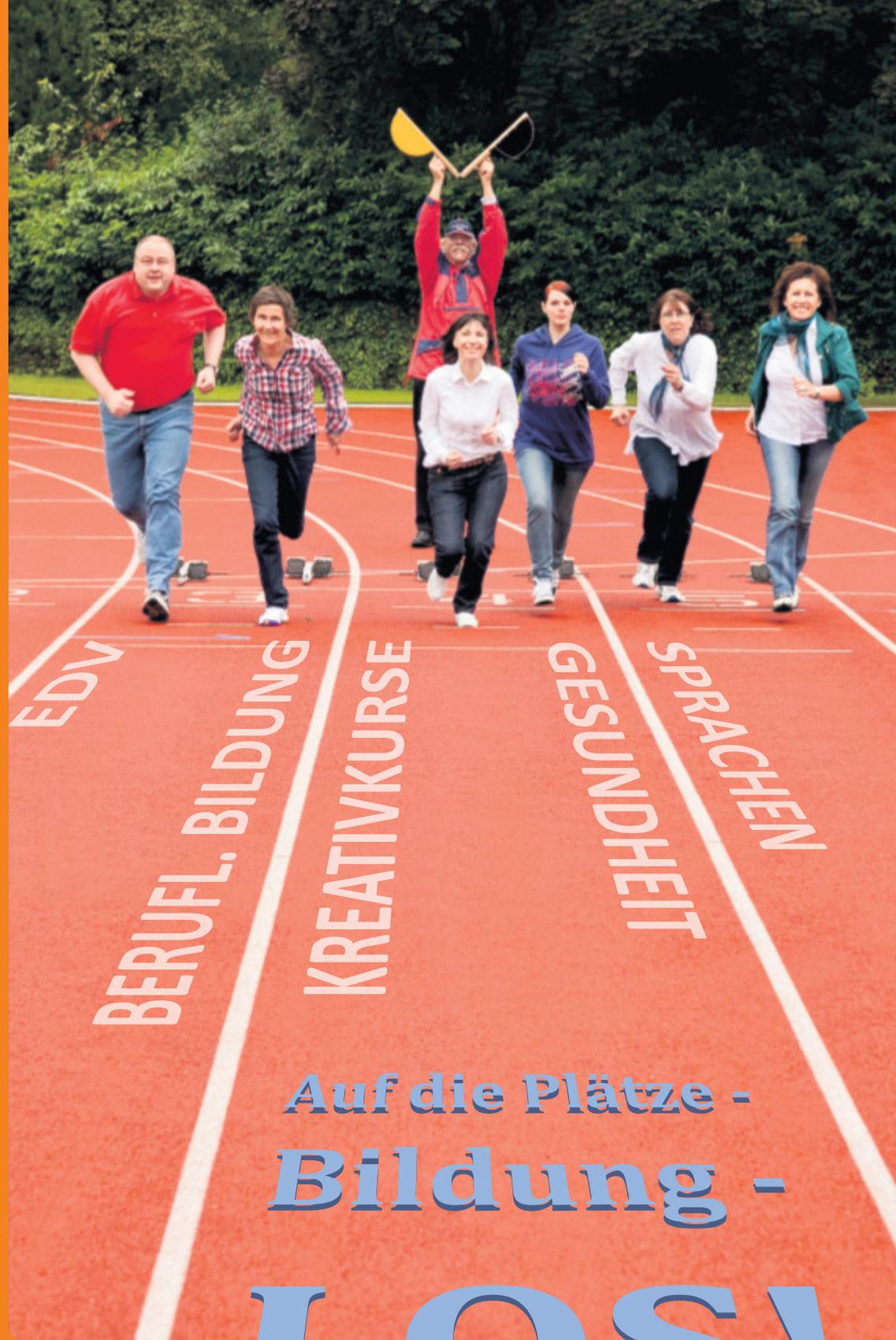


Freizeitaktivitäten  
Berufliche Weiterbildung  
Sprachen  
Kreativkurse  
Gesundheit  
EDV

(0 55 22) 960-450 / -451 | info@kvhs-osterode.de | www.kvhs-osterode.de



Auf die Plätze -  
**Bildung -**

**LOS!**

**vhs**

Kreisvolkshochschule  
des Landkreises  
Osterode am Harz

**Kreisvolkshochschule**  
des Landkreises Osterode am Harz  
**Kursprogramm 2012-2013**





**Rüdiger Brakel**  
Direktor

Telefon: (0 55 22) 960-452  
E-Mail:  
brakel@kvhs-osterode.de

Bildung auf Bestellung, Reisen,  
Samstags-Akademie, Sonder-  
veranstaltungen, Sprachen



**Jörg Hüddersen**  
Bildungsbereichsleiter

Telefon: (0 55 22) 960-453  
E-Mail:  
hueddersen@kvhs-osterode.de

EDV, Freizeitgestaltung, Hard- &  
Softwarepflege, Presse- &  
Öffentlichkeitsarbeit



**Ulrike Schmidt**  
Bildungsbereichsleiterin

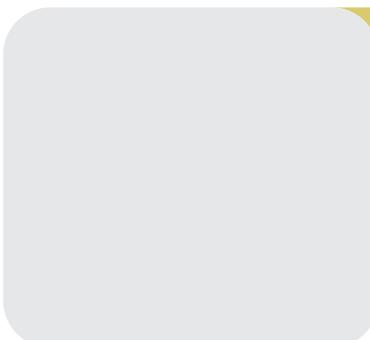
Telefon: (0 55 22) 960-459  
E-Mail:  
schmidt@kvhs-osterode.de

Kreativkurse, Berufliche Bildung,  
Lehrgänge für Arbeitsuchende,  
Natur & Umwelt, Qualitäts-  
management



**Steffi Turano**  
Bildungsbereichsleiterin

Telefon: (0 55 22) 960-455  
E-Mail:  
turano@kvhs-osterode.de  
Alphabetisierung, Ehrenamt,  
Gesundheit, Kultur, Menschen  
mit Behinderungen, Pädagogik &  
Psychologie, Zweiter  
Bildungsweg



**Hausmeister/-in**  
in den Abendstunden

Telefon: (0 55 22) 960-720

**Andrea Stöpler**  
**Helmut Schrader**

# KVHS Osterode am Harz

**Anschrift:**

Neustädter Tor 1-3  
37520 Osterode am Harz  
Telefon: (0 55 22) 960-450 & 960-451  
Telefax: (0 55 22) 960-444  
E-Mail: info@kvhs-osterode.de  
Internet: www.kvhs-osterode.de



**Sylke Miksch**  
Leiterin Verwaltung

Telefon: (0 55 22) 960-454  
E-Mail:  
miksch@kvhs-osterode.de



**Carolin Biermann**  
Verwaltungsangestellte

Anmeldung & Beratung  
Telefon: (0 55 22) 960-450  
E-Mail:  
biermann@kvhs-osterode.de



**Danuta Chmielewski**  
Verwaltungsangestellte

Anmeldung & Beratung  
Telefon: (0 55 22) 960-451  
E-Mail:  
chmielewski@kvhs-osterode.de

**Öffnungszeiten:**

Montags bis mittwochs, 08:30-12:30 & 14:00-16:00 Uhr  
Donnerstags, 08:30-12:30 & 14:00-17:00 Uhr  
(in den Schulferien bis 16:00 Uhr)  
Freitags, 08:30-12:00 Uhr

**Bankverbindungen der Kreiskasse:**

Sparkasse Osterode am Harz,  
Kto. 3 204 476 (BLZ 263 510 15)  
Postbank Hannover,  
Kto. 5704-300 (BLZ 250 100 30)

**Sonder-  
veranstaltung**  
Saisoneröffnung  
Ausstellung  
Comedy & Musik

4

**Saisoneröffnung**  
Forum der KVHS

Eröffnung der Saison 2012/2013 durch den  
Ersten Kreisrat Gero Geißleiter

Ausstellung - Arbeiten unserer Kreativkurse

**Do., 13.09.2012, 19:30 Uhr**

**TRUDE TRÄUMT VON AFRIKA**

**Do., 13.09.2012, 20:00 Uhr**

Eintritt (VVK): 16 € / 19 €



**Sonder-  
veranstaltung**  
Theater

**Theater**  
Filmsaal der KVHS

**IMPROSANT**

Improvisations-Theater Göttinger Studenten

**So., 07.10.2012, 18:00 Uhr**

Eintritt frei - Spende willkommen!



**Sonder-  
veranstaltung**  
Lesung

**Autorenlesung**  
Filmsaal der KVHS

**KINDER AN DIE MACHT**

Jochen Metzger

**Do., 08.11.2012, 19:00 Uhr**

Eintritt: 6 €



**Sonder-  
veranstaltung**  
Kabarett

**Kabarett**  
Forum der KVHS

**DIE BÖSEN SCHWESTERN**

Sex + Kreim im Altenheim

**So., 18.11.2012, 18:00 Uhr**

Eintritt (VVK): 12 €



**GESUNDHEIT Vorträge**

**Salutogenese, Gesundheitsförderung und Prävention im Kontext chronischer Erkrankungen**

Susanne Heim

Was ist Salutogenese?

Gesundheitsförderung und Prävention: Wie gelingt es, Ressourcen und Widerstandspotentiale von Menschen so zu stärken, dass sie seltener und weniger schwerwiegend erkranken und sich im umfassenden Sinne wohl fühlen? Und wie kann Gesundheit unter den Bedingungen chronischer Krankheit dennoch möglich sein? Wie und durch wen lassen sich gesunde Entwicklungsprozesse bei anhaltenden körperlichen und psychischen Erkrankungen anregen und unterstützen?

Susanne Heim, M.A. ist wissenschaftliche Mitarbeiterin der Abt. Med. Psychologie und Med. Soziologie der Universität Göttingen sowie aktiv im Dachverband für Salutogenese (DachS) e.V.

Vorherige telefonische Anmeldung unter (0 55 22) 960-450 ist erforderlich.

**Kurs 70.012**

13.11.2012, Di., 18:00-19:30

Eintritt 2 €

**Alarm und Fehlalarm Vorsorgeuntersuchungen unter der Lupe**

Erika Hoppe

Vorsorgeuntersuchungen wie Mammographie, Darmspiegelungen etc. können dafür sorgen, dass Krebserkrankungen frühzeitig erkannt werden. Es besteht aber auch die Möglichkeit der Fehldiagnosen. Das Warten auf die Ergebnisse ist oft qualvoll. In dem Vortrag werden die Vor- und Nachteile kritisch betrachtet:

- Wie alt sind die Geräte?
- Vergleiche mit anderen Ländern
- Wie und warum werden Altersgrenzen gezogen?
- Wie häufig gibt es Fehldiagnosen?
- Psychosoziale Belastungen als Folge von Fehldiagnosen

Frau Erika Hoppe ist Mitarbeiterin der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland

Vorherige telefonische Anmeldung unter (0 55 22) 960-450 ist erforderlich.

**Kurs 70.016**

05.02.13, Di., 18:00-19:30

Eintritt 2 €

**Impfung gegen Krebs am Gebärmutterhals? HPV Impfungen**

Erika Hoppe

Viele Frauen infizieren sich mit Human Papillomviren (HPV). Einige wenige können daraus Gebärmutterhalskrebs entwickeln. Meistens führt die Infektion jedoch nicht zu Krebs. Mädchen und deren Eltern stehen vor der Entscheidung einer Impfung zuzustimmen oder sie abzulehnen.

Bei diesem Vortrag beleuchten Erika Hoppe von der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland und Karin Dreisigacker vom Frauengesundheitszentrum Göttingen e.V. die Risiken und Vorteile.

Vorherige telefonische Anmeldung unter (0 55 22) 960-450 ist erforderlich.

**Kurs 70.017**

12.03.13, Di., 18:00-19:30

Eintritt 2 €


**Musik, Kunst & Kultur**
**Frauen in der klassischen Musik I**

Dorothea Pepler

Komponistinnen aus 800 Jahren von Hildegard von Bingen bis Ruth Zechlin.

Vorherige telefonische Anmeldung unter (0 55 22) 960-450 ist erforderlich.

**Kurs 70.014**

20.11.2012, Di., 18:00-19:30

Eintritt 2 €

**Frauen in der klassischen Musik II**

Dorothea Pepler

Musikausübende Frauen von der Antike bis heute. Von Sappho bis Simone Young.

Vorherige telefonische Anmeldung unter (0 55 22) 960-450 ist erforderlich.

**Kurs 70.015**

05.03.2013, Di., 18:00-19:30

Eintritt 2 €

**Lou Andreas-Salomé**

Dr. Inge Weber

Im letzten Jahr wäre Lou Andreas-Salomé 150 Jahre alt geworden. Dem Ereignis wurde in der überregionalen Presse auffallend viel Aufmerksamkeit entgegen gebracht. In Ihrem Vortrag stellt Frau Dr. Inge Weber das Leben und Wirken der Schriftstellerin und Psychoanalytikerin Lou Andreas-Salomé, die in sehr enger Verbindung zu Friedrich Nietzsche, Rainer Maria Rilke und Sigmund Freud stand, vor. Der Vortrag soll zur gemeinsamen Diskussion anregen.

Vorherige telefonische Anmeldung unter (0 55 22) 960-450 ist erforderlich.

**Kurs 70.021**

27.11.2012, Di., 18:00-19:30

Eintritt frei

**Veranstaltungen in Kooperation mit der Gleichstellungsstelle des Landkreises Osterode am Harz**

**Herzberg**
**Eltern-Kind-Kochen**

Aloisia Tietz

Es ist ein Erlebnis mit anderen Erwachsenen und Kindern zu kochen, zu schnippeln, zu rühren und zu probieren. Wir kochen einfache, leckere Gerichte, die leicht und schnell nachzukochen sind. Besonders geeignet für berufstätige Eltern mit Kindern ab dem Grundschulalter. **Kinder nehmen kostenlos teil**, Kursgebühr inkl. Lebensmittel.

**Kurs 20.15 - Wochenendkurs**

Oberschule Heidestraße

Ab 29.09.2012, Sa., 10:30-13:30

15 € / 2x / 8 Ustd.

**Kurs 20.16 - Wochenendkurs**

Oberschule Heidestraße

Ab 23.02.2013, Sa., 10:30-13:30

19 € / 3x / 12 Ustd.


**Bad Lauterberg**
**Internationales Frauentanzfest**

Heike Loeper-Menge

Anlässlich des internationalen Frauentages veranstaltet die KVHS Osterode in Kooperation mit der Gleichstellungsstelle Bad Lauterberg in der Aula der Lutterbergschule ein internationales Frauentanzfest mit Vorführungen der Bauchtanzgruppe der KVHS und Gästen. In den Pausen ist auch für das leibliche Wohl gesorgt mit Kaffee/Tee, Kuchen (zum Selbstkostenpreis). Nach den Tanzdarbietungen wird auch zu Mitmachtänzen und zum freien Tanzen zu Weltmusik aufgefordert. Vorverkauf: 3 € (für Schüler/-innen 1 €). Karten sind bei Frau Holzigel, Telefon (0 55 24) 80 01 10 erhältlich. Nachmittagskasse 5 €.

**Kurs 30.19 - Wochenendkurs**

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.

09.03.2013, Sa., 15:00-18:00

# Inhalt

## A-Z

6

### A

**Alphabetisierung** . . . . . Seite 39  
Grundlagen Lesen & Schreiben . . . . . 39

### B

**Berufliche Bildung** . . . . . ab Seite 24  
Bewerbscoaching . . . . . 25  
Buchführung . . . . . 24, 25  
Fachkraft Lohn & Gehalt . . . . . 24  
Finanzbuchhalter VHS . . . . . 24  
Rechnungswesen . . . . . 24  
Steuererklärung ELSTER . . . . . 25

### E

**EDV-Kurse** . . . . . ab Seite 18  
Corel DRAW . . . . . 21  
Datenbank ACCESS . . . . . 21  
Datensicherung . . . . . 21  
Digitale Fotografie . . . . . 20  
Dynamische Webseiten . . . . . 21  
EDV für Beruf & Privat . . . . . 18  
Erste Schritte am PC . . . . . 18  
iPhone & iPad . . . . . 19  
Kommunikation OUTLOOK . . . . . 19, 21  
Lexware FAKTURA . . . . . 22  
Office für Umsteiger . . . . . 19  
Ordnung auf der Festplatte . . . . . 19  
Präsentation POWERPOINT . . . . . 20  
Projektmanagement PROJECT . . . . . 22  
Social Media . . . . . 20  
SQL . . . . . 22  
Tabellenkalkulation EXCEL . . . . . 19, 20  
Tast schreiben . . . . . 18  
Textverarbeitung WORD . . . . . 20, 21  
Video-/Internettelefonie . . . . . 18  
Visual Basic . . . . . 21

### Ehrenamts-Kurse

**Ehrenamts-Kurse** . . . . . Seite 40  
Jugendschutz . . . . . 40  
Kinderschutz . . . . . 40  
Vorlesen . . . . . 40

### F

**Freizeitgestaltung** . . . . . Seite 23  
Funkbetriebszeugnis SRC . . . . . 23  
Seenotsignalmittel PYRO . . . . . 23  
Sportbootführerschein Binnen . . . . . 23  
Sportbootführerschein See . . . . . 23  
Sportküstenschifferschein SKS . . . . . 23  
Sprechfunkzeugnis Binnen UBI . . . . . 23

### G

**Gesellschaft** . . . . . Seite 22  
Radio . . . . . 22  
**Gesundheits-Kurse** . . . . . ab Seite 30  
Augenschule . . . . . 30  
Autogenes Training . . . . . 33  
Gedächtnistraining . . . . . 34  
Gymnastik . . . . . 33  
Heilpraktiker . . . . . 30  
Homöopathie . . . . . 30  
Hundeerziehung & Tiergesundheit . . . . . 34, 35  
Kinesiologie . . . . . 30  
Laufen . . . . . 33  
Osteoporose-Sport . . . . . 34  
Pilates . . . . . 33  
Qi Gong . . . . . 32  
Rückenschule . . . . . 33, 34  
Schüssler-Salze . . . . . 30  
Shiatsu . . . . . 32  
Step-Aerobic . . . . . 33  
Stressbewältigung . . . . . 33  
Tai Chi Chuan . . . . . 32  
Vorträge . . . . . 31  
Yoga . . . . . 31, 32

### I

**Impressum** . . . . . Seite 3

### K

**KarstWanderWeg** . . . . . Seite 55  
Sonntagswanderungen . . . . . 55  
**Kooperation Gleichstellungsstelle** . . . . . Seite 5  
**Kreativ-Kurse** . . . . . ab Seite 26  
Acrylmalerei . . . . . 27  
Aquarellmalerei . . . . . 27  
Bauchtanz . . . . . 29  
Kalligrafie . . . . . 29  
Keramikarbeiten . . . . . 26  
Malen wie Bob Ross® . . . . . 27  
Nähen . . . . . 28  
Mode . . . . . 28  
Patchwork . . . . . 28  
Scrapbooking . . . . . 29  
Stricken . . . . . 28  
**Kunstgeschichte & Geschichte** . . . . . Seite 39  
Edward Munch . . . . . 39  
Heinrich der Löwe . . . . . 39  
Teppich von Bayeux . . . . . 39

### L

**Leitbild** . . . . . Seite 57  
**Literatur & Philosophie** . . . . . Seite 38, 39  
Erich Fromm . . . . . 38  
Gesprächskreis . . . . . 39  
Lou Andreas-Salomé . . . . . 38

### M

**Menschen mit Behinderungen** . . . . . Seite 39  
Lesen, Schreiben, Rechnen . . . . . 39  
**Musik** . . . . . Seite 38  
Didgeridoo . . . . . 38  
Klassik . . . . . 38  
Mitmachlieder . . . . . 37, 38  
Noten . . . . . 38

### N

**Natur & Umwelt** . . . . . Seite 26  
FriedWald® . . . . . 26  
Natur als Kunst . . . . . 26  
Pilze . . . . . 26

### P

**Pädagogik & Psychologie** . . . . . ab Seite 35  
Fachkraft Inklusion . . . . . 37  
Grundschulpädagogik . . . . . 36  
Internet im Kinderzimmer . . . . . 37  
Kommunikation & Konflikte . . . . . 37  
Mitmachlieder . . . . . 37, 38  
Mobbing . . . . . 37  
Pflegeeltern . . . . . 36  
Sterbebegleitung & Trauerbewältigung . . . . . 37  
Tagespflegepersonen . . . . . 35

### R

**Reise** . . . . . Seite 7

### S

**Samstags-Akademie** . . . . . ab Seite 14  
Assessment Center . . . . . 14  
Business Knigge . . . . . 14  
Excel . . . . . 15, 16  
Konfliktmanagement . . . . . 16  
Kreativitätstechniken . . . . . 14  
Mentales Training . . . . . 16  
Mitarbeiterführung . . . . . 14-16  
Moderationstechniken . . . . . 15  
Mood-Management . . . . . 14, 16  
Outlook . . . . . 15  
PowerPoint . . . . . 15  
Rhetorik & Präsentation . . . . . 14, 16  
Selbst- & Zeitmanagement . . . . . 14  
Stressbewältigung . . . . . 15  
Telefontraining . . . . . 15  
Visualisierungstechniken . . . . . 15  
**Sonderveranstaltungen** . . . . . Seite 4  
**Sprachen** . . . . . ab Seite 8  
Dänisch . . . . . 13  
Deutsch als Fremdsprache . . . . . 13  
**Englisch** . . . . . ab Seite 8  
Abendkurse . . . . . 8-10  
Bildungsurlaube . . . . . 9  
Business English . . . . . 9, 10  
Conversation . . . . . 9  
Vormittagskurse . . . . . 8  
Esperanto . . . . . 13  
Französisch . . . . . 12  
Griechisch . . . . . 13  
Italienisch . . . . . 12  
Norwegisch . . . . . 13  
Schwedisch . . . . . 13  
Spanisch . . . . . 10, 11  
Türkisch . . . . . 13

### T

**Teilnahmebedingungen** . . . . . Seite 59

### Z

**Zweiter Bildungsweg** . . . . . Seite 40  
Abendhauptschule . . . . . 40  
Abendrealschule . . . . . 40

**Inhalt Außenstellen** . . . . . Seite 41

**Herzberg am Harz** . . . . . ab Seite 41  
**Samtgemeinde Hattorf am Harz** . . . . . Seite 45  
**Bad Lauterberg im Harz** . . . . . ab Seite 46  
**Bad Sachsa - Walkenried** . . . . . ab Seite 50  
**Samtgemeinde Bad Grund** . . . . . ab Seite 53

# Reisen

## Rüdiger Brakel

### Der Süden Südtirols

...ist das Ziel einer 10-tägigen Urlaubsreise der Mittwochsrunde Badenhausen vom 06.-15.10.2013.

Zwischenübernachtungen bei der An- und Rückreise und häufige Pausen lassen die Reise wie im Flug vergehen. In Südtirol werden Ausflüge nach Meran, Bozen, Dorf Tirol und zur Wallfahrtskirche Maria Wissenstein, aber auch in die Dolomiten mit einer Seilbahnfahrt

auf den Sass Pordoi sowie an den Gardasee mit Aufenthalt in Malcesine und Sirmione unternommen.

In Südtirol wird die Reisegruppe in einem "Drei Sterne Hotel" wohnen und von den Wirtsleuten mit landestypischer Kost verwöhnt.

Sie sind herzlich eingeladen, an dieser Reise teilzunehmen. Nähere Auskünfte erteilt hierzu Ingrid Schöngraf aus Badenhausen, die Sie unter Tel. (0 55 22) 88 91 erreichen können.

# Sprachen

## Rüdiger Brakel

### ENGLISCH **Vormittagskurse 2012**



#### **Englisch mit Muße (A1) ●**

Zsófia Kóródy

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen, die im langsamen Tempo voranschreiten möchten.  
Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

#### **Kurs 10.400**

Ab 19.09.2012, Mi., 11:30-13:00  
73 € / 10x / 20 UStd.

#### **Small Talk in the morning (A1) ●**

Brandy Schuster

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen, die in gemäßigttem Lerntempo einfache Alltagssituationen erlernen möchten.  
Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

#### **Kurs 10.401**

Ab 20.09.2012, Do., 09:30-11:00  
73 € / 10x / 20 UStd.

#### **English Refresher (A2) ●**

Jörg Wilms

Frischen Sie Ihre vor Jahren einmal erworbenen Englischkenntnisse doch wieder einmal auf.  
Voraussetzung: 4 bis 6 Jahre Schulenglisch.

#### **Kurs 10.402 - Vormittagskurs**

Ab 17.09.2012, Mo., 09:30-11:00  
53 € / 10x / 20 UStd.

#### **Englisch Mittelstufe (A2-B1) ●**

Zsófia Kóródy

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen.  
- Verbesserung der Sprachkompetenz durch Konversation  
- Erweiterung des Wortschatzes und der Grammatikkenntnisse  
Fortsetzung ab Januar 2013 möglich.

#### **Kurs 10.403**

Ab 19.09.2012, Mi., 09:45-11:15  
53 € / 10x / 20 UStd.

8

Englisch

#### **English Refresher (A2-B1) ●**

Jörg Wilms

Are you interested in improving your English and overcoming your inhibitions to speak? The focus of this course is communicating in English.

#### **Kurs 10.404**

Ab 07.11.2012, Mi., 10:35-12:05  
77 € / 15x / 30 UStd.

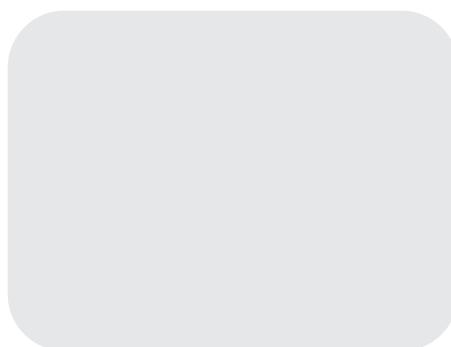
#### **Conversation in the morning (B1) ●**

Jörg Wilms

Are you interested in brushing up or keeping up your English? This course offers you the opportunity to listen, to read articles and to discuss current events and other topics of interest.

#### **Kurs 10.405**

Ab 07.11.2012, Mi., 09:00-10:30  
77 € / 15x / 30 UStd.



### ENGLISCH **Vormittagskurse 2013**



#### **Englisch mit Muße Stufe 1 (A1) ●**

Zsófia Kóródy

Für Teilnehmende mit sehr geringen Vorkenntnissen.

#### **Kurs 10.406**

Ab 16.01.2013, Mi., 11:30-13:00  
73 € / 10x / 20 UStd.

#### **Small Talk in the morning (A1) ●**

Brandy Schuster

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen, die in gemäßigttem Lerntempo einfache Alltagssituationen erlernen möchten.  
Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

#### **Kurs 10.407**

Ab 17.01.2013, Do., 09:30-11:00  
73 € / 10x / 20 UStd.

#### **English Refresher (A2) ●**

Jörg Wilms

Frischen Sie Ihre vor Jahren einmal erworbenen Englischkenntnisse doch wieder einmal auf.  
Voraussetzung: 4 bis 6 Jahre Schulenglisch.

#### **Kurs 10.408**

Ab 14.01.2013, Mo., 09:30-11:00  
53 € / 10x / 20 UStd.

ENGLISCH

**Abendkurse 2012**



#### **Singalong Sixties ●**

Jörg Wilms

Learning by Singing!

Unter diesem Motto bietet Jörg Wilms, Musiker der bekannten Oldieband "Beat is Back", "Mitsing-Abende" an. Immer wieder beobachtet er bei Konzerten seiner Band Zuhörer/-innen, die lauthals die Hits der damaligen Zeit mitsingen. Dieses außergewöhnliche Angebot richtet sich an alle Fans der 60er Hits, die diese in gemütlicher Atmosphäre zu Gitarrenbegleitung intonieren möchten. Es wird darauf hingewiesen, dass keine musikalischen Voraussetzungen zur Teilnahme erwartet werden - außer natürlich Spaß am gemeinsamen Singen!

#### **Kurs 10.409**

Ab 17.09.2012, Mo., 18:30-20:00  
59 € / 10x / 20 UStd.

#### **Englisch von Anfang an (A1) ●**

Brandy Schuster

Für Interessierte mit sehr geringen Vorkenntnissen, die keine Gelegenheit hatten, Englisch in der Schule zu lernen.  
Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

#### **Kurs 10.410**

Ab 18.09.2012, Di., 17:45-19:45  
53 € / 5x / 13 UStd.

#### **Kurs 10.411**

Ab 06.11.2012, Di., 17:45-19:45  
53 € / 5x / 13 UStd.

#### **Englisch für Nochmal-Anfänger/-innen (A1) ●**

Doreen Schmidt

Für Interessierte, die vor langer Zeit schon einmal englische Grundkenntnisse erworben haben und nochmal von vorn beginnen möchten.

#### **Kurs 10.412**

Ab 18.09.2012, Di., 18:15-19:45  
63 € / 12x / 24 UStd.

#### **English Refresher (A2) ●**

Jörg Wilms

Frischen Sie Ihre vor Jahren einmal erworbenen Englischkenntnisse doch wieder einmal auf.  
Voraussetzung: 4 bis 6 Jahre Schulenglisch.

#### **Kurs 10.413**

Ab 18.09.2012, Di., 18:30-20:00  
53 € / 10x / 20 UStd.

**English Refresher Compact**

**Stufe 1 (A2-B1) ●**

Brandy Schuster

Aktivieren Sie Ihren passiven Wortschatz. Kurzeinführung Business English (Telephoning, Socializing, Small Talks). Zusätzlich 1x Intensivunterricht (Englisch am PC) an einem Samstag, 8:30-13:30 nach Absprache im Kurs.

**Kurs 10.414**

Ab 17.09.2012, Mo.+Mi., 17:45-20:00  
74 € / 9x / 30 UStd.

**Englisch mit Muße (A2-B1) ●**

Sigrid Pagel

Für Teilnehmende, die ein langsames Lerntempo mit vielen Sprechanteilen bevorzugen.

**Kurs 10.415**

Ab 17.09.2012, Mo., 18:00-19:30  
77 € / 15x / 30 UStd.

**Englisch Mittelstufe (A2-B1) ●**

Doreen Schmidt

Für Interessierte, denen trotz fundierter Grundkenntnisse im Urlaub oder im Beruf spontan die passenden Vokabeln und Redewendungen fehlen. Come & practice.

**Kurs 10.416**

Ab 17.09.2012, Mo., 18:00-19:30  
63 € / 12x / 24 UStd.

**Englisch Mittelstufe (B1) ●**

Doreen Schmidt

Frischen Sie ihr Alltagsenglisch doch wieder einmal auf! Für Interessierte mit dem Englischniveau der Mittleren Reife, die Ihr "Alltagsenglisch" verbessern möchten.

**Kurs 10.417**

Ab 19.09.2012, Mi., 18:30-20:00  
58 € / 11x / 22 UStd.

**Grammatik in den Herbstferien (A2-B1) ●**

Michael Haasche

Für Interessierte, die schon immer einmal die vier wichtigsten Zeiten in Englisch beherrschen wollten. Nämlich present, past, present perfect und future.

**Kurs 10.418**

Ab 22.10.2012, Mo.-Do., 14:00-16:15  
39 € / 4x / 12 UStd.

**Grammar with fun (A2-B1) ●**

Michael Haasche

Für Interessierte, die schon immer einmal die vier wichtigsten Zeiten in Englisch beherrschen wollten. Nämlich present, past, present perfect und future.

**Kurs 10.419**

24.11.2012, Sa., 08:30-13:30  
20 € / 1x / 6 UStd.

**ENGLISCH Business English 2012**



**Business English (A2 -B1) ●**

Michael Haasche

Der ideale Einstieg in Business English. Voraussetzung: Englischkenntnisse der Mittleren Reife.

**Kurs 10.420**

Ab 09.10.2012, Di., 17:30-20:10  
98 € / 9x / 30 UStd.

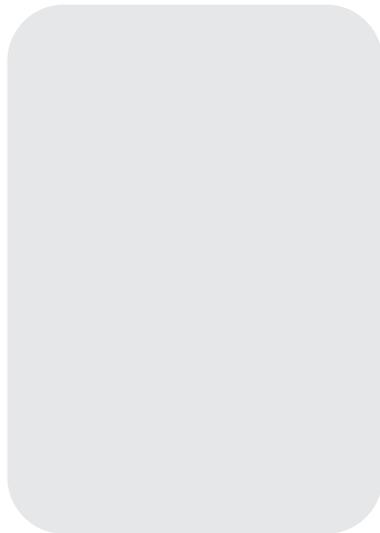
**Business English Refresher (B1) ●**

Kerstin Moritz

Refresh your English language skills. Learn how to communicate via telephone, fax, e-mail as well as business letters. You will deal with customer requests on a daily basis. This class is very business oriented for participants who need English at work. Material included.

**Kurs 10.421 - Wochenendkurs**

Ab 09.11.2012, Fr., 17:15-20:30;  
Sa., 09:00-12:15  
39 € / 2x / 8 UStd.



**Business English Week in the morning ●**

Dozententeam

- Welcoming visitors
- Socializing
- Telephoning, Emailing
- Business small talk
- Dining out

**Kurs 90.001 – Bildungsurlaub**

auch für Halbtagskräfte geeignet  
Ab 26.11.2012, Mo.-Fr., 09:00-13:00  
110 € / 5x / 25 UStd.

**ENGLISCH Conversation Courses**



**English Teachers' "Stammtisch" ●**

Rüdiger Brakel

Let's exchange our (teaching) ideas and grab the opportunity to eventually use your English beyond your daily / weekly teaching experience.

**Kurs 10.422 - 1x monatlich**

Ab 05.09.2012, Mi., 16:15-17:45  
10 € / 4x / 8 UStd.

**English Club ●**

Brakel / Anderson

English in a relaxed and stimulating atmosphere. Materials are your own ideas and enthusiasm.

Wear casual clothing - and a smile!

Anmeldung nur nach vorheriger Beratung unter Tel. (0 55 22) 960-452!

**Kurs 10.423**

Ab 11.09.2012, Di., 19:00-22:00  
92 € / 9x / 36 UStd.

**ENGLISCH Bildungsurlaube**



**Englisch-Intensiv-Sprachwoche ●**

Ihre Englischkenntnisse sind etwas verstaubt und brauchen eine Auffrischung? Der 5-tägige Intensivkurs führt Sie wieder an die wichtigsten grammatikalischen Strukturen heran und verbessert das freie Sprechen in den unterschiedlichsten Situationen. Sie werden erstaunt sein, was in dieser Sprachwoche an passivem Wissen aktiviert wird. Voraussetzung: 4 - 6 Jahre Schulenglisch. Sollten Sie unsicher sein, ob ein Intensivkurs für Sie geeignet ist, so lassen Sie sich vorab beraten.

Die Kursgebühr beinhaltet die Kosten für Unterrichtsmaterial und Verpflegung.

**Kurs 90.002 - Bildungsurlaub**

Brandy Schuster

Ab 15.10.2012, Mo.-Fr., 08:30-16:30  
183 € / 5x / 40 UStd.

**Kurs 90.003 - Bildungsurlaub**

Brandy Schuster

Ab 21.01.2013, Mo.-Fr., 08:00-16:00  
183 € / 5x / 40 UStd.

**Kurs 90.004 - Bildungsurlaub**

Jörg Wilms

Ab 11.03.2013, Mo.-Fr., 08:30-16:30  
183 € / 5x / 40 UStd.

**Kurs 90.005 - Bildungsurlaub**

Jörg Wilms

Ab 27.05.2013, Mo.-Fr., 08:30-16:00  
183 € / 5x / 40 UStd.

ENGLISCH

## Abendkurse 2013


**Englisch von Anfang an  
Stufe 0-1 (A1) ●**

Brandy Schuster

Für Interessierte mit sehr geringen  
Vorkenntnissen.

Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.424**

Ab 15.01.2013, Di., 17:45-19:45

73 € / 8x / 21 UStd.

**Englisch Stufe 1 für  
Wiedereinsteiger/-innen (A1) ●**

Doreen Schmidt

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen.

**Kurs 10.425**

Ab 15.01.2013, Di., 18:15-19:45

77 € / 15x / 30 UStd.

**English Refresher Compact  
Stufe 1-2 (A2/B1) ●**

Brandy Schuster

Aktivieren Sie Ihren passiven Wortschatz.

Kurzeinführung Business English (Telephoning,  
Socializing, Small Talks).Zusätzlich 1x Intensivunterricht (Englisch am  
PC) an einem Samstag, 8:30-13:30 nach  
Absprache im Kurs.**Kurs 10.426**

Ab 14.01.2013, Mo.+Mi., 17:45-20:00

77 € / 9x / 30 UStd.

**Englisch Mittelstufe (A2-B1) ●**

Doreen Schmidt

Für Interessierte, denen trotz fundierter  
Grundkenntnisse im Urlaub oder im Beruf  
spontan die passenden Vokabeln und  
Redewendungen fehlen. Come & practice.**Kurs 10.427**

Ab 14.01.2013, Mo., 18:00-19:30

77 € / 15x / 30 UStd.

**Englisch Mittelstufe (B1) ●**

Doreen Schmidt

Frischen Sie ihr Alltagsenglisch doch wieder  
einmal auf!Für Interessierte mit dem Englischniveau der  
Mittleren Reife, die Ihr "Alltagsenglisch"  
verbessern möchten.**Kurs 10.428**

Ab 16.01.2013, Mi., 18:30-20:00

68 € / 13x / 26 UStd.

**Grammar with fun (A2-B1) ●**

Michael Haasche

Für Interessierte, die schon immer einmal die  
vier wichtigsten Zeiten in Englisch  
beherrschen wollten. Nämlich present, past,  
present perfect und future.**Kurs 10.429**

09.02.2013, Sa., 08:30-13:30

20 € / 1x / 6 UStd.

ENGLISCH

## Business English 2013


**Business English (A2 -B1) ●**

Michael Haasche

Der ideale Einstieg in Business English.

Voraussetzung: Englischkenntnisse der  
Mittleren Reife.**Kurs 10.430**

Ab 15.01.2013, Di., 17:30-20:10

98 € / 9x / 30 UStd.

**Business Vantage Cambridge  
English (B2) ●**

Michael Haasche

Kurs für Interessierte mit einem guten  
Realschulniveau.This course deals with many situations  
encountered in offices where English is used,  
e.g. meeting business partners, emailing,  
telephoning, memos, notes, business letters,  
short reports or just daily English (business)  
small talk.

4-6 Samstagvormittage nach Vereinbarung.

120 € Anzahlung, 6 Raten à 50 €.

Prüfungsteilnahme Ende 2013 möglich.

**Kurs 10.431**

Ab 24.01.2013, Do., 18:15-20:30

420 € / 35x / 105 UStd.

**Business English  
Refresher (B1) ●**

Kerstin Moritz

Refresh your English language skills. Learn  
how to communicate via telephone, fax, e-  
mail as well as business letters. You will deal  
with customer requests on a daily basis. This  
class is very business oriented for participants  
who need English at work. Material included.**Kurs 10.432**

Ab 01.03.2013, Fr., 17:15-20:30;

Sa., 09:00-12:15

39 € / 2x / 8 UStd.

**English Teachers' "Stammtisch" ●**

Rüdiger Brakel

Let's exchange our (teaching) ideas and grab  
the opportunity to eventually use your English  
beyond your daily / weekly teaching  
experience.**Kurs 10.433 - 1x monatlich**

Ab 16.01.2013, Mi., 16:15-17:45

10 € / 4x / 8 UStd.

SPANISCH

## Vormittagskurse 2012


**Spanisch von Anfang an  
Stufe 0 (A1) ●**

Sara Reyes Becerra

Für Interessierte ohne oder mit sehr geringen  
Vorkenntnissen.

Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.434**

Ab 18.09.2012, Di., 09:30-11:00

73 € / 10x / 20 UStd.

**Spanisch Stufe 1 (A1) ●**

Sara Reyes Becerra

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen.

Kompaktkurs 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.436**

Ab 20.09.2012, Do., 09:30-11:00

73 € / 10x / 20 UStd.

**Spanisch Stufe 0 ●**

Sara Reyes Becerra

Für Interessierte ohne Vorkenntnisse.

Besonders geeignet für Halbtagskräfte, die  
eine neue, leicht erlernbare Fremdsprache in  
Angriff nehmen möchten.**Kurs 90.006 - Bildungsurlaub**

Ab 22.10.2012, Mo.-Fr., 09:00-13:15

98 € / 5x / 25 UStd.

SPANISCH

## Vormittagskurse 2013


**Spanisch von Anfang an  
Stufe 0 (A1) ●**

Sara Reyes Becerra

Für Interessierte ohne oder mit sehr geringen  
Vorkenntnissen.

Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.435**

Ab 15.01.2013, Di., 09:30-11:15

73 € / 9x / 20 UStd.

**Spanisch Stufe 1 (A1) ●**

Sara Reyes Becerra

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen.

Kompaktkurs 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.445**

Ab 17.01.2013, Do., 09:30-11:15

73 € / 9x / 20 UStd.

**Spanisch Stufe 0 ●**

Sara Reyes Becerra

Für Interessierte ohne Vorkenntnisse.

Besonders geeignet für Halbtagskräfte, die  
eine neue, leicht erlernbare Fremdsprache in  
Angriff nehmen möchten.**Kurs 90.007 - Bildungsurlaub**

Ab 11.03.2013, Mo.-Fr., 09:00-13:15

98 € / 5x / 25 UStd.

**SPANISCH Abendkurse 2012****Spanisch Stufe 0 (A1) ●**

Gisela H. de Carrió

Der ideale Einstiegskurs für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Situationen des täglichen Lebens stehen im Vordergrund.

**Kurs 10.437**

Ab 18.09.2012, Di., 18:15-19:45

53 € / 10x / 20 UStd.

**Spanisch Stufe 0 (A1) ●**

Sara Reyes Becerra

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Sie werden sich wundern, wie viel Spanisch Sie bereits nach diesem Schnupperkurs sprechen können.

**Kurs 10.438 - Wochenendkurs**

Ab 12.10.2012, Fr., 16:00-19:15;

Sa., 09:00-15:15

50 € / 2x / 12 UStd.

**Spanisch Stufe 1-2 (A1) ●**

Gisela H. de Carrió

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen (ca. 2-3 VHS-Kurse). Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.439**

Ab 20.09.2012, Do., 18:30-20:00

73 € / 10x / 20 UStd.

**Spanisch Stufe 3 (A1) ●**

Sara Reyes Becerra

Für Interessierte mit Vorkenntnissen (entsprechend 3-4 VHS-Kursen). Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.440**

Ab 17.09.2012, Mo., 18:15-19:45

73 € / 10x / 20 UStd.

**Spanisch Stufe 3-4 (A2) ●**

Sara Reyes Becerra

Für Interessierte, die bereits über fundierte Grundkenntnisse verfügen (ca. 4 VHS-Kurse). Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.441**

Ab 18.09.2012, Di., 18:15-19:45

73 € / 10x / 20 UStd.

**Spanisch Mittelstufe 1 (A2-B1) ●**

Sara Reyes Becerra

Für Interessierte mit guten Grundkenntnissen (5-6 VHS-Kurse). Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.442**

Ab 19.09.2012, Mi., 18:30-20:00

73 € / 10x / 20 UStd.

**Conversación Español (B1) ●**

Gisela H. de Carrió

Für Teilnehmende die ihr vor Jahren erlerntes Spanisch in einer gemütlichen Konversationsrunde weiterhin pflegen möchten. Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.443**

Ab 19.09.2012, Mi., 18:30-20:00

73 € / 10x / 20 UStd.

**SPANISCH Abendkurse 2013****Spanisch Stufe 0-1 (A1) ●**

Gisela H. de Carrió

Fortsetzungskurs von 10.437. Ganz einfache Grammatikstrukturen und Situationen des täglichen Lebens stehen im Vordergrund.

**Kurs 10.444**

Ab 15.01.2013, Di., 18:15-19:45

53 € / 10x / 20 UStd.

**Spanisch Stufe 2-3 (A1) ●**

Gisela H. de Carrió

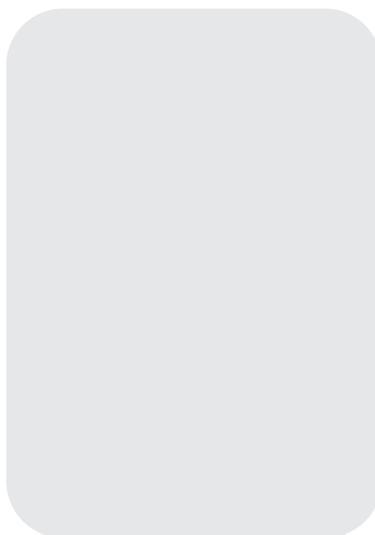
Fortsetzung von 10.439. Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen (entsprechend 2-3 VHS-Kursen).

Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.446**

Ab 17.01.2013, Do., 18:30-20:00

73 € / 10x / 20 UStd.

**Spanisch Stufe 4 (A2) ●**

Sara Reyes Becerra

Für Interessierte, die bereits über fundierte Grundkenntnisse verfügen (ca. 4 VHS-Kurse). Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.447**

Ab 14.01.2013, Mo., 18:15-19:45

73 € / 10x / 20 UStd.

**Spanisch Stufe 4 (A2) ●**

Sara Reyes Becerra

Für Interessierte, die bereits über gute Grundkenntnisse verfügen (4-5 VHS-Kurse). Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.448**

Ab 15.01.2013, Di., 18:15-19:45

73 € / 10x / 20 UStd.

**Spanisch Mittelstufe (B1) ●**

Sara Reyes Becerra

Für Interessierte mit guten Vorkenntnissen (6 VHS-Kurse).

**Kurs 10.449**

Ab 16.01.2013, Mi., 18:30-20:00

53 € / 10x / 20 UStd.

**Conversación Español (B1) ●**

Gisela H. de Carrió

Für Teilnehmende die ihr vor Jahren erlerntes Spanisch in einer gemütlichen Konversationsrunde weiterhin pflegen möchten.

Quereinsteiger/-innen sind willkommen. Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.450**

Ab 16.01.2013, Mi., 18:30-20:00

73 € / 10x / 20 UStd.

**Spanisch Stufe 0 (A1)****Wochenend-Schnupperkurs ●**

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.

Sie werden sich wundern, wie viel Spanisch Sie bereits nach diesem Schnupperkurs sprechen können.

**Kurs 10.451 - Wochenendkurs**

Gisela H. de Carrió

Ab 25.01.2013, Fr., 16:00-19:15;

Sa., 09:00-15:15

50 € / 2x / 12 UStd.

**Kurs 10.452 - Wochenendkurs**

Sara Reyes Becerra

Ab 08.03.2013, Fr., 16:00-19:15;

Sa., 09:00-15:15

50 € / 2x / 12 UStd.

**Kurs 10.453 - Wochenendkurs**

Gisela H. de Carrió

Ab 14.06.2013, Fr., 16:00-19:15;

Sa., 09:00-15:15

50 € / 2x / 12 UStd.




**Vormittagskurse**
**Französisch Stufe 1 (A1) ●**

Dagmar Wagner-Kunz

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen (ca. 1 Jahr Schulfranzösisch oder 1 VHS-Kurs).

Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.456**

Ab 21.09.2012, Fr., 09:30-11:00

73 € / 10x / 20 UStd.

**Französisch Stufe 1-2 (A1) ●**

Dagmar Wagner-Kunz

Für Teilnehmende mit Grundkenntnissen.

Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.459**

Fortsetzung des Herbstkurses,

Quereinsteiger/-innen sind willkommen.

Ab 11.01.2013, Fr., 09:30-11:00

73 € / 10x / 20 UStd.

**Kurs 10.460**

Fortsetzung des Januarkurses,

Quereinsteiger/-innen sind willkommen.

Ab 12.04.2013, Fr., 09:30-11:00

73 € / 10x / 20 UStd.


**Abendkurse 2012**
**Französisch Stufe 0 (A1) ●**

Dagmar Wagner-Kunz

Der ideale Einstiegskurs für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Im Vordergrund stehen Situationen des täglichen Lebens sowie einfache Grammatikstrukturen.

Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.454**

Ab 17.09.2012, Mo., 19:45-21:15

73 € / 10x / 20 UStd.

**Französisch Stufe 2 (A1) ●**

Dagmar Wagner-Kunz

Besonders geeignet für Wiedereinsteiger/-innen, die Freude an der französischen Sprache haben.

Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

Die Freude am Sprechen steht im Vordergrund.

**Kurs 10.457**

Ab 17.09.2012, Mo., 18:00-19:30

73 € / 10x / 20 UStd.


**Wochenendkurse**
**Französisch Wochenend-Schnupperkurs Stufe 0 (A1) ●**

Dagmar Wagner-Kunz

Sie werden sich wundern, wie viel Französisch

Sie bereits nach diesem Schnupperkurs

sprechen können.

Für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse.

**Kurs 10.455 - Wochenendkurs**

Ab 05.10.2012, Fr., 16:00-19:15;

Sa., 09:00-15:15

50 € / 2x / 12 UStd.

**Wochenend-Schnupperkurs Stufe 0-1 (A1) ●**

Dagmar Wagner-Kunz

Französisch für Teilnehmende ohne oder mit

sehr geringen Vorkenntnissen.

Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.464 - Wochenendkurs**

Ab 01.03.2013, Fr., 16:00-19:15;

Sa., 09:00-15:15

50 € / 2x / 12 UStd.


**Abendkurse 2013**
**Französisch Stufe 0-1 (A1) ●**

Dagmar Wagner-Kunz

Französisch für Teilnehmende ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen.

Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.458**

Ab 14.01.2013, Mo., 19:45-21:25

73 € / 9x / 20 UStd.

**Französisch Stufe 2 (A1) ●**

Dagmar Wagner-Kunz

Besonders geeignet für Wiedereinsteiger/-innen, die Freude an der französischen Sprache haben.

Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.461**

Ab 14.01.2013, Mo., 18:00-19:40

73 € / 9x / 20 UStd.

**Kurs 10.462**

Ab 15.04.2013, Mo., 18:00-19:30

73 € / 10x / 20 UStd.

**Französisch Stufe 2 (A1) ●**

Dagmar Wagner-Kunz

Für Teilnehmende mit Grundkenntnissen.

Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

Die Freude am Sprechen steht in diesem Kurs im Vordergrund.

**Kurs 10.463**

Ab 08.04.2013, Mo., 19:45-21:15

73 € / 10x / 20 UStd.


**Abendkurse 2012**
**Italienisch Stufe 0 (A1) ●**

N.N.

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.

Der ideale Einstiegskurs in eine neue Fremdsprache. Ein Starttermin wird festgelegt, sobald 12 Anmeldungen vorliegen.

**Kurs 10.465**

53 € / 10x / 20 UStd.

**Italienisch Stufe 5 (A2-B1) ●**

Giulia Rolle Tölg

Für Interessierte, die seit Jahren Spaß und Freude an der italienischen Sprache haben.

Auch geeignet für Quereinsteiger/-innen.

Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.467**

Ab 07.11.2012, Mi., 19:35-21:05

73 € / 10x / 20 UStd.

**Italienisch Stufe 6 (B1) ●**

Giulia Rolle Tölg

Für Interessierte, die seit Jahren Spaß und Freude an der italienischen Sprache haben.

Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.468**

Ab 19.09.2012, Mi., 18:00-19:30

73 € / 10x / 20 UStd.


**Abendkurse 2013**
**Italienisch Stufe 0-1 (A1) ●**

Giulia Rolle Tölg

Für Teilnehmende mit sehr geringen

Vorkenntnissen.

**Kurs 10.469**

Ab 17.01.2013, Do., 18:00-19:30

53 € / 10x / 20 UStd.

**Italienisch Stufe 6-7 (A2-B1) ●**

Giulia Rolle Tölg

Für Interessierte, die seit Jahren Spaß und

Freude an der italienischen Sprache haben.

Auch geeignet für Quereinsteiger/-innen.

Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.470**

Fortsetzung des Herbstkurses.

Ab 06.02.2013, Mi., 18:00-19:30

73 € / 10x / 20 UStd.

**SPRACHEN Schwedisch**



**Schwedisch Stufe 2-3 (A1-A2) ●**

Mechthild Liesener  
Nu talar vi svenska igen! Für Teilnehmende die Ihre Schwedischkenntnisse wieder auffrischen und erweitern möchten (ca. 3 VHS-Kurse).  
Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.471**  
Ab 09.10.2012, Di., 18:30-20:30  
59 € / 6x / 16 UStd.

**Schwedisch Schnupperkurs Stufe 0 ●**

Mechthild Liesener  
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. In der Kursgebühr ist das Unterrichtsmaterial eingeschlossen.  
Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.472 - Wochenendkurs**  
Ab 11.10.2012, Do.+Fr., 18:00-21:00;  
Sa., 09:00-13:30  
59 € / 3x / 14 UStd.

**SPRACHEN Dänisch**



**Dänisch Schnupperkurs Stufe 0 (A 1) ●**

Anne-Kathrin Bohrmann  
Dieser Kurs stimmt Sie in netter Atmosphäre auf die Sprache und die besondere Kultur dieses Landes ein. Der Kurs richtet sich auch an Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse, die ihren nächsten Dänemark-Urlaub sprachlich vorbereiten möchten.

**Kurs 10.473**  
Ab 06.11.2012, Di., 20:00-21:30  
53 € / 10x / 20 UStd.

**Dänisch Fortsetzungskurs Stufe 0-1 (A1) ●**

Anne-Kathrin Bohrmann  
Für Teilnehmende mit wenig Vorkenntnissen.  
Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.474**  
Ab 05.02.2013, Di., 20:00-21:30  
73 € / 10x / 20 UStd.

**SPRACHEN Norwegisch**



**Norwegisch-Schnupperkurs Stufe 0 (A1) ●**

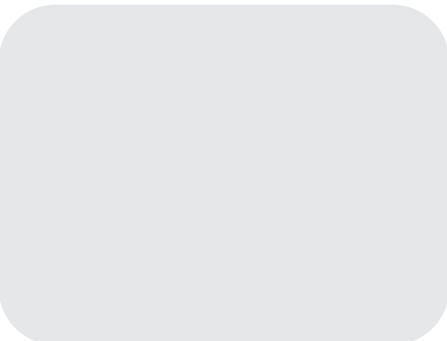
Anne-Kathrin Bohrmann  
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.  
Dieser Kurs stimmt sie in netter Atmosphäre auf die Sprache und besondere Kultur dieses Landes ein. Auch als Vorbereitung auf den nächsten Norwegenaufenthalt geeignet.

**Kurs 10.475**  
Ab 06.11.2012, Di., 18:30-20:00  
53 € / 10x / 20 UStd.

**Norwegisch Fortsetzungskurs Stufe 0-1 (A1) ●**

Anne-Kathrin Bohrmann  
Für Teilnehmende mit wenigen Vorkenntnissen. Fortsetzung des Schnupperkurses aus dem Herbst.  
Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.476**  
Ab 05.02.2013, Di., 18:30-20:00  
73 € / 10x / 20 UStd.



**SPRACHEN Türkisch**



**Türkisch Wochenend-Schnupperkurs Stufe 0 (A1) ●**

Emine Okay  
Kurs für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die einen Einblick in die türkische Sprache und Kultur wünschen.  
Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.477 - Wochenendkurs**  
Ab 11.10.2012, Do., 17:00-20:00;  
Fr., 17:00-20:15; Sa., 09:00-12:00  
50 € / 3x / 12 UStd.

**Kurs 10.478 - Wochenendkurs**  
Ab 07.03.2013, Do.+Fr., 17:00-20:15;  
Sa., 09:00-12:15  
50 € / 3x / 12 UStd.

**Kurs 10.479 - Wochenendkurs**  
Ab 06.06.2013, Do.+Fr., 17:00-20:15;  
Sa., 09:00-12:15  
50 € / 3x / 12 UStd.

**SPRACHEN Neugriechisch**



**Neugriechisch Stufe 2 (A1) ●**

Loukas Maniatis  
Für Teilnehmende mit Grundkenntnissen.  
Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.480**  
Ab 06.11.2012, Di., 18:00-19:30  
55 € / 7x / 14 UStd.

**Kurs 10.481**  
Fortsetzung des Herbstkurses.  
Ab 22.01.2013, Di., 18:00-19:30  
73 € / 10x / 20 UStd.

**Neugriechisch Wochend-Schnupperkurs Stufe 0 (A1) ●**

Loukas Maniatis  
Für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse, die einen Einstieg in die griechische Sprache und Kultur wünschen.  
Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.482 - Wochenendkurs**  
Ab 15.02.2013, Fr., 16:00-19:15;  
Sa., 09:00-15:15  
50 € / 2x / 12 UStd.

**SPRACHEN Deutsch als Fremdsprache**



**Deutsch als Fremdsprache Stufe 1-2 (A1) ●**

Dagmar Wagner-Kunz  
Für Teilnehmer/-innen mit Grundkenntnissen der deutschen Sprache.  
Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

**Kurs 10.483**  
Ab 15.10.2012, Mo., 10:00-11:30  
73 € / 10x / 20 UStd.

**Deutsch von Anfang an Stufe 0 (A1) ●**

Dagmar Wagner-Kunz  
Für Teilnehmer/-innen, die die deutsche Sprache von Anfang an erlernen möchten.  
Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende. Ein Starttermin wird festgelegt, sobald sieben Anmeldungen vorliegen.

**Kurs 10.484**  
73 € / 10x / 20 UStd.

**SPRACHEN Esperanto**



**Esperanto-Bildungswoche ●**

Zsófia Kóródy  
Für Teilnehmende, die einen Einstieg in Esperanto suchen oder bereits über einige Grundkenntnisse verfügen.

**Kurs 90.003 - Bildungsurlaub**  
Esperanto-Center Herzberg, Grubenhagenstr. 6  
Ab 04.03.2013, Mo.-Fr., 08:30-16:30  
183 € / 5x / 40 UStd.

# Samstags- Akademie Rüdiger Brakel

14

SAMSTAGS-KADEMIE

## Assessment Center Training

Consulting Team

Wer einen guten Job anstrebt, der kommt selten an sog. Assessment-Centern vorbei. Wie gut sind Sie auf diese Herausforderung vorbereitet? Sind Sie wirklich in der Lage, mit ihren Mitbewerber/-innen zu konkurrieren? Überprüfen Sie im Assessment-Center-Test, ob Sie fit genug sind für die härteste Form der Bewerber-Auswahl und verbessern Sie ihre Chancen.

Die klassischen Aufgaben und Tücken sollen kennengelernt und teilweise selbst bearbeitet werden, dazu zählen:

- Selbstpräsentation
- Gruppendiskussion und -übungen
- Gesprächssimulationen
- Stehgreifrede
- Interview
- Fallstudie

### Kurs 10.500 - Wochenendkurs

22.09.2012, Sa., 08:30-16:00  
115 € / 1x / 8 UStd.

## Office Umsteiger 2010

Gunnar Grüneberg

Office 2010 unterscheidet sich deutlich von der Version 2003. Praktische Beispiele aus Word, Excel und PowerPoint erläutern das neue Bedienkonzept und zeigen die neuen Features auf. Für Teilnehmende mit Office-Grundkenntnissen.

### Kurs 10.501 - Wochenendkurs

29.09.2012, Sa., 08:30-16:00  
115 € / 1x / 8 UStd.

## Business Knigge

Consulting Team

Wer oder was ist eigentlich Knigge? Dieses Seminar bietet Ihnen eine interessante, weitreichende und internationale Antwort.

- Grundlagen des Business Knigge
- Der gekonnte Messeauftritt
- Der erste Eindruck, Begrüßung und Anrede
- Dresscode
- Umgangsformen
- Distanzzonen für das Gespräch
- Business Knigge international

### Kurs 10.502 - Wochenendkurs

29.09.2012, Sa., 08:30-16:00  
115 € / 1x / 8 UStd.

## Betriebliches Mood-Management

Reinhold Beuthner

Gute Laune gewinnt

Inhalte:

- Die Wirkung guter Laune
- Strategien für gute Laune
- Sympathie gewinnen
- Motivationsgespräch
- Leistungsmotivation
- Umgang mit Nörglern
- Stress am Arbeitsplatz

### Kurs 10.503 - Wochenendkurs

06.10.2012, Sa., 08:30-16:00  
115 € / 1x / 8 UStd.

### Kurs 10.526 - Wochenendkurs

16.03.2013, Sa., 08:30-16:00  
115 € / 1x / 8 UStd.

## Samstags-Akademie: Effektiver Unterricht in effizienten Kleingruppen außerhalb des Tagesgeschäfts.

## Kreativitätstechniken

Consulting Team

Die Welt steht nicht still. Deshalb braucht es gute und innovative Ideen um mit den Anforderungen in der Wirtschaft und im Arbeitsleben mitzuhalten.

Inhalte:

- Grundlagen
- Intuitive Methoden
- Analytische Methoden
- Praktische Anwendung an selbstgewählten Beispielen

### Kurs 10.504 - Wochenendkurs

06.10.2012, Sa., 08:30-16:00  
115 € / 1x / 8 UStd.

## SAMSTAGS-KADEMIE

Die berufliche Weiterbildung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wird immer mehr zu einer Schlüsselgröße für die Innovationsfähigkeit von Betrieben und Institutionen.

Viele kleine und mittlere Unternehmen verfügen häufig nicht über entsprechende Weiterbildungsspezialisten im eigenen Haus, so dass die konzeptionelle Gestaltung und Umsetzung von Weiterbildungsprozessen nur schwer gelingt.

## Selbst- und Zeitmanagement

Henning Rhümann

- Erkennen des individuellen Arbeitsstils
- Zeitfallen / Zeitfresser
- Prioritätensetzung
- Kreativitätstechniken
- Hilfsmittel für effektives Selbst- und Zeitmanagement

### Kurs 10.505 - Wochenendkurs

06.10.2012, Sa., 08:30-16:00  
115 € / 1x / 8 UStd.

### Kurs 10.525 - Wochenendkurs

23.02.2013, Sa., 08:30-16:00  
115 € / 1x / 8 UStd.

## Rhetorik & Präsentation

Consulting Team

Wollen auch Sie Ihre Präsentationstechniken ausbauen und die Grundlagen der Rhetorik erlernen, dann bietet Ihnen dieses Seminar sehr praxisnah die Möglichkeit dazu.

Inhalte:

- Effektive und Zielgruppen spezifische Vorbereitung
- Logischer Präsentationsaufbau
- Visualisierungsmöglichkeiten
- Erarbeitung praktischer Übung an Teilnehmende
- Rhetorik, Gestik, Mimik und Körpersprache

### Kurs 10.506 - Wochenendkurs

13.10.2012, Sa., 08:30-16:00  
115 € / 1x / 8 UStd.

### Kurs 10.511 - Wochenendkurs

10.11.2012, Sa., 08:30-16:00  
115 € / 1x / 8 UStd.

### Kurs 10.520 - Wochenendkurs

19.01.2013, Sa., 08:30-16:00  
115 € / 1x / 8 UStd.

## Mitarbeiterführung 1

Consulting Team

Werden Sie zukünftig Führungsaufgaben übernehmen oder sind Sie bereits erfahrene Führungskraft und möchten Ihre Kompetenzen erweitern? Mit diesem Seminar bieten wir Ihnen die Möglichkeit, Ihre Führungsfähigkeiten in unterschiedlichen Bereichen weiterzuentwickeln.

Schwerpunkte sind hierbei:

- Analyse des eigenen Führungsverhaltens
- Führen mit Zielen
- Mitarbeitergespräche, inkl. Übungen

### Kurs 10.507 - Wochenendkurs

20.10.2012, Sa., 08:30-16:00  
115 € / 1x / 8 UStd.

### Kurs 10.519 - Wochenendkurs

12.01.2013, Sa., 08:30-16:00  
115 € / 1x / 8 UStd.

## Moderationstechniken

Consulting Team

Gerade in Zeiten zunehmender Gruppenarbeit sind Moderationskompetenzen von besonderer Bedeutung. Wenn auch Sie Gruppen leiten oder in Zukunft leiten werden, bieten wir Ihnen die Möglichkeit, Ihr bereits vorhandenes Wissen und Ihre Kompetenzen zu folgenden Themen auszubauen bzw. neu zu entwickeln:

- Grundlagen und Techniken der Moderation
- Moderationszyklus
- Leitung und Begleitung von Workshops
- richtiges Clustern von Ergebnissen

### Kurs 10.508 - Wochenendkurs

03.11.2012, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

### Kurs 10.524 - Wochenendkurs

16.02.2013, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

## Telefontraining

Consulting Team

Die Telefonzentrale ist das nicht zu unterschätzende Schaufenster einer jeden Firma.

Seminarinhalte:

- Das Wirken der eigenen Person
- Das positive Telefonat
- Initiative im Gespräch ergreifen
- Herausforderungen beim Telefonieren
- Psychologische Hintergründe beim Telefonieren

### Kurs 10.509 - Wochenendkurs

10.11.2012, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

### Kurs 10.521 - Wochenendkurs

26.01.2013, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

## Visualisierungstechniken

Consulting Team

In diesem Seminar lernen die Teilnehmenden die Vorzüge der Medien "Flipchart" und "Metaplan" kennen. Seminarinhalte:

- Sinnvoller Einsatz der Medien
- Schriftbild und Zeichnungen
- Strukturierte und anspruchsvolle Gestaltung dieser Medien

Am Ende des Tages ist jeder Teilnehmende in der Lage gute, ansprechende und wohlstrukturierte Flipcharts zu gestalten und sinnvoll einzusetzen.

### Kurs 10.510 - Wochenendkurs

10.11.2012, Sa., 08:30-15:30

115 € / 1x / 8 UStd.

## Outlook

Gunnar Grüneberg

Mehr als nur E-Mail?

Seminarinhalte:

- Per E-Mail kommunizieren
- Termine und Ereignisse planen
- Kontakte und Aufgaben verwalten
- Daten archivieren

Für Teilnehmende mit Windows-Grundkenntnissen.

### Kurs 10.512 - Wochenendkurs

17.11.2012, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

### All-inclusive:

Warmes Mittagessen, Heiß- & Kaltgetränke sind im Preis enthalten.

## Sehtraining zur Stressbewältigung am Arbeitsplatz

Bernd Hollstein

Sehtraining ist "Hilfe zur Selbsthilfe" und gehört in vielen Betrieben und Institutionen bereits zur betrieblichen

Gesundheitsprophylaxe.

Durch Sehtraining lassen sich die Augenfunktionen verbessern, visuelle Reize werden im Gehirn besser verarbeitet, der gesamtkörperliche Zustand lässt sich optimieren und führt zu einem visuell bedingten Stressabbau.

### Kurs 10.513 - Wochenendkurs

17.11.2012, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

## SAMSTAGS-AKADEMIE

Hier kann die KVHS mit ihren Dozent/-innen in der Samstags-Akademie und speziell zugeschnittenen Firmenschulungen wertvolle Hilfestellung leisten.

In eintägigen Kompaktseminaren an Samstagen können stark eingespannte Berufstätige gezielt etwas für die eigene berufliche Fortbildung tun.

## SAMSTAGS-AKADEMIE

Die Kompaktseminare der Samstags-Akademie bieten folgende Vorteile:

- \* Unterricht außerhalb der üblichen Arbeitszeiten
- \* Kompaktunterricht in effizienten Kleingruppen von 4-8 Personen
- \* Ausgewähltes Dozententeam
- \* Inhaltliche Abstimmung auf besondere Bedürfnisse möglich
- \* Qualifizierte Teilnahmebescheinigung
- \* Mittagessen & Catering
- \* Unterrichtsmaterial inkl.

## Excel 1

Ralf Haberer

Seminarinhalte:

- Dateneingabe und Formatierung
- Automatisches Ausfüllen
- Einfache Formeln
- Relative und absolute Bezüge
- Seiteneinrichtung

### Kurs 10.514 - Wochenendkurs

24.11.2012, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

### Kurs 10.528 - Wochenendkurs

13.04.2013, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

Weitere Excel-Kurse siehe Seite 16 & 19f.

## Mitarbeiterführung 2

Consulting Team

Seminarinhalte:

- Umgang mit Konflikten
- Moderation von Arbeitsgruppen
- Umgang mit Stress
- Praxisnahe Rollenspiele

### Kurs 10.515 - Wochenendkurs

24.11.2012, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

### Kurs 10.522 - Wochenendkurs

09.02.2013, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

## PowerPoint

Gunnar Grüneberg

Präsentation im Handumdrehen

Seminarinhalte:

- Nutzen Sie Vorlagen für ihre Inhalte
  - Verwenden Sie attraktive Designs für ihre Präsentation
  - Beleben Sie ihren Vortrag mit Animationen
  - Drucken Sie Handzettel für ihr Publikum
- Für Teilnehmende mit Windows-Grundkenntnissen.

### Kurs 10.516 - Wochenendkurs

01.12.2012, Sa., 09:00-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

**Konfliktmanagement**

Consulting Team

Seminarinhalte:

- Was ist ein Konflikt?
- Konfliktarten, -phasen und -ursprünge
- Konfliktumgang als Beteiligter
- Grundlagen der Konfliktmoderation
- Konfliktprophylaxe

**Kurs 10.517 - Wochenendkurs**

08.12.2012, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

**Excel 2**

Ralf Haberer

Seminarinhalte:

- Erstellen von Diagrammen
- Aufbau und Einsatz von Funktionsassistenten
- Statistische Funktionen
- "Wenn-Funktion"

**Kurs 10.518 - Wochenendkurs**

15.12.2012, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

**Kurs 10.530 - Wochenendkurs**

04.05.2013, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

**Mentales Leistungstraining**

Reinhold Beuthner

- Der Weg zum leistungsstarken Gedächtnis - Sie kennen und nutzen die besten Methoden der Gedächtniskunst.

Informationen, Fachwissen und persönliche Kompetenzen können leichter, schneller und nachhaltiger gemerkt werden. Durch den Einsatz von mentalen Techniken vermindern Sie Stress, gewinnen mehr Gelassenheit und verstehen es, sich wirkungsvoll selbst zu motivieren.

Seminarinhalte:

- Gedächtnisleistung, Konzentration, Kreativität
- Denkprozesse optimieren
- Mentaltechniken nutzen
- Wissensmanagement
- Persönliche Anregungen

Die Themen orientieren sich an Ihren persönlichen Wünschen, zum Beispiel Merken von Fachinformationen, Allgemeinbildung, Namen und Gesichtern, Redetexten, geografischen Informationen, Vokabeln.

**Kurs 10.523 - Wochenendkurs**

16.02.2013, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

**Mitarbeiterführung 3**

Consulting Team

Seminarinhalte:

- Übungen zur Selbstdarstellung und Präsentationsfähigkeit inkl. Videoanalyse
- Rollenspiele zu Führungsstilen mit Reflexion der eigenen Gesprächskompetenz
- Theorie- und Praxisteil zu Gesprächsposition und -haltung
- Praxisnahe Fallbeispiele zur Gesprächsführung

**Kurs 10.527 - Wochenendkurs**

23.03.2013, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

**Betriebliches Mood-Management 2**

Reinhold Beuthner

Gute Laune gewinnt - Fortsetzungssseminar Schwerpunktthemen werden in Mood-Management I festgelegt.

Termin wird kurzfristig entschieden sobald vier Anmeldungen vorliegen, voraussichtlich April / Mai 2013.

**Kurs 10.529 - Wochenendkurs**

Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

**Bildung vor Ort:**

**Spart Reisekosten und minimiert die Abwesenheit im Betrieb.**

**Rhetorik & Präsentation für kfm. Auszubildende**

Consulting Team

Prüfungsvorbereitung auf die kfm. IHK-Prüfung

- Auftreten, Gestik, Stimmbildung, Artikulation, Betonung
- Umgang mit Lampenfieber
- Prüfungspräsentation vorbereiten und durchführen
- Umgang mit Fragen aus dem Prüfungsausschuss
- Videofeedback

**Kurs 10.531 - Wochenendkurs**

Ab 25.05.2013, Sa., 08:30-16:00

2. Termin: 01.06.13

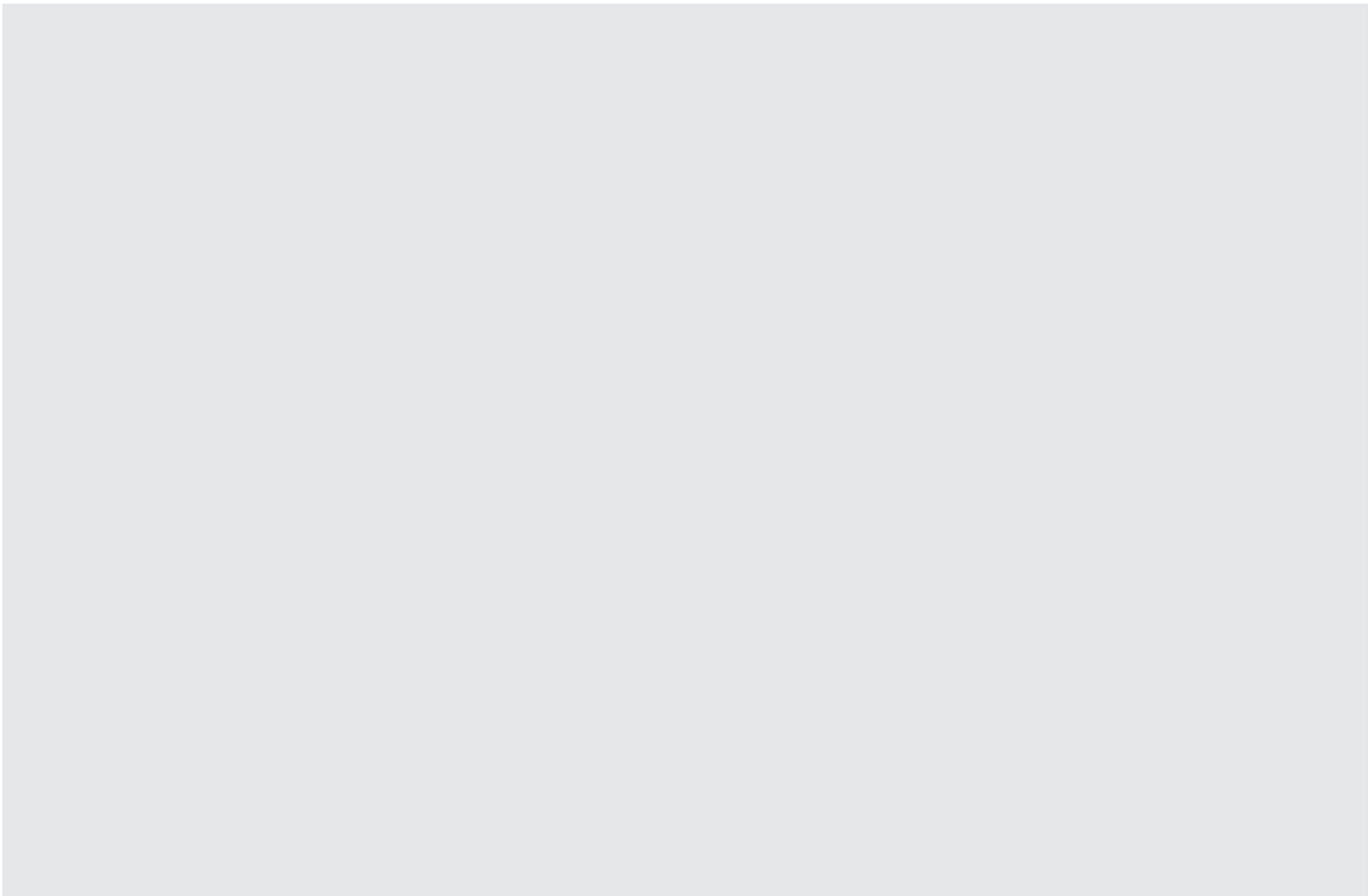
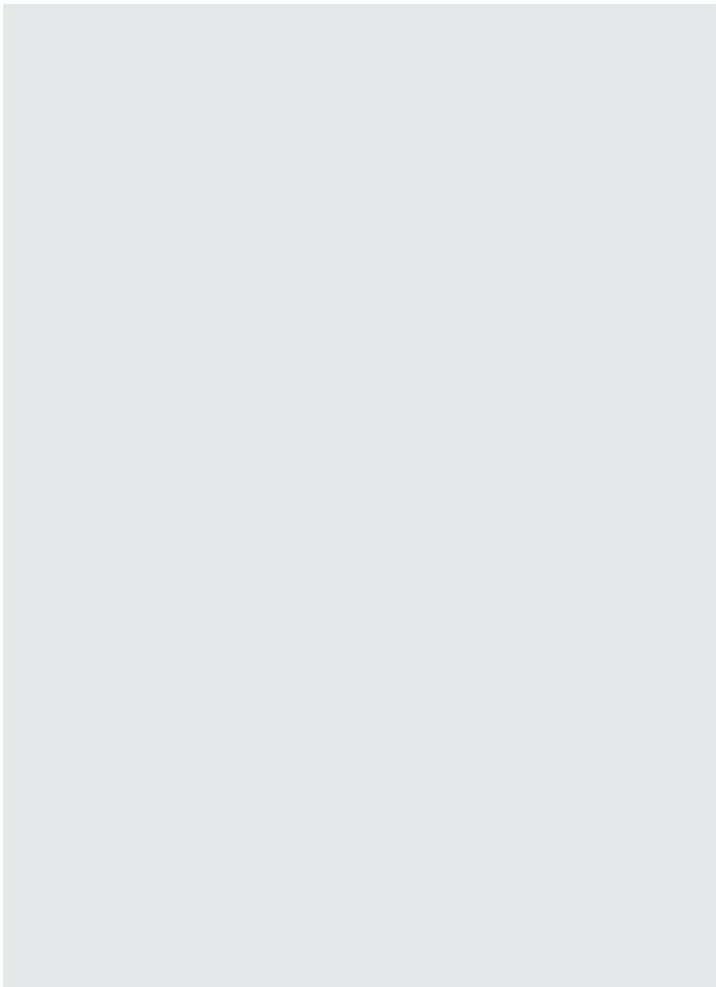
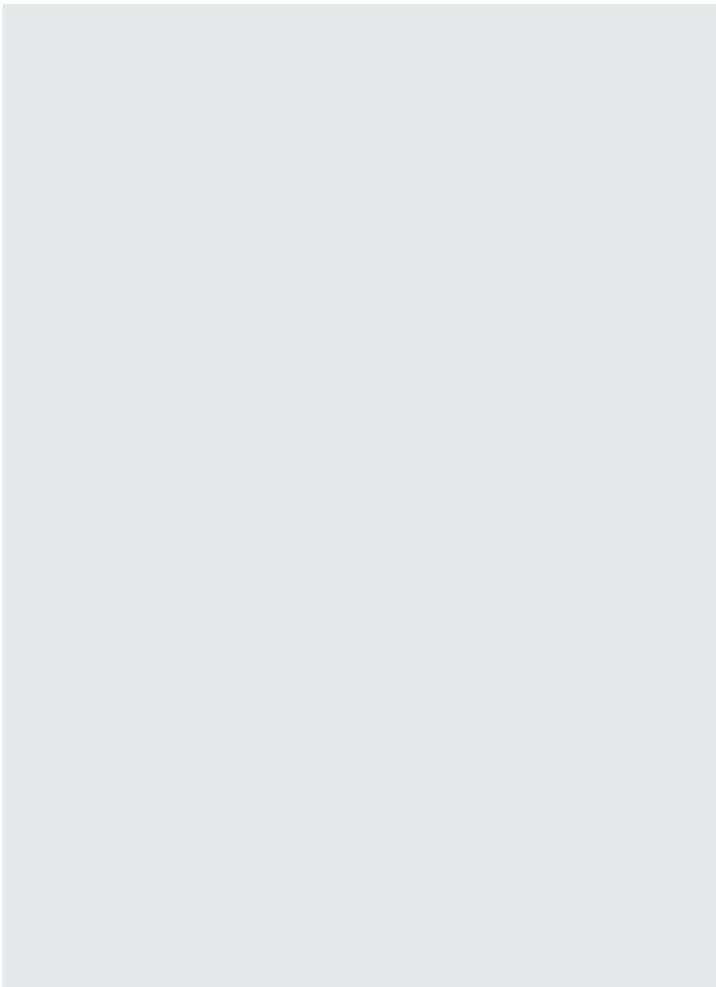
230 € / 2x / 16 UStd.

**Kurs 10.532 - Wochenendkurs**

Ab 08.06.2013, Sa., 08:30-16:00

2. Termin: 15.06.13

230 € / 2x / 16 UStd.



### EDV Einsteiger/-innen



Kurse für Teilnehmer/-innen ohne jegliche Vorkenntnisse.

#### Erste Schritte am PC ●

- PC starten und herunterfahren
- Umgang mit der Maus
- Texte eingeben, Schreibfehler korrigieren
- Briefe mit verschiedenen Schriftarten und Farben gestalten
- Drucken
- Internetseiten aufrufen

#### Kurs 10.001 - Nachmittagskurs

Ralf Schossig  
Kurs mit erhöhter Stundenzahl und reduziertem Lerntempo z.B. für Seniorinnen und Senioren.  
Ab 18.09.2012, Di.+Do., 15:30-17:45  
68 € / 6x / 18 UStd.

#### Kurs 10.002 - 2x wöchentlich

Thomas Schmidt  
Ab 09.10.2012, Di.+Do., 18:15-20:30  
47 € / 4x / 12 UStd.

#### Kurs 10.003 - Wochenendkurs

Thomas Schmidt  
Kurs für Frauen.  
Ab 07.12.2012, Fr., 18:15-20:30;  
Sa., 09:00-14:00  
47 € / 3x / 12 UStd.

#### Kurs 10.004 - Nachmittagskurs

Ralf Schossig  
Kurs mit erhöhter Stundenzahl und reduziertem Tempo z.B. für Seniorinnen und Senioren.  
Ab 14.01.2013, Mo.+Mi., 15:30-17:45  
68 € / 6x / 18 UStd.

#### Kurs 10.005 - 2x wöchentlich

Thomas Schmidt  
Ab 05.02.2013, Di.+Do., 18:15-20:30  
47 € / 4x / 12 UStd.

#### Kurs 10.006 - Wochenendkurs

Thomas Schmidt  
Ab 05.04.2013, Fr., 18:15-20:30;  
Sa., 09:00-14:00  
47 € / 3x / 12 UStd.

### EDV Kurse für Einsteiger/-innen mit ersten Erfahrungen

Diese Kurse sind gedacht für Teilnehmer/-innen, die über geringe Kenntnisse am PC, z.B. nach Besuch des Kurses "Erste Schritte am PC" (oder vergleichbar) verfügen.

#### Tastatschreiben in 6 Stunden ●

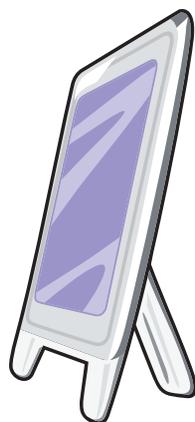
Sylvia Wegener  
Das 10-Fingersystem auf einer Computertastatur mit dem Textprogramm Word. Dieser Kurs hilft, flüssiger am PC zu arbeiten - in der Schule wie im Beruf. Sie erlernen (blind) die Griffwege zu allen Buchstaben und festigen diese Kenntnisse. Die Kursgebühr enthält den Preis für vier Anleitungshefte.

#### Kurs 10.007 - Intensivkurs

Ab 03.12.2012, Mo.-Do., 18:00-19:30  
49 € / 4x / 8 UStd.

#### Kurs 10.008 - Intensivkurs

Ab 18.03.2013, Mo.-Do., 18:00-19:30  
49 € / 4x / 8 UStd.



#### EDV für Beruf und Privat ●

Dies ist unser klassischer Einführungskurs für Teilnehmende ohne oder mit nur sehr geringen Vorkenntnissen. Sie lernen alle wichtigen Grundfunktionen eines PC kennen, u.a.

- Briefe schreiben,
- Verwenden von USB-Sticks,
- Einladungen erstellen,
- E-Mails mit Fotos versenden,
- Haushaltsbuch führen,
- sicher im Internet surfen und einkaufen.

#### Kurs 10.012 - 2x wöchentlich

Ralf Schossig  
Kurs mit erhöhter Stundenzahl und reduziertem Tempo z.B. für Seniorinnen und Senioren.  
Ab 09.10.2012, Di.+Do., 15:30-17:45  
129 € / 12x / 36 UStd.

#### Kurs 10.015 - 2x wöchentlich

Thomas Schmidt  
Ab 06.11.2012, Di.+Do., 18:15-20:30  
89 € / 8x / 24 UStd.

#### Kurs 10.019 - Wochenendkurs

Thomas Schmidt  
Kurs für Frauen.  
Ab 18.01.2013, Fr., 18:15-20:30;  
Sa., 09:00-14:00  
89 € / 5x / 24 UStd.

#### Kurs 10.021 - Nachmittagskurs

Ralf Schossig  
Kurs mit erhöhter Stundenzahl und reduziertem Tempo z.B. für Seniorinnen und Senioren.  
Ab 04.02.2013, Mo.+Mi., 15:30-17:45  
129 € / 12x / 36 UStd.

#### Kurs 10.022 - 2x wöchentlich

Thomas Schmidt  
Ab 19.02.2013, Di.+Do., 18:15-20:30  
89 € / 8x / 24 UStd.

#### Kurs 10.025 - Wochenendkurs

Thomas Schmidt  
Ab 19.04.2013, Fr., 18:15-20:30;  
Sa., 09:00-14:00  
89 € / 5x / 24 UStd.

#### EDV für Beruf und Privat - Fortgeschrittene ●

Ralf Schossig  
Dies ist der Fortsetzungskurs für alle Teilnehmende, die bereits am Kurs "EDV für Beruf und Privat" teilgenommen haben. In gleicher Art wird der Einblick in die EDV vertieft mit Themen wie

- Gestaltung von Schriftstücken
- Bearbeiten von Fotos: Rote Augen reduzieren, Zuschneiden, Helligkeit und Kontrast verbessern
- Brennen von Fotos auf CD
- Nutzung des Internets zum Einkaufen, für kostenlose (Video-) Telefonate und zum Kommunizieren über facebook
- Ablegen und Aufräumen von Texten und Bildern auf der Festplatte

Kurs mit erhöhter Stundenzahl und reduziertem Tempo z.B. für Seniorinnen und Senioren.

#### Kurs 10.017 - 2x wöchentlich

Ab 20.11.2012, Di.+Do., 15:30-17:45  
109 € / 10x / 30 UStd.

#### Videotelefonate über das Internet ●

Ralf Schossig  
Das Internet ermöglicht kostenlose Telefonate mit und ohne Video über das Internet zu Freunden und Verwandten in aller Welt. In diesem Kurs erfahren Sie

- welche Geräte und Programme Sie benötigen,
- wie diese auf dem PC installiert werden,
- wie Sie sich bei den entsprechenden Diensten wie z.B. Skype anmelden und
- wie Sie Anrufe tätigen.

#### Kurs 10.011 - Intensivkurs

05.10.2012, Fr., 18:15-20:30  
16 € / 1x / 3 UStd.

**Grundkurs iPhone/iPad ●**

Gunnar Grüneberg

Einführung in die Nutzungsmöglichkeiten der Apple-Geräte.

- Was kann ich mit dem Gerät alles machen: Übersicht über beliebte Apps
- Apps installieren und löschen
- Sichern und Aktualisieren des Geräts
- Herstellen des Internetzugangs über W-LAN und Mobilfunk
- Synchronisieren von Kalender und Kontakten mit dem PC und zwischen iPad und iPhone

**Kurs 10.018 - 2x wöchentlich**

Ab 14.01.2013, Mo.+Mi., 18:15-20:30

26 € / 2x / 6 UStd.

**Ordnung auf der Festplatte ●**

Ralf Schossig

Die Ablage im Griff haben:

- Texte, Fotos und andere Dateien speichern, kopieren, umbenennen, verschieben und hinterher wiederfinden
- Ordner erstellen, verschieben, umbenennen und löschen
- Dateien löschen: der Papierkorb
- Daten sichern und vor Zugriff schützen
- Programme deinstallieren
- Was bedeutet es, die Festplatte zu defragmentieren?

Kurs mit erhöhter Stundenzahl und reduziertem Tempo z.B. für Seniorinnen und Senioren.

**Kurs 10.024**

Ab 08.04.2013, Mo.+Mi., 15:30-17:45

37 € / 3x / 9 UStd.


**EDV Kurse für Anwender/-innen**

Diese Kurse wenden sich an Teilnehmer/-innen mit durchschnittlichen PC-Kenntnissen, z.B. nach Besuch des Kurses "EDV für Beruf und Privat" (oder vergleichbar). Diese Kurse sind Kompaktkurse für 7-9 Teilnehmende.

**Grundkurs Tabellenkalkulation mit Excel 2010 ●**

Dozententeam

Einführung in das Erstellen von Listen und Kalkulationen am PC:

- Kennenlernen der Arbeitsoberfläche
- Daten eingeben und formatieren
- Erstellen von einfachen Berechnungsformeln (Grundrechenarten und Prozente)
- Fehlermeldungen und -ursachen
- einfache Diagramme, Drucken.

Voraussetzung: Grundkenntnisse am PC, z.B. nach Besuch des Kurses "EDV für Beruf und Privat"

**Kurs 10.026 - 2x wöchentlich**

Ab 02.10.2012, Di.+Do., 18:15-20:30

97 € / 6x / 18 UStd.

**Kurs 10.031 - 2x wöchentlich**

Ab 08.04.2013, Mo.+Mi., 18:15-20:30

97 € / 6x / 18 UStd.

Dieser Kurs wird auch als Kompaktkurs im Rahmen der Samstagsakademie angeboten, siehe Seite 15 & 16.

**Tabellenkalkulation mit Excel 2010**

Gunnar Grüneberg

Grund- und Aufbaukurs Excel 2010 als Bildungsurlaub:

- Kennenlernen der Arbeitsoberfläche
- Daten eingeben und formatieren
- Erstellen von Berechnungsformeln
- Fehlermeldungen und -ursachen
- Diagramme, Drucken
- Adressierungsarten
- Funktionen (Heute, Wenn, Verweis)

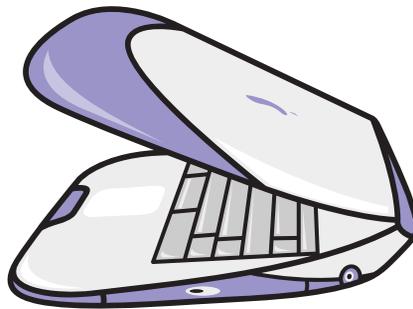
Der Lehrgang ist ein Baustein des Lehrgangssystems "Xpert European Computer Passport" und kann mit der Prüfung "Tabellenkalkulation" abgeschlossen werden.

Voraussetzung: Grundkenntnisse am PC, z.B. nach Besuch des Kurses "EDV für Beruf und Privat"

**Kurs 90.012**

Ab 28.01.2013, Mo.-Fr., 08:30-16:30

198 € / 5x / 40 UStd.

**Office 2010 für Umsteiger ●**

Der Kurs vermittelt die veränderte Bedienung von Microsoft Office 2007/2010 gegenüber der Version 2003. Außerdem werden die neu hinzugefügten Funktionen besprochen. Ziel ist, dass Sie nach einer kurzen Einarbeitungsphase mit dem neuen Office-Paket wieder genauso sicher umgehen wie mit dem alten. Teilnahmevoraussetzung sind Kenntnisse in Word und Excel bis einschließlich Version 2003.

**Kurs 10.027**

Gunnar Grüneberg

13.10.2012, Sa., 08:30-15:30

47 € / 1x / 8 UStd.

**Kurs 10.032**

Ralf Schossig

Kurs mit erhöhter Stundenzahl und reduziertem Tempo z.B. für Seniorinnen und Senioren.

Ab 23.04.2013, Di.+Do., 15:30-17:45

67 € / 4x / 12 UStd.

**Kurse für Seniorinnen und Senioren**

Viele unserer Seniorenkurse unterscheiden sich inhaltlich kaum von den "normalen" Kursangeboten. Sie haben lediglich eine höhere Stundenzahl, sodass alles etwas langsamer abläuft. Daher haben wir uns entschieden, die Kurse zwischen den anderen Kursen einzusortieren und nur mit dem Zusatz

**Kurs mit erhöhter Stundenzahl und reduziertem Tempo z.B. für Seniorinnen und Senioren**

versehen. Dies betrifft die Kurse:

- 10.001 Erste Schritte am PC ab 19.09.12
- 10.004 Erste Schritte am PC ab 14.01.13
- 40.13 Erste Schritte am PC in Bad Sachsa ab 17.09.12
- 10.011 Videotelefonate über das Internet ab 05.10.12
- 10.012 EDV für Beruf und Privat ab 09.10.12
- 10.017 EDV für Beruf und Privat ab 20.11.12
- 10.021 EDV für Beruf und Privat ab 04.02.13
- 40.14 EDV für Beruf und Privat in Bad Sachsa ab 09.11.12
- 10.024 Ordnung auf der Festplatte ab 08.04.13
- 10.032 Office 2010 für Umsteiger ab 23.04.13

**Outlook 2010 ●**

Gunnar Grüneberg

- Kontakte verwalten
- Termine und Terminserien erstellen
- Aufgaben verwalten
- E-Mails verfassen, Adressen aus den Kontakten als Empfänger auswählen, Anhänge mitsenden, Signaturen und andere Optionen verwenden, E-Mails automatisch in verschiedene Ordner einsortieren
- Zusammenarbeit mit anderen Outlook-Nutzern: Besprechungen planen und Aufgaben delegieren.

**Kurs 10.028 - Wochenendkurs**

Ab 16.11.2012, Fr., 18:15-20:30;

Sa., 09:00-14:00

52 € / 2x / 9 UStd.

## Grundkurs Textverarbeitung mit Word 2010 ●

Gunnar Grüneberg

Einführung in die Textverarbeitung:

- Arbeiten mit der Tastatur: Texte eingeben, Fehler korrigieren
- Textgestaltung: Schriftarten, Schriftgrößen, Farben, Einzüge und Abstände festlegen
- Tabellen erstellen
- Druckvorschau und Drucken
- Papierformat und Ränder festlegen

Voraussetzungen: Grundkenntnisse am PC, z.B. nach Besuch des Kurses "EDV für Beruf und Privat".

### Kurs 10.029 - 2x wöchentlich

Ab 15.01.2013, Di.+Do., 18:15-20:30

97 € / 6x / 18 UStd.

## Präsentation mit PowerPoint 2010 ●

Gunnar Grüneberg

Erstellen von Diashows, Produkt-, Dienstleistungs- und Ideenpräsentationen für Messen, Werbedisplays und Vorträge mit dem Präsentationsprogramm PowerPoint:

- Erstellen einer Präsentation mit einem vorgefertigten Layout
- Erstellen einzelner Präsentationsfolien
- Animieren von Bildern und Texten
- Überblendungen zwischen den einzelnen Folien
- Erstellen eigener Folienlayouts
- selbstlaufende Präsentation erstellen
- Vortragen der Präsentation: Anschluss eines Beamers, Steuerung der Präsentation
- Zusätzliche Folien für Fragen aus dem Publikum bereithalten und bei Bedarf präsentieren

### Kurs 10.030 - 2x wöchentlich

Ab 05.03.2013, Di.+Do., 18:15-20:30

67 € / 4x / 12 UStd.

## EDV Digitale Fotografie



## Digitale Fotografie für Einsteiger ●

Gunther Lindenberg

Wir zeigen Ihnen den richtigen Umgang mit einer kompakten Digitalkamera, erklären die wichtigsten Begriffe und erläutern die Grundlagen der Bildgestaltung. Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger im Bereich der digitalen Fotografie.

### Kurs 10.009 - Wochenendkurs

15.09.2012, Sa., 09:00-14:00

31 € / 1x / 6 UStd.

## Digital fotografiert - und dann? ●

Gunther Lindenberg

Vom Foto zur musikalischen Dia-Show. Wir besprechen das Anlegen und Sichten einer Bilddatenbank und das Verbessern der Bilder. Wie werden Fotos für den E-Mail-Versand aufbereitet, gedruckt oder auf Fotopapier belichtet? Die Präsentation Ihrer Bilder in einer Diashow mit Überblendungen, Text und Musik - vorführbereit - werden erlernt.

### Kurs 10.014 - Wochenendkurs

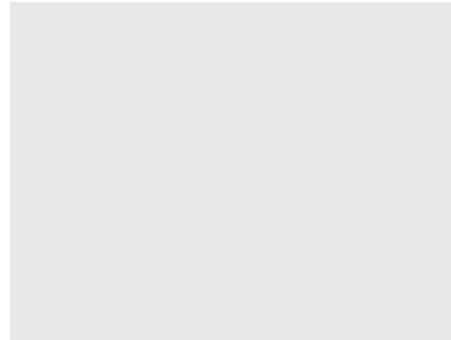
20.10.2012, Sa., 09:00-16:00

37 € / 1x / 8 UStd.

### Kurs 10.023 - Wochenendkurs

23.02.2013, Sa., 09:00-16:00

37 € / 1x / 8 UStd.



## Digitale Bildbearbeitung ●

Gunther Lindenberg

Ein professionelles

Bildbearbeitungsprogramm in der Praxis

- Bildoptimierung und Retusche
  - Erstellen von Collagen und Postkarten
  - Texteinblendung, Filter und Masken
- Computer-Grundkenntnisse sind notwendig.

### Kurs 10.016 - Wochenendkurs

Ab 10.11.2012, Sa.+So., 09:00-16:00

69 € / 2x / 16 UStd.

### Kurs 10.020 - Wochenendkurs

Ab 19.01.2013, Sa.+So., 09:00-16:00

69 € / 2x / 16 UStd.

## Digitale Fotografie für Fortgeschrittene mit Praxisteil ●

Gunther Lindenberg

Arbeiten mit der Spiegelreflex oder Systemkamera.

Kursinhalte:

- Wirkung von Blenden, Belichtungszeiten und Brennweiten.
- Grundlagen der Bildgestaltung.

In einem Praxisteil werden wir das Gelernte umsetzen. Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich intensiver mit der Fotografie befassen möchten und eine Spiegelreflex oder Systemkamera besitzen.

Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

### Kurs 10.037 - Wochenendkurs

06.04.2013, Sa., 09:00-14:00

37 € / 1x / 6 UStd.

EDV



## Kurse für fortgeschrittene Anwender/-innen

Diese Kurse wenden sich an Teilnehmer/-innen mit Kenntnissen in mindestens einem Office-Programm (siehe Rubrik "EDV-Kurse für Anwender/-innen").

## Internet & Social Media für Vereine ●

Jörg Hüddersen

Der Kurs stellt ein Gesamtkonzept aus Internetseiten und Social Media-Aktivitäten für Vereine vor:

- Wie kann ich meine Vereinsseiten einfach und effektiv pflegen und aktuell halten
- Bearbeiten von Internetseiten mit einem Content-Management-System
- Funktionsweise von facebook & Co.
- Hinweise zum Datenschutz
- Meldungen und Fotos bei facebook veröffentlichen
- Strategien für die Nutzung von facebook in der Kommunikation im Vorstand und mit den Mitgliedern
- Einbindung von facebook & Co. in die anderen Internetaktivitäten des Vereins

### Kurs 10.033

Ab 17.09.2012, Mo.+Mi., 18:15-20:30

37 € / 2x / 6 UStd.

## Aufbaukurs Tabellenkalkulation mit Excel 2010 ●

Dozententeam

Fortsetzung des Kurses "Grundkurs Tabellenkalkulation mit Excel 2010":

- weiterführende Formeln, Formelansicht
- Adressierungsarten
- Funktionen (Heute, Wenn, Verweis)
- Zahlen und Zellen formatieren
- Diagrammoptionen
- Drucken, erweiterte Optionen

Der Lehrgang ist ein Baustein des Lehrgangssystems "Xpert European Computer Passport" und kann mit der Prüfung "Tabellenkalkulation" abgeschlossen werden. Voraussetzung: Teilnahme am Grundkurs bzw. gleichwertige Kenntnisse.

### Kurs 10.034 - 2x wöchentlich

Ab 06.11.2012, Di.+Do., 18:15-20:30

97 € / 6x / 18 UStd.

### Kurs 10.039 - 2x wöchentlich

Ab 29.04.2013, Mo.+Mi., 18:15-20:30

97 € / 6x / 18 UStd.

## Aufbaukurs Textverarbeitung mit Word 2010 ●

Gunnar Grüneberg

Dies ist die Fortsetzung des Grundkurses Textverarbeitung:

- Dateiablage
- Seitenlayout, Kopf- / Fußzeilen, mehrspaltiger Satz,
- Drucken, Vorschau
- Gestaltungsregeln für Standardbriefe
- AutoTexte/Textbausteine
- Serienbriefe, Etiketten

Der Lehrgang ist ein Baustein des Lehrgangssystems "Xpert European Computer Passport" und kann mit der Prüfung "Text Basics" abgeschlossen werden.

Voraussetzung: Teilnahme am Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse.

### Kurs 10.035 - 2x wöchentlich

Ab 12.02.2013, Di.+Do., 18:15-20:30

97 € / 6x / 18 UStd.

## Zeitmanagement mit Outlook 2010 ●

Dozententeam

Dieser Kurs verbindet das Thema Zeitmanagement mit einer Einführung in Outlook 2010. Zunächst werden die Grundlagen des Zeitmanagements behandelt. Danach wird der Frage nachgegangen, wie man diese Erkenntnisse praktisch in Outlook 2010 umsetzen kann:

- Was bedeutet Zeitmanagement?
- Ziele definieren
- Prioritäten setzen (Pareto-Prinzip, ABC-Analyse)
- Tagesplanung erstellen (ALPEN-Prinzip, Eisenhower-Prinzip)
- Aufgabenbearbeitung, Terminplanung, E-Mail-Korrespondenz und das Arbeiten im Team mit Outlook organisieren und optimieren

### Kurs 10.036 - Wochenendkurs

Ab 01.03.2013, Fr., 18:15-20:30;

Sa., 09:00-14:00

97 € / 4x / 18 UStd.

## Corel Draw ●

Gunnar Grüneberg

Einführung in die Gestaltung druckreifer Schriftstücke mit Corel Draw:

- Grundlegende Programmfunktionen
- Lineale und Hilfslinien nutzen
- Objekte und Pfade erstellen und bearbeiten
- Texte einfügen und gestalten
- Arbeiten mit Ebenen
- Farben, Verläufe, Muster und Transparenzen nutzen
- Bilder importieren und bearbeiten
- Drucken, Ausgabe als druckfähiges PDF zur Weitergabe an eine Druckerei

### Kurs 10.038 - 2x wöchentlich

Ab 09.04.2013, Di.+Do., 18:15-20:30

127 € / 8x / 24 UStd.



Diese Kurse wenden sich an geübte Anwender/-innen, die sich in kurzer, kompakter Form in das jeweilige Thema einarbeiten wollen. Die Kurse finden bereits ab drei Teilnehmenden statt.

## Einführung in Visual Basic

Dion Schlienkamp

In diesem Kurs lernen Sie, einfache Windows-Programme mit der Visual Basic Express Edition von Microsoft selbst zu schreiben. Die Software kann kostenlos von der Internetseite von Microsoft heruntergeladen werden.

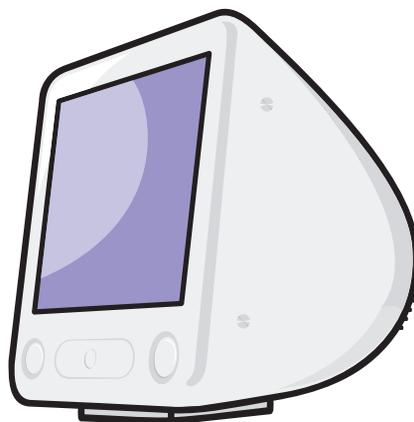
- Erste Schritte mit Visual Basic
- Eingabemasken anlegen
- Wie werden Klassen, Objekte, Ereignisse, Eigenschaften und Methoden eingesetzt
- Befehle, Anweisungen und Variablen
- Verzweigungen und Schleifen programmieren (if-then-else, while, for-next)
- Code strukturieren (Sub-Routinen und Functions)
- Guter Programmierstil

### Kurs 10.040 - Intensivkurs

Ab 12.10.2012, Fr., 18:15-20:30;

Sa., 09:00-14:00

97 € / 2x / 9 UStd.



## Datensicherung

Dion Schlienkamp

Der Kurs nimmt Strategien zur Datensicherung, Backup-Programme und Sicherungshardware in den Blick. Er zeigt Wege für Privatanwender und Firmen auf, die zu einem einfach zu handhabenden und sicheren Backup führen. Ein Blick auf Datensicherung in der Cloud, sprich im Internet, rundet das Programm ab.

### Kurs 10.041 - Intensivkurs

09.11.2012, Fr., 18:15-20:30

37 € / 1x / 3 UStd.

## Access I Tabellen & Abfragen

Andreas Darnedde

Am Anfang der Programmierung einer Datenbank steht die Übertragung der realen Daten in ein passendes Datenmodell. Fehler an dieser Stelle führen später zu hohem Mehraufwand in der Programmierung. Daher nehmen wir im ersten Kursteil das Aufstellen und Verknüpfen der Datentabellen in den Fokus. Als zweites Thema beleuchten wir die Möglichkeiten, Daten mittels Abfragen neu zusammenzustellen und zu verändern.

Gearbeitet wird mit Access 2007,

Teilnahmevoraussetzung sind gute Excel-Kenntnisse.

### Kurs 10.042 - Intensivkurs

Ab 09.11.2012, Fr., 18:15-20:30;

Sa., 09:00-14:00

97 € / 2x / 9 UStd.

## Access II Formulare & Berichte

Andreas Darnedde

Dieser Kursteil führt in die Erstellung von Formularen zur Eingabe am Bildschirm und von Berichten zur Druckausgabe ein. Durch Verknüpfung verschiedener Formulare mittels Schaltflächen entsteht so aus einer Datenbank eine einfach zu bedienende Anwendung, die (fast) keine Access-Kenntnisse für die Bedienung erfordert.

Gearbeitet wird mit Access 2007,

Voraussetzung ist die Teilnahme am Kurs "Access I: Tabellen & Abfragen" oder gleichwertige Kenntnisse.

### Kurs 10.045 - Intensivkurs

Ab 15.02.2013, Fr., 18:15-20:30;

Sa., 09:00-14:00

97 € / 2x / 9 UStd.

## Dynamische Webseiten gestalten mit PHP & MySQL

Dion Schlienkamp

In diesem Kurs lernen Sie dynamische Webseiten bzw. Webanwendungen wie ein Gästebuch oder eine Bildergalerie zu entwickeln. Schritt für Schritt werden wir folgende Themen behandeln:

- Befehle und Anweisungen in PHP
- Verzweigungen und Schleifen programmieren (if-then-else, while)
- Code strukturieren (Sub-Routinen und Functions)
- Crashkurs Datenbanken (ER-Modell)
- Datenbankzugriff mit PHP
- Auswerten von Datenbankergebnissen
- Erstellen von PDF-Dateien

### Kurs 10.043 - Intensivkurs

Ab 16.11.2012, Fr., 18:15-20:30;

Sa., 09:00-14:00

97 € / 2x / 9 UStd.

**SQL-Einführung**

Jörg Hüddersen

SQL dient in vielen Umgebungen zur Abfrage von Datenbeständen. Dieser Kurs gibt eine Einführung in die wichtigsten SQL-Statements zur Abfrage (SELECT) und Manipulation (UPDATE, DELETE) von einer oder mehreren verknüpften Datentabellen.

**Kurs 10.044 - Intensivkurs**

30.11.2012, Fr., 18:15-20:30

37 € / 1x / 3 UStd.

**Projektmanagement mit MS Project**

Stephanie Berthold

Dieser Kurs bietet in einer praxisgerechten Mischung aus Theorie und Softwareschulung eine Einführung in das Projektmanagement mit MS Project. Nach einer allgemeinen Einführung in die Techniken des Projektmanagements werden die einzelnen Punkte wie Projektplanung, Meilensteine, Projektablaufpläne und Soll-Ist-Vergleich direkt in der Software umgesetzt.

**Kurs 10.046 - Intensivkurs**

Ab 22.02.2013, Fr., 18:15-20:30;

Sa., 09:00-14:00

97 € / 2x / 9 UStd.

**Lexware faktura**

Jörg Hüddersen

Einführung in das Rechnungswesen mit Lexware faktura:

- Kunden und Artikel verwalten
- Angebote, Auftragsbestätigungen, Lieferscheine, Rechnungen und Gutschriften erstellen
- Zahlungseingänge und offene Posten verwalten
- Lagerverwaltung und Inventur

**Kurs 10.047 - Intensivkurs**

Ab 08.03.2013, Fr., 18:15-20:30;

Sa., 09:00-14:00

97 € / 2x / 9 UStd.

**Fairness-Garantie****Unsere Fairness-Garantie**

Bei vielen KVHS-Kursen gewähren wir bei der ersten Zusammenkunft einen unverbindlichen Schnupperunterricht. Das bedeutet, wenn Ihnen der Kurs - aus welchen Gründen auch immer - nicht zusagt, können Sie sich bis einen Tag vor der zweiten Zusammenkunft der Kursgruppe wieder abmelden, ohne auch nur einen Cent Kursgebühr zu bezahlen. Damit können Sie sicher sein, im richtigen Kurs zu sitzen und im Zweifelsfall einen Abend lang unverbindlich ausprobieren, ob der Kurs etwas für Sie ist.

Ausgenommen von dieser Regelung sind ganz kurze Kurse (die wir im Programmheft als Intensiv-, Wochenendkurse bzw. Wochenendseminare oder Tagesseminare gekennzeichnet haben), Kochkurse, Bildungsurlaube und Seminare der Samstagsakademie. Wenn Sie von dieser Regelung Gebrauch machen wollen, benötigen wir ihre schriftliche Abmeldung bis einen Tag vor der zweiten Zusammenkunft der Kursgruppe in unserer Geschäftsstelle: Neustädter Tor 1-3, 37520 Osterode am Harz, Tel. (0 55 22) 960-450, Fax -444. Abmeldungen bei der Kursleitung können wir leider nicht anerkennen.

Bitte machen Sie auch schon vor der Kursbuchung von unserer Beratung Gebrauch: einfach durchrufen und wir versuchen gemeinsam mit Ihnen, den für Sie passenden Kurs zu finden und Sie anhand Ihrer Vorkenntnisse richtig einzustufen.

**Gesellschaft Jörg Hüddersen****Projekt: Radio ●**

Kai Budler

Wir gehen "On Air"! Die Kursgruppe produziert eine einstündige Radiosendung, die nach Kursende im Stadtradio Göttingen (107,1 MHz) ausgestrahlt wird. Dabei werden alle Stufen der Produktion vom Konzept über Interviews und Musikauswahl sowie der Schnitt am PC durchlaufen und von den Teilnehmenden selbst durchgeführt. Bei Interesse kann die Radioarbeit nach Kursende durch die Teilnehmer fortgeführt werden - vielleicht bekommt Osterode dann wieder eine regelmäßige Sendung (einmal pro Monat?) im Stadtradio Göttingen!

**Kurs 10.010 - Wochenendkurs**

Ab 28.09.2012, Fr., 18:15-19:45;

Sa., 09:00-14:00

49 € / 3x / 12 UStd.



[www.facebook.com/KVHSOsterode](http://www.facebook.com/KVHSOsterode)



# Berufliche Bildung

Ulrike Schmidt

## Finanzbuchhalter (VHS) ●

Dozententeam

Der Lehrgang Finanzbuchhalter/-in (VHS) ist insbesondere gedacht für Beschäftigte in Handel, Industrie und Verwaltung, die innerhalb eines Unternehmens eine Tätigkeit im betrieblichen Rechnungswesen anstreben sowie für Nichtbeschäftigte zum Zwecke der Eingliederung oder Wiedereingliederung in das Erwerbsleben.

Allgemeines Ziel ist es, die Teilnehmenden zu befähigen, die im betrieblichen Rechnungswesen anfallenden Daten nach dem neuesten Stand der gesetzlichen Bestimmungen und Verordnungen zu verarbeiten. Der Lehrgang besteht aus den folgenden sechs Bausteinen:

1. Buchführung (87 UStd.)
2. Recht und Finanzen (54 UStd.)
3. Kosten- und Leistungsrechnung (72 UStd.)
4. Bilanzierung (51 UStd.)
5. Betriebliches Steuerrecht (69 UStd.)
6. Betriebliches Steuerrecht II (57 UStd.)

Diese Module werden jeweils durch schriftliche Prüfungen des Landesverbandes der Volkshochschulen Niedersachsens e. V. abgeschlossen. Nach erfolgreichem Abschluss aller Prüfungen erhalten die Teilnehmende das Zertifikat "Finanzbuchhalter/-in (VHS)".  
Lehrgangsdauer: ca. 15 Monate  
Die Schulferien bleiben unterrichtsfrei;  
Samstagsunterricht findet ca. 2x pro Monat statt.

Sobald 12 Anmeldungen vorliegen, laden wir zu einem Infotermin ein und legen den Starttermin fest.

Das Begleitmaterial (6 Bücher) ist bereits in der Kursgebühr enthalten. Die Prüfungsgebühr beträgt 45 € je Modul.

### Kurs 10.100

Di.+Do., 18:30-21:00; Sa., 08:30-13:30  
1550 € / 110x / 390 UStd.

24

## Berufliche Bildung

## Fachkraft Lohn- & Gehaltsabrechnung (VHS) ●

Karola Schwedhelm

Der Lehrgang wendet sich an Personen, die die Lohn- und Gehaltsabrechnung in Klein- und Mittelbetrieben selbständig durchführen wollen. Im ersten Modul "Lohn und Gehalt Theorie" erlernen Sie die Grundlagen der Lohn- und Gehaltsabrechnung sowie die entsprechenden sozialversicherungs- und arbeitsrechtlichen Bestimmungen. Im zweiten Modul "EDV-Lohn- und Gehaltsabrechnung" erstellen Sie eigene Abrechnungen am PC mit dem Lohnprogramm der Datev.

Beide Module schließen mit einer Prüfung ab. Nach Bestehen beider Prüfungen erhalten Sie das Zertifikat "Fachkraft Lohn- & Gehaltsabrechnung (VHS)"

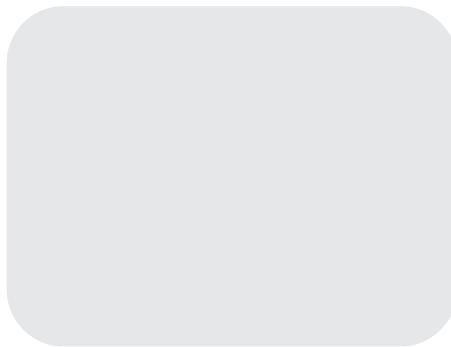
Voraussetzung zur Teilnahme ist eine kaufmännische Ausbildung bzw. langjährige Berufserfahrung im kaufmännischen Bereich oder der Abschluss des Lehrgangs "Finanzbuchhalter/-in (VHS)".

Sobald 12 Anmeldungen vorliegen, laden wir zu einer Vorbesprechung ein und legen den Starttermin fest.

Die Umlage für Kopien ist bereits in den Kursgebühren enthalten. Die Prüfungsgebühr beträgt 45 € je Modul.

### Kurs 10.101

Mo.+Mi., 18:30-20:45  
387 € / 40x / 120 UStd.



## Zahlt sich aus: Die Bildungsprämie

Viele Kurse aus dem Bereich Berufliche Bildung können Sie sich unter bestimmten Voraussetzungen mit bis zu 500 € fördern lassen.

Rufen Sie uns an, und wir vereinbaren mit Ihnen einen Beratungstermin:  
(0 55 22) 960-450

## Rechnungswesen für Industrie- und Bürokaufleute

Rolf Heutig

Vorbereitungskurs auf die IHK-Abschlussprüfung für Auszubildende:  
- Finanzbuchhaltung mit gesetzlichen Grundlagen  
- Jahresabschluss mit Bilanz und Gewinn- und Verlustrechnung  
- Kosten- und Leistungsrechnung (KuL) in Industriebetrieben  
- Bearbeitung typischer Aufgabenstellungen in Abschlussprüfungen

Sobald 12 Anmeldungen vorliegen, legen wir den Starttermin fest.

### Kurs 10.102

Mo.+Mi., 18:00-20:15  
127 € / 12x / 36 UStd.

## Buchführung von Anfang an... ●

Ralf Kellner

Einführung in die Buchführung für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Wir arbeiten ohne EDV. Umfangreiches Kursmaterial ist in der Kursgebühr enthalten.

### Kurs 10.103

Ab 18.09.2012, Di.+Do., 18:30-20:45  
91 € / 12x / 36 UStd.

## Geschäftsbuchhaltung ohne Vorkenntnisse

Rolf Heutig

Buchhaltung von der Eröffnungsbilanz bis zur Schlussbilanz sowie Gewinn- und Verlustrechnung mit Belegkontierungen und Geschäftsprozessen.

Sobald 12 Anmeldungen vorliegen, legen wir den Starttermin fest.

### Kurs 10.104

Di.+Do., 18:00-20:15  
127 € / 12x / 36 UStd.

## Buchführung für Kleinbetriebe Update 2013

Patrick Manthey

Für Teilnehmende aus Buchführungskursen, die sich über aktuelle Änderungen in 2013 informieren möchten. Daneben besteht die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch, zu Fragen der Buchhaltung und zum Programm Lexware Buchhalter.

### Kurs 10.105

14.12.2012, Fr., 18:00-21:00  
20 € / 1x / 4 UStd.

## Buchführung für Kleinbetriebe

Patrick Manthey

Senken Sie Ihre Steuerberatungskosten durch das eigenhändige Aufbereiten (Vorkontieren) Ihrer Belege. In diesem Kurs erlernen Sie die dazu nötigen Grundlagen der Buchführung. Gearbeitet wird mit Lexware Buchhalter.

### Kurs 10.106

Ab 25.01.2013, Fr., 18:00-20:15;

Sa., 09:00-16:00

84 € / 6x / 33 UStd.

## Elektronische Steuererklärung mit Elster

Patrick Manthey

Elster ist das Programm der Finanzverwaltung zur elektronischen Abgabe der Steuererklärung. Der Kurs erklärt, wie einfach Sie Elster installieren und die eigenen Lohnsteuerdaten an das Finanzamt übertragen.

### Kurs 10.107

01.03.2013, Fr., 18:15-21:30

20 € / 1x / 4 UStd.

## De-Qualifizierung für Akademiker

Dozententeam

Ein akademischer Abschluss oder gar eine Promotion kann beim Zugang zu bestimmten Berufen, beispielsweise als Bauhelfer, eine große Einstellungshürde sein. In diesem Kurs versuchen wir, durch Erlernen eines zielgruppenspezifischen Vokabulars, angepasste Kleidung und gezielte Verhaltensänderungen auch aus promovierten Geisteswissenschaftlern wieder echte Männer zu machen. Ein entsprechender Kurs für Frauen ist in Vorbereitung - nähere Infos sind in der KVHS-Geschäftsstelle erhältlich.

### Kurs 01.0413 - Intensivkurs

Ab 01.04.2013, Mo.-Fr., 09:00-16:00

0 € / 40x / 320 UStd.

## Bewerbungscoaching

Wenn Sie Arbeitslosengeld II beziehen und beim Jobcenter des Landkreises Osterode am Harz gemeldet sind, können Sie an unserem Bewerbungscoaching in Osterode teilnehmen. Arbeitsuchende werden aktiv und individuell bei ihrer Bewerbung unterstützt und beraten. Folgende Angebote stellen wir für Sie bereit:

### Einzelcoaching

Im Einzelcoaching erarbeiten Sie gemeinsam mit einem Coach aussagefähige individuelle Bewerbungsunterlagen - sowohl für ausgeschriebene Stellenangebote als auch für Initiativbewerbungen. In praktischen Übungen können Sie sich auf Einstellungstests und Vorstellungsgespräche vorbereiten. Außerdem erhalten Sie Tipps, wie Sie in der Bewerbungssituation überzeugend auftreten können. Den ersten Termin für das Einzelcoaching vereinbart Ihr Fallmanager für Sie. Unsere Experten beraten Sie, an welchen weiteren Angeboten Sie teilnehmen sollten.

### Bewerbungstraining

In drei Modulen erlernen Sie die Grundlagen richtigen Bewerbens:

- Grundlagen Bewerbungsunterlagen (Online-Bewerbung, Initiativ- und Stellenbewerbung, Stellenanalyse und -recherche)
- Grundlagen Vorstellungsgespräch (Vorstellungsknigge, Telefontraining, Simulieren von Vorstellungsgesprächen, Umgang mit Absagen)
- EDV-Grundlagen (Windows-Grundlagen, Texteingabe und -korrektur, Internet, Jobsuchmaschinen)

**Die Teilnahme am Einzelcoaching oder an den Modulen erfolgt nach Absprache mit Ihrem Fallmanager / Ihrer Fallmanagerin.**

# Bewerbungscoaching

Ulrike Schmidt



Landkreis Osterode am Harz

**Jobcenter**

### Offene Bewerbersprechstunde

Für die Erstellung von Bewerbungen bieten wir eine offene Bewerbersprechstunde an. Hier können Sie am PC Bewerbungen erstellen und von einem Experten durchsehen lassen. Auf diese Weise haben Sie immer aktuelle und fehlerfreie Unterlagen. Weiterhin besteht die Möglichkeit zur Stellenrecherche im Internet. Auch hier haben unsere Experten immer einen guten Rat und stehen bei Fragen zur Verfügung.

### Öffnungszeiten:

Montags von 16:00-17:30 Uhr,

Donnerstags von 16:00-17:30 Uhr

**Für die offene Sprechstunde ist eine vorherige Anmeldung oder Rücksprache mit dem Fallmanager / der Fallmanagerin nicht nötig, Sie können einfach vorbeikommen!**

## Rosenstraße 76

Häusliche Gewalt überwinden

Ausstellung und Veranstaltungen  
8. -29. September 2012  
Kurt-Schröder-Halle, Osterode

[www.rosenstrasse76-osterode.de](http://www.rosenstrasse76-osterode.de)

Evangelisch-Lutherischer  
Kirchenkreis Osterode

# Natur & Umwelt

## Ulrike Schmidt

26

### Natur als Kunst

Dr. Ortwin Schwerdtfeger  
Schon immer haben sich Künstler durch die Natur inspirieren lassen, um eigene Gestaltungsmöglichkeiten zu entwickeln. Video-Kurzfilme aus der heimischen Fauna und Flora machen sichtbar, dass die Natur durch ihre dynamischen Vorgänge selbst Formen, Farben und Strukturen entstehen lässt, die auch einer künstlerischen Gestaltung entsprechen.

#### Kurs 70.013

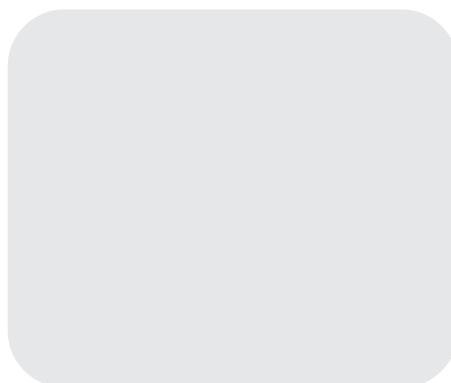
13.03.2013, Mi., 19:00-21:15  
5 € / 1x / 3 UStd.

### FriedWald® - Bestattung in der Natur

Brigitte Lux  
FriedWald ist eine alternative Bestattungsform. Die Asche Verstorbener wird in einer biologisch abbaubaren Urne direkt an den Wurzeln eines Baumes beigesetzt, der in einem als FriedWald ausgewiesenen Wald der Niedersächsischen Landesforsten steht. So eröffnet sich eine natürliche und würdevolle Alternative zu den bislang gewohnten Bestattungsritualen. Die Grabpflege übernimmt dabei die Natur.  
Veranstalter: FriedWald Südharz

#### Kurs 70.022 - Vortrag

Mi., 10.10.12, 19:00  
Eintritt frei



### Ton in meinen Händen

Ikko John  
Pinienzapfen, Ginkgoblätter, Schnecken und Mohnkapseln kommen als Geschenke immer gut an. Aber warum sollte man sie nicht selbst behalten und dem eigenen Balkon oder Garten ein neues Gesicht geben?

#### Kurs 10.200

Ab 18.09.2012, Di., 18:00-21:00  
79 € / 7x / 24 UStd.

# Kreativkurse

## Ulrike Schmidt

### Ton in meinen Händen Weihnachtsseminar

Ikko John  
Wie viele Engel gibt es?  
Einer, der unser Leben verändert genügt vollkommen. Außer Engeln können Sie auch andere weihnachtliche Ideen verwirklichen: Rotbäckige Äpfel, Sterne, Kugeln mit dekorativen Öffnungen, Weihnachtsmänner, -kränze, Glocken etc.

#### Kurs 10.201 - Wochenendkurs

19.10.2012, Fr., 16:15-20:00;  
20.10.2012, Sa., 10:00-16:00  
Glasertermine 09./10.11.2012  
86 € / 4x / 24 UStd.

### Ton in meinen Händen

Ikko John  
Lichtobjekte für zu Hause und Garten: Unglasiert, glasiert, dekoriert. Halbbrunde oder runde Lichtobjekte oder wie Sie möchten. Eigene Ideen sind stets willkommen.

#### Kurs 10.202

Ab 05.02.2013, Di., 18:00-21:00  
79 € / 7x / 24 UStd.

### Ton in meinen Händen Osterseminar

Ikko John  
Majolika / Fayence-Malerei  
Wir stellen kleine und große Toneier her. Das Prinzip der Majolika-Technik besteht darin, gebrannte Ware mit einer Zinnglasur zu überziehen und diese mit Oxiden oder Majolikafarben zu bemalen.

#### Kurs 10.203 - Wochenendkurs

08.02.2013, Fr., 17:00-20:00;  
09.02.2013, Sa., 10:00-16:00  
Glasertermine 22./23.02.2013  
79 € / 4x / 24 UStd.

### Pilzsammeltour mit Fundbesprechung

Gudrun Fricke-Bode  
Unter fachlicher Führung können Sie an diesem Tag nach Herzenslust Speisepilze sammeln, egal, ob sie schon Pilzkenntnisse mitbringen oder gar völliger Anfänger sind. Der Pilztag gliedert sich in 2 Teile. Zunächst starten wir mit einer ca. 3- stündigen Pilzsammeltour durch den Wald. Sie bekommen alle Speisepilze ins Körbchen - ich als Pilzsachverständige nehme die giftigen Pilze für den theoretischen Teil mit. Nach dem praktischen Teil im Wald werden wir nach einer kleinen Pause die verschiedenen Arten in den Räumen der KVHS ausführlich besprechen und mit den eventuellen Verwechslungskandidaten vergleichen. In diesem Seminar werden die im Wald neu gewonnenen Erkenntnisse vertieft, wichtige Bestimmungsmerkmale angesprochen, ausgiebig mit Gleichgesinnten gefachsimpelt. Eine tolle Gelegenheit für Sie, am Abend zuhause eine selbst gesammelte Pilzpfanne zu genießen, ohne sich um eventuelle Vergiftungen Gedanken zu machen. Sie benötigen wetterfeste Kleidung, Marschverpflegung für die Pause, Körbchen und Messer, Notizblock, Fotoapparat (wenn vorhanden), Auto (wir werden Fahrgemeinschaften bilden) und einen Tag Zeit.  
Treffpunkt ist der Haupteingang der KVHS Osterode am Harz.  
Die Dozentin ist gepr. Pilzberaterin und Pilzsachverständige.

#### Kurs 10.112

20.10.2012, Sa., 09:00-16:00  
25 € / 1x / 8 UStd.



### Aquarellieren für Newcomer ●

Heidrun Kreykenbohm

Wollten Sie schon lange Ihre kreativen Fähigkeiten wecken und ausprobieren? In diesem Kurs gibt es eine Gelegenheit, in lockerer Atmosphäre mit dem Malen zu beginnen. Materialliste ist in der KVHS-Geschäftsstelle erhältlich.

#### Kurs 10.206 - Wochenendkurs

Ab 23.11.2012, Fr., 18:00-21:30;

Sa., 08:30-14:00

34 € / 2x / 12 UStd.

#### Kurs 10.209 - Wochenendkurs

Ab 15.02.2013, Fr., 18:00-21:30;

Sa., 08:30-14:00

34 € / 2x / 12 UStd.

### Aquarellieren - Aufbaukurs I ●

Heidrun Kreykenbohm

Sie erlernen alle gängigen Techniken der Aquarellmalerei und bauen Ihre bisher erworbenen Fertigkeiten aus. Materialliste ist in der KVHS-Geschäftsstelle erhältlich.

#### Kurs 10.205

Ab 20.09.2012, Do., 18:00-21:00

101 € / 10x / 40 UStd.

#### Kurs 10.208

Ab 17.01.2013, Do., 18:00-21:00

101 € / 10x / 40 UStd.

### Aquarell - von der Realität zum Bild ●

Ute Elbe

Herangehensweisen für Fortgeschrittene, um den persönlichen Stil zu finden. Es werden Techniken vermittelt, die Ihre gestalterischen Möglichkeiten erweitern: befreite Farbkompositionen, künstlerische Regeln der Abstraktion, stilisierte grafische Motive. Materialliste ist in der KVHS-Geschäftsstelle erhältlich.

#### Kurs 10.211 - Wochenendkurs

Ab 12.10.2012, Fr., 18:00-21:00;

Sa., 11:00-16:15

32 € / 2x / 11 UStd.

#### Kurs 10.214 - Wochenendkurs

Ab 25.01.2013, Fr., 18:00-21:00;

Sa., 11:00-16:15

32 € / 2x / 11 UStd.

### Aquarellieren für Fortgeschrittene ●

Heidrun Kreykenbohm

Zart und voller Leuchtkraft sind die Farben der Aquarellmalerei. Fließend, aber doch diszipliniert, ist der Arbeitsprozess. Materialliste in der KVHS-Geschäftsstelle erhältlich.

#### Kurs 10.204

Ab 19.09.2012, Mi., 18:00-21:00

101 € / 10x / 40 UStd.

#### Kurs 10.207

Ab 16.01.2013, Mi., 18:00-21:00

101 € / 10x / 40 UStd.

### Freie Acrylmalerei ●

Ute Elbe

Für Neulinge ist Acrylfarbe ein kleines Abenteuer. Gearbeitet wird mit Pinsel und Spachtel auf Pappe, Holzfaserplatte und Keilrahmen. Von Gegenständlich bis Abstrakt ist alles möglich. Mit Spaß erlernen Sie völlig neue und spontane Möglichkeiten, eigene Ideen umzusetzen. Bildkomposition, Perspektive und Farblehre fließen in den Kurs ein. Materialliste ist in der KVHS-Geschäftsstelle erhältlich.

#### Kurs 10.210

Ab 01.10.2012, Mo., 18:15-21:15

73 € / 7x / 28 UStd.

#### Kurs 10.213

Ab 28.01.2013, Mo., 18:15-21:15

73 € / 7x / 28 UStd.

### Acrylwochenende ●

Ute Elbe

Probieren Sie den Umgang mit Farbe und Pinsel - eine lockere Entdeckungsreise. Materialliste ist in der KVHS-Geschäftsstelle erhältlich.

#### Kurs 10.212 - Wochenendkurs

Ab 30.11.2012, Fr., 18:15-21:15;

Sa., 11:00-16:15

32 € / 2x / 11 UStd.

#### Kurs 10.215 - Wochenendkurs

Ab 01.03.2013, Fr., 18:15-21:15;

Sa., 11:00-16:15

32 € / 2x / 11 UStd.

### Malen wie Bob Ross® ●

Wenn Sie schon immer mal ein Ölbild malen wollten, aber der Meinung sind, dass Ihnen dazu das Talent fehlt, dann müssen Sie unbedingt einen Malkurs in der Nass-in-Nass-Ölmaltechnik nach Bob Ross besuchen. Bob Ross, ein amerikanischer Maler und Weiterentwickler dieser Maltechnik, war überzeugt, dass jeder mit etwas Übung und Anleitung malen kann. Am Ende eines Tagesseminars haben Sie Ihr eigenes Kunstwerk erschaffen. Alle benötigten Materialien, Werkzeuge und Hilfsmittel in Höhe von 35 € bitte direkt an den Dozenten zahlen. Bitte denken Sie an passende Malkleidung!

### Malen wie Bob Ross® Herbstfarbene Landschaft ●

Hans-Joachim Kohlhasse

#### Kurs 10.216 - Wochenendkurs

06.10.2012, Sa., 09:30-17:00

35 € / 1x / 10 UStd.

### Malen wie Bob Ross® Blumen "Antike Terrasse" ●

Hans-Joachim Kohlhasse

#### Kurs 10.217 - Wochenendkurs

17.11.2012, Sa., 09:30-17:00

35 € / 1x / 10 UStd.

### Malen wie Bob Ross® Landschaft "Tiefer Winterwald" ●

Hans-Joachim Kohlhasse

#### Kurs 10.218 - Wochenendkurs

15.12.2012, Sa., 09:30-17:00

35 € / 1x / 10 UStd.

### Malen wie Bob Ross® Landschaft "Hütte im Winterwald" ●

Hans-Joachim Kohlhasse

#### Kurs 10.219 - Wochenendkurs

16.02.2013, Sa., 09:30-17:00

35 € / 1x / 10 UStd.

### Malen wie Bob Ross® "Sonnenblumen" ●

Hans-Joachim Kohlhasse

#### Kurs 10.220 - Wochenendkurs

09.03.2013, Sa., 09:30-17:00

35 € / 1x / 10 UStd.

### Malen wie Bob Ross® Landschaft "Alte Burgruine" ●

Hans-Joachim Kohlhasse

#### Kurs 10.221 - Wochenendkurs

06.04.2013, Sa., 09:30-17:00

35 € / 1x / 10 UStd.

## KREATIV

## Nähen &amp; Stricken

**Nähen - Grundkurs ●**

Romy Mai

Lernen Sie Ihre Nähmaschine besser kennen. Vom Einfädeln bis zum Reißverschluss - eigene Mode selbstgestaltet. Wenn das nichts Besonderes ist?

Bitte mitbringen: Scharfe Stoffschere, Papierschere, Näh- und Stecknadeln, Maßband und wenn möglich eine Nähmaschine. Als Kursleiterin steht Ihnen eine versierte Schneidermeisterin zur Seite.

**Kurs 10.223**

Ab 07.11.2012, Mi., 18:30-20:45  
58 € / 6x / 18 UStd.

**Neueste Mode - selbst genäht ●**

Romy Mai

Mode macht Spaß. Möchten Sie Ihren Geldbeutel schonen und trotzdem chic und "einzigartig" gekleidet sein? Machen Sie das Nähen zum ganz und gar nicht "altmodischen" Hobby. Sie bringen Stoff, Nähgarn, Schere, Stecknadeln und wenn möglich eine Nähmaschine sowie eigene Ideen und gute Laune mit. Lassen Sie sich von Ihrer eigenen Kreativität überraschen. Als Kursleiterin steht Ihnen eine versierte Schneidermeisterin zur Seite.

**Kurs 10.224**

Ab 08.11.2012, Do., 09:30-11:45  
58 € / 6x / 18 UStd.

**Nähen - der Nähmaschinenkurs ●**

Romy Mai

Möchten Sie gern mit der Nähmaschine besser umgehen können? Ein einfaches Kleidungsstück aus einem besonderen Stoff, Tipps zur Verarbeitung oder vorhandene Kleidung abändern - verwirklichen Sie Ihre Ideen, mit Ihren Materialien. Bitte mitbringen: Stoffe, Schere, Stecknadeln, Maßband, Nähgarn, möglichst eine Nähmaschine.

Als Kursleiterin steht Ihnen eine versierte Schneidermeisterin zur Seite.

**Kurs 10.226**

Ab 23.01.2013, Mi., 18:30-20:45  
58 € / 6x / 18 UStd.

**Nähen für Neulinge und Fortgeschrittene ●**

Romy Mai

Perfekt mit der Nähmaschine umgehen können, diesen Wunsch können Sie sich erfüllen. Die Fachkenntnisse zur Neugestaltung oder zum modischen Ändern der Garderobe erhalten Sie von der Schneidermeisterin an Ihrer Seite.

**Kurs 10.227**

Ab 24.01.2013, Do., 09:30-11:45  
58 € / 6x / 18 UStd.

**Stricken lernen - von Anfang an ●**

Romy Mai

Teilen Sie mit uns die Leidenschaft, Socken zu stricken, auch wenn Sie bisher mit der Ferse auf Kriegsfuß standen oder das Nadelspiel als Blumenstäbe benutzt haben! Mit der "Spiralsocke" kommen auch die Anfänger/-innen schnell zurecht. Sie gestalten ganz individuelle und gesunde Fußbekleidung.

**Kurs 10.222**

Ab 06.11.2012, Di., 09:30-11:45  
58 € / 6x / 18 UStd.

**Strümpfe stricken - schnell gelernt ●**

Romy Mai

Warme Socken stricken können auch Anfänger/-innen. Schwerpunkt ist das Erlernen des Strickens von Ferse und Spitze. Als weitere Möglichkeit erlernen Sie die "Bumerangferse". Die erlernten Grundstrickarten können aber auch z.B. für einen Schal angewandt werden. Bitte mitbringen: Nadelspiel und Wolle.

**Kurs 10.225**

Ab 22.01.2013, Di., 09:30-11:45  
58 € / 6x / 18 UStd.

**Lace Stricken ●**

Ellen Jenke

Lace Stricken ist das Stricken von Spitze, auch als Kunststricken bekannt. Aus sehr dünnen Garnen entstehen wunderschöne luftige Tücher, Schals, fingerlose Spitzenhandschuhe, Loops, oder auch Tischdecken. Als besonderer Blickfang können Perlen eingestrickt werden.

Dieser Kurs richtet sich an erfahrene Strickerinnen, die im Lacestricken oder im Stricken mit Perlen eine neue Herausforderung suchen.

Sie dürfen auch gerne eigene Strickanleitungen mitbringen.

Bitte unbedingt Materialliste in der KVHS-Geschäftsstelle oder unter [www.kvhs-osterode.de](http://www.kvhs-osterode.de) abfragen!

**Kurs 10.228 - Wochenendkurs**

Ab 16.11.2012, Fr., 17:30-20:00;  
Sa., 10:00-14:00  
30 € / 2x / 8 UStd.

**Kurs 10.229 - Wochenendkurs**

Ab 22.02.2013, Fr., 17:30-20:00;  
Sa., 10:00-14:00  
30 € / 2x / 8 UStd.

**Patchwork am Wochenende ●**

Annette Eckel

Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene. Verwöhnen Sie sich mit einem Wochenende zwischen herrlichen Stoffen, Nähmaschine und Schneidebrett. Gestalten Sie Ihre Ideen oder vollenden Sie Ihre Decken, Kissen, Taschen unter fachkundiger Anleitung. Ihre Grundkenntnisse können Sie in diesem Kurs ausbauen. Nähmaschine, Stoffe und Nähutensilien bitte mitbringen.

**Kurs 10.230 - Wochenendkurs**

Vorbesprechung: Do., 08.11.12, 19:30-21:00  
Kurs: Fr., 16.11.12, 18:00-21:00 +  
Sa., 17.11.12, 09:00-17:00  
51 € / 3x / 16 UStd.

**Kurs 10.231 - Wochenendkurs**

Vorbesprechung: Do., 14.02.13, 19:30-21:00  
Kurs: Fr., 22.02.13, 18:00-21:00 +  
Sa., 23.02.13, 09:00-17:00  
51 € / 3x / 16 UStd.


**KREATIV Gestalten**
**Scrapbooking -  
Ein handgemachtes Fotoalbum ●**

Evelyn Lorenz

Gestalten Sie ein kleines Fotoalbum, das sich sehr gut für ein komplettes Thema (z.B. Urlaub, Feier) eignet. Mit Fotos, Texten und Embellishments wird es zu einem persönlichen Erinnerungstück oder einem individuellen Geschenk.

Bitte mitbringen: ca. 20 Fotos zu einem Thema in verschiedenen Größen (max. 10x15 cm), wenn vorhanden Schneidegerät, Lineal, Fotokleber und 120er Schleifpapier. Die Materialkosten in Höhe von ca. 15 € (je nach Verbrauch) sind bei der Dozentin zu zahlen.

**Kurs 10.234 - Wochenendkurs**

13.10.2012, Sa., 11:00-17:00  
22 € / 1x / 7 UStd.

**Scrapbooking  
zum Kennenlernen ●**

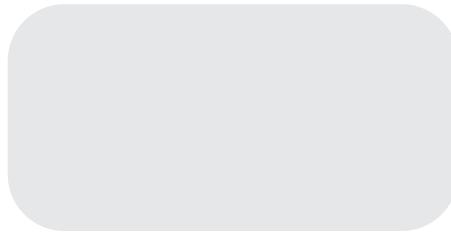
Evelyn Lorenz

Ihre Fotos werden unser Thema sein, vermittelt werden Grundtechniken des Scrappens. Mit Designpapieren, Embellishments und Ihren Fotos gestalten Sie ein Doppellayout und ein Miniprojekt. Bitte mitbringen: 1 Foto in 13 x 18 cm, mind. 3 Fotos in kleinen Formaten (10x15, 9x13 cm oder kleiner), wenn vorhanden Schneidegerät, Lineal, Fotokleber.

Die Materialkosten in Höhe von ca. 8 € (je nach Verbrauch) sind bei der Dozentin zu zahlen.

**Kurs 10.235 - Wochenendkurs**

26.01.2013, Sa., 11:00-16:00  
20 € / 1x / 6 UStd.


**Kalligrafie und Zierbuchstaben ●**

Sabine Pfeiffer

Kalligrafie einmal anders: Mit Schwung und Elan werden die Zierbuchstaben nach Sherri Kiesel gezogen. Sie werden gezeichnet, flächig ausgelegt oder aquarelliert. Werkzeuge, Farben und Papiere beeinflussen die Wirkung der Buchstaben. So entstehen phantasievolle Initialen, Monogramme, ganze Schriftzüge oder Schrift-Bilder. Zusätzlich können die Zierbuchstaben mit klassischen Alphabeten kombiniert werden. Ein Kurs für Einsteiger, Fortgeschrittene und Experimentierfreudige. Vorkenntnisse nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Viel Papier! Mindestens Zeichen- oder Skizzenblock DIN A3, einige Bögen Aquarellpapier, Bandzug-/Spitzfedern mit Halter, farbige Tinten oder Holzbeizen, Aquarell- und Deckfarben sowie Rubbelkrepp (falls vorhanden) und Bleistift, Radiergummi, Filz- und Buntstifte, Pinsel, Wasserglas. Federn und Halter sind auch im Kurs erhältlich (3 €).

**Kurs 10.233 - Wochenendkurs**

27.04.2013, Sa., 10:00-16:30  
35 € / 1x / 8 UStd.


**KREATIV Bauchtanz**
**Bauchtanz für Anfängerinnen**

Dagmar Steinborn

- Warm up mit südamerikanischen Elementen (Zumba) - Straffe Muskeln in Beinen, Armen, Gesäß und Muskelkräftigung des Rückens, die langen und seitlichen Bauchmuskeln, Dehnung der seitlichen Halsmuskeln, des vorderen Schulterbereichs, der Brust und des Rückens sowie geistige Fitness garantiert der Bauchtanz.

**Kurs 10.236**

Ab 19.09.2012, Mi., 19:45-21:15  
59 € / 10x / 20 UStd.

**Kurs 10.237**

Ab 06.02.2013, Mi., 19:45-21:15  
38 € / 6x / 12 UStd.

**Kurs 10.238**

Ab 03.04.2013, Mi., 19:45-21:15  
48 € / 8x / 16 UStd.

**Bauchtanz - Mittelstufe**

Dagmar Steinborn

Hüften schieben - achten - pendeln - kreisen - kippen kräftigt den Beckenboden. Tanzdarbietungen mit Schleier, Fächer, Stock, Tamburin, Zimbeln dienen der perfekten Körperbeherrschung und Isolierung.

**Kurs 10.239**

Ab 19.09.2012, Mi., 18:00-19:30  
59 € / 10x / 20 UStd.

**Kurs 10.240**

Ab 06.02.2013, Mi., 18:00-19:30  
59 € / 10x / 20 UStd.

**Kurs 10.241**

Ab 08.05.2013, Mi., 18:00-19:30  
43 € / 7x / 14 UStd.

**Bauchtanz für Fortgeschrittene**

Dagmar Steinborn

Körperhaltung, Gleichgewicht, Drehung, anmutige Hand-, Finger- und Armbewegungen, Rhythmen erkennen und Choreographien erarbeiten sowie Qi Gong und Line-Dance-Elemente für Konzentration.

**Kurs 10.242**

Ab 18.09.2012, Di., 19:30-21:00  
59 € / 10x / 20 UStd.

**Kurs 10.243**

Ab 05.02.2013, Di., 19:30-21:00  
59 € / 10x / 20 UStd.

**Kurs 10.244**

Ab 07.05.2013, Di., 19:30-21:00  
43 € / 7x / 14 UStd.



# Gesundheits- bildung

Steffi Turano

GESUNDHEIT



## Gesundheit als Beruf

### Heilpraktiker/-in für Psychotherapie

Thomas Wiebke

Ein/-e Heilpraktiker/-in für Psychotherapie besitzt eine staatliche Zulassung zur Ausübung der Heilkunde im Bereich der Psychotherapie. Damit besteht die Möglichkeit, selbständig oder angestellt psychotherapeutisch zu arbeiten, ohne ein Medizin- oder Psychologiestudium absolviert zu haben. Die Zulassung wird nach einer bestandenen Überprüfung der Kenntnisse und Fähigkeiten durch das Ordnungsamt erteilt und ist nicht Bestandteil des Kurses.

Bitte Info-Blatt anfordern.

Ratenzahlung ist möglich.

Info-Termin: Dienstag, 09.10.12 um 19:00

#### Kurs 10.257 - Vormittagskurs

Ab 13.11.2012, Di., 09:00-12:15

919 € / 30x / 120 UStd.

### Lehrgang Heilpraktiker/ -in

Henning Mohr

Die Naturheilverfahren finden in Deutschland immer mehr Zuspruch. Deshalb sind immer mehr Heilpraktiker/-innen in eigener Praxis tätig.

Über den Zeitraum von 2½ Jahren (480 Unterrichtsstunden) werden die Teilnehmer/-innen systematisch auf die staatliche Prüfung vorbereitet. Es wird viel praktisches Wissen für die berufliche Tätigkeit vermittelt und außerdem ein Überblick über wichtige Naturheilverfahren gegeben.

Henning Mohr ist Mitglied der

Prüfungskommission Hannover.

Lehrgangsdauer:

November 2012 bis ca. April 2015.

Ratenzahlung möglich.

Bitte Infoblatt anfordern!

Info-Abend: 13.09.2012, 18:00.

#### Kurs 10.258

Ab 08.11.2012, Do., 18:00-21:15

3.490 € zzgl. Kosten für Lehrmaterial / 120x / 480 UStd.

30

Gesundheit

GESUNDHEIT



## Wissen und Hilfe rund um die Gesundheit

### Homöopathie im Alltag ●

Gilberte Johannes

Möchten Sie gern wissen, wie natürliche Heilmittel, die kaum Nebenwirkungen haben, wirksam verwendet werden, und wie diese im Akutfall schneller und nachhaltiger wirken als allopathische Mittel? Nach einer Einführung in die Grundregeln der klassischen Homöopathie nach S. Hahnemann werden die wichtigsten Arzneimittel vorgestellt, die bei "alltäglichen" Erkrankungen und als Erste-Hilfe-Mittel (z.B. bei Erkältungen, Sportverletzungen, Insektenstichen) eingesetzt werden können. Hierbei werden die Anwendungsmöglichkeiten einer homöopathischen Hausapotheke aufgezeigt, allerdings auch die Grenzen der Selbstbehandlung.

#### Kurs 10.259

Ab 01.10.2012, Mo., 19:00-21:15

59 € / 7x / 21 UStd.



## Zahlt sich aus: Die Bildungsprämie

Viele Kurse aus dem Bereich Gesundheitsbildung können Sie sich unter bestimmten Voraussetzungen mit bis zu 500 € fördern lassen.

Rufen Sie uns an, und wir vereinbaren mit Ihnen einen Beratungstermin:  
(0 55 22) 960-450

### Kinesiologie ●

Sebastian Hörnig

In diesem Kurs können Sie lernen, mit Hilfe manueller Muskeltests den momentanen Zustand Ihres Körpers besser zu erkennen, zum Beispiel die Verträglichkeit von Lebensmitteln und Materialien selbst herauszufinden.

#### Kurs 10.260

Ab 08.10.2012, Mo., 18:00-19:30

15 € / 2x / 4 UStd.

### Schüssler-Salze im Alltag ●

Sebastian Hörnig

Der Kurs ist für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene im Umgang mit den 12 biochemischen Hauptmitteln nach Dr. Schüssler geeignet. Die Ergänzungsmittel werden nach ihrer Bedeutung erwähnt. Die Teilnehmer/-innen erfahren Möglichkeiten und Grenzen der Salze in der täglichen Anwendung. Eine Besonderheit des Kurses ist die Antlitzanalyse zum Bestimmen des fehlenden Salzes.

#### Kurs 10.261

Ab 09.11.2012, Fr., 18:00-19:30

15 € / 2x / 4 UStd.

#### Kurs 10.262

Ab 05.02.2013, Di., 18:00-19:30

15 € / 2x / 4 UStd.

### Augenschule für gesundes Sehen ●

Bernd Hollstein

Stärken Sie ihre Sehkraft und unterstützen Sie die Augenfunktionen durch:

- Lockerungs- und Entspannungsübungen
- Augenyoga und Blickstafette
- Licht- und Farbbaden.

Auch einseitige Belastungen z.B. durch Bildschirmarbeit können ausgeglichen werden.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und ggf. einen Behälter für Kontaktlinsen.

#### Kurs 10.314 - Wochenendkurs

01.12.2012, Sa., 14:00-17:00

20 € / 1x / 4 UStd.

### Augenschule für gesundes Sehen Teil 2 ●

Bernd Hollstein

Aktivieren Sie ihren Sehsinn und stärken Sie die Augenfunktionen mit:

- Training der Augenmuskulatur
- Lockerungs- und Schwingübungen
- Augenakupressur.

Außerdem lernen Sie die Rasterbrille kennen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und ggf. einen Behälter für Kontaktlinsen.

#### Kurs 10.315 - Wochenendkurs

06.04.2013, Sa., 14:00-17:00

20 € / 1x / 4 UStd.

GESUNDHEIT **Vorträge**

### Salutogenese, Gesundheitsförderung und Prävention im Kontext chronischer Erkrankungen

Susanne Heim

Was ist Salutogenese?

Gesundheitsförderung und Prävention: Wie gelingt es, Ressourcen und Widerstandspotentiale von Menschen so zu stärken, dass sie seltener und weniger schwerwiegend erkranken und sich im umfassenden Sinne wohl fühlen? Und wie kann Gesundheit unter den Bedingungen chronischer Krankheit dennoch möglich sein? Wie und durch wen lassen sich gesunde Entwicklungsprozesse bei anhaltenden körperlichen und psychischen Erkrankungen anregen und unterstützen?

Susanne Heim, M.A. ist wissenschaftliche Mitarbeiterin der Abt. Med. Psychologie und Med. Soziologie der Universität Göttingen sowie aktiv im Dachverband für Salutogenese (DachS) e.V.

Vorherige telefonische Anmeldung unter (0 55 22) 960-450 ist erforderlich.

#### Kurs 70.012

13.11.2012, Di., 18:00-19:30

Eintritt 2 €

### Alarm und Fehlalarm Vorsorgeuntersuchungen unter der Lupe

Erika Hoppe

Vorsorgeuntersuchungen wie Mammographie, Darmspiegelungen etc. können dafür sorgen, dass Krebserkrankungen frühzeitig erkannt werden. Es besteht aber auch die Möglichkeit der Fehldiagnosen. Das Warten auf die Ergebnisse ist oft qualvoll. In dem Vortrag werden die Vor- und Nachteile kritisch betrachtet:

- Wie alt sind die Geräte?
- Vergleiche mit anderen Ländern
- Wie und warum werden Altersgrenzen gezogen?
- Wie häufig gibt es Fehldiagnosen?
- Psychosoziale Belastungen als Folge von Fehldiagnosen

Frau Erika Hoppe ist Mitarbeiterin der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland

Vorherige telefonische Anmeldung unter (0 55 22) 960-450 ist erforderlich.

#### Kurs 70.016

05.02.13, Di., 18:00-19:30

Eintritt 2 €

### Impfung gegen Krebs am Gebärmutterhals? HPV Impfungen

Erika Hoppe

Viele Frauen infizieren sich mit Human Papillomviren (HPV). Einige wenige können daraus Gebärmutterhalskrebs entwickeln. Meistens führt die Infektion jedoch nicht zu Krebs. Mädchen und deren Eltern stehen vor der Entscheidung einer Impfung zuzustimmen oder sie abzulehnen.

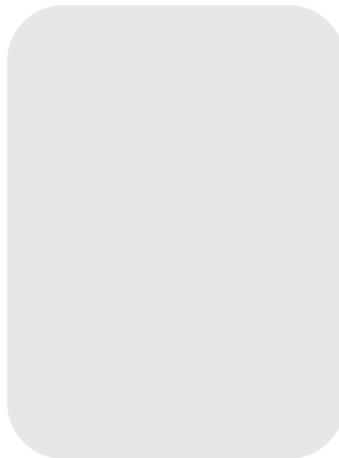
Bei diesem Vortrag beleuchten Erika Hoppe von der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland und Karin Dreisigacker vom Frauengesundheitszentrum Göttingen e.V. die Risiken und Vorteile.

Vorherige telefonische Anmeldung unter (0 55 22) 960-450 ist erforderlich.

#### Kurs 70.017

12.03.13, Di., 18:00-19:30

Eintritt 2 €

GESUNDHEIT **Entspannung**

### Yoga für Einsteiger/ -innen ●

Anja Gutsch

Yoga ist ein indisches Übungssystem, das körperliche und psychische Unausgewogenheiten ins Gleichgewicht bringt. Yoga eignet sich hervorragend zum Stressabbau. Atem-, Körper- und Entspannungsübungen werden erlernt und können von allen Altersgruppen durchgeführt werden.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke und Yogakissen.

#### Kurs 10.263

Ab 18.09.2012, Di., 16:30-18:00

57 € / 10x / 20 UStd.

#### Kurs 10.264

Ab 15.01.2013, Di., 16:30-18:00

47 € / 8x / 16 UStd.

### Yoga für Einsteiger/ -innen Aufbaukurs ●

Anja Gutsch

#### Kurs 10.265

Ab 09.04.2013, Di., 16:30-18:00

57 € / 10x / 20 UStd.

### Yoga für den Rücken ●

Anja Gutsch

Viele haben hin und wieder Beschwerden im Rücken. Neben Bewegungsmangel ist Stress eine weitere Ursache für Rückenschmerzen. Yoga hilft, die Rückenleiden und Verspannungen im Hals-, Nacken- und Schulterbereich zu lindern. Außerdem eignet es sich hervorragend zum Stressabbau und kann von jeder Altersgruppe ausgeführt werden.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke und Yogakissen.

#### Kurs 10.266 - Vormittagskurs

Ab 19.09.2012, Mi., 10:00-11:30

57 € / 10x / 20 UStd.

#### Kurs 10.267 - Vormittagskurs

Ab 16.01.2013, Mi., 10:00-11:30

47 € / 8x / 16 UStd.

#### Kurs 10.268 - Vormittagskurs

Ab 03.04.2013, Mi., 10:00-11:30

57 € / 10x / 20 UStd.

### Yoga in der Mittagspause ●

Anja Gutsch

Yoga in der Mittagspause entspannt den Geist und tut dem Körper durch die einzelnen Übungen etwas Gutes.

Der Stress des Arbeitsalltags wird unterbrochen und gönnt sich eine Ruhepause, in der sich neue Energie für den Rest des Tages tanken lässt.

Yoga eignet sich für alle Altersgruppen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke und Yogakissen.

#### Kurs 10.269

Ab 19.09.2012, Mi., 12:45-13:45

37 € / 10x / 13 UStd.

#### Kurs 10.270

Ab 16.01.2013, Mi., 12:45-13:45

34 € / 8x / 11 UStd.

#### Kurs 10.271

Ab 03.04.2013, Mi., 12:45-13:45

37 € / 10x / 13 UStd.

**Yoga ●**

Anja Gutsch

Yoga ist ein indisches Übungssystem, das körperliche und psychische Unausgewogenheiten ins Gleichgewicht bringt. Yoga eignet sich hervorragend zum Stressabbau. Atem-, Körper- und Entspannungsübungen werden erlernt und können von allen Altersgruppen durchgeführt werden.

Der Kurs ist geeignet für Einsteiger/-innen und Fortgeschrittene.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke und Yogakissen.

**Kurs 10.272**

Ab 20.09.2012, Do., 19:45-21:15  
57 € / 10x / 20 UStd.

**Kurs 10.273**

Ab 17.01.2013, Do., 19:45-21:15  
47 € / 8x / 16 UStd.

**Kurs 10.274**

Ab 04.04.2013, Do., 19:45-21:15  
57 € / 10x / 20 UStd.

**Yoga auf dem Stuhl - Entdecke deine Möglichkeiten! ●**

Verena Niehus

Yoga auf dem Stuhl ist für Menschen geeignet, die etwas für ihr Wohlbefinden tun möchten, aber nicht die klassischen Yogaübungen auf der Matten machen möchten oder wegen Bewegungseinschränkungen machen können. Durch die speziell angepasste Form des Yogas können vor allem ältere Menschen oder Personen mit gesundheitlichen Einschränkungen mehr Beweglichkeit und Mobilität erreichen und müssen nicht auf die ganzheitliche Wirkung des Yogas verzichten. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte dicke Socken mitbringen.

**Kurs 10.275**

Ab 26.09.2012, Mi., 16:30-18:00  
47 € / 8x / 16 UStd.

**Die Magie der Klänge - Klangyoga ●**

Verena Niehus

Die Inder sagen: "Nada Brahma" - alles ist Klang.

Jedes Teil im Universum befindet sich in einem Zustand der Schwingung und hat seinen eigenen Klang, die Atome, Planeten, Licht und Töne bis hin zu unseren Gedanken. Nada-Yoga nutzt die Kraft des Klanges, um zu entspannen und unser Bewusstsein zu klären.

Bitte mitbringen: Decke, dicke Socken, Meditationskissen (wenn vorhanden).

**Kurs 10.276 - Wochenendkurs**

10.11.2012, Sa., 10:30-12:30  
8 € / 1x / 2 UStd.

**Kurs 10.277 - Wochenendkurs**

19.01.2013, Sa., 10:30-12:30  
8 € / 1x / 2 UStd.

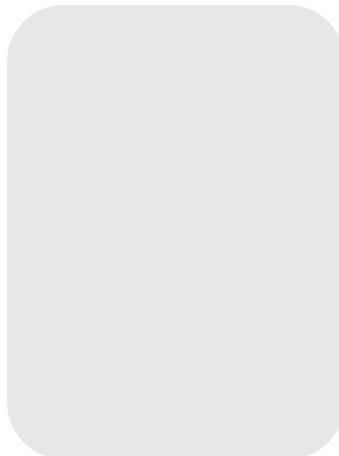
**Hormon - Yoga ●**

Verena Niehus

Hormon-Yoga ist eine spezielle Yogaform, die ursprünglich für Frauen in den Wechseljahren entwickelt wurde, um den Hormonhaushalt durch spezielle Yogaübungen positiv zu beeinflussen und typischen Beschwerden in den Wechseljahren entgegen zu wirken. Studien haben gezeigt, dass auch Frauen von dieser Yogaform profitieren, die unter PMS, verfrühter Menopause, Kinderlosigkeit etc. leiden. Yoga-Vorkenntnisse sind von Vorteil, aber nicht zwingend erforderlich. Bitte mitbringen: Decke, dicke Socken, Meditationskissen (falls vorhanden).

**Kurs 10.278**

Ab 06.02.2013, Mi., 16:30-18:00  
47 € / 8x / 16 UStd.

**Qi Gong ●**

Barbara Hanke

Qi Gong basiert auf alten chinesischen Entspannungsübungen, die für jede/-n geeignet sind. Im ganzheitlichen Ansatz des Qi Gong werden Körper, Geist und Seele in Harmonie gebracht, um damit ein allgemeines Wohlbefinden zu erreichen. Bewusste Atem-, Bewegungs- und Achtsamkeitsübungen bringen Gleichgewicht, Entspannung und aktivieren Selbstheilungskräfte. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken oder Schuhe mit dünner Sohle.

**Kurs 10.279**

Ab 20.09.2012, Do., 18:00-19:30  
53 € / 10x / 20 UStd.

**Kurs 10.280**

Ab 17.01.2013, Do., 18:00-19:30  
44 € / 8x / 16 UStd.

**Kurs 10.281**

Ab 04.04.2013, Do., 18:00-19:30  
53 € / 10x / 20 UStd.

**Tai Chi Chuan ●**

Barbara Hanke

Tai Chi Chuan ist eine aus alten chinesischen Kampfkünsten abgeleitete Bewegungskunst, die heute eher meditativ genutzt wird. Tai Chi fasziniert auch im Westen immer mehr Menschen und ist das ideale Mittel gegen den Stress des modernen Lebens. Die langsamen anmutigen Bewegungen wirken positiv auf das Allgemeinbefinden und führen zu innerer Ruhe.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken oder Schuhe mit dünner Sohle.

**Kurs 10.282**

Ab 20.09.2012, Do., 19:45-21:15  
53 € / 10x / 20 UStd.

**Kurs 10.283**

Ab 17.01.2013, Do., 19:45-21:15  
44 € / 8x / 16 UStd.

**Kurs 10.284**

Ab 04.04.2013, Do., 19:45-21:15  
53 € / 10x / 20 UStd.

**Shiatsu bei Kopf- und Rückenschmerzen ●**

Dagmar Kraft-Bürkner

In diesem Kurs wenden Sie Techniken mit Fingerdruck und Energieflussübungen an, um Blockaden, die zu Schmerzen im Rücken und Kopf führen, zu lösen. Sie können dabei einfache Maßnahmen für sich selbst erlernen und mit anderen Kursteilnehmern/-innen gegenseitig arbeiten.

Bitte eine Decke, ein Kissen, ein Handtuch und lockere Kleidung mitbringen.

**Kurs 10.285 - Wochenendkurs**

29.09.2012, Sa., 12:00-18:00  
25 € / 1x / 7 UStd.

**Kurs 10.286 - Wochenendkurs**

02.03.2013, Sa., 12:00-18:00  
25 € / 1x / 7 UStd.

**Shiatsu-Entspannungsmassage ●**

Sabine Hoffmann

Mit dieser Akupressurmassage aktivieren Sie in Ihrem Körper Wohlbefinden, Harmonie und neue Kraft. Sie lernen Techniken zur Muskelentspannung, Dehnung und Mobilisation, Trigger Points, Reflexzonenaktivierung an Rücken, Füßen, Kopf und Händen.

Bitte mitbringen: warme Decke, kleines Kissen, großes Handtuch, bequeme Kleidung, warme Socken, Verpflegung und 1-2 l Getränk. Bitte immer mit Massagepartner/-in anmelden!

**Kurs 10.287 - Wochenendkurs**

06.10.2012, Sa., 10:00-17:00  
26 € / 1x / 8 UStd.

**Kurs 10.289 - Wochenendkurs**

26.01.2013, Sa., 10:00-17:00  
26 € / 1x / 8 UStd.

## Stressbewältigung durch Achtsamkeit ●

Renate Schimanski

Dieses Konzept sieht ein achtwöchiges Programm vor, in dem Sie die Möglichkeit haben, unabhängig von Ihren äußeren Lebensumständen eine angenehmere Lebensqualität zu entwickeln bzw. wieder zu gewinnen. Sie erhalten Impulse, Ihren Stress zu reduzieren, um mit negativen Gefühlen besser umzugehen. Das birgt die Chance zu einem mehr und mehr erfüllten Leben. Bitte mitbringen: Zwei Decken, kleines Kissen, dicke Socken, warme bequeme Kleidung. Kompaktkurs für 7 Teilnehmende.

### Kurs 10.290

Ab 05.11.2012, Mo., 17:30-19:00  
55 € / 7x / 14 UStd.

### Kurs 10.291

Ab 18.02.2013, Mo., 17:30-19:00  
59 € / 8x / 16 UStd.

## GESUNDHEIT Bewegung



## Laufkurs für Einsteiger/-innen ●

Harald Münchow

Immer mehr Menschen treiben Sport, sei es aus reinem Spaß an der Bewegung oder der Gesundheit wegen. Besonders effektiv und ohne großen Aufwand ist der ruhige Dauerlauf, dessen Gesundheitswert unbestritten ist. Nicht jede/-r kann jedoch auf Anhieb längere Strecken laufen. Hier setzt der Kurs an, der es ermöglichen soll, das Laufen auf eine effektive und schonende Weise zu erlernen. Ziel: Am Ende des Kurses 15 - 30 Minuten ohne Pause in ruhigem Tempo laufen.

Am ersten Kursabend in der KVHS gibt es Informationen zu Kleidung, Laufstrecke, Treffpunkt etc. Gelaufen wird erst ab dem zweiten Termin.

### Kurs 10.294

Ab 17.09.2012, Mo., 18:00-18:45  
34 € / 11x / 11 UStd.

### Kurs 10.295

Ab 07.01.2013, Mo., 18:00-18:45  
34 € / 11x / 11 UStd.

## Laufkurs für Fortgeschrittene

Harald Münchow

Der Kurs richtet sich an geübte Läufer/-innen, die bereits in der Lage sind, 30 Minuten zu laufen. Ziel dieses Kurses ist, dass die Teilnehmenden ca. 1 - 1,5 Stunden ohne Pause in ruhigem Tempo laufen können. Start beim ersten Treffen ist das KVHS-Zentrum (es wird ab dem ersten Treffen gelaufen).

### Kurs 10.296

Ab 20.09.2012, Do., 18:00-19:30  
57 € / 10x / 20 UStd.

### Kurs 10.297

Ab 10.01.2013, Do., 18:00-19:30  
57 € / 10x / 20 UStd.

## Step-Aerobic und BBP

Patricia Schmidt

Mit Step-Aerobic formen Sie Ihren Körper, halten ihn fit und verbessern Ihre Ausdauer. Es handelt sich um ein vielseitiges Ganzkörpertraining zur Erhaltung und Verbesserung der Figur. Mit der BBP-Gymnastik wird eine Straffung des Gewebes der bekannten "Problemzonen" angestrebt. Der Kurs ist für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Bitte mitbringen: Sportbekleidung. Step-Bretter und Matten sind in der KVHS vorhanden.

### Kurs 10.298

Ab 17.09.2012, Mo., 17:30-19:00  
57 € / 10x / 20 UStd.

### Kurs 10.299

Ab 14.01.2013, Mo., 17:30-19:00  
57 € / 10x / 20 UStd.

## Pilates für Einsteiger/-innen

Patricia Schmidt

Die Pilatesmethode ist ein ganzheitliches Körpertraining, bei dem vor allem die tiefer liegenden Muskelgruppen angesprochen werden, die für eine gesunde Körperhaltung sorgen. Angestrebt werden die Stärkung der Muskulatur, die Verbesserung der Kondition und Bewegungskoordination, der Körperhaltung und die Anregung des Kreislaufes sowie eine vermehrte Körperwahrnehmung.

Bitte bequeme Kleidung und rutschfeste Socken mitbringen.

### Kurs 10.300

Ab 19.09.2012, Mi., 18:15-19:15  
39 € / 10x / 13 UStd.

### Kurs 10.301

Ab 16.01.2013, Mi., 18:15-19:15  
39 € / 10x / 13 UStd.

## Gymnastik am Morgen

Margit Waluga

Wir bewegen den Körper von oben bis unten, mal mit Schwitzen, mal in der Entspannung. Bitte ein kleines Kissen und eine Decke mitbringen.

### Kurs 10.302

Ab 18.09.2012, Di., 11:00-12:00  
39 € / 10x / 13 UStd.

### Kurs 10.303

Ab 15.01.2013, Di., 11:00-12:00  
44 € / 12x / 15 UStd.

Diese Kurse der Rückenschule sind von Krankenkassen als Präventionskurse anerkannt. Sprechen Sie für eine Förderung Ihre Krankenkasse an!

## Rückenschule

Ursula Eickhorst

Rückenschmerzen kennt fast jede/-r. Ursachen dafür sind vor allem Bewegungsmangel und einseitige Belastung im Alltag. Diese ganzheitliche Rückenschule mit Kräftigungs-, Dehnungs- und Entspannungsübungen hilft, Beschwerden vorzubeugen und ein Gespür für ein rückengerechtes Alltagsverhalten zu entwickeln.

### Kurs 10.304

Gymnasium, Turnhalle  
Ab 19.09.2012, Mi., 18:00-19:15  
46 € / 10x / 17 UStd.

### Kurs 10.305

Gymnasium, Turnhalle  
Ab 16.01.2013, Mi., 18:00-19:15  
41 € / 9x / 15 UStd.

### Kurs 10.306

Gymnasium, Turnhalle  
Ab 10.04.2013, Mi., 18:00-19:15  
46 € / 10x / 17 UStd.

## Autogenes Training ●

Renate Schimanski

Kurs zum Beginnen, Wiedereinsteigen und Intensivieren.

Das Autogene Training ist eine auf den westlichen Menschen abgestimmte Entspannungsmethode. Ihre Beherrschung befähigt, sich autogen, d.h. selbstgesteuert, in einen Zustand der körperlichen und seelischen Tiefenentspannung zu versetzen. Vitalität, Ruhe, Kraft, Zuversicht und Selbstsicherheit sind der Gewinn.

Bitte mitbringen: Bequeme und warme Kleidung, Wollsocken, zwei Decken, evtl. kleines Kissen.

### Kurs 10.292

Ab 05.11.2012, Mo., 19:10-20:40  
42 € / 7x / 14 UStd.

### Kurs 10.293

Ab 18.02.2013, Mo., 19:10-20:40  
47 € / 8x / 16 UStd.

Diese Kurse der Rückenschule sind von Krankenkassen als Präventionskurse anerkannt. Sprechen Sie für eine Förderung Ihre Krankenkasse an!

## Rückenschule - Entspannung für den Rücken

Madeleine Spakowsky

Rückenschmerzen können viele Gründe haben, oft sind muskuläre Defizite bzw. Dysbalancen die Schmerzursache. Um dem entgegen zu wirken, werden rückenbezogene Kräftigungs- u. Mobilisationsübungen durchgeführt. Neben körperlichen Ursachen sind psychische Belastungen, wie z.B. Stress mittlerweile einer der häufigsten Ursachen für Rückenschmerzen. Aus diesem Grund wird in diesem Rückenschulkurs der zweite Schwerpunkt auf Entspannung gelegt.

### Kurs 10.307 - Vormittagskurs

Ab 21.09.2012, Fr., 10:30-11:45  
44 € / 10x / 16 UStd.

### Kurs 10.308 - Vormittagskurs

Ab 18.01.2013, Fr., 10:30-11:45  
44 € / 10x / 16 UStd.

### Kurs 10.309 - Vormittagskurs

Ab 19.04.2013, Fr., 10:30-11:45  
41 € / 9x / 15 UStd.

## Osteoporose-Sport

Madeleine Spakowsky

Osteoporose ist eine systemische Skeletterkrankung, die durch eine niedrige Knochenmasse ausgezeichnet ist. Beim Osteoporosesport werden gezielte Übungsformen trainiert, die den Knochenaufbau stimulieren. Außerdem wird die Balance verbessert, um Stürze besser abfangen zu können. Die Entspannungsfähigkeit wird geschult, um ein ganzheitliches Wohlbefinden zu erlangen.

### Kurs 10.310 - Vormittagskurs

Ab 21.09.2012, Fr., 12:00-13:00  
37 € / 10x / 13 UStd.

### Kurs 10.311 - Vormittagskurs

Ab 18.01.2013, Fr., 12:00-13:00  
37 € / 10x / 13 UStd.

### Kurs 10.312 - Vormittagskurs

Ab 19.04.2013, Fr., 12:00-13:00  
34 € / 9x / 12 UStd.

## Rückenschule am Mittag

Madeleine Spakowsky

Rückenschmerzen können viele Gründe haben, oft sind muskuläre Defizite bzw. Dysbalancen die Schmerzursache. Um dem entgegen zu wirken, werden rückenbezogene Kräftigungs- u. Mobilisationsübungen durchgeführt. Neben körperlichen Ursachen sind psychische Belastungen, wie z.B. Stress mittlerweile einer der häufigsten Ursachen für Rückenschmerzen. Aus diesem Grund wird in diesem Rückenschulkurs der zweite Schwerpunkt auf Entspannung gelegt.

### Kurs 10.313

Kreishaus, Herzberger Straße 5  
Ab 26.09.2012, Mi., 12:15-13:15  
37 € / 10x / 13 UStd.



## Gedächtnistraining

## Gedanken kommen oft wie Bummelzüge - mit Verspätung ●

Kerstin Kirsch

Damit Sie aber in Zukunft häufiger rechtzeitig ankommen, werden durch Training die wichtigsten Hirnfunktionen aktiviert. Dazu zählen u.a. Konzentration, Wortfindung, Merkfähigkeit, Urteilsfähigkeit, Logisches Denken, Denkfähigkeit... durch die Vielfalt der Übungen werden die Hirnleistungen nicht isoliert, sondern miteinander verknüpft trainiert. Es entspricht auch der Alltagsrealität, dass alle und nicht nur einzelne Hirnleistungen gefordert werden. Bitte Schreibutensilien mitbringen.

### Kurs 10.316

Ab 19.09.2012, Mi., 10:00-11:30  
34 € / 6x / 12 UStd.

### Kurs 10.317

Ab 16.01.2013, Mi., 10:00-11:30  
34 € / 6x / 12 UStd.

## "Denkpfad" - Der neue Weg, geistig laufend Fit zubleiben ●

Kerstin Kirsch

Spaziergang am Morgen mit Gedächtnistraining.

Die Wissenschaftler haben es in Studien nachgewiesen: Durch sportliche Aktivität wird der Gehirnstoffwechsel angeregt und die Wachstumsfaktoren für Gehirnzellen begünstigt. Dazu reicht schon ein leichtes körperliches Training. Bei einem zügigen Spaziergang werden Gedächtnistraining und Bewegungsübungen miteinander verbunden. Hinterher fühlen Sie sich frisch, entspannt und haben ihre Sinne (neu) geschärft. Bitte wetterfeste Kleidung anziehen. Bitte mitbringen: Trinkflasche und ggf. Nordic-Walking Stöcke.

### Kurs 10.318 - Vormittagskurs

Ab 20.09.2012, Do., 10:00-11:30  
20 € / 3x / 6 UStd

## Hunderziehung Tiergesundheit



## Hundeerziehung

Vera Kreykenbohm

Stellt Ihr Vierbeiner seine Plüschohren gerne mal auf Durchzug? Dann ist dies der richtige Kurs für Sie! Der theoretische Teil beinhaltet Kommunikation, Impulskontrolle und Lernverhalten. Im Praxisteil können Sie mit Ihrem eigenen Hund Übungen für ein besseres Miteinander erlernen. Den eigenen Hund bitte erst am zweiten Unterrichtstag mitbringen.

### Kurs 10.325 - Wochenendkurs

Ab 28.09.2012, Fr., 19:30-21:00;  
Sa., 11:00-14:00  
21 € / 2x / 6 UStd.

### Kurs 10.326 - Wochenendkurs

Ab 19.04.2013, Fr., 19:30-21:00;  
Sa., 11:00-14:00  
21 € / 2x / 6 UStd.

## Hundemassage

Anne Leena Wentscher

Erlernen Sie die wichtigsten Griffe für die Hundemassage zu Hause unter professioneller Anleitung einer Hundephysiotherapeutin. Erlernt werden ebenfalls Grundlagen der Anatomie, Physiologie und Pathologie sowie Massagetechniken, Wirkungsweisen und flankierende Maßnahmen. Das erste Treffen findet ohne Hunde statt, zum zweiten Treffen bitte den Hund und eine Decke, Leckerlies und Wassernapf für den Hund mitbringen.

### Kurs 10.327

Ab 02.10.2012, Di., 18:00-19:30  
21 € / 3x / 6 UStd.

## Hundemassage Kompaktkurs

Anne Leena Wentscher

Erlernen Sie die wichtigsten Griffe für die Hundemassage zu Hause unter professioneller Anleitung einer Hundephysiotherapeutin. Erlernt werden ebenfalls Grundlagen der Anatomie, Physiologie und Pathologie sowie Massagetechniken, Wirkungsweisen und flankierende Maßnahmen. Zum Kurs bitte den Hund und eine Decke, Leckerlies und Wassernapf für den Hund mitbringen.

### Kurs 10.328 - Wochenendkurs

17.11.2012, Sa., 10:00-13:00  
16 € / 1x / 4 UStd.

## Hundemassage Refresher

Anne Leena Wentscher

Wiederholung aller Massagegriffe, die im Hundemassageseminar erlernt wurden. Auffrischung, Festigung und Fragestunde für die Teilnehmenden.

Zum Kurs bitte den Hund und eine Decke, Leckerlies und Wassernapf für den Hund mitbringen.

### Kurs 10.331 - Wochenendkurs

19.01.2013, Sa., 11:00-12:30

8 € / 1x / 2 UStd.

## B.A.R.F - Artgerechtes Hundefutter

Katja Lisson

Zurück zur Natur, weg von Allergien und Futtermittelunverträglichkeiten.

Von der Theorie bis zur Praxis wollen wir in diesem Kurs die artgerechte Ernährung des Hundes mit rohem Fleisch erlernen.

### Kurs 10.329 - Wochenendkurs

10.11.2012, Sa., 09:00-13:00

18 € / 1x / 5 UStd.

## Aromatherapie für Hund und Katze

Anne Leena Wentscher

Wirkung von ätherischen Ölen auf unsere Haustiere. Anwendung der Aromatherapie zur Entspannung und/oder bei unterschiedlichen Erkrankungen.

### Kurs 10.330 - 1-Tages-Seminar

04.12.2012, Di., 18:00-19:00

8 € / 1x / 2 UStd.

## Naturheilkundliche Haus - und Reiseapotheke für Tiere

Anne Leena Wentscher

Inhalte des Kurses sind Grundlagen der Homöopathie und ihrer Wirkungsweise.

Lernen Sie wichtige homöopathische und naturheilkundliche Mittel für die Haus - und Reiseapotheke für Ihre Tiere kennen.

Anwendungen und Dosierungen für alle Haustiere.

Tiere bitte nicht mitbringen.

### Kurs 10.332

Ab 12.02.2013, Di., 18:00-19:30

19 € / 2x / 4 UStd.

## Stärken erkennen ●

Kornelia Bender

In Kooperation mit dem Kinderservicebüro des Landkreises Osterode.

Die Berufstätigkeit als Kindertagespflegeperson bringt oft viele Anforderungen in der Organisation des Alltags, innerhalb der Familie, aber auch in der Zusammenarbeit mit Eltern und Kitas mit sich.

- Welche Stärken bringe ich für diese Aufgaben mit und wo sind meine Grenzen?
- Welche Rolle nehme ich ein und welche wünsche ich mir für die Eltern?

Der Kurs ist für Kindertagespflegepersonen eine kostenlose Fortbildung vom Kinderservicebüro.

### Kurs 10.337 - Wochenendkurs

06.10.2012, Sa., 09:00-14:15

1x / 7 UStd.

## Weg mit der Wut - Konflikte zwischen Kindern meistern ●

Kornelia Bender

In Kooperation mit dem Kinderservicebüro des Landkreises Osterode am Harz.

In diesem Seminar werden das Beziehungsgefüge in einer Tagespflegegruppe und der soziale Austausch von Kindern sowie die Bedeutung von "Spiel", "Auseinandersetzung" und "Gemeinsamkeit" betrachtet. Durch diese Betrachtung sollen Tagespflegepersonen gestärkt werden, mit Konflikten zwischen Kindern und dem "trotzenden Kind" besser umzugehen.

Dieser Kurs ist eine kostenlose Fortbildung für Kindertagespflegepersonen des Kinderservicebüros.

### Kurs 10.338 - Wochenendkurs

26.01.2013, Sa., 09:00-14:15

1x / 7 UStd.

## Zusammensetzung der Kindergruppe in der Kindertagespflege ●

Kornelia Bender

In Kooperation mit dem Kinderservicebüro des Landkreises Osterode am Harz.

Kinder in die Tagespflegestelle aufzunehmen und eine kleine Kindergruppe zusammenzuführen und sorgfältig aufzubauen, „passiert“ nicht einfach so, sondern ist eine sensible und anspruchsvolle Aufgabe. Erfahren Sie, wie diese Aufgabe, trotz der Flexibilität des Arbeitsmarktes, gelingen kann und welche Rolle Alter und Geschlecht der Kinder dabei spielen.

Dieser Kurs ist eine kostenlose Fortbildung für Kindertagespflegepersonen des Kinderservicebüros.

### Kurs 10.339 - Wochenendkurs

09.03.2013, Sa., 09:00-14:15

1x / 7 UStd.

## Pädagogische Berufe: Kurse für Tagespflegepersonen



## Qualifizierung für die Kindertagespflege

Dozententeam

In Kooperation mit dem Kinderservicebüro des Landkreises Osterode am Harz qualifiziert dieser 160-Std.-Kurs nach den Richtlinien des Deutschen Jugendinstitutes (DJI) zur Tagespflegeperson für die Betreuung von fremden Kindern.

Die Qualifizierung der Kindertagespflege ist ein wichtiges Element des quantitativen und qualitativen Ausbaus der Kinderbetreuung.

Dazu gehört auch die professionelle Fortbildung von Tagespflegepersonen.

Der Kurs Kindertagespflege umfasst die Aspekte der

- Betreuung
- Entwicklung
- Bildung
- Förderung von Kindern
- Perspektiven von Kindern (Eingewöhnungsphase)
- Eltern (Zusammenarbeit und Betreuungsvertrag)
- Tagespflegepersonen (Motivation, Aufgaben und rechtliche Grundlagen)
- Erziehung in der Kindertagespflege
- Arbeitsbedingungen der Tagespflegeperson

Der Kurs endet mit dem Abschlusskolloquium und einem Fachgespräch.

Nach erfolgreichem Abschluss kann ein Antrag auf Erlaubnis zur Kindertagespflege beim Kinderservicebüro des Landkreises Osterode am Harz gestellt werden. Für die Teilnahme am Erste-Hilfe-Kurs für Kleinkinder entstehen zusätzlich Kosten in Höhe von 30 €, die bei der Kursleitung zu entrichten sind.

Für weitere Informationen und das Aufnahmegespräch zum Kurs wenden Sie sich bitte möglichst bald an das Kinderservicebüro, Iris Meister, Tel.: (0 55 22) 960-229.

### Kurs 10.335

Ab 09.10.2012, Di.+Fr., 17:15-20:30

100 € / 21x / 160 UStd.

### Kurs 10.336

Ab 09.04.2013, Di.+Fr., 17:15-20:30

100 € / 21x / 160 UStd.

# Pädagogik & Psychologie

## Steffi Turano

### Pädagogische Berufe



#### Ausbildung von pädagogischen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern an Grundschulen

Martina Ludwig  
vhsConcept

Für Schulen des Primärbereichs wird in Niedersachsen das Konzept "Verlässliche Grundschule" umgesetzt. Hierfür sollen "pädagogische Mitarbeiter/-innen" eingesetzt werden, mit denen gemeinsam ein Konzept für unterrichtsergänzende Angebote sowie für die Vertretung bei kurzfristigen Ausfällen erstellt werden soll. Laut Erlass des Ministeriums können für diese Tätigkeit Sozialpädagogen, Erzieher/-innen, Lehrkräfte und Personen mit anderen pädagogischen Ausbildungen oder umfangreichen Erfahrungen in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen eingesetzt werden.

Teilnahmevoraussetzungen:  
Hauptschulabschluss oder eine abgeschlossene Berufsausbildung  
Inhalte des Lehrgangs:

- Pädagogik
- Organisations- und Rechtsfragen
- Methodik und Didaktik
- Unterrichtsergänzende Angebote
- Gesprächsführung
- Praxis / Reflexion

Die erfolgreiche Teilnahme wird bei regelmäßiger Anwesenheit mit einem Zertifikat von vhsConcept / Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e.V. bescheinigt.

Ratenzahlung ist möglich. Zusätzlich entsteht eine Zertifikatsgebühr von ca. 8 €. Bitte erkundigen Sie sich vor Anmeldung nach der Bildungsprämie.

#### Kurs 10.340

Info-Termin: 07.09.2012, 19:00

Ab 22.09.2012, 1x monatlich Sa., 09:00-17:00  
490 € / 12x / 105 UStd.

36

## Pädagogik & Psychologie

#### Kolloquium für pädagogische Mitarbeiter/-innen an Grundschulen

Martina Ludwig

Pädagogische Mitarbeiter/-innen an Grundschulen können in einem fachlichen Austausch über ihre Arbeit und Problemlagen sprechen. Zusätzlich wird zu jedem Termin ein Fachvortrag zu einem relevanten Thema angeboten.

#### Kurs 10.341

Ab 21.09.2012, Fr., 18:00-20:15

43 € / 4x / 12 UStd.



### Jugendamt

Landkreis Osterode am Harz

## Pflegeeltern gesucht!

Das Jugendamt Osterode sucht geeignete und engagierte Familien, die sich vorstellen können, ein Kind für bestimmte Zeit oder auch auf Dauer bei sich aufzunehmen. Da es sich hierbei oft um Kinder handelt, die traumatische Lebenserfahrungen mitbringen, ist die Aufnahme eines Pflegekindes mit großen Anforderungen verbunden. Ein soziales Engagement ist wichtig, aber nicht ausreichend, um den Bedürfnissen eines Pflegekindes gerecht zu werden. Deshalb müssen sich interessierte Pflegeeltern besonders über ihre Motivation Klarheit verschaffen und sich der großen Verantwortung bewusst sein. Fühlen Sie sich angesprochen? Wäre die Betreuung eines Pflegekindes vielleicht eine Aufgabe für Sie? Benötigen Sie weitere Informationen? Dann wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an den Pflegekinderdienst des Jugendamtes Osterode.

#### Ihre Ansprechpartnerin:

Frau Jugl-Bernd, (0 55 22) 960-203

## Zahlt sich aus: Die Bildungsprämie

Viele Kurse aus dem Bereich Pädagogik können Sie sich unter bestimmten Voraussetzungen mit bis zu 500 € fördern lassen.

Rufen Sie uns an, und wir vereinbaren mit Ihnen einen Beratungstermin:  
(0 55 22) 960-450

#### Kinder auf der Suche... Herausforderung: Pflegeeltern

Dozententeam

Kinder, die nicht in ihrer Familie leben können, sind auf unterschiedliche Weise auf der Suche nach Halt und Orientierung in ihrem Umfeld. Sie dabei zu begleiten, stellt eine besondere Herausforderung dar.

In Kooperation mit dem Jugendamt richtet sich dieser Kurs an Menschen, die den Wunsch haben, ein Pflegekind in die eigene Familie aufzunehmen.

Der Kurs soll Sie in Ihrem

Entscheidungsprozess unterstützen und Sie über die Thematik umfassend informieren. Die Bedeutung der Trennung sowie die Rolle der Herkunftsfamilie als auch die rechtlichen Aspekte werden hierbei beleuchtet.

Anhand von Fallbeispielen und Erfahrungsberichten wird ein Einblick in den praktischen Alltag von Pflegefamilien gegeben.

50 € Teilnahmegebühr pro Ehepaar aus dem Kreisgebiet (den Restbetrag trägt das Jugendamt des Landkreises Osterode am Harz), die Gebühr für Teilnehmende von außerhalb des Landkreises ist abweichend. Bitte informieren Sie sich zuerst beim Pflegekinderdienst, Ansprechpartnerin: Frau Jugl-Bernd, Telefonnummer (0 55 22) 960-203.

#### Kurs 10.343

Ab 08.11.2012, Do., 19:00-21:30;

Sa., 09:00-16:00

Donnerstags:

08.11.12, 15.11.12, 22.11.12, 29.11.12

Samstags: 17.11.12, 01.12.12

6x / 28 UStd.

#### Kurs 10.344

Ab 04.04.2013, Do., 19:00-21:30;

Sa., 09:00-16:00

Donnerstags:

04.04.13, 11.04.13, 18.04.13, 25.04.13

Samstags: 13.04.13, 27.04.13

6x / 28 UStd.

## Rosenstraße 76

### Häusliche Gewalt überwinden

Ausstellung und Veranstaltungen  
8. -29. September 2012  
Kurt-Schröder-Halle, Osterode

[www.rosenstrasse76-osterode.de](http://www.rosenstrasse76-osterode.de)



Evangelisch-lutherischer  
Kirchenkreis Osterode

## Fachkraft Inklusion

Monika Friedhoff

vhsConcept

Inklusionspädagogik geht von einer Welt der Vielfalt aus. Ziel ist, die Lern- und Ausbildungsfähigkeit insbesondere von Menschen mit Migrationshintergrund und/oder aus benachteiligten oder bildungsfernen Milieus sowie Menschen mit besonderen körperlichen oder geistigen Voraussetzungen zu erhöhen, um damit die soziale und kulturelle Teilhabe von Kindern, Jugendlichen und Eltern zu fördern.

Der Kurs richtet sich an päd. Fachkräfte aus Schule, Kindertagespflegeeinrichtungen, Kindergärten, Jugendarbeit und Bildungseinrichtungen, die zum Thema Inklusion beratend tätig sein möchten.

Module:

- Theoretische Grundlagen der Inklusion
- Praxiskonzepte und Methoden von Inklusion
- Interkulturelle Kompetenz
- Inklusive Pädagogik in der Praxis (inklusive Lern- und Spielumgebung)
- Beobachtung und Dokumentation
- Kommunikation- und Konfliktmanagement
- Erziehungspartnerschaft.

Die erfolgreiche Teilnahme wird mit einem Zertifikat des Landesverbandes der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. bescheinigt. Die Prüfungsgebühr ist zusätzlich zu entrichten. Ratenzahlung der Kursgebühr ist möglich.

Der Kurs beinhaltet einen Bildungsurlaub und findet sonst alle vier Wochen freitags und samstags statt.

Info-Termin: Dienstag, 25.09.2012 um 17:30  
Bitte erkundigen Sie sich vor Anmeldung nach der Bildungsprämie.

### Kurs 10.345

Ab 09.11.2012, Fr., 17:30-20:45;

Sa., 09:00-16:30

889 € / 20x / 172 UStd.

## Zahlt sich aus: Die Bildungsprämie

Viele Kurse aus dem Bereich Pädagogik können Sie sich unter bestimmten Voraussetzungen mit bis zu 500 € fördern lassen.

Rufen Sie uns an, und wir vereinbaren mit Ihnen einen Beratungstermin:  
(0 55 22) 960-450



## Erziehung

### Internet im Kinderzimmer ●

Wolfgang Kampa

Was sind Facebook, ICQ und andere sogenannte soziale Netzwerke? Viele Eltern sind mit diesen Begriffen überfordert. Wie funktionieren diese Dienste und wie kann man sie sinnvoll nutzen, bzw. kann man sie überhaupt sinnvoll nutzen? Dieser Kurs gibt einen Überblick der meistgenutzten Dienste und eine Anleitung, wie man sie nutzt und was man unbedingt dabei beachten sollte.

### Kurs 10.347

25.09.2012, Di., 17:15-20:30

15 € / 1x / 4 UStd.

### Unterstützen statt erziehen ●

Dr. Hubertus von Schönebeck

Sie sind herzlich eingeladen, durch die Perspektive "unterstützen statt erziehen" neuen Schwung in Ihre Beziehung zu den Kindern zu bringen und die vielen ärgerlichen Alltagsprobleme unkonventionell und effektiv anzugehen. Kinder sind Personen mit ihrer eigenen Sicht. Natürlich fordert das heraus - aber darauf kann man sich einlassen und ihnen auf Augenhöhe begegnen. Ein Nein bleibt ein Nein, aber man bedrängt die Kinder nicht länger mit dem ewigen "Sieh das ein, ich habe Recht". Das alles bewirkt kein Chaos sondern Harmonie, und die Würde der Großen und Kleinen hat wieder gleichen Wert.

### Kurs 10.348

16.10.2012, Di., 19:30-21:30

15 € / 1x / 3 UStd.

### Kurs 10.349

13.03.2013, Mi., 19:30-21:30

15 € / 1x / 3 UStd.

### Mobbing unter Kindern und Jugendlichen ●

Friedhelm Petri

Sie haben Angst, dass Ihr Kind Opfer von Gewalt durch andere Kinder werden könnte? Sie haben das Gefühl, dass Ihr Kind in Mobbingkonflikte geraten ist? Nach aktuellen Untersuchungen ist jede/-r dritte Schüler/-in einmal in seinem Schulleben Opfer von Mobbing. Wie kommt es zu Mobbing-Verhalten? Wo liegen die Ursachen? Welche Folgen kann es für alle Betroffenen und Beteiligten haben und was kann man dagegen unternehmen?

### Kurs 10.350

08.03.2013, Fr., 17:00-20:00

15 € / 1x / 4 UStd.

### Kindermitmachlieder ●

Frank Bode

Kindermitmachlieder für alle, die sich um Kinder kümmern: Tagespflegepersonen, Erzieher/-innen im Klein- und Kleinstkinderbereich und Grundschullehrer/-innen. Die Teilnehmenden lernen verschiedenste neue Mitmachlieder für Kinder von 2 bis 12 Jahren kennen und umzusetzen. Größtmögliche Präsenz und positive Routine im Umgang mit Text, Rhythmus und Gesang werden vermittelt. Auch ein kleiner Einstieg in vereinfachte und für Kinderlieder ausreichende Gitarrenbegleitung wird angeboten.

Vom Piratentanz zur Piratenparty

### Kurs 10.351 - 1-Tages-Seminar

18.10.2012, Do., 14:00-17:45

23 € / 1x / 5 UStd.

Mondverrückte

### Kurs 10.352 - 1-Tages-Seminar

14.02.2013, Do., 14:00-17:45

23 € / 1x / 5 UStd.

### Sterbebegleitung und Trauerbewältigung ●

Elfi Jugl-Bernd

Nie zuvor wurde in unserer Gesellschaft so viel über "Sterben und Tod" gesprochen wie heute. In den Medien ist der Tod inzwischen allgegenwärtig. Und dennoch wird der eigene Tod nach wie vor oft verdrängt. Mittlerweile ist der Tod bzw. die Begleitung Sterbender nicht nur zu einem gesellschaftlichen, sondern auch zu einem politischen Thema geworden. Doch wie gehen die Menschen der heutigen Zeit, geprägt durch Hightech-Medizin, demographischen Wandel und Veränderungen traditioneller Familienstrukturen mit Sterben und Tod um? Dieser Kurs möchte zu einer frühen Auseinandersetzung anregen, Fragen in der Begleitung Sterbender (und ihrer Angehörigen) sowie in der Trauerbewältigung beleuchten.

### Kurs 10.353

Ab 13.11.2012, Di., 18:30-21:30

24 € / 2x / 8 UStd.

### Wir müssen reden!

### Konflikte fair meistern ●

Martina Ludwig

Kommunikations- und Konfliktfähigkeit brauchen wir alle. Denn ob im Beruf, im Verein oder im Umgang mit unseren Liebsten: Immer wieder gibt es Meinungsverschiedenheiten, Streitereien und Konflikte. Gefährlich werden Konflikte erst, wenn sie nicht gelöst werden. Was als kleine, offene oder versteckte Auseinandersetzung beginnt, kann eskalieren. Ein Miteinander ist dann oft nicht mehr möglich. Wie streiten wir fair und konstruktiv? Was können Sie selbst dazu beitragen, damit ein Konflikt produktiv gelöst werden kann?

### Kurs 10.371 - 1-Tages-Seminar

23.02.2013, Sa., 09:00-16:00

24 € / 1x / 8 UStd.

# Musik, Literatur & Philosophie, Kunstgeschichte Steffi Turano

## MUSIK Musik



### Didgeridoo

Ulrich Soppa

Der klingende Stock Australiens. Ein Bau-, Spiel- und Entspannungsseminar. Erlern werden die Herstellung und das Spiel auf diesem wahrscheinlich ältesten Blasinstrument der Welt. Die heilende Wirkung des Didgeridoo-Spiels beruht darauf, dass durch die besondere Klangcharakteristik und die Zirkulärratmung der Zugang zu einer gesteigerten Wahrnehmung erleichtert und ein Zustand tiefer Entspannung erreicht wird. Bitte bringen Sie eine Decke und einen Imbiss für den Tag mit. Zur Kursgebühr entstehen Kosten für Material in Höhe von ca. 60 € (für Didgeridoo aus Bambus) bis ca. 300 € (für Didgeridoo aus Eukalyptus). Bereits vorhandene Didgeridoos können mitgebracht werden.

#### Kurs 10.358

Ab 29.11.2012, Do.+Fr., 16:00-21:30

57 € / 2x / 14 UStd.

#### Kurs 10.359

Ab 11.04.2013, Do.+Fr., 16:00-21:30

57 € / 2x / 14 UStd.

### Das Noten - ABC musikalische Grundlagen

Dorothea Pepler

Erster Einstieg in das Lesen und Schreiben unserer heutigen Notenschrift (mit praktischem Rhythmus und Singübungen), Klärung der Begriffe Intervall, Tonleiter und Dreiklang. Ausflug in die Geschichte der Notenschrift und andere Notationsformen. Bitte 2 € für Kopien und falls vorhanden auch gerne Musiklehrebücher mitbringen.

#### Kurs 10.357 - Wochenendkurs

Ab 26.01.2013, Sa.+So., 15:00-18:30

24 € / 2x / 8 UStd.

### Frauen in der klassischen Musik I

Dorothea Pepler

In Kooperation mit der Gleichstellungsstelle des Landkreises Osterode am Harz. Komponistinnen aus 800 Jahren von Hildegard von Bingen bis Ruth Zechlin. Vorherige telefonische Anmeldung unter (0 55 22) 960-450 ist erforderlich.

#### Kurs 70.014

20.11.2012, Di., 18:00-19:30

Eintritt 2 €

### Frauen in der klassischen Musik II

Dorothea Pepler

In Kooperation mit der Gleichstellungsstelle des Landkreises Osterode am Harz. Musikausübende Frauen von der Antike bis heute. Von Sappho bis Simone Young. Vorherige telefonische Anmeldung unter (0 55 22) 960-450 ist erforderlich.

#### Kurs 70.015

05.03.2013, Di., 18:00-19:30

Eintritt 2 €



## Literatur & Philosophie

### Liebe ist ein Kind der Freiheit - Erich Fromm

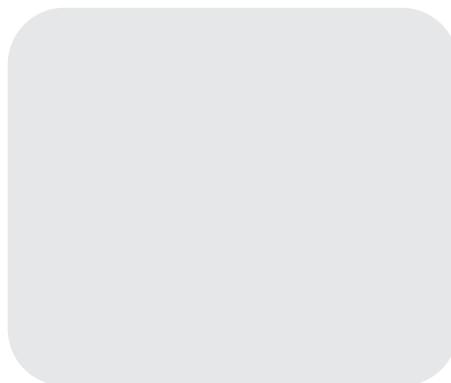
Patrick Kolzuniak

Zu Beginn des 21. Jahrhunderts war es still geworden um das Werk des deutsch-amerikanischen Psychoanalytikers und Soziologen Erich Fromm (1900 - 1980). Doch angesichts des sozialen, politischen und ökologischen Wandels werden die Ideen des unbequemen Vordenkers wieder gelesen und kritisch diskutiert - auch vom Bundespräsidenten. Fromm bietet kein "Kochrezept" für eine perfekte Gesellschaft, aber Anregungen, Positionen neu zu überdenken und Lust am eigenen Handeln zu entwickeln. Lassen Sie uns das Werk Erich Fromms anschauen, kurze Passagen lesen und vor allem an Hand der Hauptbegriffe Freiheit, Liebe und Sein gemeinsam diskutieren.

#### Kurs 10.355 - Wochenendkurs

06.10.2012, Sa., 10:00-14:00

18 € / 1x / 5 UStd.



### Kindermitmachlieder ●

Frank Bode

Kindermitmachlieder für alle, die sich um Kinder kümmern: Tagespflegepersonen, Erzieher/-innen im Klein- und Kleinstkinderbereich und Grundschullehrer/-innen. Die Teilnehmenden lernen verschiedenste neue Mitmachlieder für Kinder von 2 bis 12 Jahren kennen und umzusetzen. Größtmögliche Präsenz und positive Routine im Umgang mit Text, Rhythmus und Gesang werden vermittelt. Auch ein kleiner Einstieg in vereinfachte und für Kinderlieder ausreichende Gitarrenbegleitung wird angeboten.

Vom Piratentanz zur Piratenparty

#### Kurs 10.351 - 1-Tages-Seminar

18.10.2012, Do., 14:00-17:45

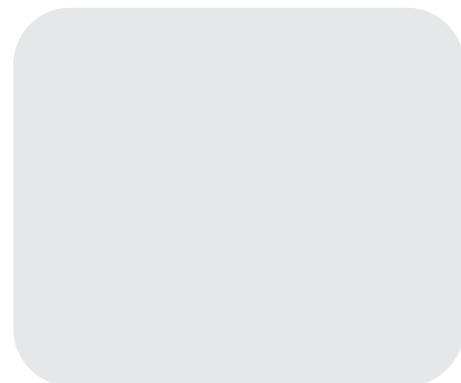
23 € / 1x / 5 UStd.

Mondverrückte

#### Kurs 10.352 - 1-Tages-Seminar

14.02.2013, Do., 14:00-17:45

23 € / 1x / 5 UStd.



### Lou Andreas-Salomé

Dr. Inge Weber

In Kooperation mit der Gleichstellungsstelle des Landkreises Osterode am Harz. Im letzten Jahr wäre Lou Andreas-Salomé 150 Jahre alt geworden. Dem Ereignis wurde in der überregionalen Presse auffallend viel Aufmerksamkeit entgegen gebracht. In Ihrem Vortrag stellt Frau Dr. Inge Weber das Leben und Wirken der Schriftstellerin und Psychoanalytikerin Lou Andreas-Salomé, die in sehr enger Verbindung zu Friedrich Nietzsche, Rainer Maria Rilke und Sigmund Freud stand, vor. Der Vortrag soll zur gemeinsamen Diskussion anregen.

Vorherige telefonische Anmeldung unter (0 55 22) 960-450 ist erforderlich.

#### Kurs 70.021

27.11.2012, Di., 18:00-19:30

Eintritt frei.

**Literatur Gesprächskreis ●**

Anne-Kathrin Bohrmann

Deutsche Erzählliteratur nach 1990

Haben Sie Lust, am aktuellen literarischen Leben teilzunehmen? Viele Leser stehen der zeitgenössischen deutschen Literatur noch völlig orientierungslos gegenüber.

Schlagwörter wie Postmoderne, Popliteratur, Erinnerungsliteratur der Unbeteiligten sowie das mediale Fräuleinwunder deuten die Vielseitigkeit dieser Literatur nur an. Junge Autoren und Autorinnen grenzen sich thematisch und stilistisch von den "Großliteraten" der 60er und 70er Jahre ab. Mauerfall und Wende brachten völlig neue Themen und Perspektiven. Die Herausforderungen an die Leser/-innen stiegen, da Lektürehilfen weitestgehend fehlen. In diesem Kurs wollen wir anhand von ausgesuchten Beispielen versuchen, die zeitgenössische deutsche Literatur zu lesen und zu strukturieren. Wir freuen uns auf spannende Diskussionen. Fordern Sie bei der KVHS eine Literaturliste an.

**Kurs 10.372 - 1x monatlich**

Ab 10.10.2012, Mi., 20:00-21:30

57 € / 10x / 20 UStd.

**Kunstgeschichte****Edward Munch -****Maler des seelischen Dramas**

Maren Gläser

Liebe, Eifersucht, Einsamkeit und Tod sind menschliche Grunderfahrungen, die der norwegische Maler und Grafiker Edward Munch (1863 - 1944) auf eindringliche Weise in seinen Bildern schildert.

**Kurs 10.356 - 1-Tages-Seminar**

28.11.2012, Mi., 18:45-20:15

13 € / 1x / 2 UStd.

**Der Teppich von Bayeux ●**

Hery Lauer

Bilder von Treue und Stolz, Sieg und Tod im Jahre 1066.

Fleißige Hände bestickten bald nach 1066 ein fast 70 Meter langes und einen halben Meter breites Stück Stoff mit Darstellungen zur Vorgeschichte, Vorbereitung und Ablauf der Schlacht von Hastings, mit der die Normannen ihre, für die Geschichte der Britischen Inseln so folgenreiche Eroberung Englands einleiteten. Das einzigartige Textil illustriert nicht nur auf höchst originelle Weise die materielle Kultur der späten Wikingerzeit, sondern gewährt auch aufschlussreiche Einblicke in die persönlichen Beziehungen von Sieger und Verlierer der Schlacht. Der Kurs folgt den vielfältigen Spuren, die der Wandbehang ins mittelalterliche England und Nordfrankreich legt und geht auch der Frage versteckter Botschaften des Teppichs von Bayeux nach.

**Kurs 10.111**

Ab 14.11.2012, Mi., 19:00-20:30

19 € / 2x / 4 UStd.

**Heinrich der Löwe ●**

Horst Hanelt

Heinrich der Löwe wurde um 1130 geboren. Nach dem frühen Tod seines Vaters, Herzog Heinrich des Stolzen, wuchs er bei seiner Mutter Gertrud und seiner Großmutter, der Kaiserinwitwe Richenza auf. Nachdem Heinrich das Erbe seines Vaters errungen hat, stieg er zum mächtigsten Fürsten des Reiches auf. Über Jahre hinweg war er die wichtigste Stütze der Politik Kaiser Friedrichs I. Auf dem Höhepunkt seiner Macht verfiel er in die Reichsacht und musste zu seinem Schwiegervater, König Heinrich II. von England in das angevinische Reich gehen. Seine letzten Lebensjahre verbrachte er in seiner Residenz in Braunschweig. Er verstarb im Jahr 1195. Im Mittelpunkt der Veranstaltung steht Heinrich der Löwe, sein Aufstieg und Fall sowie die Geschichte des Reiches und Europas im 12. Jahrhundert.

**Kurs 10.110**

Ab 28.02.2013, Do., 19:30-21:00

26 € / 3x / 6 UStd.

# Alpha- betisierung

## Steffi Turano

**Lesen-Schreiben-Rechnen leicht gemacht**

Dozententeam

In Kooperation mit den Harz-Weser-Werkstätten Osterode gGmbH. Bildungsurlaub für Menschen mit Behinderungen. Lese- und Schreibübungen sowie Aufgaben aus dem Bereich der Grundrechenarten werden geübt.

**Kurs 90.009 - Bildungsurlaub**

Ab 10.09.2012, Mo.-Fr., 08:30-15:30

5x / 40 UStd.

**Kurs 90.010 - Bildungsurlaub**

Ab 05.11.2012, Mo.-Fr., 08:30-15:30

5x / 40 UStd.

**Kurs 90.011 - Bildungsurlaub**

Ab 21.01.2013, Mo.-Fr., 08:30-15:30

5x / 40 UStd.

**Grundlagen des Lesens und Schreibens ●**

Heidrun Kreykenbohm

Für alle Interessierten, die bisher nicht die Möglichkeit hatten, das Lesen und Schreiben in ausreichendem Maße zu erlernen. Jede Person, die dies gern nachholen möchte, sollte unbedingt zur Teilnahme ermutigt werden. Wer dies liest und jemanden kennt, für den ein solcher Kurs von Bedeutung sein könnte, wird hiermit gebeten, betroffene Personen von diesem Kurs in Kenntnis zu setzen. Bitte sprechen Sie uns wegen der Kursgebühr an.

**Kurs 10.360**

Ab 19.09.2012, Mi.+Do., 16:30-18:00

22x / 44 UStd.

**Kurs 10.361**

Ab 16.01.2013, Mi.+Do., 16:30-18:00

18x / 36 UStd.

**Kurs 10.362**

Ab 03.04.2013, Mi.+Do., 16:30-18:00

22x / 44 UStd.

# Ehrenamts- kurse

Steffi Turano

40

## Vorleseclub

Regina Seeringer

Für alle Vorlesepatinnen und -paten. Tipps für die Gestaltung von Vorlesestunden, welche Bücher für welches Alter geeignet sind, Erfahrungsaustausch und Bastel- und Beschäftigungstipps.

### Kurs 10.368

Stadtbibliothek Osterode

Ab 12.11.2012, Mo., 10:00-11:30

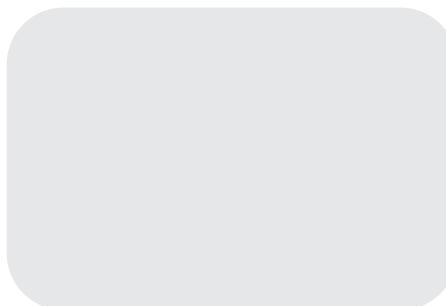
10 € / 8x / 16 UStd.

### Kurs 10.369

Stadtbibliothek Osterode

Ab 16.11.2012, Fr., 17:00-18:30

10 € / 8x / 16 UStd.



## Irgendwas stimmt da nicht...

Heike Ammermann

Kinderschutz im Verein.

In Kooperation mit dem Jugendamt des Landkreises Osterode am Harz.

Im Umgang mit Kindern und Jugendlichen kann es geschehen, dass ehrenamtlich Tätige Beobachtungen im Erscheinungsbild oder im Verhalten eines Kindes/Jugendlichen machen, die nachdenklich stimmen oder ein ungutes Gefühl erzeugen. Es gibt viele mögliche Gefährdungen in der kindlichen Entwicklung. Unsicherheit in der Einschätzung, ob die gemachten Beobachtungen Anhaltspunkte für eine Gefährdung des Kindeswohles sein könnten, ist daher verständlich. Eine "Kinderschutzfachkraft" wird Ihnen vertiefende Informationen zum Thema Kinderschutz und Kindeswohlgefährdung vermitteln und anhand alltagsnaher Beispiele mit Ihnen dieses sensible Thema erörtern. Der Kurs ist kostenlos.

### Kurs 10.370 - Wochenendkurs

16.02.2013, Sa., 10:00-14:00

1x / 4 UStd.

juleica  
jugendleiter | in card

Diese Kurse sind auf den Erwerb und  
die Verlängerung der

**Jugendleiter | in Card**

([www.juleica.de](http://www.juleica.de)) ausgerichtet.

# Schul- abschlüsse

Steffi Turano

## Abendhauptschule

Dozententeam

Der Lehrgang bereitet auf den nachträglichen Erwerb des Hauptschulabschlusses vor, der mit einer schriftlichen und mündlichen Prüfung endet. Unterrichtet werden die Fächer Deutsch, Mathematik, Erdkunde, Geschichte, Biologie sowie Englisch für Teilnehmende, die den Hauptschulabschluss oder Sekundarabschluss I anstreben. Die Dauer des Kurses beträgt ca. 1 Jahr. Unterrichtstage: Montag bis Donnerstag, 17:45-21:30 (in den Schulferien unterrichtsfrei).

Gebühr: 55 € pro Monat zzgl. Kosten für Unterrichtsmaterial (3 € pro Monat).

Info-Abend: 04.09.12, 17:00

### Kurs AHS 10.1

10.09.2012, Mo.-Do., 17:45-21:30

## Abendrealschule

Dozententeam

Der Lehrgang bereitet auf den nachträglichen Erwerb des Realschulabschlusses / Sekundarabschluss I vor, der mit einer schriftlichen und mündlichen Prüfung endet. Die Teilnehmenden sollten Grundkenntnisse in Englisch oder einer anderen Fremdsprache (Muttersprache) haben. Unterrichtet werden die Fächer Deutsch, Mathematik, Englisch, Erdkunde, Geschichte, Biologie und Chemie. Voraussetzung: Hauptschulabschluss. Die Dauer des Kurses beträgt ca. zwei Jahre. Unterrichtstage: Montag bis Donnerstags, 17:45-21:30 (in den Schulferien unterrichtsfrei).

Informationen unter (0 55 22) 960-450.

Gebühr: 55 € pro Monat zzgl. Kosten für Unterrichtsmaterial (3 € pro Monat).

Info-Abend: 04.09.12, 18:00

### Kurs ARS 10.2

10.09.2012, Mo.-Do., 17:45-21:30

## Jugendschutz im Verein

Martina Ludwig

Was ist das Jugendschutzgesetz und wie kann es im Verein umgesetzt werden? Dieser Kurs kann auch genutzt werden zur Verlängerung der Jugendleitercard und beinhaltet viele praktische Inhalte.

Die Kursgebühr beinhaltet die Kosten für Verpflegung.

### Kurs 10.365 - Wochenendkurs

29.09.2012, Sa., 09:00-16:00

30 € / 1x / 8 UStd.

## Ausbildung zur / zum Vorlesepatin/-paten

Regina Seeringer

Lesen Sie gern und würden Sie Ihre Freude am Lesen an Kinder im Kindergarten und in der Grundschule weitergeben?

Mit der Ausbildung zum Vorlesepaten können Sie in Ganztagschulen und Stadtbibliotheken oder bei Veranstaltungen in den Ferien den Kindern vorlesen und mit ihnen lesen. Neben pädagogischen Informationen über die Altersgruppe der Kinder werden neue Bilder- und Kinderbücher vorgestellt und Hilfen zur Gestaltung einer Vorlesezeit mit Kindern gegeben.

Das Tagesseminar richtet sich an alle

Interessierte, die gern mit Kindern lesen und Kinder zum Lesen anregen möchten.

Es wird auch die Planung einer Vorleseaktion erarbeitet.

Bitte bringen Sie ein Kinderbuch, das Sie gern lesen oder gelesen haben, mit.

Die Kursgebühr beinhaltet die Kosten für Verpflegung.

### Kurs 10.366 - Wochenendkurs

13.10.2012, Sa., 09:00-16:00

30 € / 1x / 8 UStd.

### Kurs 10.367 - Wochenendkurs

06.04.2013, Sa., 09:00-16:00

30 € / 1x / 8 UStd.

# Inhalt Außenstellen

A-Z

41

## Herzberg am Harz..... ab Seite 41

Bauchtanz .....	43
Belly-Yoga-Dance .....	43
Bier brauen .....	43
Bollywood-Choreographie .....	43
EBRU-Kunst .....	42
EDV .....	42
Englisch .....	41, 42
Esperanto .....	42
Hatha-Yoga .....	44
Kochen .....	43
Lace-Stricken .....	42, 43
Steuern .....	42
Töpfern .....	42
Tribal-Style-Dance .....	43
Vorträge .....	44
Yoga .....	44

## Samtgemeinde Hattorf am Harz. Seite 45

Englisch .....	45
Hatha-Yoga .....	45
Homöopathie .....	45
Kochen .....	45
Malerei .....	45
Töpfern .....	45
Tribal-Style-Dance .....	45

## Bad Lauterberg im Harz ..... ab Seite 46

Akupressur .....	48
Bauchtanz, orientalisch .....	47
EDV .....	46
Englisch .....	46
Französisch .....	46
Gitarre .....	48
Hatha-Yoga .....	48
Kochen .....	47
Möbelgestaltung .....	47
Musik .....	48
Norwegisch .....	46
Samstags-Akademie .....	46
Selbstverteidigung .....	48
Stickerei .....	47
Tagesfahrt Documenta .....	48
Tanzen .....	47
Vortrag .....	48

## Bad Sachsa - Walkenried .... ab Seite 50

Acrylmalerei .....	50
EDV .....	50
Englisch .....	50
Hatha-Yoga .....	51
Holländisch .....	50
Kochen .....	51
Malerei .....	50
Patchwork .....	50
Schüssler-Salze .....	51
Stickwalking .....	51
Stricken .....	51
Textildruck .....	51
Vorträge .....	51

## Samtgemeinde Bad Grund ... ab Seite 53

Mittwochsrunde .....	54
Mountainbike .....	53
Rückenschule .....	53
Wassergymnastik .....	53
Wirbelsäulengymnastik .....	53
Vorträge .....	53, 54
Yoga .....	53

### Für die Kurse der Außenstellen gilt:

**Bitte schicken Sie Ihre Anmeldung direkt an die Geschäftsstelle in Osterode.**

Anmeldeformulare liegen i.d.R. an den Schaltern von Sparkasse und Volksbank aus, in Bad Lauterberg auch beim Bürger-/innenbüro der Stadt.

# Herzberg am Harz

## Joachim Matuschewski Leiter der Außenstelle

(0 55 21) 27 85

Kirchengasse 10  
37412 Herzberg am Harz



### Englisch am Vormittag (A2) ●

Joachim Matuschewski  
Für Interessierte, die Ihre vor Jahren einmal erworbenen Kenntnisse endlich wieder einmal in relaxter Atmosphäre und gemäßigtem Tempo auffrischen möchten.

#### Kurs 20.01

Oberschule Heidestraße  
Ab 05.09.2012, Mi., 09:45-11:15  
53 € / 10x / 20 UStd.

#### Kurs 20.07

Oberschule Heidestraße  
Ab 09.01.2013, Mi., 09:45-11:15  
44 € / 8x / 16 UStd.

### Englisch Mittelstufe (A2) ●

Joachim Matuschewski  
Für Interessierte, die ihr Alltagsenglisch auffrischen und verbessern möchten.

#### Kurs 20.02

Oberschule Heidestraße  
Ab 06.09.2012, Do., 18:30-20:00  
53 € / 10x / 20 UStd.

#### Kurs 20.08

Oberschule Heidestraße  
Ab 10.01.2013, Do., 18:30-20:00  
44 € / 8x / 16 UStd.

### Englisch I mit Muße (A1) ●

Joachim Matuschewski  
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen, die ihr Englisch bei gemäßigtem Tempo verbessern möchten.

#### Kurs 20.03

Oberschule Heidestraße  
Ab 10.09.2012, Mo., 18:00-19:30  
53 € / 10x / 20 UStd.

#### Kurs 20.06

Oberschule Heidestraße  
Ab 07.01.2013, Mo., 18:00-19:30  
44 € / 8x / 16 UStd.

## Englisch für Wiedereinsteiger/-innen (A1-A2) ●

Zsófia Kóródy

Für Interessierte, die ihre vor Jahren erworbenen Englischkenntnisse wieder einmal in aller Ruhe aktivieren möchten.

### Kurs 20.04

Esperanto-Center, Grubenhagenstraße 6  
Ab 17.09.2012, Mo., 17:00-18:30  
53 € / 10x / 20 UStd.

### Kurs 20.09

Esperanto-Center, Grubenhagenstraße 6  
Ab 14.01.2013, Mo., 17:00-18:30  
53 € / 10x / 20 UStd.

## English Conversation (A2/B1) ●

Michael Haasche

Sit down and talk about interesting topics. Enjoy the relaxed atmosphere.

### Kurs 20.05

Oberschule Heidestraße  
Ab 01.10.2012, Mo., 19:00-20:30  
53 € / 10x / 20 UStd.

### Kurs 20.10

Oberschule Heidestraße  
Ab 14.01.2013, Mo., 19:00-20:30  
53 € / 10x / 20 UStd.

## Esperanto-Bildungswoche ●

Zsófia Kóródy

Für Teilnehmende, die einen Einstieg in Esperanto suchen oder bereits über einige Grundkenntnisse verfügen.

### Kurs 90.003 - Bildungsurlaub

Esperanto-Center, Grubenhagenstraße 6  
Ab 04.03.2013, Mo.-Fr., 08:30-16:30  
183 € / 5x / 40 UStd.

## EDV Kurse für Einsteiger/-innen mit ersten Erfahrungen

### Bilder verwalten mit Google Picasa

Gunnar Grüneberg

Picasa ist ein einfach zu bedienendes Programm zur Verwaltung von Bildern. Es enthält außerdem Funktionen zur Bildbearbeitung (Entfernung von roten Augen, Helligkeits- und Kontrastanpassung etc.). Die fertigen Bildersammlungen können im Internet veröffentlicht oder auf CD gebrannt und so mit Freunden und Verwandten geteilt werden.

### Kurs 20.31

Oberschule Heidestraße  
Ab 12.10.2012, Fr., 18:15-20:30  
28 € / 2x / 6 UStd.

## STEUERN Recht & Steuern

### Steuererklärung für Rentner/-innen

Patrick Manthey

Der Kurs versucht, Antworten auf die nachfolgenden Fragen zu geben:

- Muss ich eine Steuererklärung abgeben?
- Wie sind die Auswirkungen des Alterseinkünftegesetzes?
- Muss ich als Rentner/Pensionär mit Steuerzahlungen rechnen?
- Wo bekomme ich die Steuerformulare?
- Wie funktioniert die Abgabe mit Elster?
- Welche Formulare muss ich ausfüllen?

### Kurs 20.32

Oberschule Heidestraße  
Ab 15.02.2013, Fr., 15:00-17:30  
20 € / 2x / 6 UStd.

## KREATIV Kreativkurse

### Arbeiten mit Ton

Margit Veit

Auch für Anfänger/-innen geeignet. Bei Rückfragen können Sie sich gern auch an Frau Veit unter der Telefonnummer (05521) 60 71 wenden.

### Kurs 20.11

Gymnasium Domeyerpark  
Ab 17.09.2012, Mo., 19:30-21:45  
103 € / 11x / 33 UStd.

### Kurs 20.12

Gymnasium Domeyerpark  
Ab 19.09.2012, Mi., 19:30-21:45  
103 € / 11x / 33 UStd.

### Kurs 20.13

Gymnasium Domeyerpark  
Ab 14.01.2013, Mo., 19:30-21:45  
85 € / 9x / 27 UStd.

### Kurs 20.14

Gymnasium Domeyerpark  
Ab 16.01.2013, Mi., 19:30-21:45  
85 € / 9x / 27 UStd.

## EBRU-Kunst für Einsteiger ●

Gülsüm Ünlü

Die EBRU-Kunst bezeichnet eine traditionelle, zentralasiatische Malkunst. Dabei werden Muster mit speziellen Farben auf Wasser aufgetragen und zu einem prachtvollen Kunstwerk vereint.

Zzgl. zur Kursgebühr entstehen 5 € Materialkosten, die direkt bei der Dozentin zu bezahlen sind.

### Kurs 20.24 - Wochenendkurs

Oberschule Heidestraße  
21.09.2012, Fr., 16:00-19:00  
20 € / 1x / 4 UStd.

## EBRU-Kunst Intensivkurs ●

Gülsüm Ünlü

Die EBRU-Kunst bezeichnet eine traditionelle, zentralasiatische Malkunst. Dabei werden Muster mit speziellen Farben auf Wasser aufgetragen und zu einem prachtvollen Kunstwerk vereint.

Zzgl. zur Kursgebühr entstehen 20 € Materialkosten, die direkt bei der Dozentin zu bezahlen sind.

### Kurs 20.25 - Wochenendkurs

Oberschule Heidestraße  
Ab 28.09.2012, Fr., 17:30-20:00  
43 € / 4x / 12 UStd.

## Lace Stricken ●

Ellen Jenke

Lace Stricken ist das Stricken von Spitze, auch als Kunststricken bekannt. Aus sehr dünnen Garnen entstehen wunderschöne luftige Tücher, Schals, fingerlose Spitzenhandschuhe, Loops, oder auch Tischdecken. Als besonderer Blickfang können Perlen eingestrickt werden.

Dieser Kurs richtet sich an erfahrene Strickerinnen, die im Lacestricken oder im Stricken mit Perlen eine neue Herausforderung suchen. Sie dürfen auch gerne eigene Strickanleitungen mitbringen. Bitte unbedingt Materialliste in der KVHS-Geschäftsstelle oder unter [www.kvhs-osterode.de](http://www.kvhs-osterode.de) abfragen!

**Kurs 20.22 - Wochenendkurs**

Oberschule Heidestraße  
Ab 12.10.2012, Fr., 17:30-20:00;  
Sa., 10:00-14:00  
30 € / 2x / 8 Ustd.

**Kurs 20.23 - Wochenendkurs**

Oberschule Heidestraße  
Ab 19.04.2013, Fr., 17:30-20:00;  
Sa., 10:00-14:00  
30 € / 2x / 8 Ustd.

**Eltern-Kind-Kochen**

Aloisia Tietz  
In Kooperation mit der Gleichstellungsstelle  
des Landkreises Osterode am Harz.  
Es ist ein Erlebnis mit anderen Erwachsenen  
und Kindern zu kochen, zu schnippeln, zu  
rühren und zu probieren. Wir kochen  
einfache, leckere Gerichte, die leicht und  
schnell nachzukochen sind. Besonders  
geeignet für berufstätige Eltern mit Kindern ab  
dem Grundschulalter. **Kinder nehmen  
kostenlos teil**, Kursgebühr inkl. Lebensmittel.

**Kurs 20.15 - Wochenendkurs**

Oberschule Heidestraße  
Ab 29.09.2012, Sa., 10:30-13:30  
15 € / 2x / 8 Ustd.

**Kurs 20.16 - Wochenendkurs**

Oberschule Heidestraße  
Ab 23.02.2013, Sa., 10:30-13:30  
19 € / 3x / 12 Ustd.

**Afrikanisch Kochen ●**

Joyce Nentaya Ammerschubert  
Gemeinsam mit Joyce lernen Sie die  
geheimnisvolle afrikanische Küche mit all  
ihren exotischen Gewürzen kennen.  
Zzgl. zur Kursgebühr entstehen Kosten für  
Lebensmittel, die direkt bei der Dozentin zu  
bezahlen sind. Bitte Behältnisse für Reste  
mitbringen.

**Kurs 20.17**

Oberschule Heidestraße  
Ab 12.11.2012, Mo., 18:30-21:30  
47 € / 4x / 16 Ustd.

**Kurs 20.18**

Oberschule Heidestraße  
Ab 21.01.2013, Mo., 18:30-21:30  
47 € / 4x / 16 Ustd.

**Kochen für Männer in Herzberg ●**

Frank Regenhardt  
Der Kurs ist auch geeignet für Männer, die  
bisher einen großen Bogen um den  
heimischen Herd gemacht haben. In lockerer  
Atmosphäre werden leckere Gerichte  
zubereitet. Zzgl. zur Kursgebühr entstehen  
Kosten für Lebensmittel, die direkt beim  
Dozenten zu bezahlen sind. Bitte Behältnisse  
für Reste mitbringen.

**Kurs 20.20**

Oberschule Heidestraße  
Ab 07.02.2013, Do., 18:30-21:30  
47 € / 4x / 16 Ustd.

**Bier selber brauen ●**

Odin Paul  
Bier steht in der Beliebtheitskala der  
Bundesbürger ganz oben. Wie aber wird es  
hergestellt? Woraus besteht es? Eine Stunde  
Theorie und fünf Stunden praktische  
Brauübungen. Sie brauen eigenständig Ihr  
erstes Bierchen.  
Kursgebühr inkl. Material.

**Kurs 20.21 - Wochenendkurs**

Oberschule Heidestraße  
19.01.2013, Sa., 10:30-15:00  
31 € / 1x / 6 Ustd.

**4-Wochen-Schnupperkurs  
Tribal Style Dance**

Carla Haarnagel  
Die stolze Haltung und die schönen Hände  
vom Flamenco, die Anmut indischer und  
orientalischer Tänze, bunte und aufwändige  
Kostüme garniert mit einem Schuss  
Mittelalter: All dies verschmolzen in einer  
einzigartigen Gruppenformation improvisiert  
aber trotzdem geschlossen und formvollendet  
zusammen tanzen, das ist Tribal Style Dance!  
Für Teilnehmer/-innen mit ein wenig  
Tanzerfahrung und Leistungsbereitschaft.  
Schweiß und Spaß sind garantiert!

**Kurs 20.26**

Oberschule Heidestraße  
Ab 25.09.2012, Di., 19:00-20:30  
24 € / 4x / 8 Ustd.

**Bauchtanz für Anfängerinnen**

Andrea Uhde  
Orientalischer Bauchtanz bewirkt bei  
regelmäßigem Training eine Körperharmonie,  
in dem durch die fließenden Bewegungen die  
Energieblockaden im Körper beseitigt werden.  
Durch die isolierten Bewegungen, das heißt  
Bewegungen nur innerhalb einer Körperzone  
(Hüfte, Becken, Oberkörper, Schulter, Nacken),  
entsteht eine bessere Beweglichkeit und  
Körperhaltung und die Muskulatur wird  
gestärkt. Nach einem Aufwärmtraining  
werden die Grundbewegungen des  
orientalischen Tanzes zu typischer  
orientalischer Musik gezeigt.  
Bitte mitbringen: Gymnastikschuhe,  
Gymnastikhose und Tuch für die Hüften.

**Kurs 20.27**

Oberschule Heidestraße  
Ab 05.11.2012, Mo., 18:00-19:45  
39 € / 7x / 14 Ustd.

**Kurs 20.28**

Oberschule Heidestraße  
Ab 28.01.2013, Mo., 18:00-19:45  
39 € / 7x / 14 Ustd.

**Bollywood - Choreographie**

Andrea Uhde  
Flotte Choreographie aus dem Film "Lebe und  
denke nicht an Morgen".  
Bitte mitbringen: Gymnastikschuhe und -hose,  
Tuch für die Hüften.

**Kurs 20.29 - Wochenendkurs**

Oberschule Heidestraße  
16.02.2013, Sa., 10:00-12:30  
12 € / 1x / 3 Ustd.

**Belly-Yoga-Dance**

Andrea Uhde  
Belly-Yoga-Dance verbindet fließende  
Bauchtanzbewegungen, indische Handgesten  
und einfache Yoga-Asanas miteinander. Es  
entsteht ein Tanz voller weiblicher Grazie im  
lebendigen Kontrast zum Yoga. Diese  
Choreographie fördert die Beweglichkeit und  
Konzentration und hinterlässt ein Gefühl der  
Harmonie, der Ruhe und des Friedens. Es sind  
keine Vorkenntnisse erforderlich.  
Bitte mitbringen: Gymnastikhose/-schuhe und  
Tuch für die Hüften.

**Kurs 20.30 - Wochenendkurs**

Oberschule Heidestraße  
10.11.2012, Sa., 10:00-12:30  
12 € / 1x / 3 Ustd.

GESUNDHEIT **Gesundheit****Yoga ●**

Anja Gutsch

Yoga ist ein indisches Übungssystem, das körperliche und psychische Unausgewogenheiten ins Gleichgewicht bringt. Yoga eignet sich hervorragend zum Stressabbau. Atem-, Körper- und Entspannungsübungen werden erlernt und können von allen Altersgruppen durchgeführt werden.

Der Kurs ist geeignet für Einsteiger/-innen und Fortgeschrittene.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke und Yogakissen.

**Kurs 20.33**

Senioren-Residenz Stiemerling, Fabrikstr. 12  
Ab 19.09.2012, Mi., 18:15-19:45  
53 € / 10x / 20 UStd.

**Kurs 20.35**

Senioren-Residenz Stiemerling, Fabrikstr. 12  
Ab 16.01.2013, Mi., 18:15-19:45  
53 € / 10x / 20 UStd.

**Kurs 20.37**

Senioren-Residenz Stiemerling, Fabrikstr. 12  
Ab 03.04.2013, Mi., 18:15-19:45  
53 € / 10x / 20 UStd.

**Yoga für den Rücken ●**

Anja Gutsch

Viele haben hin und wieder Beschwerden im Rücken. Neben Bewegungsmangel ist Stress eine weitere Ursache für Rückenschmerzen.

Yoga hilft, die Rückenleiden und Verspannungen im Hals-, Nacken- und Schulterbereich zu lindern. Außerdem eignet es sich hervorragend zum Stressabbau und kann von jeder Altersgruppe ausgeführt werden.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke und Yogakissen.

**Kurs 20.34**

Senioren-Residenz Stiemerling, Fabrikstr. 12  
Ab 20.09.2012, Do., 10:00-11:30  
53 € / 10x / 20 UStd.

**Kurs 20.36**

Senioren-Residenz Stiemerling, Fabrikstr. 12  
Ab 17.01.2013, Do., 10:00-11:30  
44 € / 8x / 16 UStd.

**Kurs 20.38**

Senioren-Residenz Stiemerling, Fabrikstr. 12  
Ab 04.04.2013, Do., 10:00-11:30  
53 € / 10x / 20 UStd.

Diese Hatha-Yoga-Kurse sind von Krankenkassen als Präventionskurse anerkannt. Sprechen Sie für eine Förderung Ihre Krankenkasse an!

**Hatha-Yoga in Pöhlde ●**

Roswitha Barke

Kurs für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene.

Yoga ist ein ganzheitlicher und langerprobter Übungsweg. Durch das Zusammenwirken von bewußter Körperarbeit (Askas), Atemschulung (Pranayama), Entspannung und Meditation fördert Yoga die Gesundheit, die Konzentration und das Wohlbefinden.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke oder Matte, dicke Socken, evtl. kleines Kissen.

**Kurs 20.39**

Grundschule Pöhlde  
Ab 19.09.2012, Mi., 18:15-19:45  
53 € / 10x / 20 UStd.

**Kurs 20.40**

Grundschule Pöhlde  
Ab 09.01.2013, Mi., 18:15-19:45  
53 € / 10x / 20 UStd.

**Vorträge****Lebensformen im Mittelalter**

Jürgen Groger

In einer Zeitreise durch das angeliche Mittelalter werden Zusammenhänge zwischen Zeitraum, Umwelt und Beziehungen der Menschen in Stadt und Land sowie ihre Abhängigkeiten in Form einer Präsentation vorgestellt.

**Kurs 70.002**

Senioren-Residenz Stiemerling, Fabrikstr. 12  
20.02.2013, Mi., 19:00  
Eintritt 5 €

**Theodor Fontane - ein Lebensbild**

Jürgen Groger

Theodor Fontane - eine Persönlichkeit, deren Name untrennbar mit Berlin und den Preußen verbunden ist. Die PowerPoint-Präsentation enthält einen detaillierten und aufschlussreichen Einblick in das bewegte Leben dieses großen Dichters.

**Kurs 70.003**

Senioren-Residenz Stiemerling, Fabrikstr. 12  
28.11.2012, Mi., 19:00  
Eintritt 5 €

**Der Westen der USA - Die schönsten Nationalparks der Welt**

Uwe Sowinski

Der Westen der Vereinigten Staaten von Amerika ist einer der mythischen Traumdestinationen. Einerseits die Mega-Städte: San Francisco mit einem der schönsten Stadtpanoramen der Erde, Los Angeles als Megapolis mit unendlichen Reizen, Las Vegas als Entertainment-Metropole unserer Erde. Andererseits die einzigartigen Landschafts- und Naturwunder u.a. mit Yellowstone Nationalpark, Grand Teton, Rocky Mountains, Mesa Verde sowie die drei Nationalparks Zion, Bryce Canyon und Grand Canyon.

**Kurs 70.018**

Senioren-Residenz Stiemerling, Fabrikstr. 12  
14.11.2012, Mi., 19:00  
Eintritt 5 €

**Kulturen und Landschaften in Vietnam und Kambodscha**

Uwe Sowinski

Die Reise, die diese Dia-Tonbildschau zeigt, führte in einer Überlandtour durch Vietnam und Kambodscha.

**Kurs 70.019**

Senioren-Residenz Stiemerling, Fabrikstr. 12  
06.02.2013, Mi., 19:00  
Eintritt 5 €

**Eine Reise durch Ladakh**

Uwe Sowinski

Bei einer Reise durch Ladakh tritt in zweierlei Hinsicht das Gefühl auf, zwischen Himmel und Erde zu reisen. Zum einen durch die Menschen und ihre tiefe Verwurzelung mit der buddhistischen Religion sowie den vielen Klöstern. Zum anderen hinsichtlich der geografischen Lage des Landes im äußersten Nordwesten Indiens, in der Gebirgslandschaft des Himalayas, in der man meist in einer Höhe zwischen 3.000 und über 5.000 Meter reist.

**Kurs 70.020**

Senioren-Residenz Stiemerling, Fabrikstr. 12  
06.03.2013, Mi., 19:00  
Eintritt 5 €


**SPRACHEN Sprachen**
**Englisch für Wiederanfänger/-innen (A2) ●**

Für Interessierte, die ihre vor Jahren einmal erworbenen Kenntnisse wieder auffrischen möchten (4-6 Jahre Schulenglisch).

**Kurs 24.01**

Dozententeam  
Oberschule Kornhausstraße  
Ab 18.09.2012, Di., 18:30-20:00  
53 € / 10x / 20 UStd.

**Kurs 24.02**

Ulrich Utrata  
Oberschule Kornhausstraße  
Ab 08.01.2013, Di., 18:30-20:00  
53 € / 10x / 20 UStd.

**Englisch von Anfang an (A1) ●**

Für Interessierte ohne Vorkenntnisse und diejenigen, die meinen, alles vergessen zu haben, was sie einmal in der Schule gelernt haben.

**Kurs 24.03**

Dozententeam  
Oberschule Kornhausstraße  
Ab 20.09.2012, Do., 18:30-20:00  
53 € / 10x / 20 UStd.

**Kurs 24.04**

Ulrich Utrata  
Oberschule Kornhausstraße  
Ab 10.01.2013, Do., 18:30-20:00  
53 € / 10x / 20 UStd.


**KREATIV Kreativkurse**
**Arbeiten mit Ton**

M. Liesener  
Märchenfiguren - Sie begleiten uns seit Kindertagen. Nun wollen wir die Bilder unserer Phantasie in Ton umsetzen.

**Kurs 24.16**

Hattorf, Oberschule  
Ab 17.09.2012, Mo., 18:30-21:30  
98 € / 7x / 32 UStd.

**Tribal Style Dance**

Carla Haarnagel  
Die stolze Haltung und die schönen Hände vom Flamenco, die Anmut indischer und orientalischer Tänze, bunte und aufwändige Kostüme garniert mit einem Schuss Mittelalter: All dies verschmolzen in einer einzigartigen Gruppenformation improvisiert aber trotzdem geschlossen und formvollendet zusammen tanzen, das ist Tribal Style Dance! Für Teilnehmer/-innen mit Grundkenntnissen im TSD und ein wenig Leistungsbereitschaft. Schweiß und Spaß sind garantiert! Bitte mitbringen: Tuch für die Hüften, langer weiter Rock, Getränke, Schreibzeug.

**Kurs 24.12**

Hattorf, Stiemerling Senioren-Residenz  
Ab 17.09.2012, Mo., 19:30-21:00  
53 € / 10x / 20 UStd.

**Kurs 24.13**

Hattorf, Stiemerling Senioren-Residenz  
Ab 14.01.2013, Mo., 19:30-21:00  
63 € / 12x / 24 UStd.

**Farbe, Stift und Pinselstrich ●**

Ute Elbe  
Sie haben Lust, kreatives Neuland zu betreten? Die Malerei eröffnet neue Horizonte. Entdecken Sie Ihre Begeisterung für die Welt der Farben und Formen. Sie können nach Malvorlage oder frei arbeiten.  
Zur Verfügung stehen: Papier, Leinwand, Wasser und Acrylfarben, Pinsel, Paletten, Buntstifte und Ölkreide.  
Die Kosten für das verbrauchte Material werden direkt im Kurs abgerechnet.

**Kurs 24.14**

Hattorf, Stiemerling Senioren-Residenz  
Ab 06.11.2012, Di., 15:30-17:00  
39 € / 7x / 14 UStd.

**Kochen für Männer in Hattorf ●**

Frank Regenhardt  
Der Kurs ist auch geeignet für Männer, die bisher einen großen Bogen um den heimischen Herd gemacht haben. In lockerer Atmosphäre werden leckere Gerichte zubereitet.  
Zzgl. zur Kursgebühr entstehen Kosten für Lebensmittel, die direkt beim Dozenten zu bezahlen sind. Bitte Behältnisse für Kostproben mitbringen.

**Kurs 24.15**

Hattorf, Oberschule  
Ab 08.11.2012, Do., 18:30-21:30  
47 € / 4x / 16 UStd.


**GESUNDHEIT Gesundheit**
**Hatha-Yoga und Yoga-Meditation ●**

Ingrid Heinze  
Yoga lehrt uns den achtsamen Umgang mit uns selbst und dem Körper. Wir wollen besonders bedeutsame, verletzte und vitale Orte (Marmas) im Körper erleben und erfahren und in unsere Übungspraxis einbeziehen.  
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen.  
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und dicke Socken sowie Yogakissen und Decke.

**Kurs 24.08**

Hattorf, Stiemerling Senioren-Residenz  
Ab 25.09.2012, Di., 18:30-20:00  
101 € / 20x / 40 UStd.

# Samtgemeinde Hattorf

**Henning Kruse**
**Leiter der Außenstelle**

(0 55 56) 49 65

Peterstraße 4  
37199 Wulften

**Hatha-Yoga ●**

Silke Müller  
Hatha Yoga ist ein System von körperlichen und seelisch-geistigen Übungen, mit deren Hilfe die Harmonie von Körper, Seele und Geist erreicht werden kann.  
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, Wollsocken, Matte ggf. Yogakissen oder Nackenrolle.

**Kurs 24.17**

Wulften, Schulzentrum  
Ab 19.09.2012, Mi., 18:30-20:00  
53 € / 10x / 20 UStd.

**Kurs 24.09**

Hattorf, Stiemerling Senioren-Residenz  
Ab 09.04.2013, Di., 18:30-20:00  
56 € / 10x / 20 UStd.

**Fragen zur Homöopathie ●**

Sabine Gobel  
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits Kenntnisse in der homöopathischen Selbstbehandlung haben. Hierbei treten immer wieder Fragen auf: Welche Potenz ist bei akuten Beschwerden angebracht, wie lagere ich meine homöopathischen Mittel richtig, wie finde ich die passenden Globulis, Häufigkeit der Mitteldgabe und vieles mehr.

**Kurs 24.10 - 1-Tages-Seminar**

Hattorf, Oberschule  
26.09.2012, Mi., 19:00-21:15  
19 € / 1x / 3 UStd.

**Die homöopathische Hausapotheke ●**

Sabine Gobel  
In diesem Kurs werden die Grundlagen der Homöopathie erläutert, um dann in den darauf folgenden Stunden wichtige Arzneimittel zu besprechen, die zur Behandlung akuter Beschwerden wie z.B. Erkältung, Verletzungen, Insektenstiche und Reiseübelkeit von Kindern und Erwachsenen angewendet werden können. Es werden außerdem die Grenzen der Selbstbehandlung aufgezeigt.

**Kurs 24.11**

Hattorf, Oberschule  
Ab 07.11.2012, Mi., 19:00-21:15  
49 € / 6x / 18 UStd.

# Bad Lauterberg

im Harz

Inge Holzigel

Leiterin der Außenstelle

(0 55 24) 80 01 10

Bahnhofstraße 2a

37431 Bad Lauterberg im Harz

## SPRACHEN Sprachen



### Englisch 60+ ●

Karin Schulze

Für ältere Teilnehmende, die ihre vor Jahren einmal erworbenen Englischkenntnisse bei gemäßigttem Tempo auffrischen möchten. Neue Teilnehmende nach Absprache und Schnupperstunde.

#### Kurs 30.01

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.

Ab 27.09.2012, Do., 16:00-17:30

82 € / 16x / 32 UStd.

### Bonjour à tous! ●

Gisela Schur-Quellmalz

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen, die ihre Französischkenntnisse anhand von typischen Alltagsaufgaben erweitern und festigen möchten.

Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

#### Kurs 30.04

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.

Ab 07.11.2012, Mi., 17:30-19:00

50 € / 6x / 12 UStd.

### Fit für den Urlaub in Frankreich ●

Gisela Schur-Quellmalz

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen, die neben der Sprache auch etwas über Land und Leute erfahren möchten.

Kompaktkurs für 7-9 Teilnehmende.

#### Kurs 30.05

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.

Ab 30.01.2013, Mi., 17:30-19:00

50 € / 6x / 12 UStd.

46

## Bad Lauterberg

### Norwegisch Fortsetzungskurs Stufe 2 ●

Anne-Kathrin Bohrmann

Erweitern Sie in netter Atmosphäre Ihr Vokabular und Ausdrucksvermögen. Hier sprechen, lesen und diskutieren wir in einfachem Norwegisch. Für Teilnehmer/-innen mit soliden Vorkenntnissen (entspricht 7-8 KVHS-Kursen). Dieser Kurs trainiert insbesondere typische Sprechsituationen und gibt Einblicke in die norwegische Kultur. Kompaktkurs 7-9 Personen.

#### Kurs 30.02

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.

Ab 05.11.2012, Mo., 19:30-21:00

73 € / 10x / 20 UStd.

#### Kurs 30.03

Fortsetzung des Kurses aus dem Herbst.

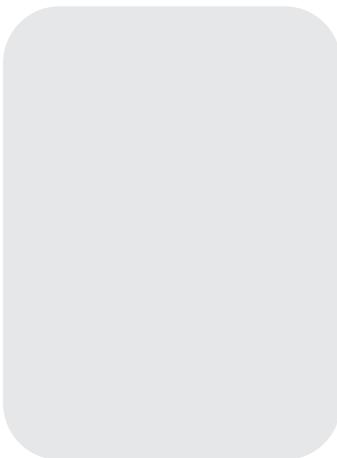
Quereinsteiger/-innen willkommen.

Kompaktkurs 7-9 Personen.

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.

Ab 04.02.2013, Mo., 19:30-21:00

73 € / 10x / 20 UStd.



## Samstags-Akademie

### Exzellenter Gastservice: Mehrverkauf

Bärbel Coombes

In Deutsch und Englisch.

Ziele des Seminars:

- Gastservice - Was ist wichtig?
- Den Gast willkommen heißen und ein Vertrauen als Basis zum Verkauf schaffen
- Fragetechniken
- Umsatzsteigerung durch aktiven Verkauf

Englischer Teil:

- Grammatikalische Grundstrukturen
- Englische Rollenspiele aus dem Bereich Hotel & Restaurant

#### Kurs 30.06 - Wochenendkurs

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.

10.11.2012, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

### Englische Redewendungen im Hotel- und Touristikbereich

Bärbel Coombes

Ziele des Seminars:

- Klassische Redewendungen in Restaurant, Housekeeping und an der Rezeption
- Touristische Redewendungen bei einer Stadtführung
- Informationen erfragen und erhalten
- Englische Grundgrammatik
- Rollenspiele in Alltagssituationen, wie zum Beispiel Beruf, Kultur, Hobbys, Gesundheit, Reisen sowie landeskundliche Aspekte.

#### Kurs 30.07 - Wochenendkurs

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.

16.02.2013, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

### Exzellenter Gastservice: der Umgang mit Beschwerden

Bärbel Coombes

In Deutsch und Englisch.

Ein gelungenes Beschwerdemanagement kann zur Bindung von Kundinnen und Kunden führen.

Englischer Teil:

- Englische Grundgrammatik
- Rollenspiele, um das Gelernte zu vertiefen

#### Kurs 30.08 - Wochenendkurs

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.

19.01.2013, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

### Business English

Martin Coombes

- Welcoming visitors
- Socializing
- Business small talks
- Cultural differences
- Telephoning / Emailing
- and a little grammar

#### Kurs 30.09 - Wochenendkurs

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.

13.10.2012, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

#### Kurs 30.10 - Wochenendkurs

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.

23.02.2013, Sa., 08:30-16:00

115 € / 1x / 8 UStd.

### EDV Einsteiger/-innen

Kurse für Teilnehmer/-innen ohne jegliche Vorkenntnisse.

### Erste Schritte am PC ●

Martin Struck

- PC starten und herunterfahren
  - Umgang mit der Maus
  - Texte eingeben, Schreibfehler korrigieren
  - Internetseiten aufrufen
- Kurs für Seniorinnen und Senioren.

#### Kurs 30.25 - Nachmittagskurs

Ab 08.11.2012, Do., 16:00-18:15

37 € / 3x / 9 UStd.



### Durchbruchstickerei ●

Elisabeth Nickisch  
Weißstickerei ausgeführt in edlem Leinen.  
Italienische Nadelspitze, Schwärmer Stickerei,  
Hardanger und Ajour-Stickerei, Hohlsäume.

#### Kurs 30.11

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.  
Ab 15.01.2013, Di., 19:15-21:30  
56 € / 7x / 21 UStd.

### Kochen mit Gianni ●

Giovanni Bagnardi  
Italienische Lebensfreude in der Küche -  
Einfach und gesund kochen - Erleben Sie den  
Duft des Südens mit Chefkoch Gianni.  
Zzgl. zur Kursgebühr entstehen Kosten für  
Lebensmittel, die direkt beim Dozenten zu  
bezahlen sind.  
Bitte Behältnisse für Kostproben mitbringen.

#### Kurs 30.12

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.  
Ab 25.09.2012, Di., 18:00-21:45  
45 € / 3x / 15 UStd.

### La filosofia della nutrizione italiana ●

Giovanni Bagnardi  
Einfache Kochtechniken und Garmethoden  
kennenlernen mit Chefkoch Gianni.  
Zzgl. zur Kursgebühr entstehen Kosten für  
Lebensmittel, die direkt beim Dozenten zu  
bezahlen sind.  
Bitte Behältnisse für Kostproben mitbringen.

#### Kurs 30.13

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.  
Ab 23.04.2013, Di., 18:00-21:45  
45 € / 3x / 15 UStd.

### Möbelgestaltung im Shabby-Chic-Style ●

Christina Sievers-Mellinghaus  
Entdecken Sie Ihre eigene Kreativität und  
gestalten einen Stuhl, einen kleinen Schrank  
oder eine Fußbank im Shabby-Style. Vielleicht  
haben Sie noch ein schönes altes  
"Schätzchen" zu Hause, ansonsten findet sich  
sicherlich etwas in unserem Fundus. Entrinnen  
Sie für ein paar nette Stunden dem  
Alltagsstress in den ehemaligen Räumen einer  
Bäckerei im Shabby-Flair...

Um 10:00 Uhr Zusammentreffen aller  
Teilnehmer/-innen, Planung der Gestaltung  
(Farbe, Stoffe, Verzierungen), ggf. Schleifen  
und erster Anstrich. Gemütliche Pause mit  
Imbiss (Verpflegung bitte mitbringen). Danach  
Fertigstellung Ihres Unikats!

Anfallende Materialkosten sind vor Ort zu  
entrichten.

#### Kurs 30.27

Bella Trulla \*Möbel&Herzliches\*  
Herrenstraße 5, 37431 Bartolfelde  
29.09.2012, Sa., 10:00-17:00  
35 € / 1x / 8 UStd.

Für alle Bauchtanzkurse:  
Bitte mitbringen: Bequeme  
Gymnastikkleidung, Tuch/Schal für  
die Hüften, Matte/Decke, kleines  
Kissen, Getränk & Imbiss.

### Orientalischer Bauchtanz für Anfängerinnen - Schnupperkurs

Heike Loeper-Menge  
Lernen Sie die Vielfalt des orientalischen  
Tanzes kennen und tun Sie gleichzeitig etwas  
für ihre Gesundheit. Dieser Tanz gibt jeder  
Frau die Möglichkeit, unabhängig von Alter  
und Figur ihren individuellen Ausdruck zu  
finden, Kondition, Beweglichkeit und  
Kreativität zu fördern.

Unterstützt durch Übungen, speziell zur  
Kräftigung der Bauchmuskulatur und des  
Rückens sowie Entspannungsübungen zu  
orientalischer Musik wird das Körpergefühl  
verbessert.

Es besteht die Möglichkeit, anschließend in  
den Aufbaukurs einzusteigen.

#### Kurs 30.14 - Wochenendkurs

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.  
22.09.2012, Sa., 14:00-18:00  
19 € / 1x / 5 UStd.

### Orientalischer Bauchtanz - Aufbaukurs I

Heike Loeper-Menge  
In diesem Kurs werden wir die  
Grundbewegungen vertiefen, mit neuen  
Bewegungskombinationen erweitern und eine  
kleine Tanzchoreographie mit dem Schleier  
erarbeiten. Mit viel Spaß und Freude werden  
wir auch ein kleines Trommelsolo einüben. In  
Tanzimprovisationen können die  
verschiedenen Ausdrucksmöglichkeiten der  
wunderschönen orientalischen Musik  
ausprobiert werden und gleichzeitig können  
wir etwas für unsere Gesundheit tun. Frauen  
mit Tanzerfahrung, auch aus anderen  
Tanzrichtungen, sind herzlich willkommen.  
Weitere Informationen: Siehe Schnupperkurs  
für orientalischen Bauchtanz.

#### Kurs 30.15

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.  
Ab 24.09.2012, Mo., 19:30-21:00  
49 € / 8x / 16 UStd.

### Orientalischer Bauchtanz - Aufbaukurs II

Heike Loeper-Menge  
In den letzten Jahren hat es im Bauchtanz  
viele Einflüsse aus anderen Tanzrichtungen  
gegeben. In diesem Kurs wollen wir eine  
kleine Tanzchoreographie im Stil des "Salsa  
Oriental" erarbeiten. Hier werden die  
feurigen, lateinamerikanischen Rhythmen mit  
den anmutigen, fließenden Bewegungen des  
orientalischen Tanzes verbunden. Aber auch  
das freie Tanzen soll nicht zu kurz kommen.  
Frauen mit Tanzerfahrung auch aus anderen  
Tanzrichtungen sind herzlich willkommen.

#### Kurs 30.16

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.  
Ab 08.04.2013, Mo., 19:30-21:00  
49 € / 8x / 16 UStd.

### Tanz und Entspannung für Frauen

Heike Loeper-Menge  
In Kooperation mit der Gleichstellungsstelle  
der Stadt Bad Lauterberg.

In diesem Seminar möchte ich Lebensfreude  
und Lebendigkeit durch Tanz und Bewegung  
vermitteln. Lassen Sie sich von verschiedenen  
Musikrichtungen und Rhythmen inspirieren  
und anleiten, sich (frei) zu bewegen. Auch  
verschiedene Requisiten wie Tücher und  
Stöcke kommen zum Einsatz.

#### Kurs 30.18 - Wochenendkurs

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.  
23.02.2013, Sa., 14:00-18:00  
19 € / 1x / 5 UStd.

### Internationales Frauentanzfest

Heike Loeper-Menge  
In Kooperation mit der Gleichstellungsstelle  
des Landkreises Osterode am Harz und der  
Stadt Bad Lauterberg im Harz.

Anlässlich des internationalen Frauentages  
veranstaltet die KVHS Osterode in Kooperation  
mit der Gleichstellungsstelle Bad Lauterberg in  
der Aula der Lutterbergschule ein  
internationales Frauentanzfest mit  
Vorführungen der Bauchtanzgruppe der KVHS  
und Gästen. In den Pausen ist auch für das  
leibliche Wohl gesorgt mit Kaffee/Tee, Kuchen  
(zum Selbstkostenpreis). Nach den  
Tanzdarbietungen wird auch zu  
Mitmachtänzen und zum freien Tanzen zu  
Weltmusik aufgefordert. Vorverkauf: 3 € (für  
Schüler/-innen 1 €). Karten sind bei Frau  
Holzigel, Telefon (0 55 24) 80 01 10 erhältlich.  
Nachmittagskasse 5 €.

#### Kurs 30.19 - Wochenendkurs

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.  
09.03.2013, Sa., 15:00-18:00



## Gleichstellungsstelle

Landkreis Osterode am Harz

### Selbstverteidigung & Selbstbehauptung für Frauen

Steffi Turano

In Kooperation mit der Gleichstellungsstelle des Landkreises Osterode am Harz und der Stadt Bad Lauterberg im Harz.

Jede Frau kann sich verteidigen. Erlern werden Schlag-, Tritt-, Abwehr- sowie Befreiungstechniken und Selbstbehauptung. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung.

#### Kurs 30.21

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.

20.04.2013, Sa., 10:00-14:00

19 € / 1x / 5 UStd.

## GESUNDHEIT

### Gesundheit



### Akupressur für Frauen ●

Sabine Hoffmann

In Kooperation mit der Gleichstellungsstelle der Stadt Bad Lauterberg im Harz.

Akupressur ist eine sanfte Druckpunktmassage, bei der über die Haut bestimmte Körperpunkte stimuliert werden. Die Wirkung ist schmerzlindernd, entspannend und lösend.

Sie können bei Kopf- und Rückenschmerzen, Verspannungen, Stress, Frauenbeschwerden und vegetativen Disharmonien ihre Beschwerden lindern und ihre Gesundheit fördern.

Bitte mitbringen: Massageöl, warme und bequeme Kleidung, Decke und ausreichend Getränke.

Bitte immer mit Massagepartnerin anmelden.

#### Kurs 30.22

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.

16.02.2013, Sa., 11:00-15:00

17 € / 1x / 5 UStd.

### Hatha Yoga ●

Silke Müller

Hatha Yoga ist ein System von körperlichen und seelisch-geistigen Übungen, mit deren Hilfe die Harmonie von Körper, Seele und Geist erreicht werden kann.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, Wollsocken, Matte ggf. Yogakissen oder Nackenrolle.

#### Kurs 30.23

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.

Ab 06.11.2012, Di., 16:00-17:30

34 € / 6x / 12 UStd.

#### Kurs 30.24

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.

Ab 05.02.2013, Di., 16:00-17:30

34 € / 6x / 12 UStd.



## Musik, Geschichte, & Kunst

### Basics für Konzertgänger/-innen

Dorothea Pepler

Von "Andante" bis "Zauberflöte"

Klärung musikalischer Grundbegriffe anhand ganz verschiedener (klassischer) Konzertprogramme und der darin vorkommenden Werke (z.B. Komponist, Gattung, Form, Besetzung, Stil).

2 € für Kopien sind direkt an die Dozentin zu entrichten; evtl. vorhandene Musiklehrbücher können Sie gerne mitbringen.

#### Kurs 30.20

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.

09.11.2012, Fr., 18:00-21:00

10.11.2012, Sa., 15:00-18:00

33 € / 2x / 8 UStd.

### Gitarre für Anfänger/-innen

Bernd Richter

Liederbegleitung mit Akkorden

#### Kurs 30.26

Lutterbergschule, Eingang Jahnstr.

Ab 06.11.2012, Di., 18:00-19:30

39 € / 7x / 14 UStd.

### Tagesfahrt

#### zur Documenta-Stadt Kassel

Inge Holzigel

In Kooperation mit dem Kulturkreis Bad Lauterberg.

Am Vormittag besteht die Möglichkeit, an einer zweistündigen Führung durch die Documenta-Halle teilzunehmen. Diese Tageseintrittskarte berechtigt zum Besuch aller anderen Documenta-Ausstellungen, wie zum Beispiel Kulturbahnhof und Museum Fridericianum.

Am Nachmittag besteht die Möglichkeit zum Besuch des Herkules und des angrenzenden Bergparks sowie Schloss Wilhelmshöhe.

Abfahrtszeiten:

09:00 Vitamar Bad Lauterberg  
(anschl. alle Haltestellen in BL)

09:15 Barbis Oderfeld

09:20 Scharzfeld, Glogauer Straße

09:25 Herzberg, Englischer Hof

Rückkehr ca. 20:00

Anmeldungen und Bezahlung nur bei Inge Holzigel, Telefon (0 55 24) 80 01 10 oder E-Mail: ingeholzigel@gmx.de

Preise: Bus 15 €, Eintritt: 20 €, Führung 14 €

#### Kurs 70.001

Do., 13.09.2012

## VORTRAG

### Vortrag



### Die Geschichte der Frauen im Mittelalter

Jürgen Groger

Der Vortrag (PowerPoint-Präsentation) gibt Einblicke in die kulturellen, politischen und rechtlichen Verhältnisse im Mittelalter.

Bedeutende Frauen werden hierbei besonders herausgestellt.

Einlass ab 18:00. Es besteht die Möglichkeit, an einem mittelalterlichen Mahl teilzunehmen (gegen einen Kostenbeitrag).

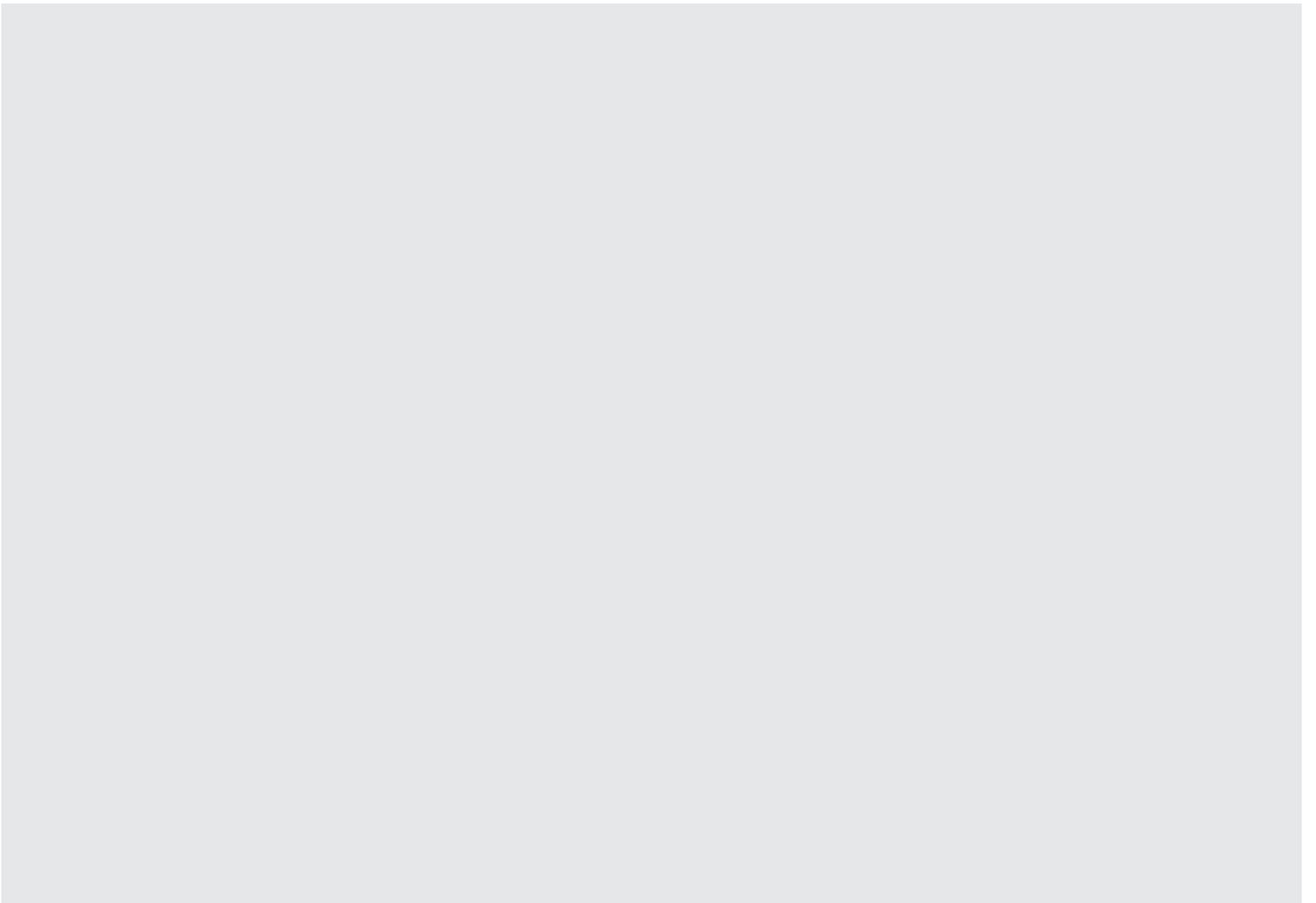
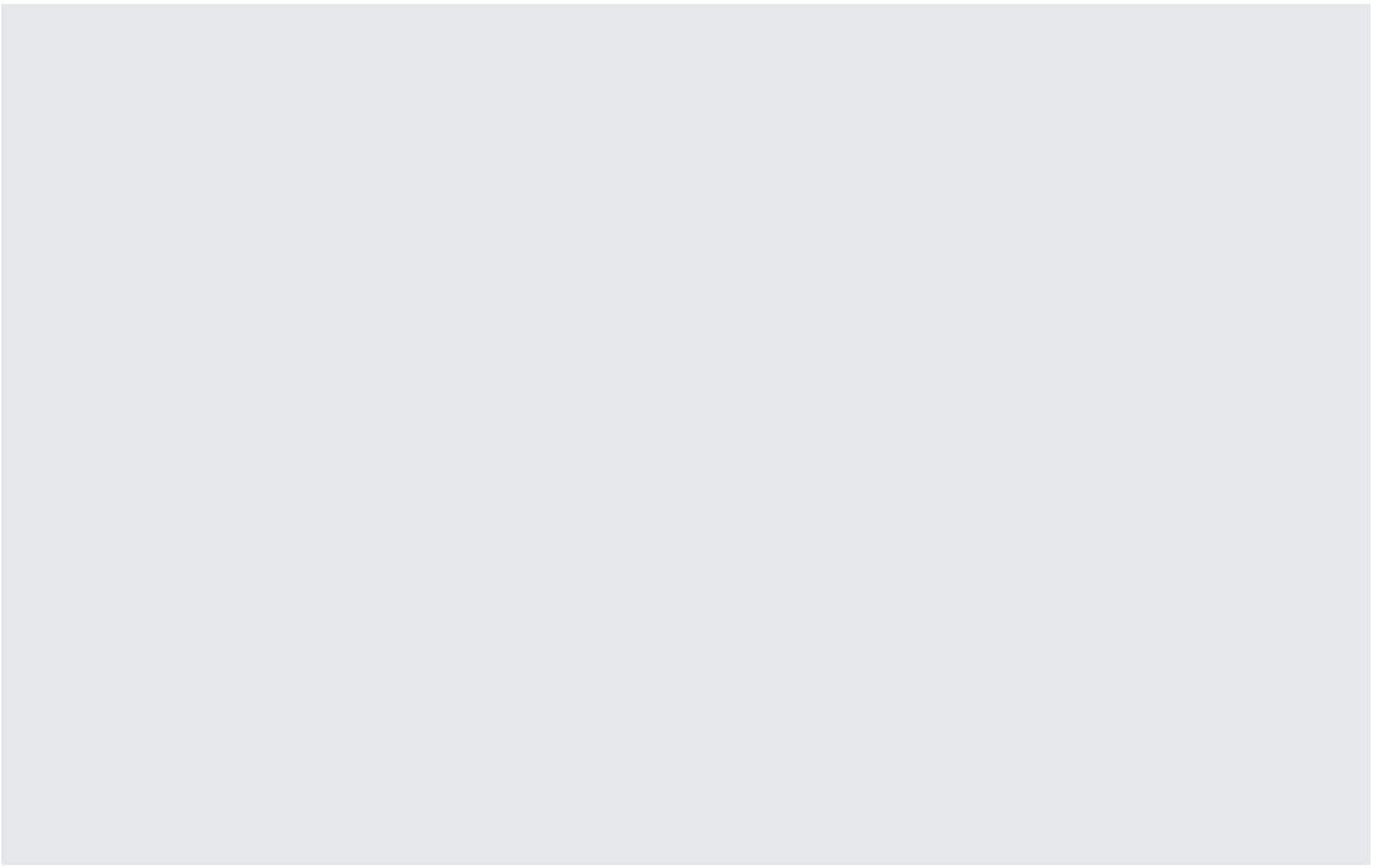
In Kooperation mit dem Kulturkreis Bad Lauterberg und der Gleichstellungsstelle Bad Lauterberg.

#### Kurs 70.004

Bad Lauterberg, Café Amadeus

15.02.2013, Fr., 19:30

Eintritt 5 €



# Bad Sachsa Walkenried

**Petra Utermöller**  
Leiterin der Außenstelle

(0 55 23) 86 01  
Lessingstraße 12  
37441 Bad Sachsa

## SPRACHEN Sprachen



### English Refresher Stufe 1 (A2/B1) ●

Bärbel Coombes

Aktivieren Sie Ihren vor Jahren einmal erlernten Wortschatz. (4-6 Jahre Schulenglisch).

#### Kurs 40.01

Schulzentrum  
Ab 18.09.2012, Di., 19:30-21:00  
53 € / 10x / 20 UStd.

### English Refresher Stufe 1-2 (A2-B1) ●

Bärbel Coombes

Für Interessierte mit guten Grundkenntnissen, Fortsetzung des Herbstkurses, Neueinsteiger/-innen willkommen.

#### Kurs 40.02

Schulzentrum  
Ab 15.01.2013, Di., 19:30-21:10  
53 € / 9x / 20 UStd.

### Holländisch von Anfang an ●

Dozententeam

Privat oder beruflich verwendbar. Kursstart, sobald sieben Anmeldungen vorliegen.

#### Kurs 40.12

Schulzentrum  
73 € / 10x / 20 UStd.

### EDV Einsteiger/-innen

Kurs für Teilnehmer/-innen ohne jegliche Vorkenntnisse.

### Erste Schritte am PC ●

Ralf Schossig

- PC starten und herunterfahren
- Umgang mit der Maus
- Texte eingeben, Schreibfehler korrigieren
- Briefe mit verschiedenen Schriftarten und Farben gestalten
- Drucken
- Internetseiten aufrufen

Kurs mit erhöhter Stundenzahl und reduziertem Tempo z.B. für Seniorinnen und Senioren.

#### Kurs 40.13 - 2x wöchentlich

Schulzentrum  
Ab 17.09.2012, Mo.+Mi., 15:30-17:45  
70 € / 6x / 18 UStd.

50

## Bad Sachsa - Walkenried



### Kurse für Einsteiger/ -innen mit ersten Erfahrungen

Dies ist unser klassischer Einführungskurs für Teilnehmende ohne oder mit nur sehr geringen Vorkenntnissen.

### EDV für Beruf und Privat

Martin Wenzel

Sie lernen alle wichtigen Grundfunktionen eines PC kennen, u.a.

- Briefe schreiben,
- Verwenden von USB-Sticks,
- Einladungen erstellen,
- E-Mails mit Fotos versenden,
- Haushaltsbuch führen,
- sicher im Internet surfen und einkaufen.

Kurs mit erhöhter Stundenzahl und reduziertem Tempo z.B. für Seniorinnen und Senioren.

#### Kurs 40.14 - Wochenendkurs

Schulzentrum  
Ab 09.11.2012, Fr.-So., 15:30-17:45  
133 € / 12x / 36 UStd.



### Kreativkurse

### Acrylmalerei ●

Susanne Lorek

Der Kurs führt in die vielfältigen Techniken der Acrylmalerei ein. Die Freude am Malen und die Förderung der eigenen Kreativität sollen in diesem Kurs im Vordergrund stehen. Bitte eigene Farben, Pinsel, Leinwand mitbringen (soweit vorhanden). Materialliste kann angefordert werden.

#### Kurs 40.07

Schulzentrum  
Ab 17.09.2012, Mo., 19:00-21:15  
34 € / 4x / 12 UStd.

#### Kurs 40.08

Schulzentrum  
Ab 14.01.2013, Mo., 19:00-21:15  
34 € / 4x / 12 UStd.

### Malen, malen und noch Malen ●

Kristine Luise Pfeiffer

Ausdrucksmalen im "MalOrt Farbenschön"  
Für Kinder ab 6 Jahren und Jugendliche

*Bunt und bunter blüht es an den Wänden,  
denn hier wird gemalt mit kreativen Händen.  
Mal rauf und runter wie eine Farbenrakete,  
wird wild gekleckst auf meterlanger Tapete.*

Malen ohne Leistungsdruck. Denn im Malen können Kinder und Jugendliche Entspannung, Freude und Ausgleich finden.

Materialkosten: Ca. 11 €, bitte direkt bei der Dozentin bezahlen.

#### Kurs 40.10

MalOrt Farbenschön, Schulstraße 4  
Ab 18.09.2012, Di., 16:00-17:30  
29 € / 5x / 10 UStd.

### rausMalen, überMalen und weiterMalen ●

Kristine Luise Pfeiffer

Ausdrucksmalen im "MalOrt Farbenschön"  
Für Erwachsene.

*Freudig erwacht das abenteuerliche  
Kreativherz,  
mit schwungvollen Pinselstrichen - ohne  
Scherz!*

*Am Ende lassen wir uns von Bildern  
überraschen,  
und können gemeinsam die Farbenpracht  
erhaschen.*

Malen ohne Leistungsdruck. Denn im Malen können Sie den Alltagsstress hinter sich lassen und in ihr kreatives Potenzial abtauchen.

Materialkosten: Ca. 11 €, bitte direkt bei der Dozentin bezahlen.

#### Kurs 40.09

MalOrt Farbenschön, Schulstraße 4  
Ab 20.09.2012, Do., 18:00-19:30  
29 € / 5x / 10 UStd.

### Patchwork ●

Constance Bock

Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene. Verwöhnen Sie sich mit einem Wochenende zwischen herrlichen Stoffen, Nähmaschine und Schneidebrett. Wie wär's mit einem kuscheligen Quilt für die kalten Tage? Gestalten Sie Ihre Ideen oder vollenden Sie Ihre Decken, Kissen, Taschen unter fachkundiger Anleitung. Ihre Grundkenntnisse können Sie in diesem Kurs ausbauen. Nähmaschine, Stoffe und Nähutensilien bitte mitbringen.

#### Kurs 40.03 - Wochenendkurs

Schulzentrum  
Vorbesprechung: Fr., 05.10.12, 19:30  
Kurs: Fr., 12.10., 18:00-21:00; Sa., 13.10.,  
08:30-16:00; So., 14.10., 10:00-14:30  
56 € / 4x / 21 UStd.

**Kurs 40.04 - Wochenendkurs**

Schulzentrum

Vorbesprechung: Fr., 25.01.13, 19:30

Kurs: Fr., 08.02., 18:00-21:00;

Sa., 09.02., 08:30-16:00

41 € / 3x / 15 UStd.

**Buntgestreift und schnell gemacht ●**

Petra Utermöller

Unter fachkundiger Anleitung frischen Sie Ihre Strickkenntnisse auf oder erlernen das Stricken. Sie stellen aus Colorwolle, die faszinierende Effekte direkt aus dem Knäuel hervorbringt, schöne warme Socken her, die zu Weihnachten fertig sind.

Material wird gegen Unkostenbeitrag vorgehalten (Wolle und Stricknadeln).

**Kurs 40.05**

Schulzentrum

Ab 05.11.2012, Mo., 19:00-21:15

27 € / 3x / 9 UStd.

**Mit Blauweißchen in den Frühling - Schnupperkurs ●**

Petra Utermöller

Mit handgefertigten Modellen drucken wir schöne Motive auf weißem Untergrund. Sie können sich Briefpapier, Servietten und Geschenkpapier erstellen. Nach ein wenig Übung bedrucken wir Kissenhüllen, Lavendelbeutel und Geschirrtücher.

Bitte mitbringen: Schürze.

Papier, Modellen und Farbe werden gestellt.

Falls Sie Stoffe bedrucken möchten, werden Kissenhüllen, Taschen und Lavendelbeutel vorgehalten und zum Verkauf angeboten.

**Kurs 40.06 - 1-Tages-Seminar**

Schulzentrum

07.03.2013, Do., 18:00-21:00

15 € / 1x / 4 UStd.

**Koch-Basics: Einfach Kochen ●**

Petra Utermöller

Wir wollen Grundkenntnisse der einfachen aber schmackhaften Küche erproben.

Angesprochen werden besonders Singles und Kücheneinsteiger, die in Ihrer eigenen Küche aktiv werden wollen.

Materialkosten: 2 € pro Abend, die direkt bei der Dozentin zu bezahlen sind.

Bitte Behälter für Kochproben mitbringen.

**Kurs 40.11**

Schulzentrum

Ab 08.11.2012, Do., 18:00-21:00

35 € / 3x / 12 UStd.

**Gesundheit****Hatha Yoga ●**

Silke Müller

Hatha Yoga ist ein System von körperlichen und seelisch-geistigen Übungen, mit deren Hilfe die Harmonie von Körper, Seele und Geist erreicht werden kann.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, Wollsocken, Matte ggf. Yogakissen oder Nackenrolle.

**Kurs 40.15**

Schulzentrum, Seiteneingang links

Ab 20.09.2012, Do., 16:30-18:30

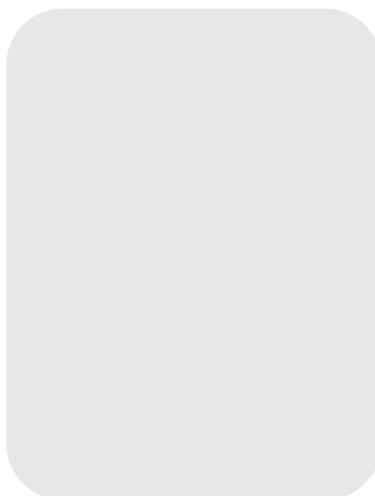
51 € / 10x / 15 UStd.

**Kurs 40.16**

Schulzentrum, Seiteneingang links

Ab 17.01.2013, Do., 16:30-18:30

51 € / 10x / 15 UStd.

**Stickwalking Einführung ●**

Michael Schaschek

Stickwalking hat sich gleichzeitig und unabhängig vom Nordic-Walking als gesunde Bewegungsform aus dem Bergwandern entwickelt. Beide Varianten haben jedoch die gleiche grundlegende Bewegungsidee: Durch den Einsatz von Stöcken modifiziertes, effizienteres Walking. Das Stickwalking wird bewusst im Präventions- und Rehabilitationsbereich angesiedelt.

Inhalte: Theoretische und praktische Einführung in die Technik, erste Praxiserfahrungen im Gelände, Nordic vs. Stick, Körperwahrnehmung. Eigene Stöcke können genutzt werden.

**Kurs 40.17**

Salztal Sport Center und Gelände

22.09.2012, Sa., 14:00-18:00

21 € / 1x / 5 UStd.

**Kurs 40.18**

Salztal Sport Center und Gelände

25.05.2013, Sa., 14:00-18:00

21 € / 1x / 5 UStd.

**Salze des Lebens**

Sabine Göllnitz

Sie erhalten einen Überblick über die 12 Schüssler-Salze sowie die wichtigsten Ergänzungsmittel. Anschließend werden Sie erfahren, wie uns diese sinnvoll durch das Jahr begleiten.

**Kurs 40.19**

Schulzentrum

Ab 14.11.2012, Mi., 19:00-21:15

20 € / 2x / 6 UStd.

**VORTRÄGE Vorträge****Der Alltag in der mittelalterlichen Stadt**

Jürgen Groger

Die Ausbildung des Städtewesens im 12. und 13. Jahrhundert mit der sozialen, wirtschaftlichen und kulturellen Lebensgrundlage, auf die unsere heutige Gesellschaft aufbaut, wird in Form einer PowerPoint-Präsentation vorgestellt.

**Kurs 70.006**

Schulzentrum

10.10.2012, Mi., 19:00

Eintritt 5 €

**Heiteres und Besinnliches von Eugen Roth**

Jürgen Groger

Eugen Roth ist der Dichter hintergründig - humorvoller Gedichte über menschliche Unzulänglichkeiten. In diesem Vortrag wird eine Auswahl seiner kurzweiligen Geschichten und Gedichte vorgestellt.

**Kurs 70.007**

Schulzentrum

29.01.2013, Di., 19:00

Eintritt 5 €

**Rosenstraße 76  
Häusliche Gewalt überwinden**

Ausstellung und Veranstaltungen  
8. -29. September 2012  
Kurt-Schröder-Halle, Osterode

[www.rosenstrasse76-osterode.de](http://www.rosenstrasse76-osterode.de)

 Evangelisch-lutherischer  
Kirchenkreis Osterode




**Freizeitgestaltung**
**Mountainbike - Technikkurs**

Matthias Lenz

Mountainbike- Technikkurs und eine geführte Tour, um das Gelernte in die Tat umzusetzen. Bitte mitbringen: Funktionsfähiges Mountainbike, Helm, Handschuhe, Fahrradbrille, Knie- und Ellenbogenschützer sowie wetterfeste Kleidung.

**Kurs 60.19 - Wochenendkurs**

Bad Grund, Sportgelände im Teufelstal  
Ab 14.09.2012, Fr., 14:00-17:00;  
Sa., 10:00-16:00  
32 € / 2x / 11 UStd.

**Kurs 60.20 - Wochenendkurs**

Bad Grund, Sportgelände im Teufelstal  
Ab 05.10.2012, Fr., 14:00-17:00;  
Sa., 10:00-16:00  
32 € / 2x / 11 UStd.


**Gesundheit**
**Yoga ●**

Christel Schossig

Hatha-Yoga ist die traditionelle Schulung der geistigen Konzentration. Als ganzheitliches System kann Yoga auch als Schule der Empfindungen bezeichnet werden. Die Fähigkeit zu körperlicher und geistiger Entspannung und Harmonisierung bringt eine positive Bewältigung der Alltagsbelastungen mit sich.

73 € / 12x / 24 UStd.

**Kurs 60.01**

Bad Grund, Kurzentrum  
Ab 17.09.2012, Mo., 18:30-20:00

**Kurs 60.02**

Bad Grund, Parkhotel Flora  
Ab 18.09.2012, Di., 10:00-11:30

**Kurs 60.03**

Bad Grund, Parkhotel Flora  
Ab 20.09.2012, Do., 10:00-11:30

**Kurs 60.04**

Bad Grund, Kurzentrum  
Ab 20.09.2012, Do., 18:30-20:00

**Kurs 60.05**

Bad Grund, Kurzentrum  
Ab 14.01.2013, Mo., 18:30-20:00

**Kurs 60.06**

Bad Grund, Parkhotel Flora  
Ab 15.01.2013, Di., 10:00-11:30

**Kurs 60.07**

Bad Grund, Parkhotel Flora  
Ab 17.01.2013, Do., 10:00-11:30

**Kurs 60.08**

Bad Grund, Kurzentrum  
Ab 17.01.2013, Do., 18:30-20:00

**Wassergymnastik ●**

Christa Werner

**Kurs 60.09**

Wartbergsschule  
Ab 19.09.2012, Mi., 19:30-20:15  
50 € / 10x / 10 UStd.

**Kurs 60.10**

Bad Grund, Solehallenbad  
Ab 20.09.2012, Do., 18:00-18:45  
29 € / 10x / 10 UStd.

**Kurs 60.11**

Bad Grund, Solehallenbad  
Ab 20.09.2012, Do., 18:45-19:30  
29 € / 10x / 10 UStd.

**Kurs 60.12**

Bad Grund, Solehallenbad  
Ab 20.09.2012, Do., 19:30-20:15  
29 € / 10x / 10 UStd.

**Kurs 60.13**

Wartbergsschule  
Ab 16.01.2013, Mi., 19:30-20:15  
50 € / 10x / 10 UStd.

**Kurs 60.14**

Bad Grund, Solehallenbad  
Ab 17.01.2013, Do., 18:00-18:45  
29 € / 10x / 10 UStd.

**Kurs 60.15**

Bad Grund, Solehallenbad  
Ab 17.01.2013, Do., 18:45-19:30  
29 € / 10x / 10 UStd.

**Kurs 60.16**

Bad Grund, Solehallenbad  
Ab 17.01.2013, Do., 19:30-20:15  
29 € / 10x / 10 UStd.

**Wirbelsäulengymnastik für Seniorinnen und Senioren ●**

Katja Klages

Wirbelsäulengymnastik

**Kurs 60.17**

Gittelde, Grundschule  
Ab 18.09.2012, Di., 15:30-16:30  
39 € / 10x / 14 UStd.

**Rückenschule für Seniorinnen und Senioren ●**

Katja Klages

Informationen und Übungen für ein rückengerechtes Verhalten.

**Kurs 60.18**

Gittelde, Grundschule  
Ab 15.01.2013, Di., 15:30-16:30  
39 € / 10x / 14 UStd.

Diese Kurse der Wirbelsäulengymnastik & Rückenschule sind von Krankenkassen als Präventionskurse anerkannt. Sprechen Sie für eine Förderung Ihre Krankenkasse an!

**Samtgemeinde Bad Grund****Heidrun Kreykenbohm  
Leiterin der Außenstelle**

(0 53 27) 13 33

Clausthaler Straße 21  
37539 Bad Grund


**Vorträge**
**Mit dem Zug durch die Schweizer Bergwelt**

Uwe Schöngraf

Steigen Sie ein und fahren Sie mit uns durch die Welt der Schweizer Berge.

**Kurs 70.008**

Alten- u. Pflegeheim Stein,  
von-Eichendorff-Straße 1  
14.11.2012, Mi., 15:00  
Eintritt 5 €

**Und der Herbst beginnt...**

Jürgen Groger

Herbstliche Geschichten, Gedichte und Lieder.

**Kurs 70.009**

Alten- u. Pflegeheim Stein,  
von-Eichendorff-Straße 1  
12.09.2012, Mi., 15:00  
Eintritt 5 €

**Vulkaninsel Teneriffa**

Uwe Schöngraf

Eine Rundreise durch den ewigen Frühling Teneriffas mit dem Nationalpark rund um Spaniens höchsten Berg, den Teide sowie einen Ausflug in den Loro-Park mit der größten Papageiensammlung der Welt.

**Kurs 70.010**

Alten- u. Pflegeheim Stein,  
von-Eichendorff-Straße 1  
20.02.2013, Mi., 15:00  
Eintritt 5 €

**"Jetzt fängt das schöne Frühjahr an"**

Jürgen Groger

Mit Frühjahrsgedichten der Dichter von Eichendorff, Uhland, Storm und anderen wird die erste, so sehnlichst erwartete Jahreszeit in diesem Vortrag begrüßt.

**Kurs 70.011**

Alten- u. Pflegeheim Stein,  
von-Eichendorff-Straße 1  
27.03.2013, Mi., 15:00  
Eintritt 5 €


**Mittwochrunde  
Badenhausen 2012**
**Wernigerode,  
Miniaturen und Bürgerbüro**

I. Schöngraf  
**Halbtagesfahrt**  
Mi., 05.09.12

**Bay. Wald, Donau u.a.**

I. und U. Schöngraf  
**Mehrtagesfahrt**  
16.-21.09.12

**Vortrag nach Ansage**

J. Maak  
**Dia-Vortrag**  
Mi., 10.10.12

**Mode und Mettwurst**

I. Schöngraf  
**Halbtagesfahrt**  
Mi., 24.10.12

**Paris**

U. Schöngraf  
**Dia-Vortrag**  
Mi., 07.11.12

**Adventsfeier**

**mit den Kindergartenkindern**  
I. Schöngraf  
Mi., 05.12.12


**Mittwochrunde  
Badenhausen 2013**
**Gran Canaria**

U. Schöngraf  
**Dia-Vortrag**  
Mi., 02.01.13

**Südtirol im Frühjahr und Herbst**

U. Schöngraf  
**Dia-Vortrag**  
Mi., 13.02.13

**Vortrag nach Ansage**

W. Kippenberg  
**Dia-Vortrag**  
Mi., 13.03.13

**Vortrag nach Ansage**

J. Maak  
**Dia-Vortrag**  
Mi., 03.04.13

**Zwischen Tegernsee und Zillertal**

I. u. U. Schöngraf  
**Abschlussstreffen u. Dia-Vortrag**  
Mi., 15.05.13

**Spargelbuffet**

I. Schöngraf  
**Tagesfahrt**  
Mi., 05.06.13

**Durch den Südharz**

I. Schöngraf  
**Halbtagesfahrt**  
Mi., 03.07.13

**Rosarium Sangerhausen**

I. Schöngraf  
**Halbtagesfahrt**  
Mi., 07.08.13  
Änderungen bleiben vorbehalten


**Vortrag**
**Loro-Park Teneriffa**

Uwe Schöngraf  
Dia-Show aus Europas größtem tropischen Garten, der mehr bietet als nur Papageien (Loros), sondern auch Delphine, Orcas, Tiger und Pinguine.

**Kurs 70.023**

Gesundheitszentrum Bad Grund  
07.03.2013, Do., 15:30  
Eintritt 5 €  
(für Bewohner des Gesundheitszentrums frei)

## KarstWanderWeg Südharz

Mit der Gipskarstlandschaft Südharz ist im Laufe von Jahrtausenden eine Region entstanden, deren geologischer Reichtum und biologische Vielfalt einen für Europa einzigartigen Naturraum darstellen. Das durch weißes Gipsgestein geprägte Gebiet erstreckt sich über die Landkreise Osterode in Niedersachsen, Nordhausen, Thüringen, sowie Mansfeld-Südharz, Sachsen-Anhalt. Von Förste bis nach Pölsfeld lässt sich diese eindrucksvolle Region auf dem Karstwanderweg Südharz mit 233 km erleben. Nähere Infos finden sich im Internet unter [www.karstwanderweg.de](http://www.karstwanderweg.de).

Im Herbst 2011 wurde der Weg mit dem Gütesiegel "Wanderbares Deutschland" des Deutschen Wanderverbandes ausgezeichnet. Dem voraus ging eine dreijährige Phase intensiver und ganz überwiegend ehrenamtlich erbrachter und privat finanzierter Arbeit des Qualitätsmanagements durch den Förderverein Deutsches Gipsmuseum und Karstwanderweg e.V. sowie die Partnervereine in den beiden anderen Bundesländern, wozu hier auch eine komplette Neubeschilderung gehörte. Als erster zertifizierter Wanderweg erstreckt sich der Karstwanderweg über drei Bundesländer; für ihn ist ein eigenes Lied, der Karst-Rap, auf der Homepage ([www.karstwanderweg.de](http://www.karstwanderweg.de)) zu hören und herunterzuladen.

Naturräumliche und kulturgeschichtliche Highlights des Südharzes bilden ein Alleinstellungsmerkmal mit fremdenverkehrlichen Chancen, wie dieses anderen Mittelgebirgen nicht zu eigen ist. Wenn der Südharz Gäste sucht, dann muss die touristische Werbung das Besondere herausstellen; diese Chance bietet der Karstwanderweg Südharz. Und mehr noch: Er erschließt eben nicht wie viele andere Wanderwege den „dunklen Tann“ des schon sehr gut erschlossenen Harzes sondern in einzigartiger Weise das Harzvorland mit seinen Dörfern.

Ob Wandergruppen die gesamte Strecke bewältigen und die Nächte in Südharzer Gasthöfen verbringen oder Einzelwanderer auch bei Tagesausflügen die Gegend erkunden, die außergewöhnlichen Phänomene am Wegesrand beeindrucken jedermann. Der Karstwanderweg ist einer der abwechslungsreichsten Wanderwege Deutschlands. Charakteristisch für diese Gegend ist der stete Wechsel der Nahbeobachtungen im lichten Laubwald mit den herrlichen Weitblicken in das Südharzer Vorland. Leichtgängige Strecken in Tallagen wechseln mit Abschnitten, die auf Anhöhen führen. Gäste auf dem Karstwanderweg sind selten länger als eine Viertelstunde von den nächsten Übernachtungsmöglichkeiten oder gastronomischen Einrichtungen entfernt.

### 26. August 2012

Das Grüne Band bei Tettenborn & Klettenberg,  
Botanische Wanderung  
Jürgen Thomas  
Treff: DDR-Museum Klettenberg (14:00 Uhr)

### 02. September 2012

Rund um Questenberg (7 km)  
Michael Kriebel  
Treff: Festplatz in Questenberg (14:00 Uhr)

### 09. September 2012

Warten, Landwehr, Türme & Burgen (1)  
Firouz Vladi & Dr. Stephan Flindt - Treff:  
Gasthaus Linde in Badenhausen (14:00 Uhr)

### 16. September 2012 - Tag des Geotops

Steinkirche bei Scharzfeld  
Firouz Vladi - Treff: Parkplatz Steinkirche bei  
Scharzfeld (10:00 Uhr)  
Hübichenstein in Bad Grund  
Dr. Friedhart Knolle  
Treff: B242 am Hübichenstein bei Bad Grund

Mountainbike-Tour am KWW zwischen  
Krimderode & Neustadt (10-25 km)

André Richter - Treff: Bahnhof der HSB in  
Krimderode (14:00 Uhr)

### 23. September 2012

Rund um den Gipssteinbruch Hopfenkuhle  
Uwe Schridde  
Treff: Einfahrt Gipsbruch Rump & Salzmann  
B241 zwischen Osterode & Dorste (14:00 Uhr)

### 30. September 2012

Familienwanderung rund um Hainrode:  
Die Natur & ihre Früchte genießen.  
Christiane Funkel & Iris Brauner - Treff: Gast-  
stätte Förstergarten in Hainrode (14:00 Uhr)

### 07. Oktober 2012

Vom Bauernhof Renziehausen nach Osterode:  
Besuch des Museums im Ritterhaus & zurück  
Uwe Schridde - Treff: Bauernhof Renziehausen  
B241 zwischen Osterode & Förste, Parken auf  
dem Hof (14:00 Uhr)

### 14. Oktober 2012

Karst & Kirchen - Wanderung von  
Dittichenrode über Questenberg & Wickerode  
mit Gottesdienst, Kirchenbesuch & Kaffee  
Christiane Soyke  
Treff: Kirche in Dittichenrode (09:30 Uhr)

### 20. Oktober 2012 (Samstag)

Tag des Kranichs  
Brunhard Fließ  
Treff: Schloss Auleben (10:00 Uhr)

### 21. Oktober 2012

Von den Pferdeställen in der Mooskammer  
zu den Burgen Morungens (8 km)  
Ronald Henschel  
Treff: Bushaltestelle Morungens (14:00 Uhr)

### 28. Oktober 2012

Wanderung durch das Hainholz (7 km)  
Wulf Ehrig  
Treff: Parkplatz Hainholz bei Düna (14:00 Uhr)

### 04. November 2012

Das Himmelreich im Herbstlaub  
(Ellrich - Walkenried)  
Firouz Vladi  
Treff: Bahnhof Ellrich (13:00 Uhr)

## KarstWanderWeg Südharz Geführte Sonntags- wanderungen 2012-2013

### Wanderungen 2013 - Auswahl:

#### 14. April 2013

Warten, Landwehr Türme & Burgen (2)  
Ührder Warte, Wüstung Möttlingerode &  
Pippinsburg  
Firouz Vladi & Dr. Stephan Flindt  
Treff: Parkplatz Schwimmbad ALOHA

#### 12. Mai 2013

Orte natürlicher Stille, punktuelle  
Naturattraktionen, Perspektivwechsel &  
andere Kriterien des DWV für einen  
zertifizierten Wanderweg am Beispiel des  
KWW im NSG Hainholz (8 km)  
Dr. Thomas Forche  
Treff: Parkplatz Hainholz bei Düna

#### 26. Mai 2013

13 Jahre Geocaching! Schätze im Himmelreich  
zwischen Ellrich & Walkenried  
Axel Jabs & Dr. Sigrid Vogel  
Treff: Bahnhof Walkenried

#### 02. Juni 2013

Landschaftsgeschichte zwischen Herzberg &  
Scharzfeld  
Firouz Vladi  
Treff: Parkplatz Knickel an der alten Straße  
zwischen Herzberg & Scharzfeld

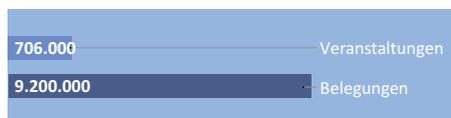
#### 16. Juni 2013

Vom Anhydrit zur Zwergenhöhle - Tour  
Richtung Ellrich & bis zum Sachsenstein  
Elmar Zimmer  
Treff: Parkplatz Kloster Walkenried

## Volkshochschule Bildung in öffentlicher Verantwortung

Weiterbildung ist unverzichtbarer Teil Lebenslangen Lernens. Ihre finanzielle Sicherung und institutionelle Verankerung ist und bleibt unverzichtbar. Hierfür werben und hierfür kämpfen wir:

### Für eine starke Volkshochschule!



\* Kurse, Einzelveranstaltungen, Vortragsreihen, Studienfahrten, Exkursionen sowie Studienreisen (gerundete Angaben aus der VHS-Statistik 2009)

### Unverzichtbar und unverwechselbar

Alle kennen die Volkshochschule. Jährlich besuchen rund 9 Millionen Menschen über 700.000 Veranstaltungen in der allgemeinen, beruflichen, kulturellen und politischen Bildung. Wissen sowie die Fähigkeit, das erworbene Wissen auch anzuwenden, müssen über den gesamten Lebenslauf ständig aktualisiert und erweitert werden. Mit ihren Angeboten organisieren und unterstützen die Volkshochschulen den Prozess des lebenslangen Lernens. Sie stehen den Menschen in einer zunehmend komplexen Lebenswelt bei, aktiv an Gesellschaft, Kultur und Beschäftigung zu partizipieren und ihr Leben sinnvoll und eigenverantwortlich zu gestalten. Die Erfolgsgeschichte der Volkshochschulen ist untrennbar verbunden mit gelebter Demokratie. Sie stehen für das Recht auf lebenslanges Lernen, für Bildungsgerechtigkeit und ein umfassendes Bildungsverständnis.

### Kommunal verankert und immer in der Nähe

Volkshochschule ist überall. In den Städten, Gemeinden und Landkreisen Deutschlands ist die Volkshochschule die bewährte zentrale Institution der kommunalen Daseinsvorsorge im Weiterbildungsbereich und wichtiger Garant einer bürger-orientierten Bildungsinfrastruktur. Das Weiterbildungszentrum Volkshochschule ist zugleich Lernort, Gestaltungsort und sozialer wie kultureller Treffpunkt für alle. Von Ländern und Kommunen sind die Volkshochschulen beauftragt, ein bedarfsgerechtes und bezahlbares Angebot an

Weiterbildung zur Verfügung zu stellen, welches ohne Hürden überwinden zu müssen, von allen Menschen wahrgenommen werden kann. Volkshochschulen werden von der kommunalen Selbstverwaltung getragen und demokratisch legitimiert. Über diesen öffentlichen Bildungsauftrag hinaus unterstützen sie ihre Kommunen auch, indem sie eine trägerübergreifende Weiterbildungsberatung leisten sowie bei der Umsetzung arbeitsmarkt- und sozialpolitischer Zielsetzungen. Mit fast 1000 eigenständigen Einrichtungen mit weiteren 3000 Außenstellen bilden die Volkshochschulen ein bundesweit einmaliges Netz wohnortnaher Weiterbildungs- und Kultureinrichtungen. In ländlichen Regionen sind die Volkshochschulen oft sogar der einzig erreichbare Weiterbildungsanbieter.

lebenslangen Lernens. Die Volkshochschulen leisten ihren Anteil, indem sie ihre eigenen Potenziale weiterentwickeln und ihre Ressourcen optimieren. Ihre Arbeit ist auf eine verlässliche Finanzierung angewiesen. Notwendig ist aber auch ein verstärktes finanzielles Engagement von Bund, Ländern und Kommunen für die öffentliche Weiterbildung. Sie stehen in der Pflicht, damit das Ziel, lebenslanges Lernen für Alle umzusetzen, nicht politische Rhetorik bleibt.

Volkshochschulen wirken mit ihren Zielsetzungen – Bildung für alle, Bildung in gemeinsamen Grundkompetenzen für die Zivilgesellschaft, Förderung aller vorhandenen Potenziale – dem drohenden Auseinanderdriften der Gesellschaft entgegen.

## Volkshochschule Bildung in öffentlicher Verantwortung

Auszüge aus: Die Volkshochschule - Bildung in öffentlicher Verantwortung  
herausgegeben vom Deutschen Volkshochschul-Verband e.V., Bonn 2011

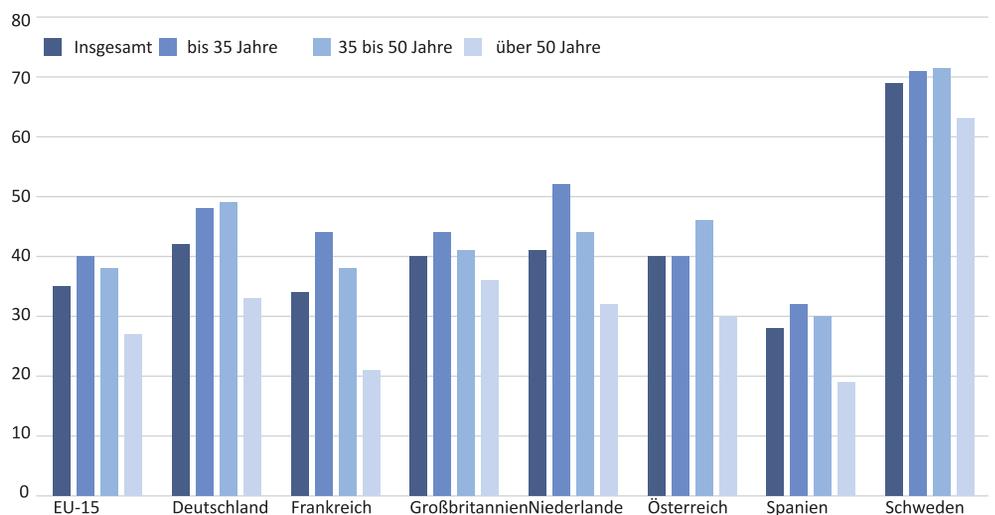
Die Herstellung gleichwertiger Lebensverhältnisse in allen Städten, Gemeinden und Kreisen im Bundesgebiet und das ehrgeizige bildungspolitische Ziel, die Weiterbildungsbeteiligung in Deutschland von derzeit 43 % auf 50 %, bei den Geringqualifizierten von 28 % auf 40 % bis zum Jahr 2015 zu erhöhen, bilden die Messlatte für eine zukunftsorientierte Weiterbildungspolitik. Deutschland hat in der Vergangenheit zu wenig auf gute Bildung und Weiterbildung für alle gesetzt. Um im internationalen Maßstab mithalten zu können, braucht es ein offenes und chancengerechtes, effizientes und kooperatives System des

Volkshochschulen arbeiten auch in Zukunft im Vergleich zu allen ähnlichen Institutionen kostengünstiger und erbringen ein Vielfaches dessen für die Gesellschaft, was sie kosten.

Volkshochschulen sind kompetente, innovationsfreudige Bildungseinrichtungen, die das Prinzip des lebenslangen Lernens praktisch umsetzen.

Volkshochschulen sind verlässliche, überparteiliche und nicht konfessionell gebundene Partner, die ausschließlich dem Gemeinwohl verpflichtet sind.

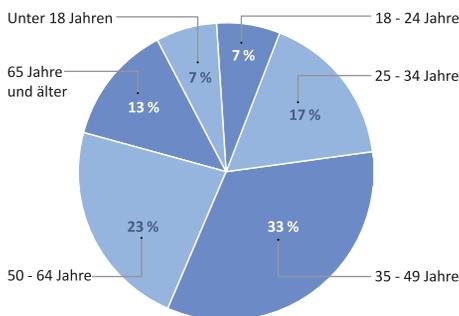
## Die öffentliche Hand steht in der Pflicht



Prozentuale Teilnahme an Weiterbildung nach ausgewählten EU-Staaten und Altersgruppen  
(\* EU-15 ohne Luxemburg und Irland) Quelle: Eurostat, AES 2007

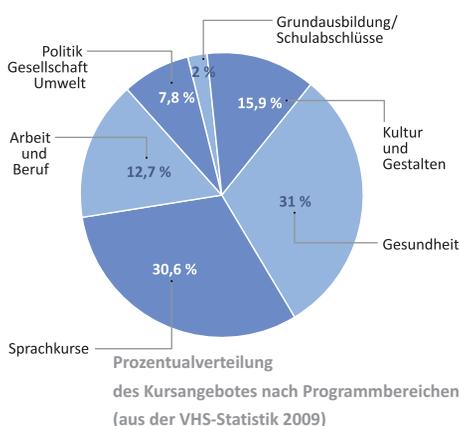
Volkshochschulen sind die einzigen Weiterbildungsanbieter mit einem umfassenden Angebot, die Bildungsmöglichkeiten und Lerninteressen möglichst vieler Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen berücksichtigen, Kooperationen mit anderen Institutionen des lebenslangen Lernens pflegen und dadurch die Kommune als Lebens- und Wirtschaftsstandort fördern.

Volkshochschulen greifen flexibel aktuelle gesellschaftliche Probleme auf, helfen ihren Teilnehmerinnen und Teilnehmern, im Wandel zu bestehen, gewinnen Bildungsbenachteiligte für Weiterbildung und setzen im öffentlichen Auftrag regionale oder bundesweite Bildungskampagnen um.



Lernen im Lebenslauf. Teilnehmer  
Altersstruktur der VHS-Teilnehmerinnen und  
(gerundete Werte aus der VHS-Statistik 2009)

**Volkshochschulen haben einen hohen Wirkungs- und Bekanntheitsgrad, sind bundesweit präsent, ermöglichen allen Bürgerinnen und Bürgern mehr Teilhabe an Bildung, Arbeit, Kultur und am öffentlichen Leben und erhöhen damit die Attraktivität der Stadt und der Region.**



Prozentualverteilung  
des Kursangebotes nach Programmbereichen  
(aus der VHS-Statistik 2009)

## Identität und Auftrag

Die Kreisvolkshochschule Osterode ist die Erwachsenenbildungseinrichtung des Landkreises Osterode am Harz. Wir bieten allgemeine, kulturelle, berufliche, sprachliche und gesundheitliche Weiterbildung sowie Bildungsmaßnahmen, die den besonderen gesellschaftlichen Erfordernissen entsprechen, wie z.B. 2. Bildungsweg, Kurse für Ehrenamtliche, Elternbildung und Kurse für Menschen mit Behinderungen. Dies tun wir ressourcenschonend und bedarfs- und nachfrageorientiert unter Berücksichtigung der besonderen strukturellen und geographischen Gegebenheiten des Landkreises.

## Werte

Wir stehen für Offenheit und Chancengerechtigkeit, Begegnungen und Verständigung mit Menschen unterschiedlichen Geschlechts, Alters, Berufs, unterschiedlicher Nationalität, Religion oder sozialer Stellung. Wir stehen auch für soziale und beschäftigungspolitische Verantwortung in einer strukturschwachen Region und für Freude an der Weiterbildung sowie die Möglichkeit zum lebenslangen Lernen als wichtige Orientierungshilfe in einer komplexer werdenden Welt.

Darüber hinaus verpflichtet sich die öffentliche Einrichtung KVHS zu Qualität, Wirtschaftlichkeit, Wissenschaftlichkeit, Humanität, weltanschaulicher und religiöser Neutralität, Pluralität und Aktualität.

## Auftraggeber, Adressaten und Zielgruppen

Auftraggeber sind die Einwohner des Landkreises Osterode am Harz. Adressaten sind neben den Einwohnern auch Unternehmen, Verwaltungen, Vereine und andere Organisationen wie das Jobcenter und die Bundesagentur für Arbeit.

Unsere Teilnehmerinnen und Teilnehmer (TN) sind alle Personen ab 15 Jahren, die sich beruflich weiterbilden, gesundheitlich, persönlich weiterentwickeln oder mit Gleichgesinnten einer sinnvollen Freizeitgestaltung nachgehen möchten.

[...]

## Unsere Fähigkeiten

Wir können als öffentliche Weiterbildungseinrichtung ein breit gefächertes Bildungs-, Beratungs- und Erlebnisangebot auf hohem Niveau an allgemeiner, sprachlicher, beruflicher, kultureller und gesundheitsfördernder Bildung für alle Bevölkerungsgruppen vorhalten. Besondere Kompetenzen bestehen in der beruflichen Qualifizierung aufgrund der engen institutionellen Verbindung zum Job-Center.

[...]



# KVHS

## Osterode am Harz

### Auszug aus dem Leitbild

## Leistungen

Wir bieten ein vielfältiges, differenziertes, qualitativvolles und bezahlbares Bildungsangebot. Zu diesem gehören:

- Schlüsselqualifikationen
- Anerkannte Abschlüsse und Zertifikate
- Bildungsurlaube
- Individuelle Bildungsberatung
- Persönliche und berufliche Bildungsberatung
- Beiträge zur beruflichen, sozialen und kulturellen Integration
- Entwicklung kreativer Fertigkeiten
- Berufliche Bildung
- Gesundheitliche Bildung
- Kurse und Vorträge mit starkem Regionalbezug auf den (Süd-)Harz und die Alleinstellungsmerkmale der Gipskarstlandschaft
- Sonderveranstaltungen wie Autorenlesungen, Vorträge, Konzerte, Kabarette, Kunstausstellungen.

Gebührenermäßigungen bzw. Befreiungen können wir als öffentliche Einrichtung verschiedenen sozial benachteiligten Gruppen eröffnen.

[...]

## Gelungenes Lernen

Lernen ist erfolgreich gelungen, wenn unsere TN

- ihr Wissen und Können erweitern,
- ihre Persönlichkeit entfalten,
- ihre soziale Integration verbessern und
- durch selbst bestimmte Ziele und aktive Lebensgestaltung ihre Lebensqualität erhöhen.

Zur äußeren Nachweisbarkeit gelungenen Lernens im Berufsleben soll die Erreichung der angestrebten Lernziele durch Abschlüsse, Prüfungen und qualifizierte Nachweise als Indikatoren dokumentiert sein.

573	Veranstaltungen
5.016	Belegungen

\* Kurse, Einzelveranstaltungen, Vortragsreihen, Studienfahrten, Exkursionen sowie Studienreisen (Angaben KVHS Osterode 2010)



## Wie melde ich mich an?

Bitte melden Sie sich vor Kursbeginn bei der Geschäftsstelle für Ihre Kurse an. Dies kann schriftlich, telefonisch, per E-Mail oder online erfolgen unter:

**KVHS Osterode,  
Neustädter Tor 1-3,  
37520 Osterode am Harz  
Telefon: (0 55 22) 960-450 und 960-451  
Telefax: (0 55 22) 960-444  
E-Mail: [info@kvhs-osterode.de](mailto:info@kvhs-osterode.de)  
Internet: [www.kvhs-osterode.de](http://www.kvhs-osterode.de)**

### Eine Anmeldebestätigung erfolgt nicht!

(Ausnahme: Bildungsurlaube)

Anmeldevordrucke halten die o.a. Stellen und alle Sparkassen im Landkreis bereit (in der Samtgemeinde Walkenried die Volksbanken). Auf der Hefrückseite finden Sie Vordrucke zum Ausschneiden.

Sollte ein Kurs überbelegt sein, ausfallen oder verschoben werden, erhalten Sie eine Nachricht.

## Wie und wann zahle ich meine Kursgebühr?

Für Bildungsurlaube, Intensiv-, Wochenend- und Kochkurse mindestens eine Woche vor Veranstaltungsbeginn; für alle übrigen Kurse spätestens bis zur zweiten Zusammenkunft. Überweisungsvordrucke erhalten Sie in der Geschäftsstelle und bei der Kursleitung (Bankverbindungen siehe Seite 3). Für Studienreisen gelten besondere Bedingungen, die Sie bei der Anmeldung erhalten.

## Wie und bis wann kann ich mich abmelden?

Bei Intensiv-, Wochenendkursen bzw. Wochenendseminaren, Tagesseminaren und Kochkursen, Bildungsurlauben sowie Kursen aus dem Bereich Samstagsakademie besteht ein **kostenfreies Rücktrittsrecht bis 14 Tage vor Kursbeginn**.

Bei allen übrigen Kursen bis spätestens einen Tag vor der 2. Zusammenkunft der Kursgruppe. Ihre Abmeldung richten Sie bitte telefonisch oder schriftlich an die Geschäftsstelle Osterode.

### Abmeldungen bei der Kursleitung können leider nicht anerkannt werden.

Bei Kursen mit mehr als 40 Unterrichtsstunden gilt eine vierwöchige Kündigungsfrist bei Abmeldung nach der 2. Zusammenkunft, sofern keine andere Regelung von der Geschäftsstelle getroffen wird.

## Gebührenermäßigung

Die Kreisvolkshochschule Osterode bietet ihre Kurse zu kostengünstigen Tarifen an. Ermäßigung kann beantragt werden für Kurse, die im gedruckten Programmheft mit einem Punkt ● hinter der Kursnummer/-gebühr bzw. auf der Internetseite mit dem Zusatz "Ermäßigung möglich: ja" gekennzeichnet sind. Gebührenermäßigungen können nur in finanziellen Härtefällen unter Nachweis des Familieneinkommens gewährt werden. Bei Vorlage entsprechender Nachweise kann die Gebühr maximal wie folgt ermäßigt werden:

- 50 %: Sozialhilfe- bzw. Arbeitslosengeld II-Empfänger,
- 25 %: Empfänger von Arbeitslosengeld I und BaföG.

Formlose Anträge auf Gebührenermäßigung richten Sie bitte **vor Kursbeginn** an die Osteroder Geschäftsstelle.

### Also lautet ein Beschluß:

**Daß der Mensch was lernen muß.**

**Nicht allein das Abc**

**Bringt den Menschen in die Höh';**

**Nicht allein in Schreiben, Lesen**

**Übt sich ein vernünftig Wesen;**

**Nicht allein in Rechnungssachen**

**Soll der Mensch sich Mühe machen,**

**Sondern auch der Weisheit Lehren**

**Muß man mit Vergnügen hören.**

*Wilhelm Busch*

*Max und Moritz, Vierter Streich*

Kunden der Osterode Tafel e.V. zahlen für Kurse bis maximal 40 Unterrichtsstunden lediglich 5 € Einschreibgebühr. Diese wird erstattet, wenn Sie mindestens 80% der Unterrichtsstunden besuchen.

Belegen mindestens drei Personen einer Familie denselben, mit Punkt ● gekennzeichneten Kurs, erhält die dritte Person eine Gebührenermäßigung in Höhe von 50 %, jedes weitere Familienmitglied wird von der Gebühr befreit.

**Achtung! Gebührenermäßigung kann nur bei Kursen gewährt werden, in denen die Mindestpersonenzahl erreicht wird.**

## Mindestpersonenzahl

Die Gebühren der Kreisvolkshochschule sind in der Regel auf der Grundlage von mindestens 10 Teilnehmer/-innen kalkuliert. Sollten sich weniger als 10 Teilnehmer/-innen zu einem Kurs anmelden, erhöht sich die Gebühr pro Person entsprechend.

# Teilnahmebedingungen

## Das Kleingedruckte

## Materialkosten

In vielen Kursen, zum Beispiel Kochen, Nähen, Kosmetik und im Fachbereich "Künstlerisches Arbeiten und Freizeitgestaltung", entstehen zusätzliche Kosten für Material und Werkzeug. Die fachgerechte Beratung durch Kursleiter/-innen bei der ersten Zusammenkunft vermeidet voreilige, oft unzweckmäßige Anschaffungen.

Alle weiteren Materialien (z.B. Fotokopien) werden zum Selbstkostenpreis berechnet. Dies gilt für alle Fachbereiche.

## Teilnahmebescheinigungen

Auf Wunsch wird nach Abschluss eines Kurses von der Geschäftsstelle eine Teilnahmebescheinigung gegen 1 € Gebühr ausgestellt.

## Datenschutz

Von Ihren Angaben auf der Anmeldung werden der Name, die Anschrift und die Statistikdaten automatisiert verarbeitet. Alle anderen Daten sind hiervon nicht betroffen. Rechtsgrundlage für die Verarbeitung der Daten ist § 9 Abs. 1 Nieders. Datenschutzgesetz. Eine Weitergabe der persönlichen Daten erfolgt nicht.

## Versicherung

Die Teilnahme an Kursen, Vorträgen, Führungen und Fahrten sowie Exkursionen geschieht auf eigene Gefahr (auch auf den Wegen zwischen Veranstaltungs- und Wohnort). Bei Unfällen sowie sonstigen Unregelmäßigkeiten (z. B. Ausfall von Veranstaltungen) übernimmt die Kreisvolkshochschule keine Haftung.

**Die Kreisvolkshochschule des Landkreises Osterode am Harz ist vom Niedersächsischen Minister für Wissenschaft und Kunst seit dem 1. Januar 1971 gemäß § 3 und § 5 des Gesetzes zur Förderung der Erwachsenenbildung als förderungsberechtigt anerkannt.**

