfassende Berechnungen durchführen</b><br>SASKIA MAYER »232DT0033   126,00 € | Neustadt<br>04.10.2023 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Mi.)   |
| <b>N K.I.: Chancen, Herausforderungen und Ethik – Freund oder Feind?</b><br>PETER LEPELT »232DI0120   kostenfrei     | Online<br>04.10.2023 20:00 – 21:30 Uhr   1 Termin (Mi.)   |
| <b>N Kommunikation und Organisation auf dem iPad: Lehrer*innenfortbildung</b><br>STEFFEN BIEN »232DS1023   40,00 €   | Neustadt<br>06.10.2023 14:00 – 17:30 Uhr   1 Termin (Fr.)   |
| <b>J Tastschreiben am PC (3.-6. Klasse)</b><br>HEINZ ZIEGLER »232DCJ011   87,00 €                                    | Burgwedel<br>07.10. 09:45 – 11:45 Uhr   14.10.   15.10.2023 09:45 – 10:45 Uhr   3 Termine (Sa. + So.) |
| <b>Excel IV: Handling strukturierter Datenmengen nach Datenbankstandard</b><br>SASKIA MAYER »232DT0043   126,00 €    | Neustadt<br>Mi 11.10.2023 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Mi.)  |
| <b>K Windows für PC, Laptop oder Tablet – Teil 1</b><br>JANA BUKACZ »232DN0013   86,00 €                             | Neustadt<br>ab 12.10.2023 14:30 – 17:45 Uhr   3 Termine (immer Do.)                                   |

|  |  |
|--|--|
| <b>Outlook I: Richtige Anwendung der Mail- und Kalenderfunktion</b><br>JANA BUKACZ »232DT0213   126,00 €           | Neustadt<br>Do 12.10.2023 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin   |
| <b>N Dateien, Scannen, PDF-Bearbeitung: Lehrer*innenfortbildung</b><br>STEFFEN BIEN »232DS1033   40,00 €           | Neustadt<br>Fr 13.10.2023 14:00 – 17:30 Uhr   1 Termin (Fr.)   |
| <b>K Computerschreiben für Erwachsene</b><br>HEINZ ZIEGLER »232DC0011   87,00 €                                    | Burgwedel<br>14.10.   15.10.2023 11:15 – 13:15 Uhr   2 Termine (Sa. + So.)                           |
| <b>J Robotik (8 bis 12 Jahre) – Ferienkurs</b><br>SVEN ARMBRUST »232DMJ014   50,00 €                               | Wedemark<br>14.10.   15.10.2023 10:00 – 12:30 Uhr   2 Termine (Sa. + So.)                            |
| <b>Outlook II: Bedienung der Assistenten und Verwaltung von Aufgaben</b><br>ERNST HEINE »232DT0232   126,00 €      | Garbsen<br>14.10.2023 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Sa.)   |
| <b>Outlook II: Bedienung der Assistenten und Verwaltung von Aufgaben</b><br>JANA BUKACZ »232DT0223   126,00 €      | Neustadt<br>19.10.2023 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Do.)  |
| <b>Outlook III: Modernes Zeitmanagement</b><br>JANA BUKACZ »232DT0233   126,00 €                                   | Neustadt<br>26.10.2023 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Do.)  |
| <b>J Robotik (8 bis 12 Jahre) – Ferienkurs</b><br>SVEN ARMBRUST »232DMJ033   70,00 €                               | Neustadt<br>28.10.   29.10.2023 10:00 – 12:30 Uhr   2 Termine (Sa. + So.)                            |
| <b>Einführung in Internet und E-Mail</b><br>HOLGER ROSELIEB »232DN0035   76,00 €                                   | Wunstorf<br>ab 01.11.2023 14:00 – 17:15 Uhr   3 Termine (immer Mi.)                                  |
| <b>N Effektiver arbeiten mit KI-Tools in Microsoft Office mit Copilot</b><br>STEFFEN BIEN »232DT0413   126,00 €    | Neustadt<br>01.11.2023 9:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Mi.)   |
| <b>Windows für PC, Laptop oder Tablet – Teil 2</b><br>JANA BUKACZ »232DN0023   76,00 €                             | Neustadt<br>02.11.   09.11. 14:30 – 17:45 Uhr   16.11.2023 16:15 – 19:30 Uhr   3 Termine (immer Do.) |
| <b>OneNote I: Projektmanagement</b><br>JANA BUKACZ »232DT0313   126,00 €   | Neustadt<br>Do 02.11.2023 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Do.)   |
| <b>N Interaktiver Unterricht mit Keynote am iPad: Lehrer*innenfortbildung</b><br>STEFFEN BIEN »232DS1043   40,00 € | Neustadt<br>Fr 03.11.2023 14:00 – 17:30 Uhr   1 Termin (Fr.)   |
| <b>N J Energieformen der Zukunft erleben (8 bis 12 Jahre)</b><br>HASAN ZOUBI »232DMJ035   50,00 €                  | Wunstorf<br>ab 04.11.2023 10:00 – 12:30 Uhr   2 Termine (immer Sa.)                                  |
| <b>B Windows und Office kompakt</b><br>JÜRGEN SCHARFE »232DO1013   250,00 €  | Neustadt<br>06. – 09.01.2024 8:30 – 15:30 Uhr   4 Termine (Mo. – Do.)                                |

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

|   |  |
|---|--|
| <b>Word I: Textdokumente erstellen, öffnen, bearbeiten und speichern</b><br>SASKIA MAYER »232DT0112   126,00 €                            | Garbsen<br>08.11.2023 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Mi.)               |
| <b>N Arbeitsblätter und Briefe erstellen mit Pages am iPad: Lehrer*innenfortbildung</b><br>STEFFEN BIEN »232DS1053   40,00 €              | Neustadt<br>10.11.2023 14:00 – 17:30 Uhr   1 Termin (Fr.)              |
| <b>J Robotik (8 bis 12 Jahre)</b><br>SVEN ARMBRUST »232DMJ011   70,00 €   | Burgwedel<br>ab 11.11.2023 10:00 – 12:15 Uhr   3 Termin (immer Sa.)    |
| <b>J Robotik (8 bis 12 Jahre)</b><br>SVEN ARMBRUST »232DMJ015   70,00 €   | Wunstorf<br>ab 11.11.2023 13:00 – 15:15 Uhr   3 Termin (immer Sa.)     |
| <b>Excel I</b><br>ERNST HEINE »232DT0015   126,00 €   | Wunstorf<br>11.11.2023 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Sa.)              |
| <b>N Vernetzung, Entnetzung und die Sehnsucht nach Stille im digitalen Zeitalter</b><br>PROF. DR. GUIDO ZURSTIEGE »232DI1110   kostenfrei | Online<br>15.11.2023 19:00 – 20:00 Uhr   1 Termin (Mi.)                |
| <b>Word II: Erweiterte Bearbeitung von Textdokumenten</b><br>SASKIA MAYER »232DT0122   126,00 €   | Garbsen<br>15.11.2023 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Mi.)               |
| <b>Erklärvideos mit PowerPoint erstellen</b><br>JANA BUKACZ »232DT0512   164,00 €   | Neustadt<br>16.11.2023 09:00 – 16:00 Uhr   1 Termin (Do.)              |
| <b>N Praxiskurs zur Verwendung des iPads als Tafelersatz: Lehrer*innenfortbildung</b><br>STEFFEN BIEN »232DS1063   40,00 €                | Neustadt<br>17.11.2023 14:00 – 17:30 Uhr   1 Termin (Fr.)              |
| <b>B Microsoft Office im Büroinsatz – der Vertiefungskurs</b><br>JÜRGEN SCHARFE »232DO1023   250,00 €                                     | Neustadt<br>20. – 23.11.2023 08:30 – 15:30 Uhr   4 Termine (Mo. – Do.) |
| <b>K Mein neues Smartphone mit Android</b><br>HOLGER ROSELIEB »232DS0052   90,00 €  | Garbsen<br>ab 22.11.2023 14:00 – 17:15 Uhr   4 Termine (immer Mi.)     |
| <b>Word III: Gliederung und Organisation von Texten</b><br>SASKIA MAYER »232DT0132   126,00 €   | Garbsen<br>Mi 22.11.2023 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Mi.)            |
| <b>K Einführung in Internet und E-Mail</b><br>JANA BUKACZ »232DN0033   76,00 €  | Neustadt<br>ab 23.11.2023 14:30 – 17:45 Uhr   3 Termine (immer Do.)    |
| <b>Excel II: Effektiver arbeiten mit einfachen Formeln und Funktionen</b><br>ERNST HEINE »232DT0025   126,00 €                            | Wunstorf<br>25.11.2023 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Sa.)              |
| <b>Excel I: Daten erfassen, berechnen und einfache Diagramme erstellen</b><br>JANA BUKACZ »232DT0053   126,00 €                           | Neustadt<br>30.11.2023 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Do.)              |

|   |  |
|---|--|
| <b>Excel III: Mit Hilfe von Funktionen umfassende Berechnungen durchführen</b><br>ERNST HEINE »232DT0035   126,00 €   | Wunstorf<br>02.12.2023 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Sa.)                |
| <b>B Excel Teile I bis III intensiv</b><br>JÜRGEN SCHARFE »232DO1033   250,00 €                                       | Neustadt<br>04. – 07.12.2023 08:00 – 15:30 Uhr   4 Termine (Mo. – Do.)   |
| <b>Excel IV - Handling strukturierter Datenmengen nach Datenbankstandard</b><br>ERNST HEINE »232DT0045   126,00 €     | Wunstorf<br>09.12.2023 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Sa.)                |
| <b>Individuelle Smartphone Sprechstunde</b><br>AXEL BEHNKE »232DS0054   39,00 €                                       | Wedemark<br>11.12.2023 14:00 – 14:45 Uhr   1 Termin (Mo.)                |
| <b>Individuelle Smartphone Sprechstunde</b><br>AXEL BEHNKE »232DS0064   39,00 €                                       | Wedemark<br>11.12.2023 15:00 – 15:45 Uhr   1 Termin (Mo.)                |
| <b>Individuelle Smartphone Sprechstunde</b><br>AXEL BEHNKE »232DS0074   39,00 €                                       | Wedemark<br>11.12.2023 16:00 – 16:45 Uhr   1 Termin (Mo.)                |
| <b>Excel II: Effektiver arbeiten mit einfachen Formeln und Funktionen</b><br>JANA BUKACZ »232DT0063   126,00 €        | Neustadt<br>14.12.2023 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Do.)                |
| <b>J Tastschreiben am PC (3.-6. Klasse) – Ferienkurs</b><br>HEINZ ZIEGLER »241DCJ013   87,00 €                        | Neustadt<br>03. – 05.01.2024 09:45 – 11:15 Uhr   3 Termine (Mi. – Fr.)   |
| <b>K Mein neues Smartphone mit Android</b><br>JANA BUKACZ »241DS0013   90,00 €  | Neustadt<br>ab 04.01.2024 14:30 – 17:45 Uhr   4 Termine (immer Do.)      |
| <b>Excel III: Mit Hilfe von Funktionen umfassende Berechnungen durchführen</b><br>JANA BUKACZ »241DT0033   126,00 €   | Neustadt<br>04.01.2024 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termin (Do.)                |
| <b>N Python und Lego: Eine Einführung in die Programmierung von Robotern</b><br>MATTHIAS FRITSCH »241DM0012   70,00 € | Garbsen<br>ab 06.01.2024 13:00 – 15:15 Uhr   3 Termine (immer Sa.)       |
| <b>J Robotik (8 bis 12 Jahre) – Ferienkurs</b><br>SVEN ARMBRUST »241DMJ012   50,00 €                                  | Garbsen<br>06.01.   07.01.2024 10:00 – 12:30 Uhr   2 Termine (Sa. + So.) |
| <b>Computer-Aufbaukurs für Ältere</b><br>AXEL BEHNKE »241DN0011   76,00 €   | Burgwedel<br>ab 10.01.2024 15:00 – 16:30 Uhr   6 Termine (immer Mi.)     |
| <b>Individuelle Smartphone Sprechstunde</b><br>HOLGER ROSELIEB »241DS0012   39,00 €                                   | Garbsen<br>10.01.2024 14:00 – 14:45 Uhr   1 Termin (Mi.)                 |
| <b>Individuelle Smartphone Sprechstunde</b><br>HOLGER ROSELIEB »241DS0022   39,00 €                                   | Garbsen<br>10.01.2024 15:00 – 15:45 Uhr   1 Termin (Mi.)                 |

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

|  |   |
|--|---|
| <b>Individuelle Smartphone Sprechstunde</b><br>HOLGER ROSELIEB »241DS0032   39,00 €                                  | <b>Garbsen</b><br>10.01.2024 16:00 – 16:45 Uhr   1 Termin (Mi.)           |
| <b>Individuelle Smartphone Sprechstunde</b><br>HOLGER ROSELIEB »241DS0042   39,00 €                                  | <b>Garbsen</b><br>10.01.2024 17:00 – 17:45 Uhr   1 Termin (Mi.)           |
| <b>Excel I: Daten erfassen, berechnen und einfache Diagramme erstellen</b><br>SASKIA MAYER »241DT0012   126,00 €     | <b>Garbsen</b><br>10.01.2024 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termine (Mi.)          |
| <b>Excel IV: Handling strukturierter Datenmengen nach Datenbankstandard</b><br>JANA BUKACZ »241DT0043   126,00 €     | <b>Neustadt</b><br>11.01.2024 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termine (Do.)         |
| <b>K Windows für PC, Laptop oder Tablet – Teil 1</b><br>HOLGER ROSELIEB »241DN0012   86,00 €                         | <b>Garbsen</b><br>ab 17.01.2024 14:00 – 17:15 Uhr   3 Termine (immer Mi.) |
| <b>Excel II: Effektiver arbeiten mit einfachen Formeln und Funktionen</b><br>SASKIA MAYER »241DT0022   126,00 €      | <b>Garbsen</b><br>17.01.2024 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termine (Mi.)          |
| <b>Word I: Textdokumente erstellen, öffnen, bearbeiten und speichern</b><br>JANA BUKACZ »241DT0113   126,00 €        | <b>Neustadt</b><br>18.01.2024 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termine (Do.)         |
| <b>N Das iPad als Dienstgerät: Lehrer*innenfortbildung</b><br>STEFFEN BIEN »241DS1012   80,00 €                      | <b>Garbsen</b><br>ab 19.01.2024 14:00 – 17:30 Uhr   2 Termine (Fr.)       |
| <b>Excel III: Mit Hilfe von Funktionen umfassende Berechnungen durchführen</b><br>SASKIA MAYER »241DT0032   126,00 € | <b>Garbsen</b><br>24.01.2024 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termine (Mi.)          |
| <b>Word II: Erweiterte Bearbeitung Ihrer Textdokumente</b><br>JANA BUKACZ »241DT0123   126,00 €                      | <b>Neustadt</b><br>25.01.2024 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termine (Do.)         |
| <b>Excel IV - Handling strukturierter Datenmengen nach Datenbankstandard</b><br>SASKIA MAYER »241DT0082   126,00 €   | <b>Garbsen</b><br>31.01.2024 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termine (Mi.)          |
| <b>Word III: Gliederung und Organisation von Texten</b><br>JANA BUKACZ »241DT0133   126,00 €                         | <b>Neustadt</b><br>01.02.2024 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termine (Do.)         |
| <b>Outlook I: Richtige Anwendung der Mail- und Kalenderfunktion</b><br>JANA BUKACZ »241DT0212   126,00 €             | <b>Garbsen</b><br>08.02.2024 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termine (Do.)          |
| <b>Outlook II: Bedienung der Assistenten und Verwaltung von Aufgaben</b><br>JANA BUKACZ »241DT0222   126,00 €        | <b>Garbsen</b><br>15.02.2024 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termine (Do.)          |
| <b>Outlook III: Modernes Zeitmanagement</b><br>JANA BUKACZ »241DT0232   126,00 €                                     | <b>Garbsen</b><br>22.02.2024 09:00 – 14:15 Uhr   1 Termine (Do.)          |

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



## 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](mailto:lueder@vhs-hannover-land.de)  
Am Telefon: 05032 90144-61



# MENSCH – GESELLSCHAFT – POLITIK

*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.*

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



*„Es gibt keine Alternative zur Erkenntnis, dass wir – allen Konflikten zum Trotz – in einem Boot sitzen.“ – Richard von Weizsäcker, ehem. Deutscher Bundespräsident*

*In unseren Kursen begegnen Sie Menschen und Geschichten, die Sie inspirieren, bestärken, irritieren, faszinieren, empören, berühren, verunsichern, begeistern. Entdecken Sie die Bereicherung durch Vielfalt und erleben Sie die Kraft der Gemeinschaft.“*

**ULRIKE HOFFMANN**  
Leiterin des Fachbereichs  
Mensch – Gesellschaft – Politik

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

## Vielfältig und spannend – unsere Highlights!

### Gemeinsam:

#### Junge Mütter zurück in den Job – Wiedereinstieg oder Neustart?

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

**Burgwedel** ab MI 01.11.2023 18:00 – 19:30 Uhr | 8 UT  
Susanne Dannhauer » 232LE2501 | 85,00 €

### Hilfreich:

#### Mietrecht – für Mietende und Vermietende

Nach einem kurzen Vortrag erhalten Sie die Möglichkeit, Ihre Fragen zu stellen.

**Neustadt** FR 10.11.2023 18:30 – 21:00 Uhr | 1 Termin  
Heinrich Kleine-Arndt » 232LG2023 | 16,00 €



### Neu:

#### Aktuelle Gesellschaftsanalyse anhand von Medien: Hitlers neue Kindersoldaten

Wir diskutieren mit Experten über die Zunahme minderjähriger Attentäter und Amokläufer, die im Namen rechtsextremer Ideologien handeln.

**Online** DO 25.01.2024 19:30 – 21:45 Uhr | 1 UT  
Patrick Stegemann, Sören Musyal » 241LA0100  
kostenfrei

### Bildungsurlaub:

Details siehe Webseite

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

Ziel: Kennenlernen der eigenen Persönlichkeit und Muster, Entwicklung und/oder Stärkung des Selbstwertes, Abgrenzung und Behauptung durch Training der Kommunikation.

**Neustadt** MO 24.06. – FR 28.06.2024 9:00 – 16:30 Uhr  
5 Termine | Magdalena von Hagenburg » 241LW1023  
360,00 €



## Kurse 2/2023



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

Gesellschaft

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

#### Fledermausnacht – Bat Night. Ein Informationsabend mit Exkursion

In Kooperation mit dem NABU.

NABUTEAM ULRICH STAHL »232LU2013 | kostenfrei

Neustadt

25.08.2023

19:30 – 21:45 Uhr | 1 Termin (Fr.)

#### N Ich kann nicht raus aus meiner Haut – oder etwa doch?

Sie spüren verschiedenen Fragen rund um Ihr „Ich“ nach und erkennen die Konsequenzen.

MAGDALENA VON HAGENBURG »232LW2075 | 45,00 €

Wunstorf

02.09.2023

09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

#### Pilze

In Kooperation mit dem NABU.

NABUTEAM ULRICH STAHL »232LU2023 | kostenfrei

Neustadt

06.09.2023

19:30 – 21:45 Uhr | 1 Termin (Mi.)

#### K Italiener\*innen in Deutschland – Gesprächskreis

Diskussionen mit dem Ziel der Integration und der Erhaltung der eigenen kulturellen Identität.

ITALIENISCHE GEMEINDE »232LE2012 | 45,00 €

Garbsen

ab 08.09.2023

15:00 – 18:00 Uhr | 15 Termine (immer Fr.)

#### K Interkultureller Müttertreff – Alltagsdeutsch verstehen und sprechen

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

HATUN TUKU »232LE2022 | kostenfrei

Garbsen

ab 12.09.2023

10:00 – 11:30 Uhr | 15 Termine (immer Di.)

#### K PEKiP® (ab der 6. Woche)

Entwicklungsbegleitung für Eltern mit ihren Babys von der 6. Lebenswoche bis zum 12. Monat.

KAREN SCHULENBURG »232LZ2165 | 120,00 €

Wunstorf

ab 15.09.2023

09:00 – 10:30 Uhr | 10 Termine (immer Fr.)

#### K PEKiP® (ab der 6. Woche)

Entwicklungsbegleitung für Eltern mit ihren Babys von der 6. Lebenswoche bis zum 12. Monat.

KAREN SCHULENBURG »232LZ2175 | 120,00 €

Wunstorf

ab 15.09.2023

10:30 – 12:00 Uhr | 10 Termine (immer Fr.)

#### N Wer wird denn gleich in die Luft gehen? – Wie gehe ich besser mit Stress um?

MAGDALENA VON HAGENBURG »232LW2095 | 45,00 €

Wunstorf

16.09.2023 09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)



**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

**K** Klassiker

**N** Neu

**J** Junge vhs

**B** Bildungsurlaub

**Zeitgeist – Philosophischer Gesprächskreis für Frauen**

Monatlicher moderierter Austausch über wechselnde philosophische Themen.

SUSANNE BENZE »232LR2521| 36,00 €

Burgwedel

ab 21.09.2023

17:00 – 18:30 Uhr | 4 Termine (immer Do.)

**Philosophischer Gesprächskreis Neustadt: Was ist der Mensch?**

Es braucht nur Ihre Lebenserfahrung sowie die Bereitschaft, einander zuzuhören.

WOLFRAM CHEMNITZ »232LR2653| 53,00 €

Neustadt

ab 21.09.2023

17:00 – 18:30 Uhr | 5 Termine (immer Do.)

**N Der Lange Abend der Philosophie: Aristoteles – die Idee in der Welt**

WOLFRAM CHEMNITZ »232LR2555| 18,00 €

Wunstorf

22.09.2023 19:00 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Fr.)

**J Feuer trifft Wasser – Mitmach-Experimente (ab 3. Klasse)**

HEINZ ZIEGLER »232LNJ025| 49,00 €

Neustadt

23.09. | 24.09. | 30.09.2023 14:00 – 16:00 Uhr | 3 Termine (Sa. + So.)

**N Rundgang bei den Herrenhäuser Gärten: Die wahre Geschichte des Baron Münchhausen**

Sie erfahren Spannendes über seine Russlandreise, Jagdabenteuer und interessante Begegnungen.

KLAUS-PETER FUHRMANN »232LR2220| 15,00 €

Hannover

27.09.2023

18:00 – 19:30 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**N Geisterspaziergang zum 175. Todestag von Annette von Droste-Hülshoff**

Beim Spaziergang durch die historische Nordstadt Hannovers hören wir Auszüge aus ihren Werken.

KLAUS-PETER FUHRMANN »232LR2250| 15,00 €

Hannover

29.09.2023

19:00 – 20:30 Uhr | 1 Termin (Fr.)

**K Mehr als Worte – Körpersprache, Gestik, Mimik**

Ziel des Seminars ist es, das „Lesen“ am Gegenüber und sich selbst zu lernen.

GABRIELE-REGINA THOMAS »232LT2033| 66,00 €

Wunstorf

30.09.2023

09:00 – 17:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**N Spät dran? Einkommensteuererklärung Tagesseminar**

Hier erfahren Sie unterhaltsam, wie Sie Ihre Einkommensteuererklärung selbst anfertigen.

VOLKER RIECHERT »232LG2020| 66,00 €

Online

01.10.2023

10:15 – 16:00 Uhr | 1 Termin (So.)

**N Philosophischer Gesprächskreis Bissendorf**

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

FLORIAN FISCHBACH »232LR2534| 64,00 €

Wedemark

ab 06.10.2023

18:00 – 20:30 Uhr | 4 Termine (immer Fr.)

**K Stadtrundgang: Jüdisches Leben in Neustadt**

HUBERT BRIEDEN »232LR2273| kostenfrei

Neustadt

08.10.2023 11:00 – 12:00 Uhr | 1 Termin (So.)

**Für Eltern und Großeltern: Mit Märchen die kindliche Entwicklung unterstützen**

In Theorie und Praxis über Märchen von früher und heute für die Kleinsten.

GUDRUN AHLBORN »232LZ2231| 16,00 €

Burgwedel

13.10.2023

17:00 – 19:15 Uhr | 1 Termin (Fr.)

**Schlösser der Loire**

In Kooperation mit dem NABU.

NABUTEAM ULRICH STAHL »232LU2033| kostenfrei

Neustadt

18.10.2023

19:30 – 21:45 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**K Sagen und Gruselgeschichten der Leinemasch**

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

KLAUS-PETER FUHRMANN »232LR2210| 15,00 €

Klosterkirche Marienwerder, Hannover

20.10.2023

18:00 – 19:30 Uhr | 1 Termin (Fr.)

**K Ahnenforschung - Grundlagen**

ANSGAR ECKERT »232LR2122| 67,00 €

Garbsen

21.10.2023 9:00 – 18:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**Warum ist mein Kind so? Antworten und Beratung von der Erzieherin Gudrun Ahlborn**

Erfahren Sie, welche Gründe das Verhalten Ihres Kindes hat und wie Sie es unterstützen können.

GUDRUN AHLBORN »232LZ2213| 16,00 €

Neustadt

01.11.2023

17:00 – 19:15 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**N Loslassen lernen – den inneren Kompass finden**

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

MICHAELA NEUMANN »232LW2054| 32,00 €

Wedemark

04.11.2023

10:00 – 14:30 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**J N vhs.KinderUni: Warum sind Sechsbener so wichtig?**

Kostenfreier Online-Vortrag über die spannende Welt der Insekten.

DIPLOM-BIOLOGIN BÄRBEL OFTRING »232LWJ140| kostenfrei

Online

05.11.2023

11:00 – 12:00 Uhr | 1 Termin (So.)

**Die Honigbiene**

In Kooperation mit dem NABU.

NABUTEAM ULRICH STAHL »232LU2043| kostenfrei

Neustadt

08.11.2023

19:30 – 21:45 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**„Das ist (k)ein Argument!“ – Einführung in die Argumentation**

Die eigenen Inhalte argumentativ vertreten und Scheinargumente identifizieren.

GABRIELE-REGINA THOMAS »232LT2042| 66,00 €

Garbsen

11.11.2023

9:00 – 17:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**K Eine historische Führung durch das alte Hannover mit Henker Asmus Smeth**

Ziel des Seminars ist es, das „Lesen“ am Gegenüber und sich selbst zu lernen.

KLAUS-PETER FUHRMANN »232LR2230| 15,00 €

Hannover

11.11.2023

18:30 – 20:45 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**Wie die Gemeinwohl-Ökonomie (GWÖ) die Welt nachhaltig verändern kann**

Was ist GWÖ und wie funktioniert sie in Neustadt a. Rbge.?

GWÖ-REGIONALGRUPPE NEUSTADT A. RBGE. »232LL2053| 10,00 €

Neustadt

11.11.2023

10:00 – 18:00 Uhr | 1 Termin (Sa.)

**J Feuer trifft Wasser – Mitmach-Experimente (ab 3. Klasse)**

HEINZ ZIEGLER »232LNJ024| 49,00 €

Wedemark

ab 11.11.2023 9:45 – 11:45 Uhr | 3 Termine (immer Sa.)

**K Gedenkveranstaltung zum Jahrestag der Pogromnacht**

HUBERT BRIEDEN »232LR2293| kostenfrei

Neustadt

12.11.2023 11:30 – 13:45 Uhr | 1 Termin (So.)

**K Das 1x1 der Geldanlage in Zeiten niedriger Zinsen**

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

CARSTEN WITT »232LG2024| 18,00 €

Garbsen

16.11.2023

18:00 – 20:15 Uhr | 1 Termin (Do.)

**GFK: Einführung in eine gelingende Kommunikation auf Augenhöhe**

Für bessere Beziehungen lernen Sie, sich, Ihre Gefühle und Bedürfnisse besser zu verstehen.

CLAUDIA LÖFFELHOLZ »232LT2121| 69,00 €

Burgwedel

17.11. | 18.11.2023

Fr. 18:00 – 21:15 Uhr | Sa. 10:00 – 17:30 Uhr | 2 Termine (Fr. + Sa.)

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

**N** „Verdammt, ich lieb dich!“ – Seminar über Paarkommunikation Wunstorf  
Wir trainieren einfühlsame Paarkommunikation und üben das Bewältigen von Konfliktsituationen. ab 18.11.2023  
MAGDALENA VON HAGENBURG »232LW2085 | 66,00 € 9:00 – 16:00 Uhr | 2 Termine (immer Sa.)

**Für Eltern und Großeltern: Mit Märchen die kindliche Entwicklung unterstützen** Garbsen  
In Theorie und Praxis über Märchen von früher und heute für die Kleinsten. 24.11.2023  
GUDRUN AHLBORN »232LZ2232 | 16,00 € 17:00 – 19:15 Uhr | 1 Termin (Fr.)

**N** Konflikte nicht vermeiden, sondern positiv für sich nutzen Burgwedel  
Sollten wir der Harmonie wegen Konflikten lieber aus dem Weg gehen? ab 25.11.2023  
MICHAELA NEUMANN »232LW2051 | 64,00 € 10:00 – 14:30 Uhr | 2 Termine ( immer Sa.)

**Der Lange Abend der Philosophie: Die Philosophie des Mittelalters** Wunstorf  
WOLFRAM CHEMNITZ »232LR2565 | 18,00 € 15.12.2023 19:00 – 21:15 Uhr | 1 Termin (Fr.)

**J** Feuer trifft Wasser – Mitmach-Experimente (ab 3. Klasse) Ferienkurs Neustadt  
HEINZ ZIEGLER »241LNJ023 | 49,00 € 03.01. – 05.01.2024 12:30 – 14:30 Uhr | 3 Termine (Mi. – Fr.)

**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  
FLORIAN FISCHBACH »241LR2524 | 16,00 € 18.01.2024 18:00 – 20:30 Uhr | 1 Termin (Do.)

**„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. 18:30 – 20:45 Uhr | 20.01. 10:00 – 16:15 Uhr | 02.02. 18:30 – 20:45 Uhr | 03.02.2024 10:00 – 16:15 Uhr | 4 Termine (Fr. + Sa.)

**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.)

**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.)

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

**„Der Frieden beginnt in dir.“ – Eine Vertiefung in die Gewaltfreie Kommunikation** Neustadt  
Ziele: Stärkung von Kooperations- und Konfliktfähigkeit, Toleranz und Empathie. 05.02.2024  
GISELA KIRMIZI »241LT2063 | 53,00 € 16.02. 18:30 – 20:45 Uhr | 17.02.2024 10:00 – 16:15 Uhr | 2 Termine (Fr. + Sa.)

**N** Lesung zum neuen Buch des AK Regionalgeschichte über NS-Täter Neustadt  
Eine Sozialgeschichte des Sumpfes am Steinhuder Meer, über die Natur und die Menschen. 22.02.2024  
HUBERT BRIEDEN »241LR2293 | kostenfrei 19:00 – 21:15 Uhr (Do.)

**N** Einkommensteuererklärung Tagesseminar online Online  
Hier erfahren Sie unterhaltsam, wie Sie Ihre Einkommensteuererklärung selbst anfertigen. 15.03.2024  
VOLKER RIECHERT »241LG2020 | 62,00 € 10:15 – 16:00 Uhr | 1 Termin ( Fr.)

**B** Neue Kraft und Resilienz durch Atmung, Körper(sprache) und Stimme Sylt, Akademie am Meer  
Details siehe Webseite 25.03.– 29.03.2024  
ALEXANDRA STEINMEIER »241LW1020 5 Termine (Mo. – Fr.)

## Offene Beratungsangebote

**Mein Traum: Der Weg in die Selbstständigkeit als berufliche Alternative** Garbsen, Neustadt, Wunstorf, Online  
GABRIELE WITTEN-NEUBERT »232LW3010

**Mein Traum: Der Weg in die Selbstständigkeit als berufliche Alternative** Burgwedel, Wedemark, Online  
SVEN FÜLLING »232LW3020

**Abi geschafft - Wie geht es nun weiter?** Coaching in Garbsen, Neustadt, Wunstorf, Online  
GABRIELE WITTEN-NEUBERT »232LW3050

**Abi geschafft - Wie geht es nun weiter?** Coaching in Burgwedel, Wedemark, Online  
SVEN FÜLLING »232LW3060

**Was soll ich werden? Beratung für Jugendliche und junge Menschen** Garbsen, Neustadt, Wunstorf, Online  
GABRIELE WITTEN-NEUBERT »232LW3070

**Was soll ich werden? Coaching für Jugendliche und junge Menschen** Burgwedel, Wedemark, Online  
SVEN FÜLLING »232LW3080

**Ruhestand. Und jetzt?!** Coaching in Garbsen, Neustadt, Wunstorf, Online  
GABRIELE WITTEN-NEUBERT »232LW3090

**Ruhestand. Und jetzt?!** Coaching in Burgwedel, Wedemark, Online  
SVEN FÜLLING »232LW3100

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



**Unser Zweiter Bildungsweg ist eine Chance für die berufliche Zukunft!**

*Wir begleiten und fördern unsere Teilnehmer\*innen individuell und umfassend. Wir vermitteln nicht nur Wissen für eine solide schulische Allgemeinbildung. Wir fördern auch berufsbezogene und persönlichkeitsbildende Kompetenzen. Wir bieten einen klar strukturierten Weg, den Haupt- oder Realschulabschluss nachzuholen und machen Mut, die gesteckten Ziele zu erreichen. Fragen beantworten wir gerne in einem persönlichen Beratungsgespräch.*

**MICHAEL LÜCKE**  
Lehrkraft 2. Bildungsweg

**BEI FRAGEN:**  
luecke@vhs-hannover-land.de



# ZWEITER BILDUNGSWEG

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



Daniela Born  
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](http://www.vhs-hannover-land.de)

## Projekt MiT – Miteinander in Toleranz



*„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)

### 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.*

### INTERESSE? WIR BERATEN SIE GERN.

**Birgit Schulze**  
Per Mail: [schulze@vhs-hannover-land.de](mailto:schulze@vhs-hannover-land.de)  
Am Telefon: 05032 90144-72



# Integration

## Welcher Integrationskurs ist der Richtige?

Wir beraten Sie gerne:

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

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

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

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

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

### IHRE ANSPRECHPARTNERINNEN:



**Silke Czincoll**

Per Mail: [czincoll@vhs-hannover-land.de](mailto:czincoll@vhs-hannover-land.de)

Am Telefon: 05032 90144-26



**Irina Dittmann**

Per Mail: [dittmann@vhs-hannover-land.de](mailto:dittmann@vhs-hannover-land.de)

Am Telefon: 05032 90144-44



„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](mailto:mueller-eskin@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](mailto: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](mailto:dittmann@vhs-hannover-land.de) | 05032 90144-44



Weitere Infos  
finden Sie hier:

[www.vhs-hannover-land.de](http://www.vhs-hannover-land.de)

Integration



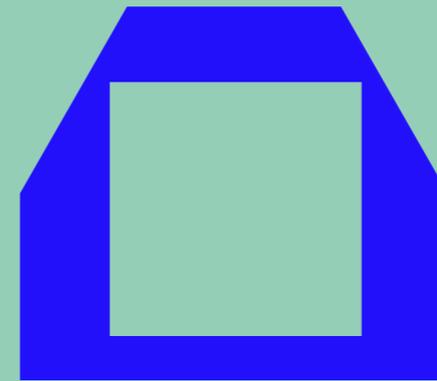
# vhs NEUE – BERUFLICHE WEITERBILDUNG

*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.*



Ab Herbst 2023  
[www.vhs-neue.de](http://www.vhs-neue.de)

vhs NEUE



# vhs neue

## HANNOVER LAND



*„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 nämlich 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](mailto:ette@vhs-hannover-land.de)

# Bestens aufgestellt – mit unseren Highlights!

## Lehrreich:

### Ausbildung der Ausbilder (AdA) – Vorbereitungslehrgang

Der Vorbereitungslehrgang ADA umfasst insgesamt vier Module erfolgreicher Planung, Gestaltung und Durchführung der Ausbildung von Auszubildenden. **Bildungsurlaub möglich.**

**Neustadt MO 18.09. – FR 22.09.2023** 8:00 – 16:00 Uhr  
5 Termine | Frank Namendorf » **232AK0093** | **685,00 €**

## Agil:

### Projektmanagement/Modul 1

In diesem ersten von vier Modulen geht es um die Grundlagen klassischen und agilen Projektmanagements. Modul 1 und 2 sind einzeln buchbar, die Module 3 und 4 nur in Kombination

**Neustadt MI 08.11.2023** 9:00 – 13:00 Uhr  
1 Termin | Sonja de Vries » **232AK0043** | **99,90 €**

## Online:

### Netzwerken, aber richtig!

In diesem Workshop dreht sich alles um das Thema „Netzwerken“. Wie komme ich in Kontakt, live und digital? Welche Rolle spielt dabei der Smalltalk? Was sind die Do's und Dont's?

**Online DO 02.11.2023** 10:00 – 11:30 Uhr  
1 Termin | Sonja de Vries » **232AF0014** | **29,90 €**

## Workshop:

### Das Geheimnis kluger Entscheidungen

Von Bauchgefühlen und Körpersignalen. Wie finden wir heraus, welcher Entscheidungstyp wir sind? Wie nutzen wir erfolgreich die Zwiesprache zwischen Bewusstsein und Intuition?

**Neustadt DO/FR 26./27.10.2023** 2 Termine  
Elisabeth Knelangen » **232AF0023** | **99,90 €**



## Kurse 2/2023

### KI – Terminator oder Freund?

Technologie verstehen, Chancen und Gefahren einschätzen  
REFERENT: PETER LEPELT | Dauer: Ca. 60 Min.  
Mit anschließender Diskussionsrunde ca. 30min und anschließendem Netzwerken.

VHS Hannover-Land/Schloss Landestrost, Saal 1  
**23.08.2023**  
19:00 Uhr | 1 Termin (Mi.)

### N Was erwartet uns in der Arbeitswelt 4.0

Willkommen in der VUCA Welt  
ELISABETH KNELANGEN » **232AF0033** | **49,00 €**

**Neustadt**  
**25.09.2023**  
10:00 – 15:15 Uhr | 1 Termin (Mo.)

### N Beruf. Familie. Finanzen – Markt der Möglichkeiten

FRAU & BERUF » **232AF0013** | **kostenfrei**

**Neustadt**  
**28.09.2023** 09:30 – 12:30 Uhr | 1 Termin (Do.)

### N Care & Career – Endlich mal den Kopf frei!

Wie organisiere ich mich, meine Familie und meinen Alltag?  
SONJA DE VRIES » **232AF0003** | **30,00 €**

**Online**  
**05.10.2023**  
9:00 – 10:30 Uhr | 1 Termin (Do.)

### N Ausbildung der Ausbilder – Vorbereitungslehrgang zur IHK-Prüfung

FRANK NAMENDORF » **232AK0083** | **685,00 €**

**Neustadt**  
**23. – 27.10.2023** 08:00 – 16:00 Uhr | 5 Termine (Mo. – Fr.)

### N Projektmanagement, Grundlagen: klassisch – agil – hybrid / Modul 2

Risikomanagement, Stakeholdermanagement, Kommunikation Online Tool und (Online-)Meetings.  
SONJA DE VRIES » **232AK0053** | **99,00 €**

**Neustadt**  
**15.11.2023**  
09:00 – 13:00 Uhr | 1 Termin (Mi.)

### N Projektmanagement, Grundlagen: klassisch – agil – hybrid / Modul 3

Agiles Arbeiten + Projektmanagement. Kreative Arbeitstechniken. Kanban, analog und digital  
SONJA DE VRIES » **232AK0063** | **99,00 €**

**Neustadt**  
**22.11.2023**  
09:00 – 13:00 Uhr | 1 Termin (Mi.)

### N Projektmanagement, Grundlagen: klassisch – agil – hybrid / Modul 4

Scrum DIE agile Arbeitsmethode. Was ist das? Wie geht das?  
SONJA DE VRIES » **232AK0073** | **99,00 €**

**Neustadt**  
**29.11.2023**  
09:00 – 13:00 Uhr | 1 Termin (Mi.)

**JETZT ANMELDEN!**



**Daniela Born**  
Per Mail: [d.born@vhs-hannover-land.de](mailto:d.born@vhs-hannover-land.de)  
Am Telefon: 05032 90144-96



Alle aktuellen Kurse und zusätzliche Infos finden Sie auf [www.vhs-hannover-land.de](http://www.vhs-hannover-land.de)

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



# 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](mailto:duscha@vhs-hannover-land.de)  
Am Telefon: 05032 90144-84



Logistik

Alle aktuellen Lehrgänge hier:  
[www.vhs-hannover-land.de](http://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**  
Kordinator des Campus Logistik  
Neustadt

**FÜR FRAGEN & ANREGUNGEN:**  
[lenz@vhs-hannover-land.de](mailto:lenz@vhs-hannover-land.de)

## Elementarpädagogik

**Interesse an unserem Fortbildungsprogramm 2023 – 2024?** Schauen Sie sich auf unserer Website um oder fordern Sie ein gedrucktes Programmheft an.



„Die Arbeit von Erzieher\*innen, Tagespflegepersonen und Schulbegleiter\*innen ist für unsere Gesellschaft von großer Bedeutung und das pädagogische Fachpersonal ist sehr fortbildungsfreudig. Deshalb ist es mir ein großes Anliegen, jedes Jahr ein abwechslungsreiches Fortbildungsprogramm für genau diese Menschen zusammenzustellen: Online, in Präsenzveranstaltungen oder in Form von Vorträgen und Workshops z. B. für die Neustädter Kita-Fachtagung, die dieses Jahr schon zum 21. Mal stattgefunden hat. Das ist mein persönliches Highlight des Jahres!“

**ANGELA FRANKE**  
Leiterin des Fachbereichs Elementarpädagogik

**FÜR FRAGEN & ANREGUNGEN:**  
[franke@vhs-hannover-land.de](mailto:franke@vhs-hannover-land.de)

## JETZT ANMELDEN!

Sandra Peißker  
Per Mail: [peissker@vhs-hannover-land.de](mailto:peissker@vhs-hannover-land.de)  
Am Telefon: 05032 90144-35



Pädagogik

Alle Kurse und weitere Infos  
finden Sie hier:

[www.vhs-hannover-land.de](http://www.vhs-hannover-land.de)



### Fortbildungsprogramm

- Fachkräfte der Elementar-/Krippenpädagogik
- Tagespflegepersonen
- Schulbegleiter\*innen

2023-2024

# 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*



Erfahren Sie als Erste, wenn neue Kurse angeboten werden. Melden Sie sich gleich für unseren Newsletter an!

Newsletter

---



---



---



---



---



---



---



---

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



**Hauptgeschäftsstelle Neustadt**  
Schlossstr. 1  
31535 Neustadt a. Rbge.



**Geschäftsstelle Wunstorf**  
Kirchplatz 2  
31515 Wunstorf-Luthe



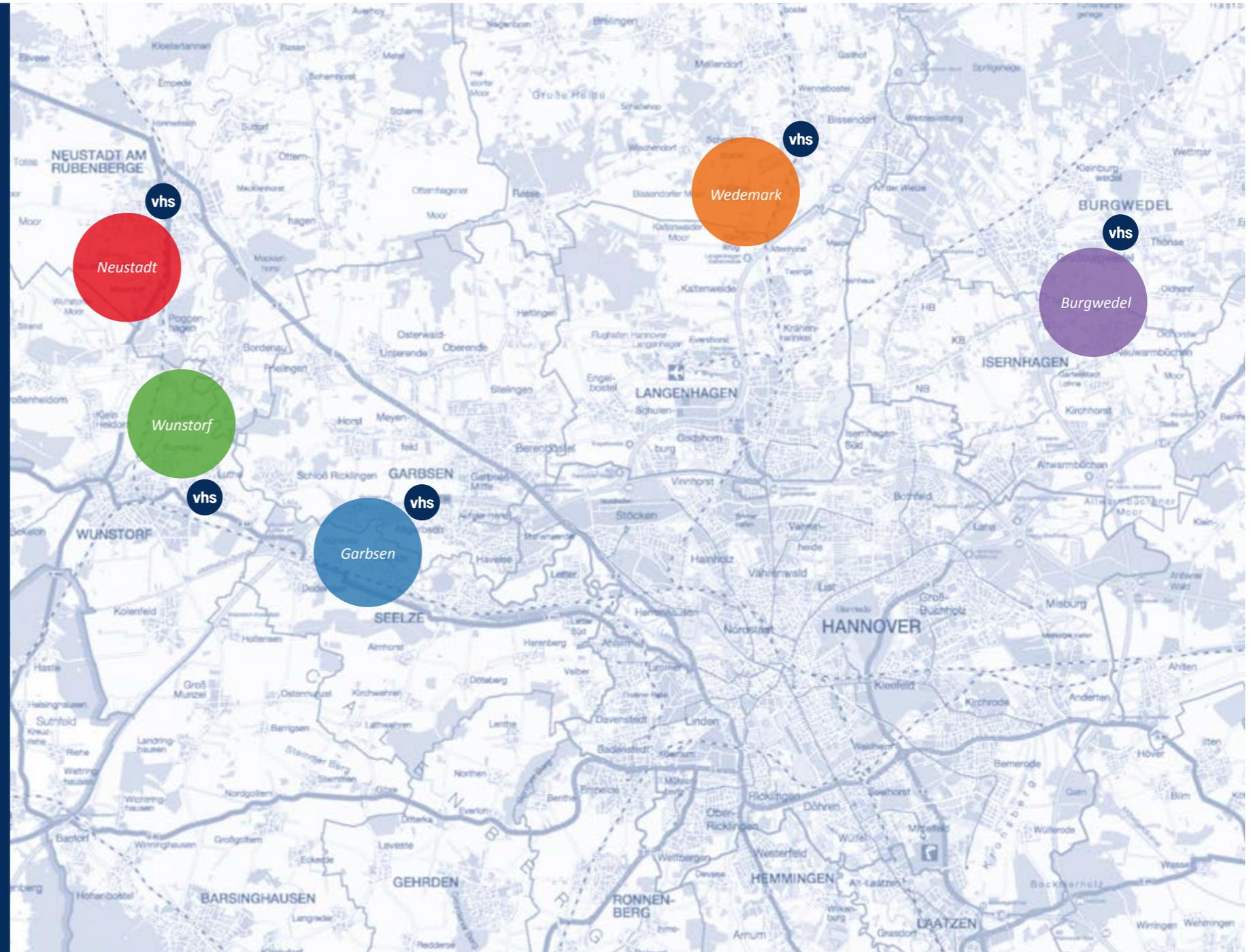
**Geschäftsstelle Garbsen**  
Planetenring 35 (Planetencenter, gegenüber Planetenring 72)  
30823 Garbsen



**Geschäftsstelle Burgwedel**  
Auf dem Amtshof 8  
30938 Burgwedel



**Geschäftsstelle Wedemark**  
Am Mühlenberg 15  
30900 Wedemark-Bissendorf



## Impressum

### Herausgeber

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

Tel.: 05032 90144-0  
E-Mail: [info@vhs-hannover-land.de](mailto:info@vhs-hannover-land.de)  
[www.vhs-hannover-land.de](http://www.vhs-hannover-land.de)

### Verantwortlich

Martina Behne

### Redaktion

Heidi Claus, Alina Chivu

### Gestaltung

Grafikbüro VISUELLE TATEN, Hannover

### Druck

HANNOPRINT GmbH, Hannover

### Erscheinungsjahr

2023

### Auflage

24.000

### Bildquellen:

© Zweckverband vhs Hannover Land;

© AdobeStock: S. 6/7: Mari Dein; S. 16/17: Tierney;  
S. 22/23: Jacob Lund; S. 29: refresh(PIX); S. 35/37: aaabbc;  
S. 44/45: Yakobchuk Olena; S. 46/47: Tierney; S. AlesiaKan;  
S. 56/57: contrastwerkstatt; S. 58: New Africa;  
S. 64: Mediaphotos; S. 65: A.S./peopleimages.com;  
S. 67: insta\_photos; S. 70: Pixel-Shot

## Follow us!



Facebook

@volkshochschule.hannover.land



Instagram

@vhs\_hannover\_land



LinkedIn

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



FOLLOW US

Nichts verpassen!  
Hier geht es zu unseren  
Social-Media-Profilen.



Unsere  
Geschäftsbedingungen  
[www.vhs-hannover-land.de/agb](http://www.vhs-hannover-land.de/agb)



### 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](mailto:info@vhs-hannover-land.de)

Online: [www.vhs-hannover-land.de](http://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](mailto:info@vhs-hannover-land.de)  
[www.vhs-hannover-land.de](http://www.vhs-hannover-land.de)

*Unser Titelbild „Windbreaker“ (Acrylmalerei auf Acrylfluid) stammt von Martina Heger,  
Diplom-Grafikerin und Kunstdozentin an der vhs Hannover Land*