



Liebe Leserinnen und Leser!

Kurse, Workshops, Bildungsurlaube, Veranstaltungen, Exkursionen und vieles mehr bietet die Kreisvolkshochschule Northeim auch im Rahmen ihres Programms für das Frühjahr 2023 wieder an. Eine Übersicht über all die attraktiven Weiterbildungsmöglichkeiten finden Sie im vorliegenden Programmheft.

Mit der Corona-Pandemie, dem russischen Angriffskrieg in der Ukraine und parallel dazu der Klimakrise leben wir aktuell in einer Zeit, die von vielen Unsicherheiten geprägt ist. Dies verlangt uns allen einiges an Kraft ab. Gerade aus diesem Grund ist es jedoch wichtig, Instrumente zu entwickeln, die uns helfen, mit diesen Herausforderungen umzugehen, Gemeinschaft zu stärken und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu fördern.

Ein Fels in dieser Brandung sind die Volkshochschulen, die seit gut 100 Jahren in Deutschland und seit fast 50 Jahren im Landkreis Northeim die Menschen mit Weiterbildungsangeboten unterstützen. Sie bieten Kompetenzen in beruflichen Belangen, geben Hilfe bei der Ausgestaltung eines gesunden Lebens, fördern künstlerische Talente und vieles mehr. Und anders als Erklärvideos im Internet bieten sie eine Gemeinschaft, in der Gleichgesinnte - angeleitet von einer Fachfrau oder einem Fachmann - an einem gemeinsamen Ziel arbeiten und miteinander und voneinander lernen.

Die Kreisvolkshochschule Northeim begreift sich selbst als lernende Organisation und entwickelt sich stetig weiter. Im vorliegenden Programmheft hat sie versucht, Ihnen das Finden von Veranstaltungen leichter zu machen und das Angebot noch besser zu strukturieren. Zusätzlich hat sie es mit einigen interessanten Geschichten aus der Welt ihrer Kurse und Veranstaltungen geschmückt, um Ihnen auch auf diese Weise zu zeigen, wie gewinnbringend lebenslanges Lernen sein kann.

Ich lade Sie ganz herzlich zum Stöbern im vorliegenden Programm für das Frühjahrssemester 2023 ein!

Northeim, im Januar 2023
Ihre

Astrid Klinkert-Kittel
Landrätin

P.S.: Vielleicht haben Sie es beim Betrachten des Titelbildes bereits geahnt: auch die Kreisvolkshochschule beteiligt sich an der Landesgartenschau in Bad Gandersheim. Sie ist dort vom 22. bis 26. Mai 2023 für eine ganze Woche im Pavillon der Regionen mit einem breiten Programm vertreten. Zusätzlich treten verschiedene Gruppen der KVHS auf der Parkbühne im Roswithapark auf. Das komplette Programm finden Sie auf Seite 16 in diesem Heft. Schauen Sie doch einfach mal vorbei!



Kreisvolkshochschule Northeim

An der Schule 2
37574 Einbeck - Drüber

Kontakt:
Tel.: 05551/708-**8210**
Fax: 05551/708-8229
info@kvhs-northeim.de
www.kvhs-northeim.de



Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag 8.30 - 12.30 Uhr
Dienstag und Donnerstag 14.00 - 16.00 Uhr sowie nach Absprache
Mittwoch geschlossen

Programmbereiche

Mensch & Umwelt

Martin Heuer, 05551/708-8219, mheuer@landkreis-northeim.de

Pädagogik

Stefanie Turano, 05551/708-8222, sturano@landkreis-northeim.de

Digitales

Jörg Hüddersen, 05551/708-8212, jhueddersen@landkreis-northeim.de

Grundbildung & Schulabschlüsse

Halida Sydymanova, 05551/708-8218, hsydymanova@landkreis-northeim.de

Fremdsprachen

Stefanie Turano, 05551/708-8222, sturano@landkreis-northeim.de

Deutsch & Integration

Sarah Ohst, 05551/708-8215, sohst@landkreis-northeim.de

Kultur & Gestalten

Martin Heuer, 05551/708-8219, mheuer@landkreis-northeim.de

Musik: Jessica Krause, 05551/708-8220, jkrause@landkreis-northeim.de

Sommerakademie:

Halida Sydymanova, 05551/708-8218, hsydymanova@landkreis-northeim.de

Gesundheit

Entspannung und Bewegung:

Jessica Krause, 05551/708-8220, jkrause@landkreis-northeim.de

Gesundheitswissen: Sarah Ohst, 05551/708-8225, sohst@landkreis-northeim.de

Kochen

Halida Sydymanova, 05551/708-8218, hsydymanova@landkreis-northeim.de

Allgemeine Informationen

Leiter der Kreisvolkshochschule

Jörg Hüddersen, 05551/708-8212, jhueddersen@landkreis-northeim.de

Verwaltungsleiterin

Christiane Selke, 05551/708-8213, cselke@landkreis-northeim.de

Öffentlichkeitsarbeit

Eckhard Senger, 05551/708-684, esenger@landkreis-northeim.de

Verwaltung/Informationen

Gesine Rode, 05551/708-8210, grode@landkreis-northeim.de

Petra Hartje, 05551/708-8214, phartje@landkreis-northeim.de

Annette Marquard, 05551/708-8211, amarquard@landkreis-northeim.de

Das Symbol „WWW“ unter einigen Kursbeschreibungen bedeutet, dass auf www.kvhs-northeim.de zusätzliche Infos zu dem jeweiligen Kurs abrufbar sind.

Vorwort

Ihre Kreisvolkshochschule

Mensch & Umwelt

- 7 Persönlichkeit stärken
- 8 Politik & Gesellschaft
- 8 Philosophie
- 9 Geschichte & Zeitgeschichte
- 10 Plattdeutsch für Alle
- 11 Geologie
- 11 Natur & Garten
- 13 Ehrenamtliche Betreuung
- 14 Recht im Alltag
- 15 Inklusion und Kurse für Menschen mit Behinderungen

Pädagogik

- 17 Kinder & Familie
- 18 Berufliche Qualifizierung in pädagogischen Berufen
- 19 Erlebnispädagogik

Digitales

- 20 Medienbildung
- 20 PC & Internet - Grundstufe
- 22 PC & Internet - Aufbaustufe
- 22 PC & Internet - Workshops
- 22 Office Anwendungen
- 25 Bildbearbeitung

Berufliche Bildung

- 27 Buchführung

Grundbildung, Schulabschlüs

- 29 Schulabschlüsse
- 29 Grundbildung - Lesen, Schreiben, Rechnen lernen

- 29 Grundbildung am Arbeitsplatz und im Alltag

Sprachen

- 32 Bildungsurlaube Fremdsprachen
- 32 Englisch
- 38 Französisch
- 40 Italienisch
- 42 Spanisch
- 43 Dänisch
- 43 Norwegisch
- 43 Latein
- 43 Arabisch
- 44 Hindi

Deutsch & Integration

- 47 Deutsch als Zweitsprache - Beratung
- 47 Grundstufe
- 48 Aufbaustufe
- 48 Zertifikatsprüfungen & Tests

Kultur & Gestalten

- 51 Archäologie, Architektur & Kunstgeschichte
- 52 Literatur & Schreiben
- 52 Fotografie
- 53 Oldtimerfotografie
- 54 Nachhaltig & Kreativ
- 54 Malen & Zeichnen
- 55 Zeichnen
- 56 Aquarellmalerei
- 57 Ölmalerei
- 57 Acrylmalerei & Sonstiges
- 57 Steinbildhauerei & Plastiken
- 58 Ton & Keramik
- 60 Schmieden
- 60 Textiles Gestalten
- 61 Musik

- 62 Chor & Orchester
- 63 Gesang & Stimme
- 63 Rhythmus/Percussion
- 64 Saiteninstrumente: Gitarre, Ukulele
- 66 Tasteninstrumente: Keyboard, Klavier

Gesundheit

- 68 Entspannung
- 69 Yoga
- 73 Qigong & Taijil Quan
- 74 Bewegung & Körpererfahrung
- 79 Rund um Körper & Gesundheit
- 81 Kochen & Genießen

Weiterbildung für Frauen

Kursleitungen / Musik

Außenstellen

- 89 Bad Gandersheim
- 89 Bodenfelde
- 89 Dassel
- 89 Einbeck
- 90 Hardeggen
- 90 Katlenburg-Lindau
- 90 Kreiensen
- 90 Moringen
- 90 Nörten-Hardenberg
- 90 Northeim
- 92 Uslar

Datenschutz

Allg. Geschäftsbedingungen

RCP8.5 muss man sich merken?

Hoffentlich nicht, denn es ist die von Weltklimarat als Extrem-Szenario beschriebene Variante der Erderhitzung. Damit es nicht dazu kommt, sind vielfältige und umfassende Maßnahmen erforderlich.



Upcycling - Hübsches aus alten Kleidern



Aus Alt mach Neu

Kleine Schritte dazu können Sie vor Ort lernen und somit schon jetzt die Ressourcen schonen:

- Wie mit LINUX ein Laptop oder PC immer aktuell bleibt.
- Wie Kleidung geändert werden kann.
- Wie Sie Ihren Garten umweltgerecht gestalten können.
- Wie mit Lehm Innenräume gestaltet werden können.
- Wie sich leckeres Essen nachhaltig kochen lässt.

Stromverbrauch senken bei der Nutzung des PC/Laptop - so geht's:

Beim Surfen im www einfach die Funktion Lesezeichen für regelmäßig besuchte Seiten setzen, denn jede Suchmaschinen-Anfrage lässt weltweit Server arbeiten und dabei Strom verbrauchen.

E-Mail-Anhänge vermeiden, besser Dokumente auf einem Server ablegen und nur die Verlinkung zum Dokument versenden.

Die Einstellungen am Bildschirm ändern: Helligkeit etwas reduzieren. Die Augen gewöhnen sich schnell um.

Ein klassisches Telefonat braucht weniger Strom als eine Video-Konferenz.

Wenn der Computer inkl. Bildschirm länger nicht gebraucht wird, einfach ausschalten.

Auch der Ruhemodus erfüllt diesen Sinn, ermöglicht aber auch wieder schnellen Zugriff bei der Wiederkehr aus der Pause.

Wenn der Router oder das WLAN länger nicht gebraucht wird, einfach ausschalten.



Bauen mit Lehm

Nachhaltigkeit

Gruppen lebendig leiten! G1074P1	Seite 7
Gartenplanung mit heimischen Sträuchern G1156E2K	Seite 11
Ehrenamtliche Betreuung G1500A1	Seite 13
Innenräume mit Lehm gestalten G1057P1K	Seite 54

MENSCH & UMWELT



Kontakt:

Martin Heuer

Programmbereichsleiter
Mensch & Umwelt

Tel: 05551/708-8219

mhheuer@landkreis-northeim.de

Bildung für Alle

Die Veranstaltungen der KVHS sind weltanschaulich neutral, überparteilich und den Prinzipien einer demokratischen Gesellschaft verpflichtet. Sie sind geprägt durch offenen Gedankenaustausch, zur gemeinsamen Erarbeitung von Kenntnissen und kreativen Methoden. Die Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) ist eine wesentliche gesellschaftliche Aufgabe, die wir zunehmend mehr aufnehmen. Gemeint ist eine Bildung, die Menschen zu zukunftsfähigem Denken und Handeln befähigt. Sie ermöglicht es, die Auswirkungen des eigenen Handelns auf die Welt zu verstehen.

Persönlichkeit stärken

Die eigene Persönlichkeit stärken

NEU!

● Gruppen lebendig leiten!

Menschen verfolgen in Gruppen und Teams vielfältige Ziele. Im Miteinander entfaltet sich unvermeidlich ein Kräftespiel um Themen wie Rollenverteilung, Einfluss und Regeln. Im Vortrag wird anschaulich und praxisnah grundlegendes Wissen über Entwicklungsgesetze und typische Gruppen-Prozesse vermittelt. Gruppenleitungen bekommen so einen Eindruck, wie Störungen vorgebeugt und Zusammenarbeit gefördert werden können.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.05
Andrea Eimler

Donnerstag, 16.2.2023, 19.30 bis 21.15 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 15.2.2023

Kurs-Nr.: G1074P1

● Der emotionale Rucksack

Sie sollen für sich ein Verständnis bekommen, dass wir alle Altlasten in Form von Glaubenssätzen, Konditionierungen, Programmen, vergangenen Emotionen und Gefühlen mit uns herumtragen. Sie bekommen einen Einblick über die Wirkung dieser Programme im Unterbewusstsein, die Bedeutung des "Inneren

Kindes" und unserer Schattenanteile, die sich im Außen durch Projektion und Spiegelung bemerkbar machen.

➔ WWW

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
Sabine Hofmann

Freitag, 17.2.2023, 18.30 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 10.2.2023

Kurs-Nr.: G1074E1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Sabine Hofmann

Freitag, 17.3.2023, 18.30 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 10.3.2023

Kurs-Nr.: G1074P2

Kurse für Frauen

● Mit Stil kreativ - gewusst wie! Die eigene Garderobe individuell und stilvoll kreieren

Schrank voll und doch nichts anzuziehen? Welcher Stil schmeichelt meiner Figur und unterstreicht am besten meine Persönlichkeit? Was passt zu mir beruflich und privat? Sie lernen Ihren individuellen Körperformen entsprechende Stilmerkmale auszuwählen und entdecken eine "Wohlfühl-Garderobe" passend zu den unterschiedlichen Bedürfnissen und

Anlässen in Ihrem Leben. Ihre besonderen körperlichen Merkmale werden in Trümpfe verwandelt.

➔ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 25
Eingang Rückseite des Gebäudes
Ekta Tina Pabst

Samstag, 24.6.2023, 11 bis 16.30 Uhr
1 Termin, 24,99 Euro
Anmeldeschluss: 16.6.2023

Kurs-Nr.: G2141P1

● Die Kraft der Farben im Alltag nutzen - eine kreative Reise in die eigenen Farbwelten

Wir leben in einer bunten Welt, deren Farben permanent auf uns einwirken. Die Farbigkeit, die uns direkt umgibt, beeinflusst sowohl unser Wohlbefinden als auch unsere Ausstrahlung. Je mehr unsere Kleidungs- und Umgebungsfarben mit unserem inneren und äußeren Naturell übereinstimmen, umso gestärkter fühlen wir uns und können mit unserer Persönlichkeit nach außen strahlen.

➔ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 25
Eingang Rückseite des Gebäudes
Ekta Tina Pabst

Samstag, 22.4.2023, 11 bis 16.30 Uhr
1 Termin, 24,99 Euro
Anmeldeschluss: 14.4.2023

Kurs-Nr.: G2141P2

NEU!

Politik & Gesellschaft

● **Kursleiter*in werden?!**

Ein Job für Herz & Hirn

Sie haben sich Wissen in einem Thema angeeignet und möchten dies an Interessierte weitergeben?

Eine erste Info haben wir hier zusammengestellt:

<https://www.kvhs-northeim.de/ueber-uns/kursleitende-gesucht>

In dieser Online-Sprechstunde wollen wir klären, ob die Tätigkeit als Kursleiter*in für Sie in Frage kommt, auch wenn Sie beispielsweise bisher keine Unterrichtserfahrung haben.

Sie erfahren etwas über die Institution KVHS, über Teilnehmer...

⇒ WWW

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Stefanie Turano

Freitag, 3.3.2023, 17 bis 19 Uhr

1 Termin, kostenlos

Anmeldeschluss: 2.3.2023

Kurs-Nr.: G8000X1

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Martin Heuer

Mittwoch, 12.4.2023, 19 bis 21 Uhr

1 Termin, kostenlos

Anmeldeschluss: 11.4.2023

Kurs-Nr.: G8000X2

● **Forum F - Fotografie**

Fortsetzung des Arbeitskreises. Eine Anmeldung ist erforderlich. Bitte eigene Kamera und Objektive, evtl. die Bedienungsanleitung der Kamera mitbringen.

Einbeck, Lernwerkstatt des PS.Speicher

Hullerser Tor 5a

Frank Watermann

Sonntag, 30.4., 21.5., 25.6., 27.8., 24.9.,

29.10., 26.11.2023,

jeweils von 15 bis 18 Uhr

7 Termine, kostenlos

Höchstteilnehmerzahl: 20

Anmeldeschluss: 20.4.2023

Kurs-Nr.: G1080E1



● **Jetzt aber! - Mehr Nachhaltigkeit in meinem Alltag**

Möchten Sie Ihren Alltag nachhaltiger gestalten? Dann kann dieser Kurs den Anstoß geben: Wir beleuchten zunächst, woran es bisher trotz unser Absichten

manchmal gescheitert ist. Dann entwickeln wir für verschiedene Lebensbereiche (z.B. Ernährung, Konsum, Mobilität) konkrete, praktikable Maßnahmen für mehr Nachhaltigkeit im Alltag. Die gemeinsame Erarbeitung bestärkt und motiviert - nachhaltig!

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 20

Eingang Rückseite des Gebäudes

Elisabeth Zimmermann

Dienstag, 14.3.2023, 17.30 bis 19 Uhr

Dienstag, 21.3.2023, 17.30 bis 19.45 Uhr

2 Termine, 15 Euro

Anmeldeschluss: 7.3.2023

Kurs-Nr.: G1155P1

● **Nachhaltigkeit im Kleiderschrank - Ressourcen schonende Garderobenplanung**

Das Thema Nachhaltigkeit wird immer wichtiger, doch der Gesamtprozess der Kleidungsherstellung ist komplex und undurchschaubar. Wie können wir uns trotzdem ökologisch nachhaltig kleiden und Ressourcen sparen? Ob fair gehandelte Öko-Label, Second-Hand-Käufe oder Eigenkreationen - eine gut geplante Basis-Garderobe bringt uns mit wenigen Kleidungsstücken modeunabhängig durchs ganze Jahr.

⇒ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 25

Eingang Rückseite des Gebäudes

Ekta Tina Pabst

Samstag, 18.3.2023, 11 bis 15.30 Uhr

1 Termin, 21,42 Euro

Anmeldeschluss: 10.3.2023

Kurs-Nr.: G2114P1

Philosophie

NEU!

● **Kunstphilosophie zum Einstieg - Was ist Kunst?**

Die „schönen Künste“ sind eine Bezeichnung, die heute nur noch die wenigsten Museumsbesucher*innen verwenden



Caritas-Centrum
Northeim



Familienbüro

Beratung für Schwangere und Familien

Mutter-Kind-Kuren • Familienerholung • Erziehungslotsen

Caritex-Laden

Second-Hand: Textilien und Haushaltsartikel

ZISS

Selbsthilfekontaktstelle

Breiter Weg 2 • 37154 Northeim • 0 55 51 / 911 770
familienbuero@caritas-suedniedersachsen.de



Caritasverband
Südniedersachsen e.V.

würden. Der Kunstbegriff war über die Jahrhunderte schon immer Wandlungen unterworfen. Erst mit der Moderne veränderte er sich jedoch so sehr, dass es vielen Menschen inzwischen Probleme bereitet, die Bezeichnung ‚Kunst‘ mit Sinn zu füllen.

➔ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Dr. Daniel Wolf
Donnerstag, 8.6.2023, 19 bis 21.15 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 31.5.2023
Kurs-Nr.: G2000P1

Geschichte & Zeitgeschichte

● Naturschauspiel Kappadokien I Bildervortrag

Mit diesem Vortrag eröffnet Dr. Hermann Mahnke eine dreiteilige Bildervortragsreihe „Kleinasien und Israel in Bild und Wort“ mit einem Bildervortrag über das „Naturschauspiel Kappadokien Teil I: Entstehung und Landschaft, Ihlara-Canyon und unterirdische Städte“. Kappadokien ist eine faszinierende Landschaft mit beeindruckenden Tuffformationen und Tuffkegeln, die von Menschen ausgehöhlt und zu mehrstöckigen Wohnhäusern umgestaltet wurden.

➔ WWW

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 119, EG
-Eingang vom Hof-
Dr. Hermann Mahnke



Mittwoch, 8.3.2023, 19.30 bis 21.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Reservierung erbeten. Nur Abendkasse.
Kurs-Nr.: G1012E1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.05
Dr. Hermann Mahnke
Montag, 6.3.2023, 19.30 bis 21.45 Uhr
1 Termin, 4 Euro / ermäßigt 4 Euro.
Reservierung erbeten. Nur Abendkasse.
Kurs-Nr.: G1012P1

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Dr. Hermann Mahnke
Donnerstag, 9.3.2023, 16.30 bis 18.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Reservierung erbeten. Nur Abendkasse.
Kurs-Nr.: G1012U1

● Naturschauspiel Kappadokien II Bildervortrag

Der zweite Bildervortrag steht unter dem Thema „Naturschauspiel Kappadokien II: Höhlendörfer und Felsenkirchen in Zelve und Göreme“. Kappadokien verdankt seine unvergleichliche Tuffkegellandschaft der Eruption von mehreren Vulkanen und der anschließenden Erosion. Dr. Hermann Mahnke zeigt an diesem Abend Bilder von mehreren Reisen nach Kappadokien.

➔ WWW

GDA-Zukunftstag
Jeden ersten Mittwoch im Monat

- Entdecken Sie einen exklusiven Weg in Ihre Zukunft.
- Lernen Sie uns persönlich kennen und erleben Sie die Philosophie der GDA.

Reservierung:
Herr Kai Langeworth
Tel.: 0551 799 2700

GDA Göttingen
Charlottenburger Straße 19
37085 Göttingen
www.gda.de

Weil ich neugierig auf morgen bin.

GDA
Da will ich leben

VP VON POLL IMMOBILIEN

Ihre Immobilienspezialisten in Northeim und Umgebung.

Von der kostenfreien und unverbindlichen Marktpreiseinschätzung Ihrer Immobilie bis zur Übergabe sind wir an Ihrer Seite.

Kontaktieren Sie uns, wir freuen uns darauf, Sie persönlich und individuell zu beraten.

T.: 05551 - 99 688 99

Mühlenstraße 16 | 37154 Northeim | northeim@von-poll.com

www.von-poll.com/northeim

Thekla Ehrhardt
Immobilienmaklerin (IHK)
Geschäftsstelleninhaberin

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 119, EG
-Eingang vom Hof-
Dr. Hermann Mahnke
Mittwoch, 15.3.2023, 19.30 bis 21.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Reservierung erbeten. Nur Abendkasse.
Kurs-Nr.: G1013E1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.05
Dr. Hermann Mahnke
Montag, 13.3.2023, 19.30 bis 21.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Reservierung erbeten. Nur Abendkasse.
Kurs-Nr.: G1013P1

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Dr. Hermann Mahnke
Donnerstag, 16.3.2023, 16.30 bis 18.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Reservierung erbeten. Nur Abendkasse.
Kurs-Nr.: G1013U1

● **Masada: Verlässliche und verletzte Festung am Toten Meer**

Bildervortrag

Masada bedeutet „Festung“ und ist ein ringsum steil abfallender, 440 m hoher Tafelberg am Toten Meer. Er wurde schon von den jüdischen Hasmonäerkingen etwa ab 100 v. Chr. Als Festungsberg genutzt. Herodes d. Gr., König über die Juden von Roms Gnaden, konnte die natürlichen Festungseigenschaften von Masada zweimal in kritischen Phasen seines Lebens testen. Darum baute er Masada als wehrhafte Festung und Fluchtburg für seine große Familie.

➔ WWW

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 119, EG
-Eingang vom Hof-
Dr. Hermann Mahnke
Mittwoch, 22.3.2023, 19.30 bis 21.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Reservierung erbeten. Nur Abendkasse.
Kurs-Nr.: G1014E1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.05
Dr. Hermann Mahnke
Montag, 20.3.2023, 19.30 bis 21.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Reservierung erbeten. Nur Abendkasse.
Kurs-Nr.: G1014P1

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Dr. Hermann Mahnke
Donnerstag, 23.3.2023, 16.30 bis 18.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Reservierung erbeten. Nur Abendkasse.
Kurs-Nr.: G1014U1

● **Land im Wandel: Geschichte Niedersachsens vom Mittelalter bis heute**

Sie möchten sich gern genauer mit den historischen Wurzeln Niedersachsens beschäftigen? Durch Vorträge, Diskussionen und eine abschließende Exkursion erhalten Sie nicht nur Überblickkenntnisse der wechselvollen Geschichte unseres Bundeslandes seit dem 8. Jahrhundert, sondern anhand Ihrerseits gewählter Themenschwerpunkte auch

Wertvolles bewahren –
mit Ihrer KVHS!

detailliertes Wissen zur Landesgeschichte. Ort und Zeitpunkt des Außentermins wird in Absprache mit Ihnen festgelegt.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Arne Radtke-Delacor
Mittwochs, 8.2., 22.2., 8.3., 22.3., 19.4.,
jeweils von 19.15 bis 20.45 Uhr, und 26.4.
von 10.45 bis 13 Uhr
6 Termine, 36,40 Euro
Anmeldeschluss: 7.2.2023
Kurs-Nr.: G1015P1

Plattdeutsch für Alle

● **Freunde des Plattdeutschen am Runden Tisch**

Fortsetzung der 1976 begonnenen Arbeit zum Erhalt und zur Pflege der plattdeutschen Sprache, des plattdeutschen Schriftguts und plattdeutschen Brauchtums. Mitmachen können alle, die daran interessiert sind. Es handelt sich hierbei um eine lockere Gesprächsrunde am runden Tisch. Wir befassen uns u. a. mit plattdeutscher Literatur.

➔ WWW



Tagespflegeeinrichtung in Bad Gandersheim
Albert-Rohloff-Str. 4 (unterhalb der Helios-Klinik)

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag 8.00 - 16.00 Uhr



Telefon: 05382 - 95816-50
www.sozialstation-bad-gandersheim.de



Martina Gillner
Pflegedienstleiterin
Tagespflege

Bad Gandersheim, Roswitha-Gymnasium, Breslauer Str. 1, Gebäude 6 (Seiteneingang), Raum 6.006
Helmut Heuer
Mittwoch, 1.2.2023, 18.45 bis 21 Uhr
10 Termine, kostenlos
Kurs-Nr.: G1110A1

Geologie

● Der geologische Aufbau des Elbingeröder Komplexes im Mittelharz

Teil 1

Ziel dieses Kurses ist eine Einführung in den geologischen Aufbau des Elbingeröder Komplexes, der sich von Elend im Westen über Elbingerode und Rübeland bis nach Hüttenrode im Osten als 16 Kilometer lange und bis fünf Kilometer breite ovale Struktur verfolgen lässt. Der ganze Komplex ist weitspannig gefaltet und in Mulden- und Sattelzüge aufgeteilt.

⇒ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Mathias Oehlke

Dienstag, 18.4.2023, 19.30 bis 21 Uhr
Samstag, 22.4.2023, 9 bis 19.30 Uhr
Dienstag, 25.4.2023, 19.30 bis 21 Uhr
Dienstag, 2.5.2023, 19.30 bis 21 Uhr
Dienstag, 9.5.2023, 19.30 bis 21 Uhr
5 Termine, 61,60 Euro
Anmeldeschluss: 11.4.2023
Kurs-Nr.: G1156P1

Natur & Garten

● Gartenplanung mit heimischen Sträuchern

NEU!

Die vielfältige Schönheit heimischer Sträucher erstaunt immer wieder. Im ersten Termin erfahren Sie Wissenswertes über heimische Sträucher. Zuhause bereiten Sie sich eine Planungsgrundlage aus einem Bereich ihres Gartens vor, sodass jeder am zweiten Termin einen eigenen Pflanzplan erarbeiten kann.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Friederike Freitag

Freitag, 14.4.2023, 16 bis 18.15 Uhr
Freitag, 21.4.2023, 16 bis 18.15 Uhr
2 Termine, 47 Euro (keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 4.4.2023
Kurs-Nr.: G1156E2K

● Leichter leben im Garten

Sicher kennen Sie dieses Gefühl, Sie haben wenig Zeit oder werden älter und die liebgelebte Arbeit im Garten wächst Ihnen über den Kopf. Statt sich an den schönen Seiten Ihres geliebten Gartens zu erfreuen, sehen Sie nur noch die immer beschwerlicher werdende Gartenarbeit. Mit Mut zu Veränderungen kann Ihr Garten behutsam umgestaltet werden, die Lust am Gärtnern bleibt erhalten.

⇒ WWW

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 119, EG
-Eingang vom Hof-
Friederike Freitag
Dienstag, 21.3.2023, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 11 Euro / ermäßigt 8 Euro
Anmeldeschluss: 20.3.2023
Kurs-Nr.: G1156E1

● Grundlagen der Gartenplanung

Eine gut überlegte Gartenplanung erleichtert die spätere Umsetzung. Im Kurs wechseln sich Theorie und Praxis ab, das Ergebnis ist ein eigener Gartenplan. Bitte bringen Sie einen Bestandsplan Ihres Gartens, Fotos, Papier sowie Bleistift, Lineal und Geodreieck mit. Skizzenpapier kann im Kurs erworben werden.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.01
Karen Wallbrecht
Mittwoch, 8.3.2023, 18 bis 20.15 Uhr
3 Termine, 29,97 Euro
Anmeldeschluss: 1.3.2023
Kurs-Nr.: G1157P1

planungsgruppe lange

Ideen | Konzepte | Planung | Umsetzung

pg - lange
architektur consulting gmbh

häuserstraße 1
37154 northeim

fon: 05551 98 220
fax: 05551 98 2222

info@pg-lange.de
www.pg-lange.de

KZ-Gedenkstätte Moringen

www.gedenkstaette-moringen.de
www.facebook.com/moringenmemorial.com
www.erinnernsuedniedersachsen.de

Unsere Region steckt voller Energie.

Setzen Sie auf unsere regionale Nähe und auf die positive Energie aus regenerativen Quellen.

www.EAM.de



Positive Energie aus der Mitte



NEU!

● **Ich wollt´ ich hätt´ ein Huhn - Grundlagen Hobbyhühnerhaltung**
Private Hühnerhaltung wird immer beliebter, doch die Anschaffung sollte, wie bei jedem Tier, gut überlegt sein. In dieser Veranstaltung werden Grundlagen zur Hobbyhühnerhaltung aufgezeigt. Informationen gibt es zu rechtlichen Vorgaben, Zeitbedarf, Hühnerrassen, Haltung von Hühnern in Bezug auf Platzbedarf und Erstausrüstung. In weiteren Veranstaltungen wird das Grundlagenwissen erweitert.

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Inga Schröder
Samstag, 25.2.2023, 10 bis 12.15 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 17.2.2023
Kurs-Nr.: G1156P2

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Inga Schröder
Donnerstag, 9.3.2023, 19 bis 21.15 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 2.3.2023
Kurs-Nr.: G1156P5

NEU!

● **Speiseplan für´s Huhn - ausgewogene Hühnerernährung**
Egal ob Ihre Hühner als Nutz- oder Haustiere gehalten werden - eine ausgewogene Hühnerernährung sollte gegeben sein. In dieser Veranstaltung sollen die wesentlichen Bestandteile einer ausgewogenen Hühnerernährung aufgezeigt werden. Was hat es mit den verschiedenen Futtersorten im Handel auf sich, braucht es je nach Alter des Huhns unterschiedliches Futter, muss es Frischfutter für das Huhn sein und darf es Leckerli für die Lieblinge geben?

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Inga Schröder
Donnerstag, 23.3.2023, 18.30 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 15.3.2023
Kurs-Nr.: G1156P3

Wir suchen Freiwillige!

Starte Deine berufliche Karriere mit einem FSJ/BFD im Kinderhaus e.V.



Informiere Dich jetzt und nutze Deine Chance zum Einstieg. Wenn Du mehr erfahren willst, sieh nach unter:

www.khgoe.de/fsj.html oder ruf an unter:
0551.5213937 / 0551.5213930

Wir freuen uns auf Deine Bewerbung!

Kinderhaus e.V.
Spielend die eigene Welt entdecken.

Gefördert vom:



www.khgoe.de

NEU!



KANZLEI AM WIETER

Rechtsanwälte & Notarin Bürogemeinschaft

Olaf Wiesemann
Rechtsanwalt und Notar a.D.
Fachanwalt für Strafrecht

Karen Pollok LL.M.
Rechtsanwältin und Notarin

Thomas Pollok
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Familienrecht
und Verkehrsrecht

Bürgermeister-Peters-Straße 2b
37154 Northeim
FON 05551 62036
MAIL kanzlei@am-wieter.de
WEB www.kanzlei-am-wieter.de

● Das gesunde Huhn - Prävention und Erste Hilfe

Wenn es einem Huhn nicht gut geht, stellt sich die Frage was tun. In dieser Veranstaltung werden Möglichkeiten präventiver Maßnahmen aufgezeigt, um Krankheiten vorzubeugen. Dazu gehört der Gesundheitscheck und die Körpersprache des Huhns, Behandlungen von kleineren Verletzungen und wann ein Tierarztbesuch nötig wird. Auch muss das Thema Euthanasie und (Not-)Schlachtung bedacht bzw. durchdacht werden. Bitte Schreibmaterial mitbringen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Inga Schröder
Donnerstag, 22.6.2023, 18.30 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 14.6.2023
Kurs-Nr.: G1156P4

Ehrenamtliche Betreuung

● Rechtliche Betreuung im Ehrenamt

Ein wertvoller Beitrag

Sie haben Interesse, sich ehrenamtlich zu engagieren und suchen eine anspruchsvolle Aufgabe? In unserer Veranstaltung wollen wir Ihnen die der/des ehrenamtlichen rechtlichen Betreuerin/Betreuers vorstellen. Sie erhalten eine Einführung in die Aufgabenkreise und die Grundlagen des Betreuungsrechtes. Inhalte, Rechte und Pflichten werden praktisch erklärt und besprochen.

➔ **WWW**

Bad Gandersheim,

Roswitha-Gymnasium,
Bismarckstraße 17, Gebäude 3
Betreuungsstelle Landkreis Northeim

Senioren- und Pflegeheim Weighardt GbR

Dieselstraße 3 37154 Northeim

☎ 05551 - 908090

☎ 05551 - 9080926

*Das Haus mit der
familiären Atmosphäre*



✉ info@seniorenheim-weighardt.de

🌐 www.seniorenheim-weighardt.de

*Kurzzeitpflege
Vollstationäre Pflege*



Der Kinderschutzbund
Kreisverband Northeim



FAMILIEN
TREFF
HÆRZTOR

Familientreff Hærztor in Northeim

Familienfrühstück, Mutter-Kind-Sprachkurs
Kinder 0-1 Jahr: Café Kinderwagen, DELFI®
Kinder 1-3 Jahre: Krabbelgruppe „Mini-Club“
Kinder 1-6 Jahre: Eltern-Kind-Gruppe
Schulkinder: Spiel- und Lernzeiten, Ferienprogramm,
Wald- und Gartenaktionen, Leseclub



Breite Straße 36 · Tel: 05551/9179036 und 0151/68128293

E-Mail: familientreff@kinderschutzbund-northeim.de

Aktuelles Programm im Internet: www.kinderschutzbund-northeim.de

Dienstag, 14.2.2023, 18 bis 20.15 Uhr
 1 Termin, kostenlos
 Anmeldeschluss: 8.2.2023
Kurs-Nr.: G1500A1

Einbeck, Kreisvolkshochschule
 Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
 Betreuungsstelle Landkreis Northeim
 Freitag, 17.2.2023, 18 bis 20.15 Uhr
 1 Termin, kostenlos
 Anmeldeschluss: 13.2.2023
Kurs-Nr.: G1500E1

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum U 14
 Betreuungsstelle Landkreis Northeim
 Donnerstag, 23.2.2023, 18.15 bis 20.30 Uhr
 1 Termin, kostenlos
 Anmeldeschluss: 21.2.2022
Kurs-Nr.: G1500P2

Uslar, KVHS-Haus
 Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
 Betreuungsstelle Landkreis Northeim

Mittwoch, 22.2.2023, 18 bis 20.15 Uhr
 1 Termin, kostenlos
 Anmeldeschluss: 16.2.2023
Kurs-Nr.: G1500U1

Recht im Alltag

● **Recht am Mittwoch: Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung**

Eine Vorsorgevollmacht - ausgestaltet als Generalvollmacht - soll ermöglichen, dass im Fall einer schweren Erkrankung vertraute Personen von Ihnen das Recht eingeräumt bekommen, weitreichende persönliche und finanzielle Entscheidungen zu treffen. Sie erhalten Informationen über die Gestaltungsmöglichkeiten einer solchen Vollmacht und die rechtlichen Konsequenzen mit und ohne Generalvollmacht.

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum U 14
 Kay-Niklas Elsaesser
 Mittwoch, 15.3.2023, 19 bis 21.15 Uhr
 1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
 Reservierung erbeten. Nur Abendkasse.
Kurs-Nr.: G1500P1

● **Recht am Mittwoch: Testament und Erbrecht**

Was ist zu beachten bei Erbschaft und Nachlass? Wer erbt? Was muss ich tun, wenn ich Erbe geworden bin? Muss es ein notarielles Testament sein? Kann man Schulden erben? Wie kann man vorbeugend Streit vermeiden? Diese und andere Fragen werden Ihnen anschaulich erläutert.

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum U 14
 Kay-Niklas Elsaesser



Der Menüservice

zuverlässig und lecker
 seit 40 Jahren

- vielseitiges Menüangebot
- flexible Bestellmöglichkeit
- Lieferung frei Haus
- keine Vertragsbindung
- kostenloses Probemenü

Essen auf Rädern

05551 - 90 84 880
 www.northeim.paritaetischer.de



Wir bringen es ...
 mit einem Lächeln

SOZIALSTATION EINBECK
 Die ambulante Krankenpflege aus Ihrem BürgerSpital



Unser Sozialstation-Team aus über 20 examinierten Alten- und Krankenpflegern, Pflegekräften und Alltagsbegleitern unterstützt Sie:

- ▶ Behandlungspflege
- ▶ Körperbezogene Pflegemaßnahmen
- ▶ Übergangspflege
- ▶ Betreuung und Entlastung
- ▶ SAPV – spezialisierte ambulante Palliativversorgung



Einbecker BürgerSpital
 — patientennah und kompetent —

Einbecker BürgerSpital GmbH | Andershäuser Straße 8 | Einbeck | Telefon 055 61 / 940-0
 Telefon Sozialstation 055 61 / 940-582 | www.einbecker-buergerspital.de

Mittwoch, 12.4.2023, 19 bis 21.15 Uhr
 1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
 Reservierung erbeten. Nur Abendkasse.
Kurs-Nr.: G1500P3

Inklusion und Kurse für Menschen mit Behinderungen

● **Gemeinsam Kreativ**

Ein Angebot für Menschen, die aufgrund ihrer psychischen Disposition Schwierigkeiten in verschiedenen Lebensbereichen haben, aber Interesse mitbringen an kreativem Gestalten, Kommunikation, Austausch in geschütztem Rahmen. Ziel ist es, Ihre Kreativität zu fördern und verschiedene Techniken kennenzulernen. Der Einstieg ist jederzeit möglich, nach einem vorherigen Gespräch mit der Kursleiterin unter der Telefonnummer 05571/7893. Die Teilnahme ist kostenlos.

➔ **WWW**

Uslar, KVHS-Haus,
 Gerhart-Hauptmann-Str. 10,
 Hintereingang durch den Garten,
 Gruppenraum Souterrain/AUDEA
 Gabriele Kleinschmidt
 Mittwoch, 1.2.2023, 16.30 bis 19 Uhr,
 jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat
 14 Termine, kostenlos
Kurs-Nr.: G1032U2

● **Filzen für Menschen mit Behinderung**

In diesem Kurs wollen wir gemeinsam filzen. Filzen bedeutet, aus Wolle verschiedene Gegenstände herzustellen. Zum Beispiel Taschen, Stulpen, Sitzkissen, Hausschuhe, Hüllen für Wärmflaschen. Die Wolle hat verschiedene Farben. Dadurch sind die Gegenstände bunt und unterschiedlich. Alle müssen

noch das Material bezahlen. Bitte mitbringen (falls vorhanden): Noppenfolie, eine Kernseife, ein Frotteehandtuch, eine kleine Waschschüssel.

➔ **WWW**

Uslar, KVHS-Haus
 Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
 Paula Rabiüs
 freitags: 14 bis 18 Uhr und samstags: 10 bis 16 Uhr
 10.2. und 11.2., 10.3. und 11.3., 14.4. und 15.4., 5.5. und 6.5., 16.6. und 17.6., 7.7. und 8.7.2023
 12 Termine, kostenlos
Kurs-Nr.: G1032U3

● **Kochbuch in einfacher Sprache**
 Die Kreisvolkshochschule Northeim (KVHS) hat eine Rezeptsammlung zusammen... Lesen Sie weiter auf Seite 29
 13 Euro
Kurs-Nr.: Y7400Z1



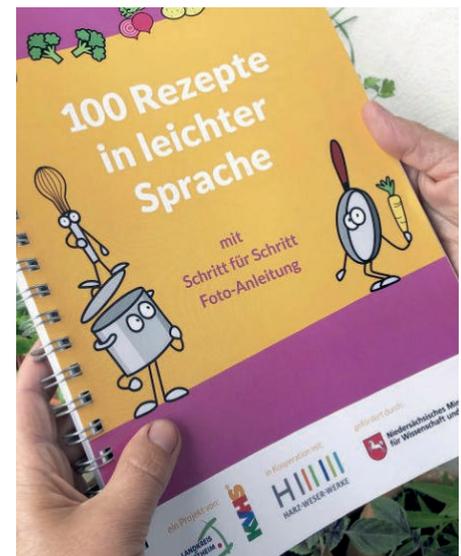
Particke Elektroanlagen

Ihr kompetenter Partner für Photovoltaikanlagen

Merianblick 1
 37154, Northeim

www.PartickeElektroanlagen.de
 05551/ 9972777

- Energie- und Gebäudetechnik
- Installation, Inbetriebnahme
- Wartung, Instandhaltung
- Kundenbetreuung vor Ort
- Sicherheits- und Brandschutztechnik
- el. betr. Rauchabzugsanlagen
- Kommunikationsanlagen
- intelligente Wohnkonzepte



Kay-Niklas Elsaesser, LL.M.

Rechtsanwalt und Notar
 Fachanwalt für Familienrecht



www.elsaesser-llm.de
 E-Mail: info@elsaesser-llm.de
 Göttinger Straße 27 • 37154 Northeim
 Tel. +49(0) 55 51/997984-0 • Fax: +49(0) 55 51/997984-4



Code mit dem Smartphone ein-scannen und online anmelden.

Die KVHS zu Gast auf der LaGa

Die KVHS gibt vom 22.05. – 26.05.2023 einen Einblick in ihre Arbeit im Pavillon der Regionen auf der Landesgartenschau Bad Gandersheim.



Maxim Seehagen



Während der gesamten Woche:

Forum EFF (Einbecker Fotografie-Forum)

Impressionen aus den Fotoreportagen und Maxim Seehagens Comics und Cartoons sind die ganze Woche über zu sehen.

Die **Kontaktstelle Musik** stellt auf den Bühnen zahlreiche Bands und Chöre vor. Freuen Sie sich auf Shanty, Pop und Folk!

Montag, 22.05.2023 von 9:00 - 18:00 Uhr

Maxim Seehagen: Quatsch auf Leinwand

Maxim Seehagen präsentiert Comics und Cartoons aus seiner Feder. Zur Ausstellungseröffnung am 22. Mai kann man dem Künstler live bei der Arbeit über die Schulter schauen. Er zeichnet auf Zuruf Cartoons zu Themen, die ihm die Besucher*innen der Landesgartenschau vorgeben und verschenkt diese anschließend. Außerdem gibt er Tipps, wie man eigene lustige Figuren zeichnet und steht für Gespräche und Autogramme zur Verfügung. Maxim Seehagen zeichnet, seit er einen Stift halten kann. Mit 14 erschien sein erstes eigenes Comicheft in einem Verlag. Mit 17 wurde er mit dem Münchner Comicpreis als bester deutscher Online-Comic-Zeichner ausgezeichnet. Heute veröffentlicht er seine Cartoons in Büchern, auf Social Media sowie in Tageszeitungen. Außerdem ist er als Autor für Fernsehshows tätig.

Dienstag, 23.05.2023 von 9:00 - 18:00 Uhr

Gute Beispiele für Land und Stadt:

Tobi Rosswog: Der Mitmach-Bahnhofskiosk Molly in Salzderhelden

Einmalig in Deutschland.

In seinem Buch "After Work" Anders leben und arbeiten?! zeichnet er exemplarisch Wege für ein neues Leben ohne Erwerbsarbeit, die über ein bedingungsloses Grundeinkommen hinausgehen.

Dr. Peter Schulze: Jüdische Friedhöfe - Beispiele für unsere Geschichte

Die jüdischen Friedhöfe sind heute u.a. beeindruckende Monumente und Zeugen.

Mittwoch, 24.05.2023 von 9:00 - 18:00 Uhr

Dr. Wolfs Wunderkammer ist das einzigartige **Museumskabinett für Geschichte(n)**, Kunst & Kurioses an der Deutschen Märchenstraße!

Wissenschaftliche Themen werden mit Popkultur, Mythologie und Geschichte(n) aller Art zu einer Mischung aus Museum und Gesamtkunstwerk verbunden!

Dr. Wolf höchstpersönlich besucht mit „Eine Welt im Reisekoffer“ ein und entführt Sie in sein mobiles Museum, um Ihnen allerlei kuriose, vergessene und künstlerische Objekte aus aller Welt vorzustellen. Dazu erzählt er Ihnen Geschichten aus alter und neuer Zeit, unterhaltsam, anekdotisch, oft unglaublich, aber (meistens) wahr! Erleben Sie Kunst, Wissenschaft und Kultur aus ungeahnten Perspektiven und Blickwinkeln.

Donnerstag, 25.05.2023 von 9:00 - 18:00 Uhr

Sita Ringler langjährige **Lachyoga**leiterin, präsentiert Ausschnitte aus dem Lachyoga unter dem Motto: Lachen ist gut für die Gesundheit und hält fit und lädt ein zum Mitmachen.

Freitag, 26.05.2023 von 9:00 - 18:00 Uhr

Die beiden **Malerinnen Iris Wilhelm-Hirr** und **Lieselotte Prenzel** geben einen Einblick in die Malerei. Blumen und Blüten können selbst gezeichnet werden.



Die KVHS Northeim verlost 10 x 1 Tageskarte für die Landesgartenschau 2023 in Bad Gandersheim, unter allen Interessierten, die sich vom 15.01. bis zum 28.02.2023 bei der KVHS Northeim für einen Kurs oder eine andere Veranstaltung anmelden. Die Gewinner werden am 03.03.2023 per Los ermittelt und schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Nicht teilnahmeberechtigt sind Beschäftigte der KVHS.

PÄDAGOGIK

Erziehung – Lernen – Entwicklung – Persönlichkeit



Kontakt: **Stefanie Turano**
Programmbereichsleiterin
Pädagogik
Tel: 05551/708-8222
sturano@landkreis-northeim.de

Selbständiges Leben - Entfaltung der Individualität -
Förderung der Kreativität - Förderung des sozialen Miteinanders bei
Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen.

- Kurse, die der Weiterentwicklung in Ehrenamt und Beruf dienen.
- Lehrgänge, die der beruflichen Weiterbildung oder Qualifikation dienen.
- Kursleitende, die eine erzieherische Grundhaltung aus Empathie und Wertschätzung mitbringen.
- Lernen durch den Einsatz vielfältiger aktivierender Methoden und Kursleitende, die das individuelle Lerntempo der Teilnehmer*innen berücksichtigen.

Kinder & Familie

● **Der Stillvorbereitungskurs - der Weg ins Stillglück**

Stillen ist eines der natürlichsten Dinge dieser Welt und doch klappt es nicht immer auf Anhieb problemlos. Doch woran liegt das? Stillen ist nicht instinktiv - zu wenig Vorbereitung, viel Druck, Unwissenheit, Stress und Mythen können unter anderem Auslöser für Probleme sein. Sie bekommen fundiertes Wissen rund um das Thema Stillen an die Hand, so dass man direkt nach der Geburt eine gemeinsame Reise als Stillteam genießen kann.

NEU!

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
Anne Lixfeld
Donnerstag, 2.3.2023, 17 bis 19.15 Uhr
1 Termin, 10 Euro / ermäßigt 5 Euro
Anmeldeschluss: 23.2.2023
Kurs-Nr.: G1050E1

● **Der Weg in eine
entspannte Beikostzeit**
Bald is(s)t es soweit - die Zeit der Beikost beginnt. Sie fragen sich: Wann darf ich mit Beikost beginnen? Was kann ich anbieten? Wird sich mein Kind verschlucken? Wieviel sollte es essen? Was darf es trinken? Welche Sicherheitsaspekte

NEU!

kann ich beachten? Auf diese und weitere Fragen werde ich wissenschaftlich fundierte Antwort geben, so dass Sie danach einen Plan für einen Weg in eine entspannte, liebevolle und kindgerechte Beikostzeit haben.

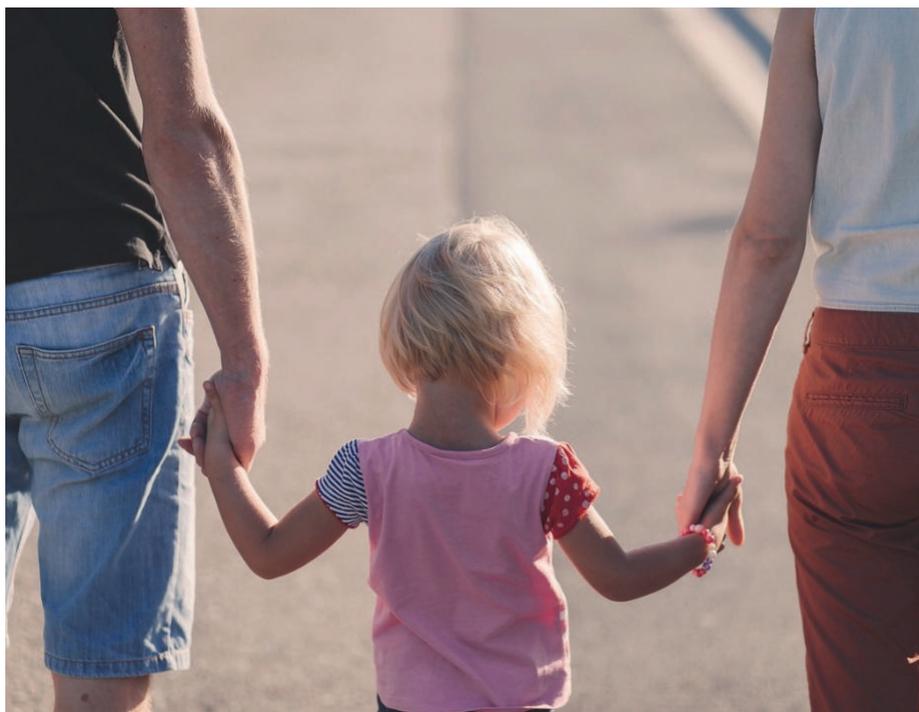
Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
Anne Lixfeld
Donnerstag, 16.3.2023, 17 bis 19.15 Uhr
1 Termin, 10 Euro / ermäßigt 5 Euro
Anmeldeschluss: 9.3.2023
Kurs-Nr.: G1050E2

● **Babyschlaf verstehen -
entspannte Nächte für alle**
Der kindliche Schlaf ist ein kontroverses und für viele Eltern ein sehr belastendes Thema. Viele Probleme sind falschen Erwartungen und Mythen geschuldet. Unruhige Nächte, lange Einschlafbegleitungen, Erschöpfung und Hilflosigkeit - damit ist jetzt Schluss! Sie bekommen fundiertes Wissen, bindungsorientierte Tipps und Lösungen für ein ausgeruhtes Familienleben an die Hand.

NEU!

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
Anne Lixfeld
Donnerstag, 9.3.2023, 17 bis 19.15 Uhr
1 Termin, 10 Euro / ermäßigt 5 Euro
Anmeldeschluss: 2.3.2023
Kurs-Nr.: G1050E3





Infotermin: Freitag, 10.02.2023, 16 Uhr, Raum 0.05
 Lehrgangsbeginn: Freitag, 24.02.2023, 17 Uhr,
 Unterrichtszeiten (1 bis 2x im Monat) in der Regel
 freitags von 17 bis 21 Uhr und samstags von 9 bis 15.45 Uhr,
 geplanter Abschluss 01.07.2023
 19 Termine, 720 Euro - keine Ermäßigung, aber Ratenzahlung ist möglich.
 Anmeldeschluss: 15.2.2023
Kurs-Nr.: G1600Z1K

Weitere Lehrgänge zur Weiterqualifizierung

Die Kreisvolkshochschule bietet laufend weitere Lehrgänge zur beruflichen Weiterqualifizierung an, wie:

- Integrative Erziehung und Bildung in Tageseinrichtungen für Kinder im Kontext inklusiver Bildungsprozesse
- Qualifizierung zur Tagespflegeperson (Tagesmutter/Tagesvater)
- Schulbegleitung
- Pädagogische Mitarbeiter*innen an Grundschulen
- Fachkraft Inklusion
- Fachkraft Kleinstkindpädagogik
- Qualifizierung von Leitungen von Kindertageseinrichtungen

Bei Interesse melden Sie sich bei uns gerne: Stefanie Turano, Telefon: 05551/708-8222, E-Mail: sturano@landkreis-northeim.de.

NEU!

● Tragen (ver)bindet

Menschenbabys sind Traglinge. Es gehört zu unserer Natur, getragen zu werden. In meinem Vortrag erfährt man u. a. die Vorteile des Tragens, die ergonomische Haltung, Sicherheitsaspekte, welche unterschiedlichen Tragesysteme es gibt, was beim Kauf zu beachten ist und natürlich Tipps und Tricks rund um das Thema Tragen.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
 Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
 Anne Lixfeld

Donnerstag, 23.3.2023, 17 bis 19.15 Uhr
 1 Termin, 10 Euro / ermäßigt 5 Euro
 Anmeldeschluss: 15.3.2023

Kurs-Nr.: G1050E4

● Hochsensibilität

Ob einen Blick für Details, ein gutes Gehör oder ein feines Gespür für Menschen, eine taktile Wahrnehmung oder einen intensiven Geruchssinn und einen feinen Geschmack zu haben - all dies sind schätzenswerte Eigenschaften hochsensibler Menschen. Wie kann man diese Sensibilität erkennen, verstehen, nutzen bzw. in den Alltag integrieren ohne sich überempfindlich oder anders zu fühlen? Der Abend bietet einen Einstieg in dieses Thema...

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum U 14
 Anja Linneweber
 Dienstag, 21.2.2023, 19 bis 21.15 Uhr
 1 Termin, 10 Euro / ermäßigt 7 Euro
 Anmeldeschluss: 14.2.2023
Kurs-Nr.: G1060P1

Berufliche Qualifizierung in pädagogischen Berufen

● Pädagogisch Mitarbeitende an Grundschulen

Nebenberufliche Weiterbildung
 Pädagogische Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben sich in den niedersächsischen Grundschulen als feste Personalressource neben den regulären Lehrkräften etabliert. Sie übernehmen z. B. folgende Aufgaben:

- Durchführung unterrichtergänzender Angebote (Spiele, Musik und Rhythmus, Bewegung, kreatives Gestalten)
- Unterstützung einer Lehrkraft im Unterricht
- Zweite Begleitkraft im Schwimmunterricht
- Betreuung von Klassen bei kurzfristigen Ausfällen

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum 0.05
 Lene Garus-Jochumsen, Lenny Tegtmeier,
 Maximilian Koch

Erlebnispädagogik

● Schnitzschule für Kinder zwischen 6 und 11 Jahren

Schnitzen fasziniert Kinder schon immer. Es fördert ganz nebenbei wichtige Fähigkeiten wie Feinmotorik, Ausdauer usw. In unserer Schnitzschule werdet Ihr den sicheren Umgang mit einem Schnitzmesser und verschiedene Techniken erlernen. Gemeinsam werden wir kleine Objekte aus Grünholz schnitzen. Schnitzmesser werden gestellt, gerne dürfen eigene Taschenmesser mitgebracht werden. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die Kursleiterin.

➔ [WWW](#)

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Cornelia Gerke
Donnerstag, 2.3.2023, 15 bis 18 Uhr
1 Termin, 17,85 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 23.2.2023
Kurs-Nr.: G1150P1K



Endlich zu Hause!



WWW.WOHNENINNORTHEIM.DE
AM BLEICHWALL 3 · NORTHEIM · TEL.: 0 55 51 / 98 18-0



Mehr Raum für einen schönen Lebensabend

Erleben Sie mit uns ein vielfältiges
Angebot an Aktivitäten.

Körper, Geist und Seele halten wir mit Musik,
Bewegung, Kochen & Backen und
vielen weiteren Angeboten frisch.

Musiktherapie • Tabletgruppe • Gottesdienste • Feste
Stammtische • Kunstausstellungen u. v. m.

Alten- und Pflegeheim der Inneren Mission • Wallstraße 60 • 37154 Northeim
Telefon: 05551 963-3 • www.innere-mission-northeim.de

Tagespflege Vital im Alter • Wallstraße 41 • 37154 Northeim • Telefon: 05551 4092374

Alten- und Pflegeheim der
Inneren Mission Northeim gGmbH



DIGITALES



Kontakt:

Jörg Hüddersen
 Programmbereichsleiter
 Digitales
 Tel: 05551/708-8212
 jhueddersen@landkreis-northeim.de

Schritt für Schritt von Bit zu Bit

In der Rubrik Digitales fassen wir die klassischen EDV-Themen mit anderen Angeboten zusammen, die digitale Technik vermitteln. Dadurch bilden wir die Durchdringung des Alltags mit Computern, Smartphones, Tablets, Digitalkameras und anderen digitalen Geräten auch in unserem Kursprogramm ab. Im Vordergrund steht dabei die Vermittlung alltagstauglicher Kompetenzen. Fachjargon oder „Techspeak“ reduzieren wir dabei auf das unbedingt Notwendige.

Medienbildung

● Neues Leben für alte PC's/Notebooks mit Linux

Linux ist ein freies, offenes, kostenloses und sicheres Betriebssystem, das älteren, vermeintlich langsamen Computern zu einem produktiven zweiten Leben verhelfen kann. Darüber hinaus ist es einfach zu bedienen, macht keine nervigen Updates zur falschen Zeit und bietet Schutz vor Viren und Trojanern. Die vorgestellte Linux Mint Distribution ist einfach zu installieren.

➔ [WWW](#)

Einbeck, Kreisvolkshochschule
 Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
 Rudolf Wimmer
 Mittwoch, 28.6.2023, 19 bis 21.15 Uhr
 1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
 Anmeldeschluss: 21.6.2023
Kurs-Nr.: G5000E1

● Etwas mehr Privatsphäre bitte!

Im Internet hinterlassen wir viele Datenspuren. Lernen Sie einfache und dennoch wirksame Tricks und Einstellungen kennen, um ihre persönliche Datenmenge zu verringern.

- Wahl der Suchmaschine und anonymes Surfen
- Wahl des E-Mail-Anbieters, Adressaten so eintragen, dass die anderen Sie nicht lesen können, die Art und Weise zu schreiben

- Sensible Daten mit PrivacyCapture tarnen
- (Termin-)Abfragen über Nuudel gestalten

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
 Ulrike Berghahn
 Montag, 27.2.2023, 19 bis 21.15 Uhr
 1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
 Anmeldeschluss: 20.2.2023
Kurs-Nr.: G5000P1

● EXCEL - Schnupperstunde

In dieser Schnupperstunde werden die Möglichkeiten von Excel vorgestellt. Anhand verschiedener Beispiel-Tabellen werden die vielen Möglichkeiten gezeigt, die Excel bietet. Die fertigen Beispiel-Tabellen können Sie ausprobieren, indem Daten eingegeben und Werte geändert werden. Zum Abschluss wird eine eigene kleine Tabelle erstellt. Sie erhalten Tipps, welcher Kurs für Sie geeignet ist.

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
 Frank Sailer
 Freitag, 10.2.2023, 19 bis 21.15 Uhr
 1 Termin, kostenlos
 Anmeldeschluss: 9.2.2023
Kurs-Nr.: G5009P1

● Tastaturschreiben: Zehn Finger an fünf Tagen

Mit zehn Fingern auf dem Computer schreiben! An fünf Terminen können Sie

lernen, blind mit zehn Fingern auf der Tastatur zu schreiben, d. h. die Finger finden ohne Hinzusehen und Sie sehen beim Schreiben nur noch auf den Text. Das bildet die Grundlage für schnelles und fehlerfreies Schreiben am PC.

Uslar, Sollingschule
 Zur Schwarzen Erde 3, EDV-Raum
 Ulrike Berghahn
 Donnerstag, 16.2.2023, 16.30 bis 18 Uhr
 5 Termine, 40 Euro
 Anmeldeschluss: 9.2.2023
Kurs-Nr.: G5071U1

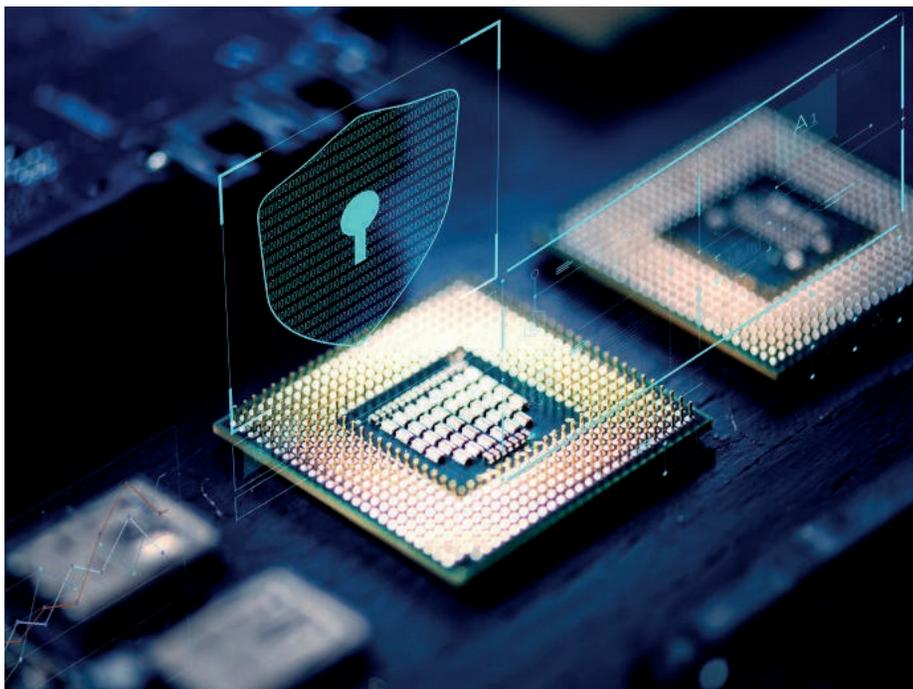
PC & Internet - Grundstufe

● EDV/PC und Internet Grundkurs

Sie möchten die EDV nutzen, um z. B. Fotos zu speichern, Briefe zu tippen, nach Bahnverbindungen und Veranstaltungsterminen zu suchen oder per E-Mail Kontakt zu Freunden und Bekannten halten? Sie benötigen keinen PC oder Laptop, um diesen Kurs zu belegen. Der Kursleiter gibt Ihnen Tipps zum Kauf. In diesem Kurs wird das EDV-Grundwissen vermittelt, das für den sicheren Umgang mit dem PC erforderlich ist.

➔ [WWW](#)

Einbeck, Kreisvolkshochschule
 Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
 Frank Sailer



Dienstag, 14.2.2023, 20 bis 21.30 Uhr
7 Termine, 56 Euro
Anmeldeschluss: 7.2.2023
Kurs-Nr.: G5011E1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Frank Sailer
Samstag, 6.5.2023, 9 bis 15.30 Uhr
Sonntag, 7.5.2023, 9 bis 15.30 Uhr
2 Termine, 64 Euro
Anmeldeschluss: 27.4.2023
Kurs-Nr.: G5011P1

● **EDV/PC und Internet - auf Wunsch mit dem eigenen Laptop**
Grundkurs

Computergestützte Kommunikation löst die schriftliche in allen Lebensbereichen - auch im privaten - immer mehr ab. Das betrifft auch die Informationsbeschaffung, bei der das Internet eine immer größere Rolle spielt und sei es für die Bahnverbindung zu Kindern und Enkeln. In diesem Kurs besteht die Möglichkeit, sich mit der grundlegenden Nutzung eines Computers und des Internets vertraut zu machen. Vorkenntnisse nicht erforderlich.

➔ [WWW](#)

Uslar, Sollingschule

Zur Schwarzen Erde 3, EDV-Raum
Ulrike Berghahn
Donnerstag, 16.2.2023, 18.15 bis 19.45 Uhr
5 Termine, 40 Euro
Anmeldeschluss: 9.2.2023
Kurs-Nr.: G5011U1

● **EDV/PC und Internet für Generation 55+**

Grundkurs

Sie möchten die EDV nutzen, um z. B. Fotos zu speichern, Briefe zu tippen, nach Bahnverbindungen und Veranstaltungsterminen zu suchen oder per E-Mail Kontakt zu Freunden und Bekannten halten? Sie benötigen keinen PC oder Laptop, um diesen Kurs zu belegen. Der Kursleiter gibt Ihnen Tipps zum Kauf. In diesem Kurs wird das EDV-Grundwissen vermittelt, das für den sicheren Umgang mit dem PC erforderlich ist.

➔ [WWW](#)

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
Frank Sailer

Dienstag, 7.2.2023, 10 bis 12.15 Uhr
Donnerstag, 9.2.2023, 10 bis 12.15 Uhr
Dienstag, 14.2.2023, 10 bis 12.15 Uhr
Donnerstag, 16.2.2023, 10 bis 12.15 Uhr
Dienstag, 21.2.2023, 10 bis 12.15 Uhr
5 Termine, 60 Euro
Anmeldeschluss: 2.2.2023
Kurs-Nr.: G5013E1

Kreiensen, Greene, Haupt- und Realschule, Leinestraße 68, EDV-Raum
Frank Sailer

Dienstag, 14.2.2023, 16.30 bis 18 Uhr
7 Termine, 56 Euro
Anmeldeschluss: 7.2.2022
Kurs-Nr.: G5013K1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Frank Sailer
Montag, 6.3.2023 bis Freitag, 10.3.2023,
jeweils 10 bis 12.15 Uhr
5 Termine, 60 Euro
Anmeldeschluss: 26.2.2023
Kurs-Nr.: G5013P1

TU Clausthal
TECHNISCHE UNIVERSITÄT CLAUSTHAL
KLIMASCHUTZ IM BLICK
STUDIERN FÜR EINE NACHHALTIGE ZUKUNFT

Die TU Clausthal steht für Circular Economy:
Weg von der Wegwerf-Gesellschaft hin zur nachhaltigen Kreislaufwirtschaft.

Folgt uns auf
f i y
www.tu-clausthal.de

Fit im Netz –
mit Ihrer KVHS!



PC & Internet - Aufbaustufe

● EDV/PC und Internet

Aufbaukurs

In diesem Kurs können die Teilnehmer*innen ihr vorhandenes Grundwissen auf den Gebieten Windows, Internet und E-Mail, Ebay sowie der Textverarbeitung vertiefen und erweitern.

Hier eine kleine Auswahl möglicher Themen:

- Arbeiten mit dem Windows-Explorer
- Erstellen von Tabulatoren und Einfügen von Grafiken und Bildern in einen Text
- Versenden und Empfangen von
- E-Mails mit Anhang
- Kaufen und Verkaufen bei Ebay

➔ [WWW](#)

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
Frank Sailer

Dienstag, 2.5.2023, 20 bis 21.30 Uhr
7 Termine, 56 Euro

Anmeldeschluss: 24.4.2023

Kurs-Nr.: G5012E1

● EDV/PC und Internet für Generation 55+

Aufbaukurs

In diesem Kurs können die Teilnehmenden ihr vorhandenes Grundwissen auf den Gebieten Windows, Internet und E-Mail, Ebay sowie der Textverarbeitung vertiefen und erweitern.

Hier eine kleine Auswahl möglicher Themen:

- Arbeiten mit dem Windows-Explorer
- Erstellen von Tabulatoren und Einfügen von Grafiken und Bildern in einen Text
- Versenden und Empfangen von
- E-Mails mit Anhang
- Kaufen und Verkaufen bei Ebay

➔ [WWW](#)

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
Frank Sailer

Dienstag, 11.4., Donnerstag, 13.4.,
Dienstag, 18.4., Donnerstag, 20.4.,
Samstag, 22.4.2023,
jeweils 10 bis 12.15 Uhr

5 Termine, 60 Euro
Anmeldeschluss: 6.4.2023

Kurs-Nr.: G5014E1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Frank Sailer

Montag, 27.3.2023 bis Freitag, 31.3.2023,
jeweils 10 bis 12.15 Uhr

5 Termine, 60 Euro
Anmeldeschluss: 17.3.2023

Kurs-Nr.: G5014P1

● Sicherer surfen mit Firefox

Sie möchten die Möglichkeiten kennenlernen, um mit spezieller Einstellung der Datenschutzparameter und Add-ons (kleine Zusatzprogramme) Ihre Internetsicherheit mit Firefox zu erhöhen? Wir werden Vor- und Nachteile für verschiedene Einstellungsvarianten besprechen.

Außerdem werden wir beispielhaft einige Add-ons und deren Installation anschauen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)

Ulrike Berghahn

Montag, 20.2.2023, 18.30 bis 20.45 Uhr

1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro

Anmeldeschluss: 14.2.2023

Kurs-Nr.: G5015P2

PC & Internet - Workshops

● EDV-Workshop für Frauen mit PC-Grundkenntnissen

Sie stoßen beim Umgang mit dem Computer auf Fragen. Bitte bringen Sie Ihre Fragen mit. Diese wollen wir im Kurs beantworten. So können Sie genau das lernen, was Sie brauchen z. B.:

- Internet und E-Mails
- Datenverwaltung, Umgang mit CDs und USB-Sticks
- Berechnung von Tabellen und Darstellung in Diagrammen
- Bildbearbeitung
- Texte schreiben und kreativ gestalten, z. B. für Einladungen

Für diesen Kurs sind PC-Grundkenntnisse erforderlich.

➔ [WWW](#)

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)

Ulrike Berghahn

Montag, 13.3., 20.3., 17.4., 24.4., 8.5.,
9 bis 10.30 Uhr

5 Termine, 40 Euro

Anmeldeschluss: 3.3.2023

Kurs-Nr.: G5015P1

Office Anwendungen

● Textverarbeitung mit Word

Bildungswoche am Vormittag

In diesem Kurs geht es nicht darum, lange Texte einzugeben, sondern vielmehr wird geübt, fertige Texte zu gestalten. Nachdem die Grundlagen, wie z. B. speichern, öffnen, drucken, verändern der Schriftgröße und der Schriftart und die Regeln, die bei der Texteingabe zu beachten sind, erlernt wurden, geht es im Hauptteil des Kurses um die wirklich interessanten Möglichkeiten, die Word bietet: Texte umstellen, Nummerierungen und Aufzählungen, usw.

➔ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Frank Sailer
Montag, 20.3.2023 bis Freitag, 24.3.2023,
jeweils 9 bis 12 Uhr
5 Termine, 80 Euro
Anmeldeschluss: 10.3.2023
Kurs-Nr.: G5020P1

● **MS-Office - EDV im modernen Büro: Textverarbeitung, Datenorganisation und Tabellenkalkulation**

In diesem Kurs wird das Zusammenspiel der MS-Office-Programme Word, Excel und Outlook an Beispielen aus dem Büroalltag geübt. Besonderes Augenmerk gilt Funktionalitäten, die häufig Schwierigkeiten bereiten. Wir organisieren Dateien, verwalten Daten von Mitarbeitern, Kunden, Artikeln und Bestellungen über Excel. Über Excel erstellen wir eine Preiskalkulation. Kunden- und Mitarbeiterdaten werden nach Word übertragen.

➔ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Ulrike Berghahn
Dienstag, 28.2.2023, 18 bis 20.15 Uhr
5 Termine, 60 Euro
Anmeldeschluss: 20.2.2023
Kurs-Nr.: G5020P2K

● **MS-Office: Tabellenkalkulation mit EXCEL**

Erlangen Sie

- Kenntnisse über Leistungsfähigkeit, Einsatzmöglichkeiten und Grundfunktionen des Tabellenkalkulationsprogramms EXCEL,
- die Fähigkeit, Kalkulationstabellen zu erstellen, zu formatieren, auszuwerten und zu drucken,
- die Fähigkeit, ausgewählte Dateien in Diagrammen anschaulich darzustellen.

Tabellenkalkulationskurse setzen Grundlagenkenntnisse in der EDV voraus.

➔ WWW

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
Frank Sailer
Montag, 13.2.2023, 19.45 bis 21.15 Uhr
10 Termine, 80 Euro
Anmeldeschluss: 6.2.2023
Kurs-Nr.: G5022E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
Frank Sailer
Samstag, 25.2.2023, 9 bis 15.30 Uhr
Sonntag, 26.2.2023, 9 bis 15.30 Uhr
2 Termine, 64 Euro
Anmeldeschluss: 15.2.2023
Kurs-Nr.: G5022E2

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Frank Sailer
Donnerstag, 16.2.2023, 19.30 bis 21 Uhr
10 Termine, 80 Euro
Anmeldeschluss: 11.2.2023
Kurs-Nr.: G5022P2

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Frank Sailer
Samstag, 18.3.2023, 9 bis 15.30 Uhr
Sonntag, 19.3.2023, 9 bis 15.30 Uhr
2 Termine, 64 Euro
Anmeldeschluss: 8.3.2023
Kurs-Nr.: G5022P3

● **MS-Office: Tabellenkalkulation mit EXCEL**

Bildungswoche am Vormittag
Erlangen Sie

- Kenntnisse über Leistungsfähigkeit, Einsatzmöglichkeiten und Grundfunktionen des Tabellenkalkulationsprogramms EXCEL
- die Fähigkeit, Kalkulationstabellen zu erstellen, zu formatieren, auszuwerten und zu drucken,
- die Fähigkeit, ausgewählte Dateien in Diagrammen anschaulich darzustellen.

Tabellenkalkulationskurse setzen Grundlagenkenntnisse in der EDV voraus.

➔ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Frank Sailer
Montag, 21.8.2023 bis Freitag, 25.8.2023,
jeweils 9 bis 12 Uhr
5 Termine, 80 Euro
Anmeldeschluss: 11.8.2023
Kurs-Nr.: G5022P1



KRECH
ZAUNSYSTEME

Probier was Neues!
Wir qualifizieren dich zum Zaunbauer!
Volles Gehalt. Volles Programm.

Krech Zaunsysteme GmbH & Co. KG • Lütjes Feld 2 • 37154 Northeim
Tel.: 05554 8911 • E-Mail: info@krech-zaun.de • Web: www.krech-zaun.de



● **MS-Office: Tabellenkalkulation mit EXCEL**

Bildungsurlaub
Erlangen Sie

- Kenntnisse über Leistungsfähigkeit, Einsatzmöglichkeiten und Grundfunktionen des Tabellenkalkulationsprogramms EXCEL
- die Fähigkeit, Kalkulationstabellen zu erstellen, zu formatieren, auszuwerten und zu drucken,
- die Fähigkeit, ausgewählte Dateien in Diagrammen anschaulich darzustellen.

Tabellenkalkulationskurse setzen Grundlagenkenntnisse in der EDV voraus.

➔ [WWW](#)

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Frank Sailer

Montag, 24.4.2023 bis Freitag, 28.4.2023,
jeweils 9 bis 15.30 Uhr
5 Termine, 180 Euro / ermäßigt: 160 Euro,
Anmeldeschluss: 10.4.2023

Kurs-Nr.: G5022V1

● **MS-Office: WORD und EXCEL**

Den Teilnehmenden soll ein Überblick über die Leistungsfähigkeit, Einsatzmöglichkeit und Funktion von Word und Excel vermittelt werden. Am Ende des Kurses soll jede*r Teilnehmer*in in der Lage sein, in Word Texte zu erfassen und mit Excel Berechnungen durchzuführen, die erstellten Dokumente zu formatieren und zu verwalten. Alle haben einen eigenen PC-Arbeitsplatz.

➔ [WWW](#)

Bad Gandersheim,

Roswitha-Gymnasium,
Bismarckstraße 17, Gebäude 4,
EDV-Raum
Frank Sailer

Freitag, 17.2.2023, 18.30 bis 20 Uhr
10 Termine, 80 Euro

Anmeldeschluss: 10.2.2023

Kurs-Nr.: G5023A1

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
Frank Sailer

Mittwoch, 15.2.2023, 19.30 bis 21 Uhr
10 Termine, 80 Euro

Anmeldeschluss: 7.2.2023

Kurs-Nr.: G5023E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
Frank Sailer

Samstag, 4.3.2023, 9 bis 15.30 Uhr
Sonntag, 5.3.2023, 9 bis 15.30 Uhr

2 Termine, 64 Euro

Anmeldeschluss: 24.2.2023

Kurs-Nr.: G5023E2

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Frank Sailer

Samstag, 15.4.2023, 9 bis 15.30 Uhr
Sonntag, 16.4.2023, 9 bis 15.30 Uhr

2 Termine, 64 Euro

Anmeldeschluss: 5.4.2023

Kurs-Nr.: G5023P1

● **MS-Office für Fortgeschrittene: Serienbriefe**

Nutzen Sie die Serienbrief-Funktion von Word, um schnell und sicher Ihre Briefe an größere Verteiler zu verschicken. Wir zeigen Ihnen in diesem Kurs alle notwendigen Schritte von der Aufbereitung der Datenquelle bis zum Druck der personalisierten Schreiben. Darüber hinaus gibt's jede Menge Tipps und Tricks für das Umschiffen der zahlreichen Klippen.

Teilnahme-Voraussetzung:
Word Grundkenntnisse

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)

Ulrike Berghahn

Montag, 20.3.2023, 19 bis 21.15 Uhr

1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro

Anmeldeschluss: 13.3.2023

Kurs-Nr.: G5025P1

● **MS-Office für Fortgeschrittene: Flyer, Faltblätter und Broschüren**

Ein Abend perfekt für Alle, die Publikationen planen, erstellen und gestalten wollen. Mit leicht verständlichen Erklärungen und vielen anschaulichen Beispielen.

- Erfahren Sie, wie Sie ohne viel Zeitaufwand optisch ansprechende Publikationen erstellen.
- die vielfältigen Gestaltungsmöglichkeiten zu nutzen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)

Ulrike Berghahn

Montag, 13.3.2023, 19 bis 21.15 Uhr

1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro

Anmeldeschluss: 8.3.2023

Kurs-Nr.: G5025P2

● **Präsentieren mit PowerPoint**

Sie erhalten Kenntnisse über die technische Vorbereitung und rhetorisch professionelle Umsetzung von Vorträgen mit MS PowerPoint. Es wird eine Einführung sowohl in die Grundlagen der Gestaltung von Präsentationsfolien mit dem Programm als auch in den begleitenden Vortrag von PowerPoint-Präsentationen gegeben.

Im Einzelnen wird auf folgende Themen eingegangen:

- Planung und Vorbereitung eines Vortrages
- Strukturierung

➔ [WWW](#)

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Ulrike Berghahn
Samstag, 11.3.2023, 9.30 bis 16 Uhr
Sonntag, 12.3.2023, 9.30 bis 16 Uhr
2 Termine, 64 Euro
Anmeldeschluss: 28.2.2023
Kurs-Nr.: G5026P1

Bildbearbeitung



● **Meine Digitalkamera, Technik und Bedienung**

Sie haben eine Digitalkamera, egal welcher Hersteller und nun ist vieles neu und... Lesen Sie weiter auf Seite 52

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
Frank Watermann
Sonntag, 12.3.2023, 10 bis 17 Uhr
1 Termin, 42,84 Euro
Anmeldeschluss: 2.3.2023
Kurs-Nr.: G2111E2

● **Von der Digitalkamera zum guten Foto - Bildbearbeitung**

Sie haben eine Digitalkamera und einen Laptop - In diesem Kurs möchte ich Ihnen zeigen

- wie Sie die Bilder von der Kamera auf den Laptop bekommen
- wie Sie Ihre Bilder sinnvoll archivieren
- einfache Formen der Bildbearbeitung durchführen
- eine Bildershow erstellen
- Bilder in Word-Dokumente einbauen können, um z. B. Einladungen zu gestalten

Zur Bildbearbeitung werden wir das kostenlose Programm IrfanView benutzen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Ulrike Berghahn
Montag, 6.3.2023, 18.30 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 28.2.2023
Kurs-Nr.: G5051P1

Checkliste Sicherer PC – Ihre KVHS gibt Tipps

Ein PC, der ans Internet angeschlossen ist, ist ständig vielen Gefahren ausgesetzt. Eine Mischung aus Vorsicht und Vorsorge hilft, Probleme zu vermeiden und trifft Vorsorge, falls doch etwas passiert:

Kein Backup? Selber schuld!

Die wichtigste Vorsorge ist eine aktuelle Datensicherung. Das kostet etwas Zeit, ist aber die einzige Möglichkeit, verlorene Dateien sicher zurückzuholen. Als Speicher bieten sich USB-Festplatten an. Wichtig ist dabei, dass die Platte nur während des Backup-Vorgangs am Rechner angesteckt ist und ansonsten ohne Verbindung zum Rechner aufbewahrt wird. Nur so lässt sich vermeiden, dass z. B. Verschlüsselungstrojaner das Backup gleich mit verschlüsseln.

Tipp: Setzen Sie ein kommerzielles Backup-Programm wie z. B. Acronis Cyber Protect Home Office ein. Diese Programme bieten eine Funktion, den PC nach Ende des Backups herunterzufahren. So starten Sie zum Feierabend das Backup und können dann weggehen. Das Backup läuft nun unbeaufsichtigt und schaltet Ihren PC danach ab.

Antivirensoftware ist Pflicht

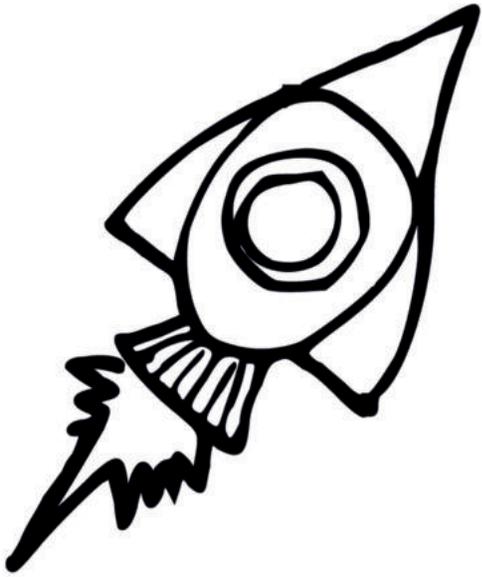
Eigentlich unnötig, darauf hinzuweisen, aber eine Antivirensoftware ist die Grundlage jeder PC-Sicherheit. Im Privatbereich genügt das in Windows enthaltene Programm Defender oder eine andere kostenlose Software.

Augen auf bei Links in E-Mails

Viele Gefahren lauern auf speziell fingierten Webseiten, die Ihnen z. B. vorgaukeln, Sie hätten Ihr Online-Banking aufgerufen. Hier gibt es ein paar Regeln, die für Sicherheit sorgen:

1. Klicken Sie niemals auf einen Link in einer E-Mail, wenn Sie das Online-Portal Ihrer Bank o.ä. aufrufen möchten. Am sichersten ist, die Internetadresse per Hand in den Browser einzugeben. Wem das zu aufwändig ist, kann als Hilfe ein Lesezeichen im Browser benutzen.
2. Wenn Sie mit dem Mauszeiger über einen Link in einer E-Mail fahren, erscheint daneben ein kleiner Text mit dem wirklichen Link. Hier müssen Sie auf den Teil zwischen dem vorletzten und dem letzten Punkt achten. Dieser gibt an, wessen Internetseite Sie aufrufen. Hacker benutzen oft ähnlich aussehende Adressen wie z.B. www.kvhs-northeim-info.de oder www.kvhs-northeim.website.org. Wenn Sie nicht sicher sind, googeln Sie die richtige Adresse und benutzen Sie nicht den Link in der Mail.

Die wichtigste Regel lautet: Öffnen Sie niemals Links oder Dateien, von denen Sie nicht wissen, woher sie stammen und wozu Sie Ihnen geschickt wurden.



WEITER

KOMMST DU
MIT DER

BBS Einbeck!



www.bbs-einbeck.de

JEDER SCHULABSCHLUSS IST MÖGLICH. WIR BERATEN DICH GERN.



Der Deutsche
Schulpreis 2020
Preisträger

BBS
EINBECK

WIR
WOLLEN'S
WISSEN.

BERUFLICHE BILDUNG

Fit für den Beruf Weiterkommen mit der KVHS

- Kurse für den Beruf
- Kleine Lerngruppen & Erfahrene Dozent*innen
- Gruppenanmeldung & Rechnungsstellung an Ihre Firma möglich



Kontakt: Halida Sydymanova
 Programmbereichsleiterin
 Berufliche Bildung
Tel: 05551/708-8218
 hsydymanova@landkreis-northeim.de

Buchführung

● Einnahme-Überschuss-Rechnung für kleine und mittelständische Unternehmen und Selbstständige

Mit dem Xpert Business Lernnetz bieten wir diesen Online-Kurs speziell für Freiberufler*innen, kleine Unternehmungen und deren Buchhaltungsmitarbeiter/innen an, aber auch für Mitarbeiter*innen aus der Steuerberatung, die Kleingewerbetreibende unterstützen.

Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschuss-Rechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten.

➔ [WWW](#)

Online-Kurs, Der virtuelle Kursraum wird bekannt gegeben.

Xpert-Business-Lernnetz
 7.3.2023, 18.30 bis 20.30 2x wöchentlich,
 dienstags und donnerstags
 11 Termine, 165 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 28.2.2023

Kurs-Nr.: G5074X1K

Mehr Erfolg im Beruf –
mit Ihrer KVHS!



● Grundlagen der Lohn- und Gehaltsabrechnung 1

Jede*r Arbeitgeber*in hat für die Beschäftigten Lohnsteuern, Zuschlagsteuern und die gesetzlichen Sozialversicherungsbeiträge einzubehalten und an die entsprechenden Stellen abzuführen. Die Lohn- und Gehaltsrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Lohnsteuerklassen, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich.

➔ [WWW](#)

Online-Kurs, Der virtuelle Kursraum wird bekannt gegeben.

Xpert-Business-Lernnetz
 7.3.2023, 18.30 bis 20.30 2x wöchentlich,
 dienstags und donnerstags
 20 Termine, 280 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 28.2.2023

Kurs-Nr.: G5075X1K

● Grundlagen der Lohn- und Gehaltsabrechnung 2

Die in diesem Kurs erworbene Fachkompetenz vermittelt vertiefende Kenntnisse der Lohnbuchhaltung mit ihren zahlreichen Sonderregelungen, steuerfreie Einkommensarten und die steuerrechtliche Behandlung bestimmter Arbeitnehmergruppen.

➔ [WWW](#)

Online-Kurs, Der virtuelle Kursraum wird bekannt gegeben.

Xpert-Business-Lernnetz
 7.3.2023, 18.30 bis 20.30 2x wöchentlich,
 dienstags und donnerstags
 20 Termine, 280 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 28.2.2023

Kurs-Nr.: G5075X2K

● Prüfungstermin für Xpert Business Kurse

Die Prüfungen nach dem Xpert-Business Lehrplan sind bundesweit anerkannt. Prüfung für die Bereiche Einnahme-Überschuss-Rechnung oder Lohn- und Gehaltsabrechnung.

Einbeck, Drüber, KVHS,
 An der Schule 2, 1.0G
 Multifunktionsraum
 Donnerstag, 8.6.2023, 18.30 bis 20.45 Uhr
 1 Termin, 85 Euro

Anmeldeschluss: 3.5.2023

Kurs-Nr.: G5075S1



Berufsbildende Schulen I Northeim
Wirtschaft und Verwaltung · Gesundheit



Fit in die Zukunft!

Berufsschule

- Wirtschaft und Verwaltung
- Gesundheit

1-jährige Berufsfachschule Wirtschaft

- für Realschulabsolventinnen und -absolventen („Höhere Handelsschule“)
- für Hauptschulabsolventinnen und -absolventen

2-jährige Berufsfachschule Wirtschaft

Berufseinstiegsschule Wirtschaft/Gesundheit

- Sprache und Integration

Fachoberschule

- Wirtschaft
- Verwaltung und Rechtspflege

Berufliches Gymnasium Wirtschaft

Fachschule Betriebswirtschaft

in Kooperation mit der Arnoldi-Schule Göttingen



Die Europa-Schule BBS1 im Portrait

Weitere Informationen unter:
www.bbs1-northeim.de

Flexibles Lernen, faire Chancen

Rund 1.000 Schülerinnen und Schüler, zwei Drittel davon im dualen System, besuchen derzeit die Berufsbildenden Schulen I – Wirtschaft und Verwaltung – des Landkreises Northeim. Seit 2007 ist die BBS 1 „Europa-Schule in Niedersachsen“.

Zusatzqualifizierung „Europakaufmann/-frau“ und „Chinakaufmann/-frau“

Wir bieten den kaufmännischen Auszubildenden eine IHK-zertifizierte Zusatzausbildung an. Die Qualifizierungsmaßnahme beinhaltet ein mindestens dreiwöchiges Praktikum bei einem unserer festen Partner, u.a. in Frankreich, Spanien, Tschechien, Polen und den Niederlanden.

Chinesisch als zweite Fremdsprache im Beruflichen Gymnasium

Das Berufliche Gymnasium Wirtschaft in Northeim ist das erste und bisher einzige Berufliche Gymnasium in Niedersachsen, das Chinesisch als Sprache abiturrelevant anbietet.

Europäisches Wirtschaftsdiplom (EBBD):

Das EBBD ist ein Exzellenzlabel, mit dem Schüler/-innen ausgezeichnet werden, die parallel zum Abitur besondere Qualifikationen in europäischer / internationaler Dimension nachgewiesen haben. In sieben europäischen Ländern wird dieses Zertifikat vergeben, das Kom-

petenzen in den Bereichen Studieren, Arbeiten und Leben in Europa vermittelt.

Schülerunternehmen

Mit einer Vielzahl nachhaltiger Schülerunternehmen orientiert sich die BBS 1 Northeim an den Bedürfnissen der realen Arbeitswelt und hat sich bundesweit einen Namen gemacht. Wir gelten als Referenzschule für andere Bildungseinrichtungen.

Kooperationen

Wir kooperieren mit den umliegenden allgemein- und berufsbildenden Schulen, Ausbildungsbetrieben, Kammern sowie der Privaten Hochschule Göttingen, dem Wirtschaftspädagogischen Seminar der Universität Göttingen, den Studienseminaren und der Fachhochschule des Mittelstands (FHM).

Fachschule Betriebswirtschaft

Seit August 2018 haben wir das schulische Angebot erweitert und bieten den Besuch der Fachschule Betriebswirtschaft in Teilzeitform mit dem Abschluss Betriebswirt/-in (staatlich geprüft) als berufliches Weiterbildungsangebot an. Voraussetzung für den Schulbesuch sind der Sekundarabschluss I (Realschulabschluss) und eine einschlägige berufliche Erstausbildung sowie eine mindestens einjährige Berufserfahrung. In Kooperation mit der Fachhochschule des Mittelstands (FHM) ist ein Bachelorabschluss möglich.

Berufsbildende Schulen I Northeim · Europa-Schule · Sudheimer Str. 36 - 38 · 37154 Northeim
Telefon (05551) 98 44 - 0 · Fax - 20 · verwaltung@bbs1-northeim.de · www.bbs1-northeim.de

GRUNDBILDUNG & SCHULABSCHLÜSSE

Grundbildungskurse

Die KVHS bietet Grundbildungskurse für Menschen mit Beeinträchtigungen am Arbeitsplatz in Kooperation mit Harz-Weser-Werken gGmbH an. Dort lernen sie Lesen, Schreiben und Rechnen, den Umgang mit Computer, sich gesund ernähren und kreativ Gestalten. Erfahrene Kursleitende nehmen Rücksicht auf das Lerntempo und bieten eine vertrauensvolle Lernatmosphäre.

Schulabschlüsse nachholen

Bildungswege verlaufen nicht immer gradlinig. Wer einen Haupt- bzw. Realschulabschluss nachträglich erwerben und beruflich weiterkommen möchte, investiert in seine Zukunft. Im Abendschullehrgang der KVHS werden die Teilnehmenden auf die Schulabschlüsse der Sekundarstufe I vorbereitet.



Kontakt: Halida Sydymanova
Programmbereichsleiterin
Grundbildung & Schulabschlüsse
Tel: 05551/708-8218
hsydymanova@landkreis-northeim.de

Schulabschlüsse



● Ihr Weg zum Hauptschul- und Realschulabschluss

Bildungswege verlaufen nicht immer gradlinig. Wer einen Schulabschluss nachträglich erwerben und beruflich weiterkommen möchte, investiert in seine Zukunft.

Sie haben sich entschieden, einen Schulabschluss auf dem Zweiten Bildungsweg zu machen?

Der Abendlehrgang richtet sich gleichermaßen an Nichtschüler*innen mit erfüllter Schulpflicht, erwachsene Erwerbslose, Geringverdiener oder Beschäftigte in Teil- oder Vollzeit sowie an Alleinerziehende.

➔ [WWW](#)

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 25
Eingang Rückseite des Gebäudes
Dozententeam
Montag, 12.9.2022, 16 bis 20 Uhr, 5 x
wöchentlich, ca. 11 Monate
Kurs-Nr.: Y6070Z8

Grundbildung - Lesen, Schreiben, Rechnen lernen

● Schreiben, Lesen, Rechnen für Menschen mit Beeinträchtigungen

Der Kurs richtet sich an alle, die Unterstützung bei der Bewältigung des Lebensalltags brauchen. Arbeitsmaterialien werden zur Verfügung gestellt. Schreib-, Lese- und Rechenübungen erfolgen in Gruppen- und/oder in Einzelarbeit. Das Ziel ist, den Umgang bei Arztbesuchen, in Krankenhäusern, in Sparkassen, bei Behörden, in Einkaufsmärkten und anderen Einrichtungen des täglichen Lebens ermöglichen und verbessern. Bei Fragen zum Kursinhalt können Sie den Kursleiter unter Telefon 05562/6162 anrufen.

➔ [WWW](#)

Dassel, Lüthorst
Cafe "Haus Wildwiese"
Günter Ehling
Donnerstag, 9.2.2023, 16.30 bis 18 Uhr
15 Termine, 15 Euro
Kurs-Nr.: G7310D1K

● Lesen einmal anders - LEA Inklusiver Leseklub® Lesen in leichter Sprache

in Zusammenarbeit mit der Stadtbibliothek Einbeck

Haben Sie Lust am Lesen wiederentdeckt? Möchten Sie Geschichten in leichter Sprache gegenseitig vorlesen? Menschen, die gerade Deutsch lernen,

sind herzlich willkommen. Für Menschen mit eingeschränkter Mobilität gibt es den barrierefreien Eingang zum Lesesaal. Die Lesetreffen laden dazu ein, Gemeinsamkeiten zu entdecken und Vorurteile abzubauen, sind kostenlos und finden einmal wöchentlich statt. Anmeldung bei der Moderatorin Dr. Ursula Kleineidamm, Telefon 0152 021 732 54.

➔ [WWW](#)

Einbeck, Stadtbibliothek, Lesesaal,
Dr.-Friedrich-Uhde-Straße 5
Dr. Ursula Kleineidamm
Montag, 6.3.2023, 16 bis 18 Uhr
12 Termine, kostenlos
Kurs-Nr.: G7340E1

Grundbildung am Arbeitsplatz und im Alltag

● Kochbuch in einfacher Sprache

Die Kreisvolkshochschule Northeim hat in Zusammenarbeit mit den Harz-Weser-Werken gGmbH Northeim ein Kochbuch mit 100 Rezepten in leichter Sprache herausgegeben. Gefördert wurde dieses Grundbildungsprojekt vom Nds. Ministerium für Wissenschaft und Kultur aus dem Sonderfonds zur Förderung des lebenslangen Lernens. Durch die Schritt-für-Schritt-Fotoanleitung und Piktogramme gibt es eine ganz praktische Hilfestellung für Menschen mit Schwierigkeiten im Umgang mit der Schriftsprache. Das Kochbuch beinhaltet

eine Vielfalt von Rezepten mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad. Es ist für den Einsatz in verschiedenen Kochgruppen geeignet: An Schulen und Kitas mit Kindern und Jugendlichen, in Wohngruppen für Menschen mit Beeinträchtigungen, in den Kochgruppen mit Beschäftigten der Harz-Weser-Werke, in Integrationssprachkursen mit Menschen mit Migrationshintergrund, in Alphabetisierungs-, Lese- und Schreibkursen, in Mutter-Vater-Kind- und Seniorengruppen. Es richtet sich an Fachkräfte und Praktiker in der Grundbildungsarbeit. Für Berufstätige mit wenig Zeit zum Kochen und allen am Selbstkochen Interessierten ist das übersichtliche Kochbuch in leichter Sprache ebenso gut geeignet. Auch als nützliches Geschenk für die Großeltern, Eltern, Verwandte, wie auch für nette Freunde, Kollegen oder Nachbarn ist diese Rezeptsammlung in leichter Sprache eine gute Wahl.

➔ [WWW](#)

13 Euro

Kurs-Nr.: Y7400Z1



Die nachfolgenden Grundbildungskurse finden in Zusammenarbeit mit örtlichen Betrieben und Einrichtungen statt. Sie werden vom Land Niedersachsen durch das Ministerium für Wissenschaft und Kultur aus dem Sonderfonds zur Förderung des lebenslangen Lernens gefördert.



Niedersächsisches Ministerium für Wissenschaft und Kultur



● **Gesundheitsbildung für Beschäftigte der Harz-Weser-Werke in Northeim**

Dieses Kursangebot findet in Zusammenarbeit mit den Harz-Weser-Werken in Northeim statt. Interessierte Beschäftigte des Betriebes erhalten alltagstaugliche Tipps über gesundes Essen und Trinken. Wie kann ich gesund abnehmen und mein Gewicht halten? Was hilft meinem Körper fit und gesund zu bleiben? Ist eine abwechslungsreiche, vital-stoffreiche Ernährung ausreichend, um meinen Bedarf an Nährstoffen, Vitaminen und Mineralstoffen zu decken oder sind Nahrungsergänzungsmittel erforderlich? Die Teilnehmenden lernen neue, gesunde Gewohnheiten in ihren Alltag einzubeziehen.

➔ [WWW](#)

Aloisia Tietz

Freitag, 13.1.2023, 8.30 bis 12 Uhr

32 Termine, kostenlos

Kurs-Nr.: Y7410Z7

● **Fit im Rechnen für den Beruf für Beschäftigte der Harz-Weser-Werke in Northeim**

Ziel des Kurses ist es, vorhandene Potentiale der Beschäftigten der HaWeTec in Northeim zu fördern. Der Schwerpunkt liegt beim Rechnen für den Arbeitsplatz. Der Umgang mit Zahlen und Größen wird erarbeitet, geübt und vertieft. Wir trainieren die Grundrechenarten, Bruchrechnung, Prozent- und Zinsrechnung sowie den Dreisatz. Wir beschäftigen uns dabei mit Gewichten, Längen, Flächen, Umfängen und Rauminhalten. Die Rechenaufgaben werden jeweils auf die Vorkenntnisse der Beschäftigten des Betriebes konkret abgestimmt. Anhand von Beispielen aus dem Arbeitsleben, z. B. Kuvertier- & Versandarbeiten, Montage & Verpackung, Metallarbeiten steigern wir uns in kleinen Schritten zu bald gar nicht mehr schwierigen Aufgaben.

➔ [WWW](#)

Northeim, HaWeTec, Borsigstraße 23, "Blauer Salon"
Petra Rohrig
Dienstag, 10.1.2023, 11 bis 12.30 Uhr
36 Termine, kostenlos
Kurs-Nr.: Y7420Z7

● **Medienseminar für Beschäftigte in Zusammenarbeit mit Harz-Weser-Werke gGmbH in Northeim**

Die Entwicklung neuer Technologien und fortschreitende Automatisierung der Produktionsprozesse in Betrieben führen zur erhöhten Anforderungen an die Beschäftigten. Die Digitalisierung ist in allen Lebensbereichen angekommen. Computergestützte Kommunikation löst die schriftliche in allen Lebensbereichen ab und bestimmt immer mehr den Alltag. Doch gerade die Beschäftigten mit Beeinträchtigung haben immer noch wenig Berührungspunkte mit digitalen Medien. Ziel des Medienseminars ist die Hemmschwelle im Umgang mit PC abzubauen, Neugierde am Thema zu wecken und vorhandene Potentiale zu fördern.

➔ [WWW](#)

Mar Sydymanov

Mittwoch, 1.2.2023, 9 bis 14.30 Uhr

5 Termine, kostenlos

Kurs-Nr.: Y7430Z9

NEU!

● **Malen und Zeichnen lernen für den Beruf für Beschäftigte der Harz-Weser-Werke in Northeim**

Ziel des Kurses ist es, mit Freude und gemeinsamem Tun die Kreativität der Beschäftigten der HaWeTec mit Interesse am kreativen Gestalten und Austausch im geschützten Rahmen zu fördern. Hier können sie unter Anleitung verschiedene Maltechniken erlernen. Es entstehen unter Anleitung authentische, ausdrucksstarke Bilder in all ihrer Vielfalt. Die Faszination des Malens liegt im Herstellen des Bildes, im Auftragen der Farben mit Pinsel, Spachtel, Schwamm oder Händen und daran, das Zusammenspiel von Form und Farbe wachsen zu sehen.

➔ [WWW](#)

Northeim, HaWeTec, Borsigstraße 23, "Blauer Salon"
Renate Dieckmann
Donnerstag, 12.1.2023, 13.30 bis 16.30 Uhr
38 Termine, kostenlos
Kurs-Nr.: Y7440Z1



Mediengrundbildung am Arbeitsplatz und im Alltag

Teilnehmende des Seminars für Mediengrundbildung in Kooperation mit Harz-Weser-Werken gGmbH in Northeim Silvia Grube und Maik Hogreve im Gespräch mit ihrem Dozenten Mar Sydmanov

Silvia Grube, 33 J., seit 2018 in der Abteilung Montage, HWW Northeim beschäftigt.

Maik Hogreve, 44 J., seit 2006 in der Tischlerei, HWW Northeim beschäftigt.

Mar S.: *Hallo Silvia, hallo Maik! Ich freue mich, euch im zweiten Teil des Medienseminars zu begrüßen. Ihr habt im Frühjahr 2022 am ersten Teil teilgenommen. Warum habt ihr euch damals und jetzt wieder zu meinem Medienseminar angemeldet?*

Silvia G.: Ich fand das Seminar im Frühjahr sehr interessant. Ich war auf die neue Kursausschreibung und die Fortsetzung neugierig. Ich mache zu Hause viel mit Computer am Laptop und am Handy, suche nach Informationen im Internet, schreibe E-Mails.

Maik H.: Ich arbeite im Lager der Tischlerei. Ich möchte sicherer im Umgang mit Computer werden. Da soll in Zukunft ein Computer in der Tischlerei eingeführt werden. Ich möchte sicherer im Internet surfen und dabei mehr Schutz haben. Ich bin ehrenamtlicher Schiedsrichterwart und muss ab und zu mit einer E-Mail die Spiele absagen. Deshalb möchte ich besser die E-Mails schreiben können.

Mar S.: *Was habt ihr im Medienseminar gelernt?*

Silvia G.: Ich bin sicherer im Umgang mit Computer geworden, z.B. habe ich gelernt, wie man richtig ein sicheres Passwort erstellt und es gut merken kann. Es gab viele nützliche Tipps wie man QR-Codes nutzt. Die Antworten zum Online-Quiz zu tippen, hat mir Spaß gemacht. Auch die Tastatur mit F-Tasten zu bedienen. Ich kannte diese Funktionen bisher nicht.

Maik H.: Sich auf der Tastatur zurechtfinden, wie man im Internet die Informationen vernünftig suchen kann. Man ist sicherer mit Add-Ons. Ich habe die Videokonferenz Senfcall kennengelernt, kannte diese vorher nicht. Die Passwortsicherheit hat mir viel gebracht. Ich habe sie jetzt an einem Ort und muss mir sie nicht mehr merken. Da habe ich privat ein Paar meiner „unsicheren“ Passwörter sofort geändert. Danke für das Pizza-Beispiel!

Anmerkung des Kursleiters: Was ein Passwort mit Pizza zu tun hat, Quelle:

Bundesamt für Sicherheit in der Informationstechnik (BSI)

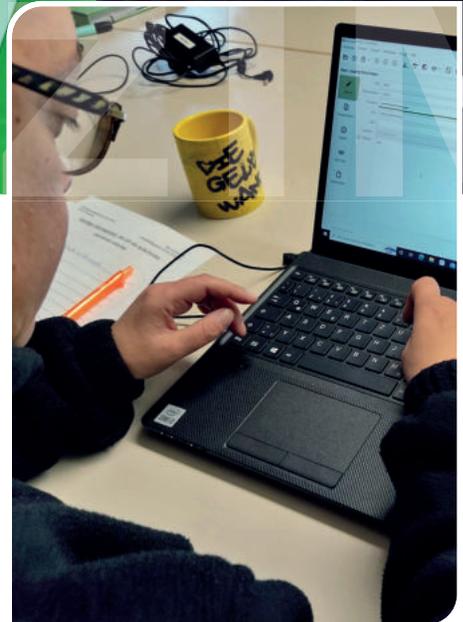
https://www.bsi.bund.de/SharedDocs/Bilder/DE/BSI/Aktuell/Sicheres_Passwort_passwoerter_merken_pizza.html

Mar S.: *Wie wendet ihr das erlernte Wissen an?*

Silvia G.: Ich habe viel gelernt. Dafür vielen Dank! Obwohl ich nur eine Hand nutzen kann, konnte ich im Kurs mit einer Hand tippen. Unser Teamleiter in der Werkstatt zieht auch den Hut vor mir ab, weil ich am Kurs teilgenommen hab und mit einer Hand so viel schaffe.

Maik H.: Zu Hause merke ich, dass ich jetzt sicherer und schneller tippen kann, weil ich jetzt neue Befehle und Tastenkombinationen kenne. Ich werde Add-Ons installieren, weil ich gelernt habe, wie das geht. Gern würde ich noch einmal so einen Kurs machen. Vielen Dank!

Mar S.: *Ich danke euch herzlich. Mir hat es auch viel Spaß gemacht!*



Konzentriertes Arbeiten



Bildung im Team

Grundbildung

Haupt- & Realschulabschluss

Y6070Z8

Seite 29

Kurse für Beschäftigte der Harz-Weser-Werke in Northeim:

Medienseminar

Y74030Z9

Seite 30

Gesundheitsbildung

Y7410Z7

Seite 30

Fit im Rechnen für den Beruf

Y7420Z7

Seite 30

Malen und Zeichnen lernen

Y7440Z1

Seite 30

SPRACHEN

Fremdsprachen lernen an der KVHS

- Kurse, die das individuelle Lerntempo der Teilnehmer*innen berücksichtigen
- Kursleitende, die berücksichtigen, dass der Fremdsprachenerwerb in der Schule oftmals schon viele Jahre her ist.
- Kursleitende, die Kurse in Ihrer Muttersprache geben oder eine Fremdsprache fundiert gelernt haben. ▪ Kleine Lerngruppen.
- Kursleitende, die berücksichtigen, dass man als Erwachsene*r anders lernt.
- Lernen durch den Einsatz vielfältiger aktivierender Methoden, die das Ziel haben, Sprachhemmungen abzubauen und möglichst viel zu kommunizieren.



Kontakt: **Stefanie Turano**
Programmbereichsleiterin
Fremdsprachen
Tel: 05551 708 8222
sturano@landkreis-northeim.de

Bildungsurlaube Fremdsprachen

● Bildungsurlaub English

Brush up your English - Aufbaustufe B1+
Dear learners of English, in this intensive English seminar week we would like to reactivate as much English as possible. Based on a book we would like to discuss interesting topics and see some grammar if necessary. Other materials complete the input - and then there is always a focus on your "talk" (presentations by the students) - a very interesting and enriching part of this course. So, if your English needs a little "brush up".

➔ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule,
Wallstraße 40, Raum U 13
Dr. Ira Gorzond
Montag, 6.2.2023 bis Freitag, 10.2.2023,
jeweils 9 bis 16 Uhr,
5 Termine, 160 Euro / ermäßigt: 120 Euro
Lehrbuch: Fairway Refresher B1
(Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-501472-5
Anmeldeschluss: 18.1.2023
Kurs-Nr.: G4100V1

● Bildungsurlaub Business English

Stufe A2/B1
Bildungsurlaub Business heißt eine Woche 'office life' auf Englisch - vom Telefonieren über E-Mails bis zu Präsentationen ('talks'), Logistik bis zu 'com-

plaints' und 'complaint management'. Wir besuchen aber auch die Produktion und entwickeln neue Produkte etc. Notwendige Sprache wird wiederholt, intensiviert - oder auch neu erlernt...all in all an intensive week with a lot of English. Why don't you join us in March?

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.01
Dr. Ira Gorzond
Montag, 27.3.2023 bis Freitag, 31.3.2023,
jeweils 9 bis 16 Uhr,
5 Termine, 160 Euro / ermäßigt: 120 Euro
Lehrbuch: Business to Business
(Klett-Verlag: ISBN 978-3-12-808247-9)
Anmeldeschluss: 8.3.2023
Kurs-Nr.: G4100V2

Englisch

Englisch Beratung und Einstufung

● **Englisch**
Beratung und Einstufung
Bitte nehmen Sie die persönliche, kostenlose Beratung und Einstufung wahr. Nur wenn Sie im richtigen Kurs sind, können Sie auch Erfolgserlebnisse für sich verbuchen! Gemeinsam finden wir mit Sicherheit den passenden Sprachkurs für Sie. Die Beratung ist kostenfrei, eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Dr. Ira Gorzond
Montag, 31.1.2023, 18.30 bis 20 Uhr
1 Termin, kostenlos
Anmeldeschluss: 27.1.2023
Kurs-Nr.: G4099E1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Anke Kronauer
Freitag, 3.2.2023, 18.30 bis 20.45 Uhr
1 Termin, kostenlos
Anmeldeschluss: 2.2.2023
Kurs-Nr.: G4099P1

Englisch Grundstufe A1

● **Englisch für
Frühaufsteher*innen -
English for early birds**
*Grundstufe A1 - für Teilnehmende mit
wenig Vorerfahrung*

Ist es schon eine Weile her, dass Sie Englisch gesprochen haben, wieder einsteigen und ihre Kenntnisse auffrischen möchten? Anhand des Lehrbuchs werden Inhalte besprochen, Vokabular und Grammatik erläutert, so dass Sie mit der Sprache vertraut werden.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 3, 2. OG
Anke Kronauer

Donnerstag, 9.2.2023, 10 bis 11.30 Uhr
12 Termine, 115,20 Euro
Lehrbuch: Network Now A1, Klett-Verlag,
ISBN: 978-3-12-606588-7, ab Lektion 4
Kurs-Nr.: G4105E2

● **Englisch für Anfänger*innen
oder Wiederanfangende**

Grundstufe A1/1

Wenn Sie neu in die englische Sprache von Grund auf lernen wollen, können Sie in diesem Kurs ein Sprachfundament aufbauen und das in einem Ihnen angepassten Lerntempo. Wir erlernen und üben mithilfe eines Lehrwerks den alltäglichen Wortschatz, Grammatikgrundlagen, Hörverstehen und die korrekte Aussprache. Außerdem werden landeskundliche Informationen über die Länder der englischsprachigen Welt vermittelt.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 16
Gunhild Schuchart-Kattih
Donnerstag, 9.2.2023, 15 bis 16.30 Uhr
15 Termine, 84 Euro
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
Kurs-Nr.: G4105P1

● **Englisch für Teilnehmende mit
zwei Semestern Vorerfahrung**

Grundstufe A1/3

Wenn Sie über geringe Englischkenntnisse verfügen und die Sprache von Grund auf lernen wollen, können Sie in diesem Kurs ein Sprachfundament aufbauen und das in einem Ihnen angepassten Lerntempo. Wir erlernen und üben mithilfe eines Lehrwerks den alltäglichen Wortschatz, Grammatikgrundlagen, Hörverstehen und die korrekte Aussprache. Außerdem werden landeskundliche Informationen über die Länder der englischsprachigen Welt vermittelt.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.01
Gunhild Schuchart-Kattih
Montag, 6.2.2023, 15 bis 16.30 Uhr
15 Termine, 84 Euro
Wird im Kurs bekannt gegeben.
Anmeldeschluss: 1.2.2023
Kurs-Nr.: G4115P1

Neue Horizonte entdecken –
mit Ihrer KVHS!



● **Englisch für Teilnehmende mit
etwas Vorerfahrung**

Grundstufe A1/4

Themen (mündlich und schriftlich); Urlaub, Freizeit, Entschuldigen, Postkarten schreiben, Aktivitäten in der Vergangenheit und Zukunft ausdrücken... und alles in einem gemächlichen Tempo! Welcome!

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 6
Margrit Fajen-Brandes
Montag, 6.2.2023, 17 bis 18.30 Uhr
10 Termine, 56 Euro
Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben.
Anmeldeschluss: 30.1.2023
Kurs-Nr.: G4125U1

● **Englisch
Grundstufe A1+**

In diesem Kurs erweitern Sie ihre Englischkenntnisse von Grund auf und lernen eine gute englische Aussprache. Mit Hilfe eines Lehrbuchs werden wir Texte lesen, Grammatik lernen und CDs hören. Als Engländerin ist es mein Ziel, mit Übungen Ihre Sprache und Ihr Hörverstehen zu verbessern, damit Sie selbstsicher in verschiedenen Situationen Englisch sprechen können.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 3, 2. OG
Pamela Pohl
Montag, 6.2.2023, 10.30 bis 12 Uhr
14 Termine, 78,40 Euro
Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben.
Kurs-Nr.: G4126E2



Mit unserem Online-Banking
immer den Überblick behalten.
Und den Kopf frei für das, was
wichtig ist.

Jetzt freischalten auf www.sparkasse-einbeck.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Einbeck

Kompetent für
unsere Region
seit 1830



Mit der KVHS zur Bruderschaft der Blutwursttritter



Charcuterie in Mortagne-au-Perche

Daniel Otte mit seiner KVHS-Kursleiterin Brigitte Baumgartner

Zugegeben: Die Kunst der Blutwurstherstellung hat Daniel Otte im Familienbetrieb in Schönhagen gelernt. Doch den Fleischermeister zog es hinaus in die Welt, er suchte in bester Handwerkstradition den Austausch in der Ferne. Den fand er 2020 nach längerem Suchen im normannischen Ort Mortagne-au-Perche. Dort trat er mit seiner Rotwurst beim Concours du Meilleur Boudin, dem Wettbewerb um die beste Blutwurst der Bruderschaft der Blutwursttritter an und gewann sofort eine Gold- und eine Silbermedaille. 2022 kamen zwei weitere Medaillen und ein Pokal hinzu.

„Ohne französische Sprachkenntnisse hätte man mich nicht so schnell aufgenommen.“, ist sich Daniel Otte sicher. Seit 7 Jahren verbessert er sein Schul-Französisch in der KVHS und begeistert mit seinen Sprachkenntnissen, aber auch seinem Enthusiasmus für Frankreich und die französische Sprache seine Dozentin Brigitte Baumgartner, die selbst gebürtige Französin ist. Nebenher spielt er französische Chansons auf dem Akkordeon und teilt seine Gedanken zur Geschichte und Literatur Frankreichs per WhatsApp mit Gleichgesinnten – natürlich auf Französisch!



Hier geht es um die Wurst

Französisch

Französisch Grundstufe A1/3 G4215P1	Seite 39
Französisch Grundstufe A2+ G4246E1	Seite 39
Französisch Aufbaustufe B2 G4282U1	Seite 40

● **Englisch für Teilnehmende mit sechs Semestern Vorerfahrung**

Grundstufe A1+

Sie haben Englisch vor langer Zeit gelernt und möchten Ihre Kenntnisse auffrischen? Sie können in diesem Kurs ein Sprachfundament wiederaufbauen und das in einem Ihnen angepassten und angenehmen Lerntempo. Wir erlernen und üben mithilfe des Lehrwerks alltäglichen Wortschatz, Grammatikgrundlagen, Hörverstehen und die korrekte Aussprache. Außerdem werden landeskundliche Informationen über die Länder der englischsprachigen Welt vermittelt.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Gunhild Schuchart-Kattih

Mittwoch, 8.2.2023, 15 bis 16.30 Uhr

15 Termine, 84 Euro

Lehrbuch: Network Now A1 (Klett Verlag)

Anmeldeschluss: 2.2.2023

Kurs-Nr.: G4126P1

● **Englisch für Frühaufsteher*innen - English for early birds**

Grundstufe A1/A2

Sie wollen mit einer englischen Muttersprachlerin Englisch lernen? In diesem Kurs bauen wir ein Sprachfundament auf, lernen in Englisch mit guter Aussprache zu kommunizieren und mit Hilfe eines Lehrwerks üben wir die Grammatik.

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 3, 2. OG

Niki Wray

Mittwoch, 8.2.2023, 17 bis 18.30 Uhr

15 Termine, 84 Euro

Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben.

Kurs-Nr.: G4105E1



Englisch Grundstufe A2

● **Englisch für 'false beginners' ("falsche" Anfänger*innen)**

Grundstufe A2/2

Sie haben (vor Jahren) Englisch gelernt und würden nun gern einen neuen Start wagen und von Grund auf wiederholen? Dann bietet dieser Kurs eine Möglichkeit dazu. Auf der Grundlage eines Lehrwerks werden verschüttete Strukturen reaktiviert, aber natürlich auch - je nach Kenntnisstand - neue Dinge erlernt. Die Gruppe bestimmt das Lerntempo, das (wieder) Erlernen der Fremdsprache öffnet neue Horizonte (beim Reisen, im Internet etc.).

➔ [WWW](http://www.kvhs-northeim.de)

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 1, EG

Dr. Ira Gorzond

Montag, 13.2.2023, 18.30 bis 20 Uhr

12 Termine, 72 Euro

Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben!

Kurs-Nr.: G4126E1

● **English in the early evening - for best agers**

Grundstufe A2+

Sie haben Vorerfahrungen in der englischen Sprache, die länger zurückliegen und möchten sich schrittweise wieder sicherer in der Sprache fühlen. Besonders freies Sprechen soll anhand unterschiedlichster Sprechsituationen eingeübt und vertieft werden - Themenwünsche können gern eingebracht werden. See you!

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 1, EG

Angelika Müller

Dienstag, 14.2.2023, 15 bis 16.30 Uhr

12 Termine, 67,20 Euro

Lehrbuch: Network Now A2.2

(Klett-Verlag)

Anmeldeschluss: 7.2.2023

Kurs-Nr.: G4145E1

● **Brush up your English**

Grundstufe A2+

Twice x 3 mornings for brushing up your English. In total we have 24 lessons for speaking, listening, reading and writing English. This course gives you a good

RZ
AUTOTECHNIK
Vertriebs-GmbH



Autoersatzteile und Zubehör

37603 Holzminden, Nordstraße 2, Tel. (0 55 31) 6 08 09

37154 Northeim, Fuchsbäumer Weg 4, Tel. (0 55 51) 90 950 60

www.rz-autotechnik.de

basis for further studies...we cover everything you need for travelling and daily life ...Just give it a try!

Northeim, Kreisvolkshochschule, Wallstraße 40, Raum U 13
Dr. Ira Gorzond
Dienstag, 11.4.2023, 9 bis 12.15 Uhr
Mittwoch, 12.4.2023, 9 bis 12.15 Uhr
Donnerstag, 13.4.2023, 9 bis 12.15 Uhr
Dienstag, 6.6.2023, 9 bis 12.15 Uhr
Mittwoch, 7.6.2023, 9 bis 12.15 Uhr
Donnerstag, 8.6.2023, 9 bis 12.15 Uhr
6 Termine, 72 Euro
Lehrbuch: Fairway Refresher A2 (Klett-Verlag) ISBN 978-3-12-501470-1
Kurs-Nr.: G4145P1



● Englisch

Grundstufe A2/B1

Sie haben Englisch gelernt und möchten ihre Kenntnisse auffrischen und ausbauen? In diesem Kurs werden Grammatikgrundlagen wiederholt und vertieft, die Kommunikationsfähigkeit trainiert und das Hörverstehen geschult. Wichtig sind das freie Sprechen und die korrekte Aussprache. Vielfältige Sprachanlässe und Themen über die englischsprachige Welt sollen dazu beitragen, dass erworbene Kenntnisse angewandt werden und der Wortschatz erweitert wird.

↪ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum U 16
Gunhild Schuchart-Kattih
Dienstag, 7.2.2023, 15 bis 16.30 Uhr
15 Termine, 84 Euro
Lehrbuch: Network Now, Band A2.2 (Klett Verlag)
Anmeldeschluss: 2.2.2023
Kurs-Nr.: G4146P1

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum U 14
Gunhild Schuchart-Kattih
Dienstag, 7.2.2023, 9 bis 10.30 Uhr
15 Termine, 84 Euro
Lehrbuch: Network Now, Band A 2.2 (Klett Verlag)
Anmeldeschluss: 2.2.2023
Kurs-Nr.: G4146P2

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum 0.01
Gunhild Schuchart-Kattih
Montag, 13.2.2023, 19 bis 20.30 Uhr
15 Termine, 84 Euro
Lehrbuch: Network Now, Band A2.2 (Klett Verlag)
Anmeldeschluss: 7.2.2023
Kurs-Nr.: G4146P3

● Englisch am Vormittag

Stufe A2/B1

If you would like to brush up and improve your English, this course is the right one for you. Based on a textbook we would like to see familiar structures and get to know new aspects of the English language. The textbook provides interesting topics of discussion, you are always welcome to bring in your own ideas and to contribute to a lively English class - so, why don't you come along in February?

Einbeck, Kreisvolkshochschule Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Dr. Ira Gorzond
Mittwoch, 15.2.2023, 10 bis 11.30 Uhr
12 Termine, 72 Euro
Lehrbuch: Wird im Kurs mitgeteilt.
Kurs-Nr.: G4147E1

● English in the evening

Stufe A2/B1 - a new start

After our Corona-break we would like to make a new start, but the targets are still the same: discussing interesting topics (at best based on an appropriate book), revising grammar and improving our English by new ideas and more complex language structures.

↪ WWW

Einbeck, Kreisvolkshochschule Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Dr. Ira Gorzond
Donnerstag, 16.2.2023, 18.30 bis 20 Uhr
12 Termine, 72 Euro
Lehrbuch: Wird im Kurs mitgeteilt.
Kurs-Nr.: G4147E2

● English in the morning

Stufe A2/B1

We brush up and improve our conversation skills by reading and discussing a wide variety of topics based on articles taken from the magazine "Spotlight". This way we also learn some new vocabulary and revise some grammar points. So, just come along.

Uslar, KVHS-Haus Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Marianne Stimpel
Donnerstag, 9.2.2023, 9.30 bis 11 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Lehrbuch: aktuelle "Spotlight" Artikel (Spotlight Verlag)
Anmeldeschluss: 2.2.2023
Kurs-Nr.: G4147U1

● English conversation in the morning

Stufe A2+/B1

We read and discuss a huge variety of articles taken from newspapers, magazines or books. From time to time we do some grammar revision. Our focus is the spontaneous reaction in the English language. If you want to brush up your English by training your conversation skills, feel free to come along in February.

R. Wehe-Ludwig
Ihr Fliesenverlegebetrieb

Schützenstraße 14 · 37574 Einbeck · Telefon: (05561) 7 98 46 15

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Dr. Ira Gorzond
Donnerstag, 16.2.2023, 9.30 bis 11 Uhr
12 Termine, 72 Euro
Kurs-Nr.: G4148E1

Englisch Aufbaustufe B1

● Business English kompakt - an zwei Samstagen

Stufe B1+

The international business world communicates in English. Written communication concerning the daily routine tasks is not really an issue (see Google etc.) - however, a careful choice of 'the right words' is essential. Oral communication might cause difficulties - this is where this workshop will support you. We would like to focus on the oral communication in all its facets as well as on more complex written texts ...
See you in February!

Northeim, Kreisvolkshochschule,
Wallstraße 40, Raum U 13
Dr. Ira Gorzond
Samstag, 25.2.2023, 9.30 bis 12.45 Uhr
Samstag, 4.3.2023, 9.30 bis 12.45 Uhr
2 Termine, 24 Euro
Anmeldeschluss: 17.2.2023
Kurs-Nr.: G4147P1

● Englisch Aufbaustufe B1

In diesem Kurs können Sie Ihre Englischkenntnisse erweitern und in Alltagssituationen das Sprechen und Verstehen üben.



Kurze Texte aus Zeitungen, der Literatur und der Musik ergänzen das Lehrwerk.

Bad Gandersheim, Oberschule,
Stettiner Str. 2, Gebäude rechts vom Haupteingang, Raum 1.1.11 im OG
Dr. Birgit Bödeker
Dienstag, 7.2.2023, 17.45 bis 19.15 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben.
Anmeldeschluss: 31.1.2023
Kurs-Nr.: G4149A1

● English Refresher Course in the late afternoon Aufbaustufe B1

In this course we are going to read and discuss interesting topics of the English-speaking world to improve our speaking and comprehension skills. We are also going to learn some new vocabulary and revise some grammar points. Our aim is to become more confident and fluent in speaking. So, just come along and join in.

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 6
Marianne Stimpel
Dienstag, 7.2.2023, 17.30 bis 19 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben.
Anmeldeschluss: 31.1.2023
Kurs-Nr.: G4149U1

● English Discussion Aufbaustufe B1

We enjoy ourselves discussing topics of general interests, reading newspaper articles and little stories and doing some grammar, if necessary. Our main concern is speaking and improving. Do come along and have fun.

Kreiensen, Greene, Haupt- und Realschule, Leinestraße 68
Rosemarie Kopp
Montag, 6.2.2023, 17.30 bis 19 Uhr
10 Termine, 56 Euro
Anmeldeschluss: 30.1.2023
Kurs-Nr.: G4180K1

Englisch Aufbaustufe B2

● Englisch Aufbaustufe B2

In diesem Kurs können Sie Ihr bereits erlerntes Englisch vertiefen und auffrischen. Anhand eines Buches, wird die Grammatik vertieft, der Wortschatz erweitert und sehr viel mit einer englischen Muttersprachlerin kommuniziert.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.01
Niki Wray
Donnerstag, 9.2.2023, 18 bis 19.30 Uhr
15 Termine, 84 Euro
Lehrbuch: On Point B2
Kurs-Nr.: G4155P1

Hoch- und Tiefbau | Architektur | Immobilien | Zimmerei | Tischlerei | Bedachungen | Holzbau

**MÖNNIG
BAU** seit 1924

Mönning-Bau GmbH & Co.KG | Am Zimmerplatz 6-7 | 37191 Elvershausen | Tel. 05552-99300 | www.moennig-bau.de

● Englisch Conversation

Aufbaustufe B2

If you can already hold a conversation in English and want to be able to practice what you know, improve your pronunciation and fluency and widen your vocabulary, then join us in our conversation class. We read and discuss contemporary topics, articles and short stories and learn about the English culture. As a native English speaker, my goal is that you will become confident in speaking English on many levels with other English speakers.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2

Haus I, Raum 229, 1. OG

-Eingang vom Hof-

Pamela Pohl

Donnerstag, 9.2.2023, 18.30 bis 20 Uhr

15 Termine, 84 Euro

Kurs-Nr.: G4185E1

● English conversation in the morning

Aufbaustufe B2

We'll train our speaking, listening, reading and writing skills, improve our vocabulary and grammar knowledge and learn more about the English speaking world. We'll work with different texts and discuss many interesting topics. Come and join us.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Gunhild Schuchart-Kattih

Donnerstag, 9.2.2023, 9 bis 10.30 Uhr

15 Termine, 84 Euro

Anmeldeschluss: 2.2.2023

Kurs-Nr.: G4185P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.01

Gunhild Schuchart-Kattih

Mittwoch, 8.2.2023, 9 bis 10.30 Uhr

15 Termine, 84 Euro

Anmeldeschluss: 2.2.2023

Kurs-Nr.: G4185P2

Hardeggen, Weperschule

Weperstraße 3

Gunhild Schuchart-Kattih

Dienstag, 7.2.2023, 19.15 bis 20.45 Uhr

10 Termine, 56 Euro

Anmeldeschluss: 31.1.2023

Kurs-Nr.: G4180H1

Englisch Oberstufe C1

● English

Conversation and Literature Stufe B2/C1

If you enjoy lively discussions in English about literature, culture and the world at large, you're very welcome in our course. Apart from practising our reading, speaking and listening skills we also improve our vocabulary and grammar.

Bad Gandersheim, Oberschule,

Stettiner Str. 2, Gebäude rechts vom

Haupteingang, Raum 1.1.11 im OG

Dr. Birgit Bödeker

Freitag, 10.2.2023, 18 bis 19.30 Uhr

12 Termine, 67,20 Euro

Anmeldeschluss: 3.2.2023

Kurs-Nr.: G4185A1

● Cambridge Certificate Course Stufe B2/C1

If you think about studying in an English-speaking country, if you think about a future career in an international company, if you want to practise English at Cambridge Certificate level or if you just to improve your English? Our focus is preparing for a Cambridge exam (if you would like to take one). You will get fami-

liar with the exam tasks and you will get to know some strategies on your way to pass the exam.

➔ [WWW](http://www.kvhs-northeim.de)

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 1, EG

Dr. Ira Gorzond

Dienstag, 7.2.2023, 18.30 bis 20 Uhr

15 Termine, 90 Euro

Lehrbuch: Wird im Kurs mitgeteilt.

Anmeldeschluss: 31.1.2023

Kurs-Nr.: G4187E1

Französisch

Französisch Grundstufe A1



● Französischer Samstagvormittag

An diesem Samstagvormittag werden Sie mit einem französischen Frühstück begrüßt, bei dem schon die ersten französischen Vokabeln geübt werden. Danach beschäftigen wir uns mit Landeskunde, Musik und Sprachspielen und führen kleine Dialoge. Machen Sie mit! Sie werden nicht enttäuscht sein.

Bad Gandersheim, Oberschule,

Stettiner Str. 2, Gebäude rechts vom

Haupteingang, Raum 1.1.11 im OG

Patricia Grabes

Samstag, 18.3.2023, 9.30 bis 12.30 Uhr

1 Termin, 12 Euro

Anmeldeschluss: 12.3.2023

Kurs-Nr.: G4205A1

Stoff-Paradies

Knöpfe Bänder Borten
Garne Bündchen
Modische Stoffe
Möbel- und Dekostoffe

Breite Str. 8, 37154 Northeim, 05551/66390
Mo-Fr 9:30-18 Uhr, Sa 9:30-14 Uhr

● Französisch

Grundstufe A1/3

In diesem Kurs wird mit dem Lehrwerk Chapeau gearbeitet, das uns einen guten Einstieg in die französische Sprache gibt. Teilnehmer*innen mit geringen Vorkenntnissen sind willkommen.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.05

Patricia Grabes

Freitag, 24.2.2023, 15 bis 16.30 Uhr

10 Termine, 56 Euro

Lehrbuch: Chapeau, Hueber Verlag,

Unité 11

Kurs-Nr.: G4215P1

● Online Französisch für Teilnehmer*innen mit drei Semestern Vorerfahrung

Grundstufe A1/4

In diesem Kurs üben Sie direkt von zuhause aus die Grundlagen der französischen Sprache durch Sprechen, Hören und Lesen. Landeskunde und Grammatikgrundlagen dürfen natürlich auch nicht fehlen. Sie benötigen eine Internetverbindung und einen Computer/Tablet oder Smartphone mit Kamera, Lautsprecher und Mikro. Für die Stabilität der Internetverbindung kann die KVHS nicht garantieren, weil dies nicht in ihrem Einflussbereich liegt. Sie bekommen vor der Veranstaltung eine Mail mit einem Einladungslink geschickt. Bitte geben Sie dafür bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an und legen Schreibutensilien bereit.

☞ WWW

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Karin Ganßmann

Dienstag, 21.2.2023, 17.30 bis 19 Uhr

10 Termine, 60 Euro

Lehrbuch: Rencontres en français A1 (Klett-Verlag)

Kurs-Nr.: G4215X1

Französisch Grundstufe A2

● Französisch am Vormittag Grundstufe A2+

Leichte Konversation

Grundstufe A2+/B1

Eine Mischung aus Grammatik, Wortschatz, die den Teilnehmer*innen ermöglicht, das Sprechen, Lesen und Verstehen zu trainieren. Teilnehmer*innen mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 1, EG

Patricia Grabes

Montag, 13.2.2023, 9.30 bis 11 Uhr

10 Termine, 56 Euro

Lehrbuch: Chapeau B1 (Hueber-Verlag), Unité 4

Kurs-Nr.: G4246E1

● Französisch für Wiedereinsteiger*innen und Interessierte

Stufe A2+/B1

In diesem Kurs sollen Vorkenntnisse in Französisch durch das Lesen authentischer Texte aus Gesellschaft, Politik und Kultur, der Bearbeitung von Grammatikübungen, auch wiederholt einmal mit

kurzweiligen Sprachspielen und dem Anschauen von Filmsequenzen zu vielen aktuellen Themen, die Frankreich betreffen, aufgefrischt und erweitert werden. Ein Schwerpunkt ist das Sprechen dieser schönen Sprache.

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 1, EG

Claudia Stolte

Mittwoch, 15.2.2023, 18.30 bis 20 Uhr

12 Termine, 67,20 Euro

Lehrbuch: Rencontres en français B1, Kurs- und Übungsbuch, (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-529649-7) ab Lektion 4/5, ist für den ersten Kursabend noch nicht erforderlich!

Kurs-Nr.: G4247E1



Autohaus Raith

Seit Jahrzehnten Ihr kompetenter

Partner in Nörten-Hardenberg.



Autohaus Raith

Betrieb der Automobilgruppe Harz-Leine GmbH

Klosteracker 6
37176 Nörten-Hardenberg
Tel.: 05503/9977-0
Fax: 05503/9977-44
www.autohaus-raith.de
info@autohaus-raith.de

Raith Automobile



Bosch Car Service

... alles, gut, günstig.

Automobile Raith

Betrieb der Raith Grundstücksverw. GmbH & Co. KG

Gewerbeweg 2
37181 Hardegsen
Tel.: 05505/1228
Fax.: 05505/818
www.raith-automobile.de
info@raith-automobile.de



Französisch Aufbaustufe B1

● **Französisch - Aufbaustufe B1/1**
Conversation - Parlons de thèmes actuels
 Vous avez déjà de bonnes connaissances en français et vous aimez les discussions libres sur des thèmes différents? Alors, venez dans ce cours où nous parlons de l'actualité et lisons des articles de magazines et de journaux dans une ambiance amicale et détendue. Nous écoutons aussi des chansons et faisons des jeux. La révision de points de grammaire est bien sûr parfois nécessaire, mais parler reste le plus important.

➔ WWW

Uslar, KVHS-Haus
 Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
 Brigitte Baumgartner
 Dienstag, 14.2.2023, 18.30 bis 20 Uhr
 12 Termine, 67,20 Euro
 Anmeldeschluss: 7.2.2023
Kurs-Nr.: G4250U1

Französisch Aufbaustufe B2

● **Französisch Aufbaustufe B2**
Conversation - Parlons français avec plaisir
 Dans ce cours, nous discutons de l'actualité et de sujets qui nous intéressent. À partir d'articles du magazine "Écoute" et du journal "La Revue de la presse", nous abordons différents aspects de la vie en France (vie quotidienne, culture, géographie, tourisme, politique etc.). Nous jouons également à des jeux, écoutons des chansons, dégustons des spécialités françaises et révisons la grammaire lorsque c'est nécessaire.

➔ WWW

Uslar, KVHS-Haus
 Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
 Brigitte Baumgartner
 Donnerstag, 16.2.2023, 19 bis 20.30 Uhr
 12 Termine, 67,20 Euro
 Anmeldeschluss: 9.2.2023
Kurs-Nr.: G4282U1

● **Cours de conversation française**
Aufbaustufe B2

Dans ce cours de conversation française, nous nous intéressons aux sujets d'actualité et en discutons. Les chansons, les textes littéraires et les articles de journaux sont au programme. Venez vous joindre à notre cercle francophile! Vous ne le regretterez pas!

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum 0.04
 Patricia Grabes
 Mittwoch, 15.2.2023, 16 bis 17.30 Uhr
 10 Termine, 56 Euro
Kurs-Nr.: G4285P1

Italienisch

Italienisch Grundstufe A1

● **Italienisch für Anfänger*innen**
Grundstufe A1/1

In diesem Kurs lernen Sie von einem Muttersprachler die ersten italienischen Grundlagen, um sich auf italienisch zu unterhalten, ein Hotel zu buchen, Essen zu bestellen und etwas über die Kultur von "Bella Italia" zu erfahren.

Gemeinsam mit anderen lernen – bei Ihrer KVHS!



HEESE
 Bedachungen GmbH · Dachdeckermeister Michael Heese

Ihr Spezialist rund ums Haus

- Haussanierung
- Innenausbau
- Dachfenster
- Flachdachsanierung
- Schornsteinsanierung
- Dachein-/umdeckung
- Klempnerarbeiten aller Art
- Naturschiefer-/Behangarbeiten
- Fassadenarbeiten
- Wärmedämmung

Jetzt NEU!
 Hubarbeitsbühne bis 16 Meter, auch im Verleih



Kurt-Schumacher-Straße 3 a · 37170 Uslar
 Tel: 0 55 71 / 92 33 - 0 · Fax 0 55 71 / 92 33 - 20
 E-Mail: Heese-GmbH-Uslar@t-online.de

DEUTSCHER MIETERBUND
 Mietverein Northeim e. V.
 Friedrichstraße 2, 37154 Northeim

Ihr Ansprechpartner in Mietangelegenheiten

Terminvereinbarung: Tel. 05551 / 65514
Die u. Mi 08.30 - 10.30, Fr 08.30 - 11.00



MEDECKE
 SANITÄR · HEIZUNG · KLIMA
Bäderstudio

Horst Medecke GmbH · Sollingtor 11 · 37154 Northeim
 Tel. 0 55 51 / 97 44 - 0 · www.medecke.de



BARNOWSKI

Auf dem Mühlenstiege 12
 37581 Bad Gandersheim
 Telefon: (05382) 2662 + 6006
 E-Mail: info@barnowski.de



■ Beratung
 ■ Planung
 ■ Neuerstellung
 ■ Wartung

Blitzschutzanlagen
 sowie innerer Blitzschutz gegen Überspannungsschäden

Fordern Sie Ihr individuelles Angebot an: www.barnowski.de



Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.05
Stefano Turano
Dienstag, 7.2.2023, 18 bis 19.30 Uhr
15 Termine, 84 Euro
Lehrbuch: Allegro nuovo A1
Kurs-Nr.: G4305P2

● **Italienisch mit Muße - Kompakt am Wochenende**
Grundstufe A1/1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer*innen, die mit Muße italienisch lernen wollen und neugierig auf Land und Leute sind. Wir nehmen uns viel Zeit für Grammatik und Vokabeln. Bei Interesse vereinbaren wir zusammen einen weiteren Wochenendkurs. Benvenuti! Willkommen!

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Maren Gläser
Samstag, 11.2.2023, 9.30 bis 13.45 Uhr
Sonntag, 12.2.2023, 9.30 bis 13.45 Uhr
2 Termine, 30 Euro
Anmeldeschluss: 6.2.2023
Kurs-Nr.: G4305P1

● **Italienisch mit Muße - Kompakt am Wochenende für Teilnehmende mit Vorerfahrung**
Grundstufe A1/2

Dieser Kurs richtet sich vor allem an Teilnehmende, die mit Muße italienisch lernen wollen und schon einige Kenntnisse haben. Wir nehmen uns viel Zeit für

Grammatik und Vokabeln. Bei Interesse vereinbaren wir zusammen einen weiteren Wochenendkurs. Benvenuti!

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Maren Gläser
Samstag, 15.4.2023, 9.30 bis 13.45 Uhr
Sonntag, 16.4.2023, 9.30 bis 13.45 Uhr
2 Termine, 30 Euro
Anmeldeschluss: 7.4.2023
Kurs-Nr.: G4310P1

● **Giro d'Italia - Liguria**
Grundstufe A1/3 mit zwei Semestern Vorerfahrung

Dies ist eine Sprachreise durch die Regionen Italiens. Das Ziel an diesem Wochenende ist die Ligurien! Kulinarisch (mit typischen Rezepten), musikalisch (mit "canzoni"), kulturell (mit einfachen Texten zu Sehenswürdigkeiten) werden wir uns mit der wunderschönen Gegend im Norden beschäftigen. Abwechslungsreich werden die Sprachkenntnisse aufgefrischt und gefestigt. Benvenuti in Italia!

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Maren Gläser
Samstag, 3.6.2023, 9.30 bis 13.45 Uhr
Sonntag, 4.6.2023, 9.30 bis 13.45 Uhr
2 Termine, 30 Euro
Anmeldeschluss: 26.5.2023
Kurs-Nr.: G4315P1

Italienisch Grundstufe A2

● **Online-Kurs Italienisch für Teilnehmer*innen mit vier Semestern Vorerfahrung**
Grundstufe A2

Il corso si adatta a tutti coloro che hanno una conoscenza dell'italiano di livello A2. Veniamo al punto! Sie benötigen eine Internetverbindung und einen Computer/ Tablet oder Smartphone mit Kamera, Lautsprecher und Micro. Für die Stabilität der Internetverbindung kann die KVHS nicht garantieren, weil dies nicht in ihrem Einflussbereich liegt. Sie bekommen vor der Veranstaltung eine E-Mail mit einem Einladungslink geschickt. Bitte geben Sie dafür bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an.

➔ WWW

Online-Kurs, Zoom-Meeting
Dr. Pasqualina Sorrentino
Dienstag, 7.2.2023, 19.30 bis 21 Uhr
15 Termine, 90 Euro
Anmeldeschluss: 6.2.2023
Kurs-Nr.: G4320X1

Italienisch Aufbaustufe B1

● **Italienisch für Fortgeschrittene**
Aufbaustufe B1/2

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer*innen, die ihre Kenntnisse in elf vorangegangenen Kursen erworben haben, aber auch an jene, die ein Wissen vergleichbaren Niveaus besitzen und dieses gern reaktivieren und/oder erweitern möchten.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.01
Norbert Meß
Dienstag, 14.2.2023, 16.30 bis 18 Uhr
15 Termine, 84 Euro
Lehrbuch: Allegro B1 (Klett Verlag), Lektion 3, ISBN: 978-31-25-25584-5
Anmeldeschluss: 7.2.2023
Kurs-Nr.: G4355P1

● **Italienisch Aufbaustufe B1+**
Dieser Kurs versteht sich als ein Repetitorium der italienischen Grammatik auf der Grundlage spezieller Übungen, Literatur (Lettura allo Studio), Landeskunde und gezielter Konversation und zwar nach Abschluss der Lehrbücher Allegro 1-3 (oder vergleichbarer Unterrichtswerke). Alle Teilnehmer*innen, die mit der italieni-

schen Sprache gerne grammatisch-systematisch arbeiten möchten, sind herzlich willkommen.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 227a, 1. OG
-Eingang vom Hof-
Norbert Meß
Montag, 13.2.2023, 17.30 bis 19 Uhr
15 Termine, 84 Euro
Lehrbuch: Campus Italia B1/B2,
Klett Verlag, Stuttgart;
ISBN: 978-3-12-525633-0
Lettura allo Studio: Sette Racconti di Al-
berto Moravia, Easy Reader, Copenhagen;
ISBN: 978-87-23-54101-7
Anmeldeschluss: 6.2.2023
Kurs-Nr.: G4366E1

Spanisch

Spanisch Grundstufe A1

● Spanisch für Anfänger*innen mit Muße

Grundkurs A1/1

In diesem Kurs werden Sie erfahren, dass Ihnen - zumindest in der spanischen Sprache - nicht mehr alles "spanisch" vor-
kommen muss! Wir starten von Grund auf. ¡Adelante! Auf geht's!

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 6
Margrit Fajen-Brandes
Donnerstag, 9.2.2023, 19.30 bis 21 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro

Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben
Anmeldeschluss: 2.2.2023

Kurs-Nr.: G4405U1

● Spanisch für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen zum Beispiel aus zwei Semestern

Grundkurs A1/2

Wenn Sie einige wenige Vorkenntnisse aus z. B. Urlauben oder einem Semester Spanisch haben, ist dies der richtige Wiedereinstieg. In diesem Kurs werden Sie Grammatik und Vokabeln kennenlernen und vertiefen, Texte lesen, verstehen und analysieren und dabei auch noch etwas über das Land und die Kultur erfahren.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
Cornelia Heise



Montag, 13.2.2023, 19 bis 20.30 Uhr
15 Termine, 84 Euro

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1
(Klett-Verlag), ca. Lektion 4
ISBN 978-3-12-514671-6
Anmeldeschluss: 8.2.2023
Kurs-Nr.: G4410E1

● Anfänger*innenkurs Spanisch für Teilnehmende mit Vorkenntnissen aus einem Semester

Grundstufe A1/2 - samstags 14-täglich
Spanien erleben - Spanisch erlernen - an zwei Samstagen im Monat treffen wir uns zu Spanisch Kompakt. Sie sind von Spanien fasziniert und möchten gern die Sprache erlernen oder Ihre bereits vorhandenen Sprachkenntnisse auffrischen? Hier ist viel Zeit für Dialoge, Audio- und Lesetexte mit neuen und alten Vokabeln, Grammatik und auch das Kennenlernen von Land und Leuten.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.06
Anke Kronauer
Samstags, 11.2., 25.2., 11.3., 25.3., 22.4.,
6.5., 20.5 und 3.6.2023, jeweils 9 bis 11 Uhr
8 Termine, 63 Euro

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1
(Klett-Verlag), ab Lektion 5, ISBN
978-3-12-514671-8

Kurs-Nr.: G4410P1

Einfach online anmelden!
www.kvhs-northeim.de

● Spanisch - Grundstufe A1/3 für Teilnehmende mit zwei Semestern Vorerfahrung

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmende mit Vorkenntnissen z. B. aus zwei Semestern oder wenn Sie vor langer Zeit einmal Spanisch gelernt haben.

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
Cornelia Heise
Montag, 13.2.2023, 17.20 bis 18.50 Uhr
15 Termine, 84 Euro

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1
(Klett-Verlag), ca. Lektion 5/6
ISBN 978-3-12-516471-6

Anmeldeschluss: 8.2.2023
Kurs-Nr.: G4415E1

● Spanisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen aus zwei Semestern

Grundkurs A1/3

Wenn Sie Vorkenntnisse aus z. B. Urlauben oder ein bis zwei Semestern Spanisch haben, ist dies der richtige Wiedereinstieg. In diesem Kurs werden Sie Grammatik und Vokabeln kennenlernen und vertiefen, Texte lesen, verstehen und analysieren und dabei auch noch etwas über das Land und die Kultur erfahren.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.06
Anke Kronauer
Dienstag, 14.2.2023, 19 bis 20.30 Uhr
13 Termine, 78 Euro

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1
(Klett-Verlag), ab Lektion 8, ISBN:
978-3-12-51671-6

Kurs-Nr.: G4415P1

● Spanisch für Teilnehmende mit zwei Semestern Vorerfahrung

Grundstufe A1/3

Themen (mündlich und schriftlich): Vorlieben äußern, aus dem Urlaub berichten (pretérito perfecto), in der Stadt, auf dem Markt und im Restaurant,... ¡Bienvenidos y que aproveche!

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 6
Margrit Fajen-Brandes
Donnerstag, 9.2.2023, 17.30 bis 19 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro

Lehrbuch: Con gusto nuevo (Klett Verlag)
ca. ab Lektion 5 ISBN: 978-3-12-514671-6
Anmeldeschluss: 2.2.2023

Kurs-Nr.: G4420U1

● Spanisch Grundstufe A1/5

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmende, die vier Semester Vorerfahrungen haben oder vor langer Zeit etwas Spanisch gelernt haben.

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
Cornelia Heise
Mittwoch, 8.2.2023, 16.45 bis 18.15 Uhr
15 Termine, 84 Euro

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1
(Klett-Verlag), ca. Lektion 10, ISBN
978-3-12-516471-6

Anmeldeschluss: 3.2.2023

Kurs-Nr.: G4426E1

Spanisch Aufbaustufe B2

● El mundo del español

Spanisch Aufbaustufe B2

En este curso podrás mejorar tus conocimientos del idioma español entrenando tanto las destrezas receptivas (escuchar y leer) como las destrezas productivas (hablar y escribir). Los participantes podrán elegir los temas del libro que más les interesen.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2

Haus I, Raum 229, 1. OG
-Eingang vom Hof-
Ana Ivette König
Montag, 6.3.2023, 19 bis 20.30 Uhr
8 Termine, 44,80 Euro

Lehrbuch: Avenida, ISBN:
978-3-12-514960-1 (Klett-Verlag)

Kurs-Nr.: G4485E1

Spanisch Oberstufe C1

● Spanisch

Oberstufe C1

A partir de artículos, textos, extractos de libros seguiremos practicando lo aprendido incluyendo estructuras gramaticales sin olvidar la conversación para practicar la expresión oral.

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
Cornelia Heise
Mittwoch, 8.2.2023, 18.30 bis 20 Uhr
15 Termine, 84 Euro

Anmeldeschluss: 3.2.2023

Kurs-Nr.: G4487E1

Dänisch

● Anfänger*innenkurs Dänisch - für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

Grundstufe A1/2

Sie fahren gern nach Dänemark in den Urlaub und möchten Ihre Grundkenntnisse erweitern? Wir werden das Sprechen in Alltagssituationen üben und auch das Hörverstehen schulen. Der Kurs richtet sich an alle, die geringe Vorkenntnisse, z. B. aus einem Semester haben.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.05
Lene Garus-Jochumsen
Donnerstag, 23.2.2023, 19.30 bis 21 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro

Lehrbuch: Dansk for dig (Klett-Verlag)

Kurs-Nr.: G4221P1



Norwegisch

● Norwegisch Nytt fra Norge

Aufbaustufe B2

Vi fortsetter tradisjonen og møtes annenhver mandag for å snakke norsk sammen. Vi leser om aktuelle norske emner, diskuterer, hører musikk og øver litt grammatikk. Alle interesserte med gode norskkunnskaper er hjertlig velkomne.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Inger Halvorsen
Montags, 6.2., 20.2., 6.3., 20.3., 17.4., 8.5.
und 22.5.2023, jeweils 18 bis 20 Uhr
7 Termine, 54 Euro

Anmeldeschluss: 1.2.2023

Kurs-Nr.: G4763P1

Latein

● Latein für Fortgeschrittene

Ovid - Metamorphosen

Die Metamorphosen des römischen Dichters Publius Ovidius Naso sind ein in Hexametern verfasstes mythologisches Gedicht über Metamorphosen ("Verwandlung in eine andere Gestalt"). In rund 250 Einzelsagen aus der römischen und griechischen Mythologie wird die Entstehung der Welt und ihr weiterer Wandel dargestellt.

➔ [WWW](#)

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 22
Eingang Rückseite des Gebäudes
Hartmut Büscher
Montag, 6.2.2023, 17.30 bis 19 Uhr
12 Termine, 82,80 Euro

Kurs-Nr.: G4523P1

Arabisch

● Arabisch Grundstufe A1+

Dieser Kurs richtet sich an alle Interessierten, die zwei bis drei Semester Arabisch gelernt haben. Im Mittelpunkt steht das Sprechen und Hörverstehen in alltäglichen Situationen. In vielen kleinen Dialogen werden neue Vokabeln, Ausdrücke und Grammatikregeln geübt. Der Kurs findet 14-täglich statt.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Hana Diab
Samstag, 11.2.2023, 9 bis 12 Uhr
8 Termine, 89,60 Euro
Lehrbuch: Salam!, Lektion 9,
(Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-52883-5
Anmeldeschluss: 6.2.2023
Kurs-Nr.: G4895E1

Hindi

● Hindi - Erster Schritt: die Schrift!

Namaste! Das Schreiben der Devanagri (Hindi-)Schrift wird Schritt für Schritt geübt - wie bei den Erstklässlern! Es bietet sich an, ein Schreibheft für die 1. Klasse und eine Bleistift mitzubringen. Wir werden auch erste kleine Dialoge (Begrüßung und Vorstellung) ausprobieren. Apka svagat hai! Herzlich willkommen!

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 6
Margrit Fajen-Brandes
Montag, 13.2.2023, 19 bis 20.30 Uhr
5 Termine, 28 Euro
Anmeldeschluss: 6.2.2023
Kurs-Nr.: G4895U1

Sprachen öffnen Türen

In unseren Kursen lernen Sie neue Leute kennen, bauen Hemmungen ab, in der Fremdsprache zu sprechen, und tauchen in neue Kulturen ein. Damit das Lernen Freude macht, ist es wichtig, dass Sie den richtigen Kurs für sich auswählen.

Falls es Ihnen nicht möglich ist, unsere kostenlosen Einstufungstermine in Northeim oder Einbeck wahrzunehmen, können Sie eine ebenfalls kostenlose Einstufungsmöglichkeit im Internet nutzen:

einstufungstests.klett-sprachen.de
oder
hueber.de/einfach-digital/einstufungstests

Persönliche Beratung und Infos bei Stefanie Turano,
Tel. 05551/708-8222.

Senioren- und PflegeStützpunkt Niedersachsen



Pflegeberatung für alle Altersgruppen Seniorenberatung

individuell • unabhängig • kostenlos • persönlich • telefonisch • vor Ort

Kontakt:

Landkreis Northeim
Medenheimer Str. 6/8 ■ 37154 Northeim
Telefon: 0 55 51 / 708 -123; -124; -379; -420
Email: spn@landkreis-northeim.de

LANDKREIS
NORTHEIM



Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen

Wir orientieren unseren Unterricht am „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen“.

Er ermöglicht es, Sprachkenntnisse europaweit zu definieren und Abschlüsse, Kursstufen und Prüfungsniveaus in Europa vergleichbar zu machen.

Die Niveaustufen sind:

A1 und A2: elementare Sprachkenntnisse

B1 und B2: selbstständiges Anwenden der Sprache

C1 und C2: kompetenter Umgang mit der Sprache

Wenn Sie nicht wissen, wo sich mit Ihren Vorkenntnissen befinden, rufen Sie mich an, Stefanie Turano: 05551/708-8222.

Ich unterstütze Sie gerne bei der Einstufung.

Kompetente Sprachverwendung 	Niveau C 2	Am Ende der Stufe C 2 können Sie: Hören – ohne Schwierigkeit die gesprochene Sprache verstehen Sprechen – sich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen sicher und angemessen beteiligen Lesen – jede Art geschriebenen Texts mühelos lesen Schreiben – anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und sich differenziert ausdrücken
	Niveau C 1	Am Ende der Stufe C 1 können Sie: Hören – Unterhaltungen und Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen Sprechen – sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken Lesen – komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen Schreiben – sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben
Selbstständige Sprachverwendung	Niveau B 2	Am Ende der Stufe B 2 können Sie: Hören – im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird Sprechen – sich relativ mühelos an einer Diskussion beteiligen und Ihre Ansichten vertreten Lesen – Artikel und Berichte über aktuelle Fragen der Gegenwart verstehen Schreiben – detaillierte Texte, z. B. Aufsätze oder Berichte, schreiben
	Niveau B 1	Am Ende der Stufe B 1 können Sie: Hören – das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird Sprechen – in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedergeben Lesen – Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen Schreiben – persönliche Briefe schreiben
Elementare Sprachverwendung	Niveau A 2	Am Ende der Stufe A 2 können Sie: Hören – einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche von kurzen Mitteilungen verstehen Sprechen – kurze einfache Gespräche in Situationen des Alltags führen Lesen – kurze einfache Texte, z. B. Anzeigen, Speisekarten, verstehen Schreiben – kurze Notizen und Mitteilungen abfassen
	Niveau A 1	Am Ende der Stufe A 1 können Sie: Hören – einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen Sprechen – sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen Lesen – einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z. B. auf Schildern und Plakaten Schreiben – einfache Standardformulare, z. B. im Hotel ausfüllen

Mit unseren Kursleiter*innen in der Welt zu Hause

Geheimtipp: Pescara in den Abruzzen, umgeben von wunderschönen Bergen, direkt am Meer mit langen Sandstränden und mit sehr netten Menschen



Claudio,
Besitzer des „Alla Chitarra Antica“

Von der Ponte del Mare, einer imposanten Fußgänger- und Fahrradbrücke, die über die Stadt blicken lässt, bis zu den Trabocchi, den kleinen bunten Häuschen über dem Meer mit ungewöhnlichen, alten Angelvorrichtungen, sind es nur 5 Minuten. Geht man am hellen Sandstrand 10 Min weiter, kommt man zu Fontana la Nave 1987 di Pietro Cascella, einem schiff förmigen Brunnen aus Carrara-Marmor. Hier baden die Fans von Delfino Pescara Calcio, dem örtlichen Fußballverein, wenn Pescara aufgestiegen ist. Entlang des Lungomare kann man flanieren und in zahlreichen Restaurants essen.

Unbedingt besuchen muss man Claudio, den Besitzer des „Alla Chitarra antica“, dem besten Feinkostladen weit und breit. Dort wird die Pasta mit der Hand gemacht. Claudio ist einfach unglaublich: Er heißt Sie willkommen und verwöhnt Sie mit köstlichem frischem Gebäck und Pasta mit Limone, gerne auch mit einem Glas Rosè. Während Sie nach Leckereien suchen scherzt er mit allen Kunden.

In der Innenstadt gibt es ein quirliges Kneipenviertel. Dort können Sie bei Gigi, dem Besitzer von 4 Kneipen, Cocktails und Wein trinken und Tagliere di Salumi e Formaggi essen.

Der Corso Manthone ist das historische Zentrum von Pescara. Links davon befindet sich das „Museo Casa Natale di Gabriele D`Annunzio“, benannt nach dem Schriftsteller und Dichter Gabriele D`Annunzio.

Das Centro di Recupero e Riabilitazione Tartarughe Marine ist ein Zentrum für verletzte Wasserschildkröten. Man kann das Zentrum besuchen und natürlich auch für die Arbeit des Zentrums spenden.

Wenn Sie unerwartet rechtliche Hilfe brauchen, empfehlen wir Benedetto, einen Rechtsanwalt, dessen zweite Leidenschaft das Singen in einer Heavy Metal Band ist.

Stefano Turano



Frische Pasta

Italienisch

Wenn Sie mit den Einheimischen ins Gespräch kommen wollen empfehlen wir unsere Italienischkurse auf den Seiten 42 bis 46.

Bei uns lernen Sie in Anfänger*innen bis zu Konversations-Kursen alles, was Sie benötigen um ein Hotel zu buchen, Essen zu bestellen oder sogar mit den Einheimischen zu scherzen.

DEUTSCH & INTEGRATION

Deutsch lernen an der KVHS Northeim

Lernen Sie Deutsch an der KVHS Northeim. Wir bieten Ihnen Deutschkurse in vielen Niveaustufen, dazu über das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge geförderte Integrationskurse sowie Zertifikatsprüfungen auf B1-Niveau und Einbürgerungstests.

Wenn Sie die deutsche Sprache von Beginn an lernen oder bereits vorhandene Sprachkenntnisse ausbauen möchten, sind Sie bei uns genau richtig.

Kontakt: Sarah Ohst
 Programmbereichsleiterin
 Deutsch & Integration
 Tel: 05551/708-8215
 sohst@landkreis-northeim.de

Deutsch als Zweitsprache - Beratung

● Kursleiter*in werden?!

Ein Job für Herz & Hirn

Sie haben sich Wissen in einem Thema angeeignet und möchten dies an Interessierte weitergeben? In dieser Online-Sprechstunde wollen wir klären, ob die Tätigkeit als Kursleiter*in für Sie in Frage kommt, auch wenn Sie zum Beispiel bisher keine Unterrichtserfahrung haben. Sie erfahren etwas über die Institution KVHS, über Teilnehmer*innen, Unterrichtsmethoden, Kursformate etc.

Diese kostenlose Beratung dient dem gegenseitigen Kennenlernen und der Entscheidungsfindung. Eine Anmeldung ist erforderlich. Sie benötigen eine Internetverbindung und einen Computer/Tablet oder Smartphone mit Kamera, Lautsprecher und Mikro sowie eine Stabilität der Internetverbindung. Sie bekommen vor der Veranstaltung eine E-Mail mit einem Einladungslink geschickt.

➔ [WWW](http://www.kvhs-northeim.de)

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Stefanie Turano

Freitag, 3.3.2023, 17 bis 19 Uhr

1 Termin, kostenlos

Anmeldeschluss: 2.3.2023

Kurs-Nr.: G8000X1

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Martin Heuer

Mittwoch, 12.4.2023, 19 bis 21 Uhr

1 Termin, kostenlos

Anmeldeschluss: 11.4.2023

Kurs-Nr.: G8000X2

Grundstufe

● Deutsch als Fremdsprache

Grundstufe A1/1

Dieser Kurs richtet sich an Menschen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen. Es werden Grundlagen der Alltagssprache vermittelt, eingeübt und gefestigt. Am Kursende können die Teilnehmer*innen sich in einfachen

Gesprächssituationen des täglichen Lebens verständigen.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.04

Rasime Özdogan

Dienstag, 07.02.2023, 2x in der Woche

dienstags und donnerstags

jeweils 19.15 bis 20.45 Uhr

30 Termine, 120 Euro

zzgl. 3 Euro Kopierkosten

Anmeldeschluss: 3.2.2023

Kurs-Nr.: G4005P1

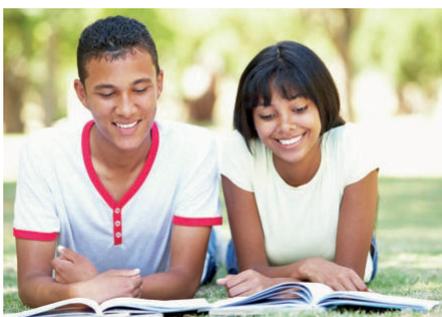




● **Deutsch Grundstufe A2/1**
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer*innen mit Grundkenntnissen in Deutsch. Bestehende Kenntnisse im Schreiben, Hören und Sprechen werden erweitert. Der Kurs soll den Teilnehmer*innen ermöglichen, der Kommunikation im Alltag gewachsen zu sein.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.04
Rasime Özdogan
Montag, 06.02.2023, 2x in der Woche
montags und mittwochs
jeweils 19.15 bis 20.45 Uhr
30 Termine, 120 Euro
zzgl. 3 Euro Kopierkosten
Anmeldeschluss: 2.2.2023
Kurs-Nr.: G4015P1

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
Heinz-Adolf Menke
Dienstag, 7.2.2023, 17.15 bis 18.45 Uhr
15 Termine, 60 Euro zzgl. 3 Euro Kopierkosten
Anmeldeschluss: 6.2.2023
Kurs-Nr.: G4015E1



Aufbaustufe

● **Deutsch**
Aufbaustufe B1/B2
In diesem Kurs findet eine komplexe Prüfungsvorbereitung nach der "Superlinking-Methode" statt. Die Teilnehmer*innen erlernen Wort- und Satzfindung über die Sinne Sehen und

Hören. Zusätzlich werden sie gezielt auf die Kommunikation in der Berufs- und Arbeitswelt vorbereitet, indem vier authentische Situationen aus dem Berufsalltag nachgestellt werden.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
Heinz-Adolf Menke
Dienstag, 7.2.2023, 18.45 bis 20.15 Uhr
15 Termine, 60 Euro zzgl. Kopierkosten
Anmeldeschluss: 6.2.2023
Kurs-Nr.: G4030E1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.05
Heinz-Adolf Menke
Mittwoch, 8.2.2023, 17.15 bis 18.45 Uhr
15 Termine, 60 Euro zzgl. Kopierkosten
Anmeldeschluss: 7.2.2023
Kurs-Nr.: G4030P1

Zertifikatsprüfungen & Tests

● **Zertifikat Deutsch / telc Deutsch B1**
Die Prüfung "telc Deutsch B1" ist die richtige Prüfung für Sie, wenn Sie den B1-Nachweis über Ihre Sprachkenntnisse für die Einbürgerung in Deutschland benötigen. Die Prüfung besteht aus einem schriftlichen Teil (Hören, Lesen, Schreiben) und einem mündlichen Teil (Sprechen). Wenn Sie die Prüfung bestehen, bekommen Sie ein Zertifikat. Eine nicht bestandene Prüfung kann wiederholt werden. Die Anmeldung erfolgt bei der KVHS. Wir empfehlen eine frühzeitige Anmeldung. Bitte bringen Sie zur Anmeldung Ihren Pass mit.
➔ [WWW](http://www.telc.net)

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Ulrike Berghahn
Samstag, 10.6.2023, 8.30 bis 17.30 Uhr
1 Termin, 120 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 5.5.2023
Kurs-Nr.: G4052P1K

● **Einbürgerungstest**
In diesem Test werden Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung sowie Lebensverhältnisse in Deutschland geprüft. Das Zertifikat benötigt man, wenn man die deutsche Staatsbürgerschaft beantragt. Bei der Prüfung bekommen Sie insgesamt 33 Multiple-Choice-Fragen. Um die Prüfung zu bestehen, müssen Sie

17 Fragen richtig beantworten. Bei Nichtbestehen kann der Test wiederholt werden. Die Anmeldung erfolgt bei der KVHS. Wir empfehlen eine frühzeitige Anmeldung. Bitte bringen Sie Ihren Pass zur Prüfung mit.

➔ [WWW](http://www.kvhs-northeim.de)
Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Ulrike Berghahn
Montag, 20.3.2023, 11 bis 12 Uhr
1 Termin, 25 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 17.2.2023
Kurs-Nr.: G4053P1K

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Ulrike Berghahn
Montag, 5.6.2023, 11 bis 12 Uhr
1 Termin, 25 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 5.5.2023
Kurs-Nr.: G4053P2K



Warum sollte ich Deutsch lernen?
Wer in Deutschland lebt, sollte Deutsch sprechen können. Das ist wichtig, wenn man eine Arbeit finden möchte, Anträge ausfüllen muss oder einfach, um sich im Alltag verständigen zu können. In einem Sprachkurs bei der Kreisvolkshochschule Northeim können Sie die deutsche Sprache in vielen Niveaustufen lernen. Es gibt Kurse für Anfänger*innen und auch für Fortgeschrittene – Integration beginnt immer mit der Sprache! Die Kreisvolkshochschule unterstützt Sie dabei. Wir helfen gern!



Der Integrationskurs

Die Kreisvolkshochschule Northeim bietet seit dem Jahre 2005 Integrationskurse an, die über das BAMF gefördert werden. Die Abkürzung „BAMF“ steht für „Bundesamt für Migration und Flüchtlinge“. Da kürzlich der 98. Integrationskurs an der KVHS Northeim begonnen hat, soll dieser Anlass dazu dienen, einen genaueren Blick auf dieses Kursformat zu werfen.



In einem Integrationskurs bei der KVHS

Ein Integrationskurs (oft auch als IK bezeichnet) beinhaltet insgesamt 700 Unterrichtsstunden. Diese Unterrichtsstunden sind aufgeteilt in einen Sprachkurs, der 600 Unterrichtsstunden umfasst und einen Orientierungskurs, der 100 Unterrichtsstunden umfasst. Im Sprachkurs erlernen die Teilnehmenden die deutsche Sprache. Die Inhalte beziehen sich auf Themenbereiche aus dem alltäglichen Leben der Teilnehmenden wie zum Beispiel Einkaufen und Wohnen, Arbeit und Beruf, Gesundheit, Freizeit, Erziehung von Kindern und Medien. Außerdem wird geübt, wie man sich schriftlich ausdrückt, beispielsweise in einem Brief. Auch das richtige Ausfüllen von Formularen und das Anfertigen eines Bewerbungsschreibens werden erlernt.

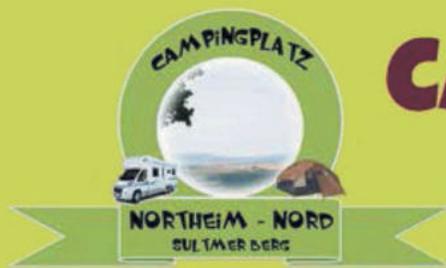
Der Integrationskurs schließt ab mit dem Test „Deutschtest für Zuwanderer“ (DTZ). Das Ziel ist, dass alle Teilnehmenden das Sprachniveau B1 erreichen. Am Schluss erhalten alle Teilnehmenden ein Zertifikat über ihre Teilnahme.



Deutsch lernen

Deutsch

Deutsch Grundstufe A1/1 G4005P1	Seite 47
Deutsch Grundstufe A2/1 G4015P1	Seite 48
Deutsch Aufbaustufe B1/B2 G4030E1, -P1	Seite 48
Einbürgerungstest G4053P1K, -P2K	Seite 48



CAMPINGPLATZ

Northeim Nord

Der ganzjährig geöffnete Campingplatz Northeim Nord, am Sultmerberg in Northeim, ist der ideale Wohlfühlort für Tagesgäste, Kurz- und Langzeitcamper. Genießen Sie den einmaligen Panoramablick über die Northeimer Seenplatte in unserem Biergarten. Für das leibliche Wohl sorgen wir mit hausgemachten, deftigen Speisen sowie selbstgebackenem Kuchen. Überzeugen Sie sich von unserem persönlichen Engagement und unserer familiären und freundlichen Atmosphäre. Unter anderem gibt es jeden ersten Sonntag im Monat ab 12 Uhr frisch geräucherte Forellen aus dem Räucherschrank.

- 2,8 Hektar großes Areal
- abgeschirmter Kinderspielplatz
- Grillhütte mit Lagerfeuerstelle
- Moderne sanitäre Anlagen mit freier Warmwassernutzung, inkl. Baby-Wickelbereich mit Wanne



Am ersten
Augustwochenende
findet immer
das alljährliche
Wein-Berg-Fest
statt.

*Leben,
Lachen,
Campen!*

- ganzjährig beheizte, behindertengerechte Sanitäreinheit mit freier Warmwassernutzung
- Geschirrspülraum, Kochgelegenheit Waschmaschinen und Trockner
- Chemietoiletten-Entsorgungsraum



Besuchen Sie uns auf:
www.Campingplatz-Northeim-Nord.de
oder vor Ort:
Sultmerberg 3 • 37154 Northeim
Tel. 0 55 51 - 9 97 56 60

- mieten Sie einen unserer drei Holz-Pods (2 - 4 Pers.)
- neu seit 2017: neue Parzellen für Dauercamper!

KULTUR & GESTALTEN

Kultur macht stark!

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

Kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Bürger*innen Zugänge zur Kultur und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe, sie fördert Integration und Inklusion.

Kontakt: **Martin Heuer**
 Programmbereichsleiter
 Kultur & Gestalten
 Tel: 05551/708-8219
 mhheuer@landkreis-northeim.de

Jessica Krause
 Leiterin Kontaktstelle Musik
 Tel: 05551/708-8220
 jkrause@landkreis-northeim.de

Archäologie, Architektur & Kunstgeschichte

NEU!

● **Kunstphilosophie zum Einstieg - Was ist Kunst?**

Die „schönen Künste“ sind eine Bezeichnung, die heute nur noch die wenigsten Mus... Lesen Sie weiter auf Seite 8

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Dr. Daniel Wolf

Donnerstag, 8.6.2023, 19 bis 21.15 Uhr

1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro

Anmeldeschluss: 31.5.2023

Kurs-Nr.: G2000P1

● **Die Welt Alexanders des Großen**

Begegnungen der Kulturen zwischen Makedonien und Baktrien

Kaum eine andere historische Figur hat die Menschen durch alle Zeiten hindurch so bewegt wie Alexander III. von Makedonien (356 - 323 v. Chr.), der bereits von seinen Zeitgenossen „der Große“ genannt wurde. Sein elf Jahre währender Eroberungszug gegen die Perser veränderte die antike Welt zwischen der griechischen Ägäis und dem Indus grundlegend.

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.06

Dr. Nicola Crüsemann

Immer dienstags von 10 bis 11.30 Uhr,

7.3., 14.3., 21.3., 18.4.2023

4 Termine, 24 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 2.3.2023

Kurs-Nr.: G2030P2K

● **Vom ägyptischen Tempel als Schrifträger und der Entzifferung der Hieroglyphen**

Die Wände ägyptischer Tempel - Höfe, Hallen, Gänge, Kapellen - sind oftmals mit unübersehbaren Mengen an 'Bildern' und Texten überzogen, ein Merkmal, das diese Bauten vom ‚westlichen‘ Architekturgedanken, auch in unserem Kirchenbau wesentlich unterscheidet. In diesem Seminar wird es darum gehen, Vorstellung davon zu erhalten, wie der ägyptische Tempel auch gedacht werden kann, nämlich Text- und Bildträger zu sein und ergänzend auszuloten.

➔ **WWW**

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 2, EG

Prof. Dr. Albrecht Endrweit

Donnerstag, 20.4.2023, 17 bis 19 Uhr

10 Termine, 94,50 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 13.4.2023

Kurs-Nr.: G2030E2K

● **Piet Mondrian**

Viele kennen den niederländischen Maler Piet Mondrian (1872 - 1944) als Schöpfer von geometrischen Kompositionen mit schwarzen Linien und roten, blauen sowie gelben Farbfeldern. Seine Werke inspirieren Alltagsobjekte, Musik und Mode. 1965 z. B. stellte Yves Saint Laurent die Mondrian-Kollektion vor: Kleider, die den Farbblockstil des Künstlers aufgreifen. Bis heute setzen sich zahlreiche Künstler mit Mondrians Werk auseinander.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Maren Gläser

Freitag, 24.2.2023, 10 bis 12.15 Uhr

4 Termine, 42 Euro

Anmeldeschluss: 9.2.2023

Kurs-Nr.: G2030P1

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 5, UG

Maren Gläser

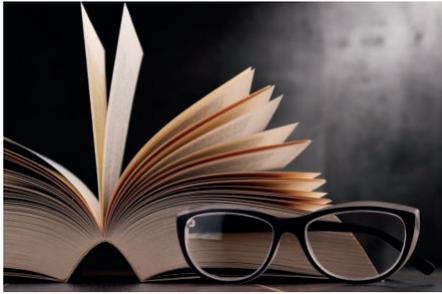
Donnerstag, 23.2.2023, 10 bis 12.15 Uhr

4 Termine, 42 Euro

Anmeldeschluss: 17.2.2023

Kurs-Nr.: G2030E1

In andere Welten eintauchen?
 Mit Ihrer KVHS!



Literatur & Schreiben

● **Bücherfrühling 2023**

Aus dem überwältigend schönen Angebot von neuen Büchern im Frühjahr 2023 wird Annemarie Stoltenberg, Literaturexpertin auf NDR Kultur, die Bücher herausfischen, die mit Genuss und Gewinn gelesen werden können. Aufregende literarische Entdeckungen, Augen und Sinne öffnende Sachbücher, atemberaubende Krimis und berührende Schmöker. Für alle sollte etwas dabei sein.

➔ **WWW**

Einbeck, Stadtbibliothek, Lesesaal, Dr.-Friedrich-Uhde-Straße 5 Annemarie Stoltenberg

Donnerstag, 23.3.2023, 19.30 bis 21.45 Uhr
1 Termin, 14 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 16.3.2023
Kurs-Nr.: G2010E1K

● **Gruppe Literatur**

Wir werden Bücher lesen und das Gelesene miteinander besprechen. Am ersten Abend werden wir den Verlauf des gesamten Kurses (Inhalt und Termine) besprechen.

Northeim, Stadtbücherei

Medenheimer Straße 15
Heinrich Sprink

Donnerstag, 16.2.2023, 19.30 bis 21 Uhr
4 Termine, 36 Euro

Kurs-Nr.: G2011P1

Fotografie

● **Von der Digitalkamera auf den PC und dann**

Was mache ich mit meinen Fotos nach der Aufnahme

Was mache ich eigentlich mit meinen Fotos nach der Aufnahme, die Speicherkarte ist voll und wie bekomme ich nun die Fotos auf den Computer, wie sor-

tiere ich die Bilder und lege Ordner an, damit ich meine Fotos auch jederzeit wieder finde. Welches Programm nehme ich zum Ansehen der Bilder, wie installiere ich das Programm, das kostenlos im Internet zu finden ist. Zum Schluss machen wir dann die ersten Schritte zur Bildbearbeitung.

➔ **WWW**

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
Frank Watermann

Sonntag, 19.2.2023, 10 bis 16 Uhr
1 Termin, 38,08 Euro

Anmeldeschluss: 12.2.2023

Kurs-Nr.: G2111E1

● **Meine Digitalkamera, Technik und Bedienung**

Sie haben eine Digitalkamera, egal welcher Hersteller und nun ist vieles neu und Sie möchten deshalb Ihr Wissen und die Bedienung der Kamera erlernen und vertiefen, dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Sie lernen nicht nur die Bedienung der Kamera, wofür sind all die

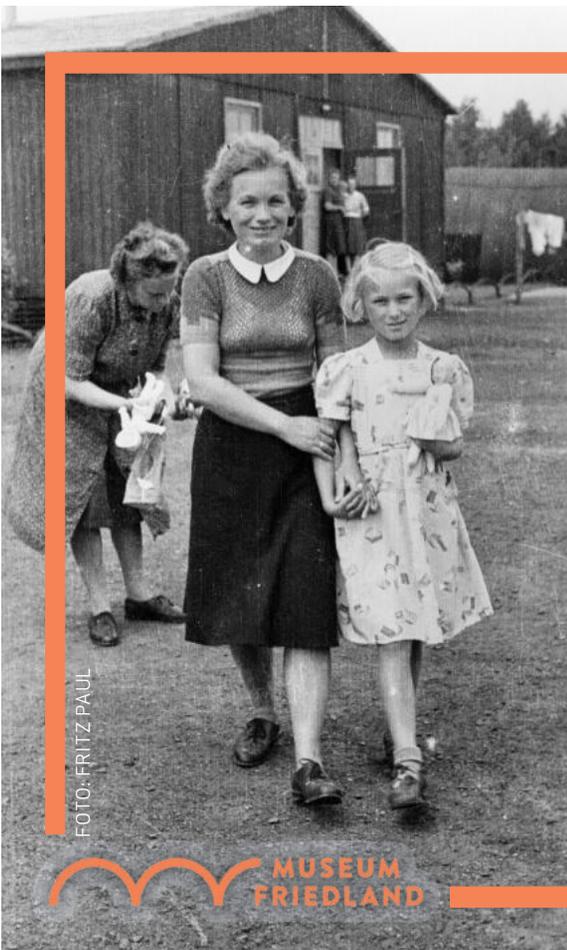


FOTO: FRITZ PAUL

MUSEUM FRIEDLAND

„**FRIEDLAND WAR EIN ANFANG**“

Abschied, Ankunft & Neubeginn – das Museum Friedland erzählt Migrationsgeschichte(n) am historischen Ort des Grenzdurchgangslagers Friedland. Es ist Lernort, Diskussionsforum und Forschungsstätte.

- Multimediale Ausstellung mit über 400 Objekten
- Öffentliche Führungen Museum und Grenzdurchgangslager
- Thematische Sonderführungen
- Buchbare Führungen (auch fremdsprachlich Arabisch, Englisch, Farsi, Russisch u.a.)
- Wechselnde Sonderausstellungen



DIREKT AM

LEINE-RADWEG

Mittwoch bis Sonntag
10:00 - 18:00 Uhr

Museum Friedland
Bahnhofstr. 2
37133 Friedland

Tel. 05504 949 1856
besuch@museum-friedland.de
www.museum-friedland.de

Knöpfe und Einstellungen in der Theorie, sondern wir fotografieren auch in der Praxis um das Gelernte gleich umzusetzen. Wie fotografiere ich Personen, Tiere, Landschaft usw.

➔ **WWW**

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
Frank Watermann
Sonntag, 12.3.2023, 10 bis 17 Uhr
1 Termin, 42,84 Euro
Anmeldeschluss: 2.3.2023
Kurs-Nr.: G2111E2

● **Natur- und
Landschaftsfotografie**

Outdoor Fotografie

Nach einer kurzen Einweisung in Kamertechnik, die Bedienung der Kamera, der Auswahl von Objektiven geht es dann los mit dem Fotografieren von Motiven im Solling oder an der Weser. Weil wir auch Aufnahmen in einem Bachlauf sowie Moorflächen machen, ist es unbedingt empfehlenswert, zusätzlich Gummistiefel mitzubringen. Auch Teilnehmende, deren Motive Tiere, Insekten und Pflanzen sind, erfahren hier viele Tipps und Tricks für ihre Aufnahmen.

➔ **WWW**

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
Frank Watermann
Sonntag, 7.5.2023, 10 bis 17 Uhr
1 Termin, 30 Euro
Anmeldeschluss: 28.4.2023
Kurs-Nr.: G2111E3

● **GIMP 3 -
Einführung in das kostenlose
Bildbearbeitungsprogramm**
GIMP ist das beste kostenlose Bildbearbeitungsprogramm. Die intensive Bearbeitung Ihrer digitalen Bilder wird durch vielfältige Effekte, Filter, Pinsel sowie Umwandlungs-, Auswahl-, Ebenen- und Maskierungsfunktionen ermöglicht, die kaum Wünsche offen lassen. Der Kurs zeigt für Anfänger*innen ebenso wie für Erfahrene Schritt-für-Schritt den Weg zum perfekten Bild. Bitte einige eigene Bilder auf einem Stick mitbringen.

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Ulrike Berghahn
Mittwoch, 22.2.2023, 19 bis 21.15 Uhr
5 Termine, 60 Euro
Anmeldeschluss: 15.2.2023
Kurs-Nr.: G5052P1

● **Fotoworkshop:
Besser fotografieren
mit dem Handy**

Nach einer kurzen Einführung in die Basics entdecken wir mit Ihnen besondere Fotomotive und unterstützen Sie gerne, einzelne Motive ansprechend in Szene zu setzen. Nach einer kurzen Pause besprechen wir in geselliger Runde die zuvor erstellten Fotos. Im Anschluss zeigen wir Ihnen, wie Sie mehr aus Ihren Fotos herausholen können am Beispiel von Bildbearbeitung und dann weiterführend noch die Erstellung eines Fotobuches.

➔ **WWW**

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
Sabine Mischke, Horst Gabriel
Sonntag, 7.5.2023, 10 bis 17 Uhr
1 Termin, 64,24 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 27.4.2023
Kurs-Nr.: G2111E4K

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Sabine Mischke, Horst Gabriel
Samstag, 4.3.2023, 10 bis 17 Uhr
1 Termin, 64,24 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 22.2.2023
Kurs-Nr.: G2111P1K

Oldtimerfotografie



● **Fotoworkshop: Oldtimer**

Wir fotografieren exklusiv in der PS.Lernwerkstatt
Wir fotografieren exklusiv in der PS.Lernwerkstatt. Nach einer kurzen Einführung in die Basics lernen Sie in netter Atmosphäre gemeinschaftlich ein Motiv optimal in Szene zu setzen. Dafür öffnet die PS.Lernwerkstatt ihre Pforte und stellt ihr besonderes Ambiente zur Verfügung. Am Beispiel eines Oldtimers führen wir Sie in die Oldtimerfotografie ein, um mit Ihnen nach einer kurzen Pause die Bildbesprechung und -bearbeitung zu ermöglichen.

➔ **WWW**

Einbeck, Lernwerkstatt des PS.Speicher
Hullerser Tor 5a
Sabine Mischke, Horst Gabriel
Samstag, 3.6.2023, 10 bis 17 Uhr
1 Termin, 85 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 24.5.2023
Kurs-Nr.: G2111E1K

Hinaus in die wilde Heimat!



**Die wilde Heimat
zu Fuß erleben**
27 Wanderungen
in der Solling-
Vogler-Region
978-3-95954-125-1;
16,80 €



**Das Weserbergland
erleben**
Tipps und Ideen
für Ausflüge entlang
der Weser
978-3-95954-099-5,
16,80 €

Regionale Bücher aus dem Verlag Jörg Mitzkat
Allersheimer Str. 45 · 37603 Holzminden · info@mitzkat.de

www.mitzkat.de

Nachhaltig & Kreativ

● Innenraumgestaltung mit Lehm - modern, nachhaltig und individuell

NEU!

Innenräume mit Lehmputz selbst gestalten. Erfahren Sie warum Lehmputz gesund ist, wie er an der Wand haftet, welche Gestaltungsmöglichkeiten er Ihnen bietet und üben Sie den Umgang mit dem Naturbaumaterial Lehm in praktischen Übungen. Zusätzlich fallen für Verbrauchsmaterial (Lehm etc.) ca. 25 Euro an - diese werden vor Ort abgerechnet. An den Abenden 2 bis 4 sollten Ihrer Kleidung Lehmspritzer nichts ausmachen.

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes Andreas Möhle
Mittwoch, 19.4.2023, 18.30 bis 21.30 Uhr
4 Termine, 64 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 12.4.2023
Kurs-Nr.: G1057P1K

● Aus "Müll" was machen - Upcycling-Workshop

NEU!

Vermeintlicher "Müll" lässt sich mit etwas Kreativität und ein paar einfachen Handgriffen oft noch sehr sinnvoll weiternutzen. Egal ob Eierkarton, Tetrapak, Konservendose oder alte Zeitschrift: Aus derartigen mitgebrachten "Wegwerfartikeln" basteln wir je nach Wunsch Aufbewahrungslösungen, Geschenkverpackungen, Deko, Spielzeug und allerlei weitere schöne oder nützliche Alltagshelfer.

➔ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes Elisabeth Zimmermann
Samstag, 18.3.2023, 10 bis 16 Uhr
1 Termin, 21 Euro
Anmeldeschluss: 8.3.2023
Kurs-Nr.: G1155P2

● Upcycling im Kleiderschrank

NEU!

Die Modetrends ändern sich rasant, unsere Schränke sind voll. Immer wieder haben wir Lieblingsstücke, die kaputt

gegangen sind, aber mit ein bisschen Zuwendung noch getragen werden können. Andere Sachen sind aus der Mode gekommen. Ein bisschen Kreativität und Zeit reicht, um ihnen ein neues, frisches „Make-up“ zu verleihen. So schonen wir unseren Geldbeutel, erhalten etwas ganz Individuelles und: Wir tun etwas Gutes und vermeiden Konsum.

➔ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum 0.04
Ellen Deilke
Freitag, 2.6.2023, 16.30 bis 21 Uhr
1 Termin, 16,80 Euro
Anmeldeschluss: 26.5.2023
Kurs-Nr.: G2144P1

Malen & Zeichnen

● Malen für Menschen mit Behinderungen

In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit Farben und wie daraus Bilder entstehen. Sie finden heraus, welche Farben sie besonders mögen und probieren verschiedene Farben und das Malen mit Buntstiften aus. Bitte mitbringen: Malsachen wenn vorhanden (Können auch bei der Kursleiterin erworben werden), Schreibzeug, Schere, Papier. Es können Materialkosten entstehen, in Höhe des Verbrauchs. Diese sind am Kurstag bei der Kursleiterin zu bezahlen.

Uslar, KVHS-Haus Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Erika Peschke
Samstag, 18.2., 18.3., 1.4. und 22.4.2023, jeweils von 10.30 bis 15 Uhr
4 Termine, kostenlos
Kurs-Nr.: G1032U4

Uslar, KVHS-Haus Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Erika Peschke



Sonntag, 19.2., 19.3., 2.4. und 23.4.2023,
jeweils von 10.30 bis 17 Uhr
4 Termine, kostenlos
Kurs-Nr.: G1032U5

● **Malerei und Zeichnung für Anfängende und Fortgeschrittene**

Dieser Kurs bietet den Teilnehmer*innen die Möglichkeit, ein Thema nach eigener Wahl zu erarbeiten. Dabei wird jede*r individuell begleitet. Auf Wunsch werden auch Themen gemeinsam zeichnerisch und malerisch entwickelt, wie zum Beispiel: Perspektive, Landschaft, die menschliche Figur u. a.. Spannend ist das Ausprobieren von Materialien wie Zeichenkohle, Pastellkreide, Buntstifte, lavierte Federzeichnungen mit China-Tusche, Aquarellfarben, usw..

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09
Renate Dieckmann
Mittwoch, 8.2.2023, 18 bis 20.30 Uhr
6 Termine, 59 Euro
Anmeldeschluss: 3.2.2023
Kurs-Nr.: G2051P3

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09
Renate Dieckmann
Mittwoch, 19.4.2023, 18 bis 20.30 Uhr
6 Termine, 59 Euro
Anmeldeschluss: 12.4.2023
Kurs-Nr.: G2051P4

Zeichnen

● **Menschen zeichnen**

Einstiegskurs

Die Haltung und Gestik eines Menschen machen Stimmungen und Gefühle sichtbar. Wir betrachten die menschliche Gestalt, spüren Proportionen, Formen und individuelle Körperhaltung zeichnend nach. Einfache Wahrnehmungsübungen erleichtern uns das zeichnerische Umsetzen plastischer Körperform. Wir arbeiten nach Bildvorlagen, eventuell stehen wir uns auch abwechselnd für einander Modell. Bitte mitbringen: Zeichenblock A3, weiche Bleistifte (HB, B, B2).

➔ **WWW**

Hardegsen, Weperschule
Weperstraße 3
Brigitte Conradi

Mittwoch, 15.2.2023, 18 bis 19.30 Uhr
6 Termine, 35,40 Euro
Kurs-Nr.: G2051H1

● **Grundlagen des Zeichnens**

Ihre eigenen Fähigkeiten als Zeichner*in können Sie hier entwickeln. In diesem Kurs lernen Sie das ABC des Zeichnens, geometrische Formen, menschliche Gestalten und andere visuelle Effekte werden auf das Papier gebracht. Die räumliche Darstellung wird erlernt und mit Schraffur vertieft. Mal- und Zeichenmaterial (Bleistift HB, 2B, 4B, 6B, Radiergummi, Zeichenpapier oder Skizzenbücher) bitte mitbringen.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Tsai-Hsia Juan
Sonntag, 21.5.2023, 10 bis 12 Uhr
6 Termine, 47,20 Euro
Anmeldeschluss: 12.5.2023
Kurs-Nr.: G2051E3

NEU!

● **ZEICHNEND SEHEN LERNEN – die Kunst der Zeichnung – Online**

„Ich, dem beim Gang über die Straßen der Bleistift in der Hand vor Ungeduld zu tanzen begann.“ Ernst Barlach

Ich lade Sie ein, die Kunst der Skizze zu erforschen. Wir skizzieren – ob auf einer Sammlung von Blättern, einem Zeichenblock oder einem Skizzenbuch. Über kleine spielerische Übungen zu Beginn, dem Erforschen grafischer Möglichkeiten und Techniken suchen wir Formen zu erfassen. Von Lockerungsübungen zu Musikstücken, dem Zeichnen über die Bewegung, dem Rhythmus bis zum konstruktiven Aufbau von Formen.

➔ **WWW**

Online-Kurs, Der virtuelle Kursraum wird bekannt gegeben.

Anne Brömme
Dienstag, 7.2.2023, 15 bis 17.15 Uhr
5 Termine, 89,25 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 2.2.2023
Kurs-Nr.: G2051X1K



Entdecken Sie die Schönheiten unserer Harzer Bergwelt beim Wandern – z. B. auf dem Harzer BaudenSteig bei Bad Lauterberg im Harz. Stärken Sie Ihre Gesundheit in der frischen Gebirgsluft und nutzen Sie die Wassertretstellen am Weg zur Erfrischung. Der idyllische Kurpark lockt zu Sport und Spiel mit moderner, barrierefreier Minigolfanlage, Shuffleboard, Fußballbillard, Tischtennis oder Headis, Outdoor-Fitness-Anlage sowie dem Bad Lauterberger Mehrgenerationen-Traumspielplatz. Nicht versäumen sollten Sie auch einen Bummel über die Shoppingmeile – liebevoll „Boulevard“ genannt.

Touristinformation
Ritscherstrasse 4, 37431 Bad Lauterberg im Harz
Telefon: 05524 853 190 www.badlauterberg.de



Kreativ sein –
mit Ihrer KVHS!



NEU!

● **Postkarten gestalten für Anfängende und Fortgeschrittene**
In diesem Kurs malen Sie wunderschöne Postkarten. Sie lernen Illustrations- und Zeichentechniken. Bei Wunsch können Sie auch Tuschetechniken einsetzen. Mal- und Zeichenmaterial (Aquarell, Aquarellpapier, Pinsel, Bleistift, Radiergummi, Pigmentliner (Fineliner wasserfest), Postkartenblock) kann mitgebracht oder bei der Kursleiterin erworben werden. Sie ist studierte Illustratorin.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Tsai-Hsia Juan

Aquarellmalerei

● **Aquarell am Vormittag**

Die Transparenz des Aquarells mit seinen vielfältigen Ausdrucksmöglichkeiten übt einen großen Reiz auf uns aus. Wir werden die klassischen Techniken des Lasierens, der Nass-in-Nass-Malerei sowie der Granulierttechnik erproben und vertiefen, aber auch experimentelle Formen wie Farbspuren, Flecken und besondere Malgründe als Momente des Zufalls spielerisch in unsere Bildkomposition einbeziehen. Wir arbeiten an abstrakten und gegenständlichen Themen.

⇒ WWW

Bad Gandersheim, Oberschule,
Stettiner Str. 2, Gebäude rechts vom
Haupteingang, Raum 1.1.11 im OG
Birgit Goertz

Freitag, 10.3.2023, 9.45 bis 12 Uhr

7 Termine, 61,95 Euro

Anmeldeschluss: 2.3.2023

Kurs-Nr.: G2051A1

● **Arbeitskreis Aquarellmalerei am Vormittag**

Grund- und Aufbaukurs

Weil wir beim Malen ganz in unser Tun eintauchen und alles um uns herum vergessen können, wissen wir hinterher oft nicht wie wir unser Bild vollbracht haben. Um dieses Wissen zu reflektieren und sich aneignen zu können, ist es Voraussetzung sein Bild immer wieder mit Abstand zu betrachten. Dies wollen wir für unsere gestalterische Arbeit nutzen und als Haltung gegenüber unserem Bild einüben.

⇒ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Irene Pregizer

Dienstag, 21.2.2023, 9.30 bis 12.30 Uhr

7 Termine, 86,80 Euro

Anmeldeschluss: 14.2.2023

Kurs-Nr.: G2051P1

● **Aquarellmalerei und Mischtechniken für Anfängende**

Aquarellmalerei ist eine wunderschöne alte Technik mit vielen Ausdrucksmöglichkeiten. Die faszinierende Transparenz der Farben sorgt für Bilder, die von Licht durchflutet scheinen. Man kann die Technik aber auch mit anderen Malmaterialien wie Acryl oder Tusche verbinden und es ergeben sich stim- mungsvolle Bilder, die ihre ganz eigene Ausdrucksweise haben.

⇒ WWW

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3

Erika Peschke

Montag, 6.2.2023, 10 bis 12 Uhr

6 Termine, 47,20 Euro

Kurs-Nr.: G2051U1

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3

Erika Peschke

Montag, 20.3.2023, 10 bis 12 Uhr

6 Termine, 47,20 Euro

Kurs-Nr.: G2051U2



Stadthalle
Osterode am Harz

Der kleine Prinz
Musical
Sa., 11.02.2023 18:00 Uhr

OSTERODE AM HARZ
TICKETVERKAUF UNTER
Tel.: 0 55 22 / 916 80 - 10
www.osterode-stadthalle.de

Dienstag, 30.5.2023, 18 bis 20.30 Uhr
6 Termine, 53,10 Euro
Anmeldeschluss: 23.5.2023
Kurs-Nr.: G2051E1

● **Aquarell: Male Deine Vision der Welt**

Das Ziel dieses Kurses ist es, dass Sie Ihren eigenen individuellen Stil entwickeln mithilfe von Zeichnungen natürlicher Objekte. Dabei wird mit der "Nass-in-Nass"-Technik gearbeitet. Was am Anfang erst einmal schwierig aussieht, wird Ihnen immer leichter fallen und mehr Freude bringen, wenn Sie Ihren Gedanken zeichnerisch freien Lauf lassen. Damit die Technik leichter von der Hand geht, werden immer wieder Übungen angeboten.

➔ WWW

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Tsai-Hsia Juan
Freitag, 26.5.2023, 15 bis 17 Uhr
6 Termine, 47,20 Euro
Anmeldeschluss: 19.5.2022
Kurs-Nr.: G2051E4

Ölmalerei

● **Ölmalerei**

Keine andere Technik lässt so viele Variationsmöglichkeiten zu wie die Ölmalerei. Sie reicht von einem lasierenden Aufbau in mehreren Schichten bis hin zum Nass-in-Nass-Malen der Primamalerei. In diesem Kurs spielen sowohl die Form- und Farbenlehre, Komposition, das Wissen um Perspektive und Proportionslehre eine wichtige Rolle als auch Farbmischungen, Farbauftrag, die Schaffung eines Farbzusammenhangs.

➔ WWW

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Jens-Poppe Mehrgardt
Samstag, 18.2.2023, 11 bis 16.30 Uhr
Sonntag, 19.2.2023, 11 bis 16.30 Uhr
2 Termine, 44,25 Euro
Anmeldeschluss: 11.2.2023
Kurs-Nr.: G2051E2

● **Offenes Malatelier**

Ein Treffpunkt für Maler*innen, die Vorerfahrung in der Ölmalerei haben.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Traute Keuneke
Montag, 6.2.2023, 15 bis 17.15 Uhr
10 Termine, kostenlos
Kurs-Nr.: G2051P5

Acrylmalerei & Sonstiges

● **Acryl, Farbstark und expressiv**

Wir malen ein Stillleben mit Birne
Im Zentrum des Bildes wird ein Objekt - eine Birne - stehen. Sie lernen ein einfaches Objekt farbstark und wirkungsvoll mit Licht und Schatten zu modellieren und mit lockerer Strichführung in Szene zu setzen. Das entstandene Bild kann der Einstieg in eine Obst-/ Gemüse-Kleinserie werden. Bitte mitbringen: siehe homepage www.kvhs-northeim.de

➔ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Iris Wilhelm-Hirr
Samstag, 18.2.2023, 10 bis 16 Uhr
1 Termin, 25,20 Euro
Anmeldeschluss: 10.2.2023
Kurs-Nr.: G2051P6

● **Acryl, Farbstark und expressiv**

Wir malen einen bunten Hahn
Im Zentrum Ihres Bildes wird ein Hahn stehen. Schritt für Schritt lernen Sie, wie Sie einen Hahn mit starken Farben wirkungsvoll und mit lockerer Pinselführung in Szene setzten. Bitte mitbringen: Skizzenblock, weicher Bleistift / Graphitstift, Acrylfarben: Rot, Gelb, Blau, Schwarz, Weiß, Leinwand oder Malpappe: mind. 30 x 40 cm, Pinsel, Palette / Pappteller, Was-serbehälter, Lappen, Malvorlage: A4-Aus- druck von einem Hahn, möglichst komplett.

➔ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Iris Wilhelm-Hirr
Samstag, 11.3.2023, 10 bis 16 Uhr
1 Termin, 25,20 Euro
Anmeldeschluss: 3.3.2023
Kurs-Nr.: G2051P7

Steinbildhauerei & Plastiken

● **Steinbildhauerei für Anfangende und Fortgeschrittene**

Den Stein auf sich wirken lassen, die Form sehen, ertasten, erkennen. Sich auf die Ruhe und Schwere des Steines einlassen - Konzentration und Aufmerksamkeit bestimmen die Arbeit. Die Bearbeitungstechniken kennenlernen und Möglichkeiten sowie Grenzen dieses Materials erproben.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09
Renate Dieckmann

Wir lieben Farbe
HEIMERTelements
Gestaltung und Druck

Beverstraße 1a | 37574 Einbeck
Tel. 0 55 61 / 93 36 - 0 | info@printstrong.de

Freitag, 2.6.2023, 18.30 bis 19.15 Uhr
 Donnerstag, 15.6.2023, 18 bis 21 Uhr
 Freitag, 16.6.2023, 18 bis 21 Uhr
 Samstag, 17.6.2023, 10 bis 17 Uhr
 Sonntag, 18.6.2023, 10 bis 16.15 Uhr
 5 Termine, 92,82 Euro
 Anmeldeschluss: 26.5.2022
Kurs-Nr.: G2065P4



Ton & Keramik

● **Raku - Brennwochenende**

Wir lassen uns ein auf das Wirken aller Elemente - Erde-Wasser-Luft und Feuer. Wir begleiten unsere Tonobjekte beim Erreichen der Glasurschmelztemperatur, nehmen sie glühend mit der Zange aus dem Ofen, lassen sie kurz durch Luft und Wasser abkühlen, um sie dann in den

Reduktionsbrand zu legen, durch den sie ihre endgültige, einmalige Farbe erhalten. Beim Freiwaschen der einzelnen Stücke eröffnet sich jedem von uns das besondere Aussehen.

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09
 Renate Dieckmann
 Freitag, 18.8.2023, 18 bis 21 Uhr
 Samstag, 26.8.2023, 10 bis 18 Uhr
 2 Termine, 45,22 Euro
 Anmeldeschluss: 8.5.2023
Kurs-Nr.: G2062P1

● **Raku -Themenkurs für Anfänger und Fortgeschrittene**
 Raku bedeutet Wohlgefühl, Freude, Glück, es hat seinen Ursprung im japanischen Zen-Buddhismus und bezeichnet eine besondere Keramik. Auf den historischen Hintergrund bis zum modernen Raku wird thematisch eingegangen. Es können in diesem Kurs besondere Stücke, Gefäße wie auch figürliche Arbeiten für den gemeinsamen Raku-Brand am Wochenende hergestellt werden.

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09
 Renate Dieckmann
 Montag, 22.5.2023, 18 bis 21 Uhr
 Montag, 5.6.2023, 18 bis 21 Uhr
 Montag, 12.6.2023, 18 bis 21 Uhr
 3 Termine, 45,22 Euro
 Anmeldeschluss: 15.5.2023
Kurs-Nr.: G2062P2



Große Kleinkunst und mehr

WELTBÜHNE
Heckenbeck

1. Halbjahr 2023

Tanzgaudi / 7 Freitagabende
 03. +17. Febr.
 03. +17. März
 21. April / 05. +19. Mai
 20:15 - 22 Uhr
 10 € pro Person und
 Abend, Anmeldung nicht
 erforderlich, Offene Gruppe für Anfänger
 und Fortgeschrittene

Tango Argentino / 5 Freitagabende
 10. +24. Febr. / 10. +24. März / 14. April
 20:15 - 21:45 Uhr / 75 € pro Person
Tangokurs für Einsteiger
 Anmeldung* erbeten. Bei Interesse Fort-
 setzung an weiteren 5 Freitagabenden

Sonntags-Café in der Weltbühne
 26. Febr. / 19. März / 23. April / 14. Mai
 18. Juni 15 - 18 Uhr
 Gemütliches Beisammensein bei
 Café, Tee und Kuchen

Dorfführungen letzter Sonntag im Monat
 29.1/ 26.2/ 26.3/ 30.4/ 28.5/ 25.6./ 11. Uhr
 Start bei der Weltbühne / Spende

Udo-Jürgens-Liederabend
 Sa 18. März / 19. Uhr / 18 € erm. 16 €
**Christian Mädler: Eine Hommage mit
 Liedern von Udo Jürgens**
 Anmeldung* erbeten
www.christian.maedler.de

Familientheater ab 4 Jahre
 So 16. April / 16 Uhr / Kinder 3 €, Erw. 7 €
Figurentheater Fadenschein: Schneewittchen, Anmeldung* erbeten
www.fadenschein.de

Musik-Comedy
 Sa 06. Mai / 19 Uhr
 18 € erm. 16 €
**Die Bösen Schwestern:
 Ewig währt am längsten**
 Anmeldung* erbeten
www.boese.schwestern.de

Comedy
 Sa 03. Juni / 19 Uhr / 18 € erm. 16 €
David Werker: Plötzlich seriös?!
 Anmeldung* erbeten
info@davidwerker.de

**Weitere Veranstaltungen sind in der
 Planung.**
 Bitte beachten Sie **Veröffentlichungen** in
 der **Presse** und auf unserer **Webseite**
www.weltbuehne.info

Unsere neue **Lüftungsanlage** sorgt für
**gutes Klima. Unterstützen Sie uns und
 die Künstler** mit Ihrem Besuch, damit wir
 wieder zusammen lachen können!

* **Anmeldungen/Kartenbestellungen:**
weltbuehne@posteo.de

Weltbühne Heckenbeck
 Kreuzstr. 11, 37581 Bad Gandersheim
 Tel. 05563/999 991
 mail: weltbuehne@posteo.de
 Progr.-Infos: www.weltbuehne.info

● Arbeiten mit Ton

für Anfangende und Fortgeschrittene
Gestaltendes Arbeiten ist Schwerpunkt dieses Kurses. Neben Plastiken und Reliefs entstehen überwiegend Gefäße in ruhiger, gestaltender Arbeit (Aufbautechnik). Thematisch werden im Kurs Anregungen gegeben, die die Teilnehmer*innen inspirieren und zu eigenen Ideen führen. Traditionelle sowie zeitgenössische Formen und Arbeitsweisen werden vorgestellt, können nachempfunden und erarbeitet werden.

➔ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09
Renate Dieckmann

Montag, 6.2.2023, 18 bis 21 Uhr

10 Termine, 145,18 Euro

Anmeldeschluss: 1.2.2023

Kurs-Nr.: G2065P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09
Renate Dieckmann

Dienstag, 7.2.2023, 9 bis 12 Uhr

10 Termine, 145,18 Euro

Anmeldeschluss: 1.2.2023

Kurs-Nr.: G2065P2

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09
Renate Dieckmann

Donnerstag, 9.2.2023, 18.30 bis 21.30 Uhr

10 Termine, 145,18 Euro

Anmeldeschluss: 3.2.2023

Kurs-Nr.: G2065P3

● Tonarbeiten

Der Kurs spricht Anfänger*innen und Fortgeschrittene an, die Spaß an der kreativen Arbeit mit Ton haben. Mit und ohne Töpferscheibe können die Teilnehmer*innen den Umgang mit Ton erlernen oder ihre Erfahrungen vertiefen. Nach einer ersten Einführung können ganz nach eigenen Wünschen und Vorstellungen oder nach Anleitung Gefäße, Figuren und andere Gegenstände geformt werden. Zur Materialbeschaffung siehe homepage www.kvhs-northeim.de.

➔ WWW

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Rüdiger Gold

Samstag, 25.2.2023, 17 bis 17.45 Uhr
Samstag, 4.3.2023, 16.30 bis 18.45 Uhr
Sonntag, 5.3.2023, 9.30 bis 11.45 Uhr
Samstag, 25.3.2023, 15.30 bis 18.30 Uhr
4 Termine, 41,65 Euro

Anmeldeschluss: 19.2.2023

Kurs-Nr.: G2065U1

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Rüdiger Gold

Samstag, 3.6.2023, 17 bis 17.45 Uhr

Samstag, 10.6.2023, 16.30 bis 18.45 Uhr

Sonntag, 11.6.2023, 9.30 bis 11.45 Uhr

Samstag, 1.7.2023, 15.30 bis 18.30 Uhr

4 Termine, 41,65 Euro

Anmeldeschluss: 28.5.2023

Kurs-Nr.: G2065U2

● Töpfern für Anfänger*innen

Die Gestaltungsmöglichkeiten von Ton sind schier unendlich. Ob individuelle Hausschilder, Schalen, Skulpturen oder Gartenkeramik, fast alles kann man töpfeln. In diesem Kurs wollen wir Gebrauchs- und Ziergegenstände aus Ton modellieren. Dieser wird dann anschließend gebrannt und die getöpften Gegenstände sind wasser- und teilweise

auch wetterfest. Sie erlernen die Tonverarbeitung, das Glasieren und Dekorieren in verschiedenen Techniken.

➔ WWW

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Erika Peschke

Freitag, 3.2.2023, 14 bis 18 Uhr

Samstag, 4.2.2023, 10.30 bis 14.30 Uhr

Freitag, 17.2.2023, 14 bis 17 Uhr

3 Termine, 52,36 Euro

Anmeldeschluss: 27.1.2023

Kurs-Nr.: G2065U3

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Erika Peschke

Freitag, 28.4.2023, 14 bis 18 Uhr

Samstag, 29.4.2023, 10.30 bis 14.30 Uhr

Freitag, 12.5.2023, 14 bis 17 Uhr

3 Termine, 52,36 Euro

Anmeldeschluss: 21.4.2023

Kurs-Nr.: G2065U4

Sich ganz auf eine Sache
konzentrieren –
mit Ihrer KVHS!

**Große Autoren
auf der Bühne**

22&23

Natalia Voroschbit
»Zerstörte Straßen«

Philipp Löhle nach
dem Roman von
Franz Kafka
»Die Verwandlung«

Bertolt Brecht
»Im Dickicht der Städte«

Edouard Louis
»Die Freiheit einer Frau«/
»Wer hat meinen
Vater umgebracht«

Termine unter
www.dt-goettingen.de
0551.49 69-300

deutsches
theater
göttingen

Schmieden



● **Schmieden eines Messers**
Die Menschen schmieden seit 3000 Jahren und dieses Handwerk hat seine Faszination bis heute nicht verloren. Das Schmieden belebt die Werkstoffe und transformiert sie in völlig neue Formen. Dieser Prozess ist unglaublich faszinierend. Das harte und starre Metall wird im Feuer weich und formbar. Nach der Einführung in Schmieden und Härten wird die Technik zum Schmieden eines Messers (nicht Jagdmesser) gelernt und umgesetzt.

➔ [WWW](http://www.kvhs-northeim.de)

Einbeck, Lernwerkstatt des PS.Speicher
Hullerser Tor 5a
Andreas Rimkus
Samstag, 28.1.2023, 9 bis 15 Uhr
Sonntag, 29.1.2023, 9 bis 15 Uhr
2 Termine, 199 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 18.1.2023
Kurs-Nr.: G2063E1K

● **Schmieden einer Bratpfanne**

Einbeck, Lernwerkstatt des PS.Speicher
Hullerser Tor 5a
Andreas Rimkus
Samstag, 25.2.2023, 9 bis 15 Uhr
Sonntag, 26.2.2023, 9 bis 15 Uhr
2 Termine, 199 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 15.2.2023
Kurs-Nr.: G2063E2K

Textiles Gestalten

● **Textiles Gestalten**
Sticken, Stricken, Häkeln oder kleine Patchworkarbeiten entdecken sie ihre Kreativität wieder. Lassen sie sich inspirieren. Sie können in diesem Kurs neue

Techniken erlernen, bekannte vertiefen oder angefangene Arbeiten beenden. Bei der Vorbesprechung werden Anregungen gegeben und auf ihre Wünsche eingegangen. Bitte bringen Sie vorhandenes Material oder unvollendete Arbeiten mit.

Kreienzen, Greene, Haupt- und Realschule, Leinestraße 68
Susanne Nüsse
Donnerstag, 9.2.2023, 18 bis 19 Uhr und ab 16.2.2023, 6x von 18 bis 20 Uhr
7 Termine, 50,40 Euro
Anmeldeschluss: 2.2.2023
Kurs-Nr.: G2138K1



● **Schwämer Weißstickerei für Anfänger*innen und Fortgeschrittene**
In der Schwalm in Hessen ist diese herrliche Volkskunst beheimatet. Das Typische dieser Stickerei sind das Herz und die Tulpe verbunden mit Blättern und Ranken. Die hessische Weißstickerei wird mit viel Liebe und Eifer gearbeitet und ist vielseitig sowie abwechslungsreich. Bitte mitbringen: Eine kleine, spitze Schere, eine stumpfe und eine spitze Nadel, einen Stickrahmen, Pauspapier (auch Butterbrotpapier) sowie ein Maßband und einen Kopierstift.

➔ [WWW](http://www.kvhs-northeim.de)

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Carin Brandt
Montag, 6.2.2023, 14 bis 16.15 Uhr
8 Termine, 67,20 Euro
Anmeldeschluss: 30.1.2023
Kurs-Nr.: G2138U1

● **Zuschneiden und Nähen**
Dieser Kurs richtet sich an alle, die gerne mit der Nähmaschine umgehen wollen. In einer Vorbesprechung klären wir ab, ob Sie ein einfaches Kleidungsstück aus

1. Spielzeit 2023
Nachtgestalten

5.2. Wilde Reise durch die Nacht
Theater der Nacht mit dem Göttinger Sinfonieorchester

3.3. Die Märchennacht

18.3. Zug der Nachtgestalten

28.4. Engelchristine trifft Regine Hildebrandt
Ost-West-Dialog, innerdeutsche Begegnungen 2023

30.4. Die Walpurgisnacht
... und natürlich wieder viele Familien- und Erwachsenen-Inszenierungen sowie Kurse im Saloncafé für Figuren- und Maskenbau, Stricken, Kostüme nähen, Schreiben, Lesen und Musik ...

www.theater-der-nacht.de

einem besonderen Stoff herstellen möchten, ob Sie Tipps zur Verarbeitung einer schönen Idee brauchen oder ob Sie lernen möchten, vorhandene Kleidung abzuändern. Bringen Sie dazu bitte Schreibzeug, evtl. vorhandene Modehefte, Schnittmuster und Ideen und ihre eigene Nähmaschine mit.

Hardeggen, Weperschule

Weperstraße 3

Ingrid Dupré

Dienstag, 7.2.2023, 19 bis 20.30 Uhr und ab 14.2.2023 19 bis 21.15 Uhr

11 Termine, 89,60 Euro

Kurs-Nr.: G2144H1

● **Kreatives Nähwochenende**

Selber Nähen macht Spaß. In diesem Kurs können eigene Nähprojekte realisiert werden. Dabei sind Anfänger*innen und Fortgeschrittene herzlich willkommen. Lernziele sind der Umgang mit der Nähmaschine, das richtige Einfädeln, Lesen von Schnittmustern, Zuschneiden und Nähen. Zudem kann das Nähen mit der Kettelmaschine erlernt werden. Ziel ist es, am Ende des Kurses ein fertiges Stück genäht zu haben. Bitte mitbringen: Stift

und Ideen, wenn vorhanden...

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.04

Ellen Deilke

Freitag, 3.2.2023, 16.30 bis 21 Uhr

Samstag, 4.2.2023, 10 bis 16.30 Uhr

2 Termine, 39,20 Euro

Anmeldeschluss: 2.2.2023

Kurs-Nr.: G2144P2

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.04

Ellen Deilke

Freitag, 10.3.2023, 16.30 bis 21 Uhr

Samstag, 11.3.2023, 10 bis 16.30 Uhr

2 Termine, 39,20 Euro

Anmeldeschluss: 3.3.2023

Kurs-Nr.: G2144P3

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.04

Ellen Deilke

Freitag, 5.5.2023, 16.30 bis 21 Uhr

Samstag, 6.5.2023, 10 bis 16.30 Uhr

2 Termine, 39,20 Euro

Anmeldeschluss: 28.4.2023

Kurs-Nr.: G2144P4

● **Nähen am Samstag**

In diesem Kurs können eigene Nähprojekte verwirklicht werden. Dabei sind Anfänger*innen und Fortgeschrittene herzlich willkommen. Sie können den Umgang mit der Nähmaschine, das richtige Einfädeln, Lesen von Schnittmustern, Zuschneiden und Nähen erlernen. Ziel ist es, am Ende des Kurses ein fertiges Stück zu Nähen. Bitte mitbringen: Stift und Ideen, wenn vorhanden gern Nähutensilien wie Nadeln, Kreide - und natürlich ein Nähprojekt.

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.04

Sylwia Bizon

Samstag, 18.2.2023, 10 bis 16 Uhr

Samstag, 25.2.2023, 10 bis 16 Uhr

2 Termine, 42 Euro

Anmeldeschluss: 10.2.2023

Kurs-Nr.: G2144P5

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.04

Sylwia Bizon

Samstag, 18.3.2023, 10 bis 16 Uhr

Samstag, 25.3.2023, 10 bis 16 Uhr

2 Termine, 42 Euro

Anmeldeschluss: 10.3.2023

Kurs-Nr.: G2144P6

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.04

Sylwia Bizon

Samstag, 13.5.2023, 10 bis 16 Uhr

Samstag, 20.5.2023, 10 bis 16 Uhr

2 Termine, 42 Euro

Anmeldeschluss: 5.5.2023

Kurs-Nr.: G2144P7

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.04

Sylwia Bizon

Samstag, 17.6.2023, 10 bis 16 Uhr

Samstag, 24.6.2023, 10 bis 16 Uhr

2 Termine, 42 Euro

Anmeldeschluss: 9.6.2023

Kurs-Nr.: G2144P8

Musik

● **Netzwerktreffen der Kontaktstelle Musik**

Vierteljährlich bietet die Kontaktstelle Musik unter dem Motto „Music is it!“ allen Musikakteuren (ob Laie oder Profi) aus der Region einen Termin zum gemeinsamen Austausch an. Wir wollen mitein-



Tierpark Sababurg

Augenblicke, die man nie vergisst!

Eiche Nordische Welt

Wölfe Erlebniswelt

Ganzjährig für Sie geöffnet! Mitten im Naturpark Reinhardswald.

Telefon: 05671 / 766499-0
www.tierpark-sababurg.de

ander ins Gespräch kommen, welche Veranstaltungen, Projekte, Entwicklungsmöglichkeiten und Förderprogramme im musikalischen Sektor in Ihrem Verein, Ihrer Musikschule, Ihrem Ensemble, Ihrer Band o. ä. anstehen.

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule,
Wallstraße 40, Raum U 13
Jessica Krause

Dienstag, 28.2.2023, 19 bis 21 Uhr

Dienstag, 13.6.2023, 19 bis 21 Uhr

2 Termine, kostenlos

Kurs-Nr.: G2089P1

● **Musik verstehen -
Das ABC der Musik**

Sie lernen verschiedene Parameter der Musik kennen: Melodie, Harmonie und Rhythmus. Was sind Kadenz in der Musik? Wie schreibt man Noten auf? Das sind nur einige Themen dieses Kurses. Bitte mitbringen: Schreibwerkzeug, zwei Euro für Materialien.

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Karl Brandenstein

NEU!

Freitag, 17.3.2023, 18 bis 21 Uhr

1 Termin, 11,20 Euro

Anmeldeschluss: 9.3.2023

Kurs-Nr.: G2080U2

● **Blues Harp - Workshop**

Die Mundharmonika - und gerade die sogenannte "Blues Harp" - ist ein faszinierendes Musikinstrument. Im Workshop erlernen Sie Grundtechniken, die Sie zuhause leicht nachspielen und variieren können. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Eigene Instrumente (Blues Harp, Big River Harp, Pro Harp, Special 20 o.ä.) bitte in C-Dur mitbringen oder vor Ort eine passende Mundharmonika für 30 Euro erwerben.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Dieter Kropp

Freitag, 2.6.2023, 14 bis 21.30 Uhr

1 Termin, 54 Euro

Anmeldeschluss: 26.5.2023

Kurs-Nr.: G2080P1

● **Woodstock - die zehn größten
Mythen des Jahrhundertfestivals -
Eine Retrospektive**

Am 15. August 1969, genau um Punkt 17:05, wurde das Festival von Richie Havens eröffnet. Es folgten drei Tage Live-Musik. Fazit: 33 Konzerte, zwei Todesfälle, zwei Geburten, 250.000 Fans, die schon während der Anfahrt im Auto steckenblieben. Der Vortrag will die zehn größten Mythen, die sich um das Festival bis heute ranken, beleuchten. Was ist aus dieser wunderbaren Musik geworden?

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Karl Brandenstein

Freitag, 12.5.2023, 18 bis 20.15 Uhr

1 Termin, 10 Euro

Anmeldeschluss: 5.5.2023

Kurs-Nr.: G2080P5

● **"Wie soll ich meine Seele
halten, dass sie nicht an deine
rührt?"**

*Liebeslieder - vom Minnesang bis zur
Popmusik*

Das Thema Liebe und Liebesleid war und ist omnipräsent in der Musik und in der Literatur. Zu jeder Zeit entstand Liebeslyrik und Liebeslied aus sehr unter-

NEU!

schiedlichen moralisch-gesellschaftlichen Zusammenhängen. Für heutige Generationen oft nicht mehr leicht verständlich. Neben der Liebeslyrik verschiedener Epochen, hören Sie Liebeslieder (Dowland, Garcia-Lorca, Rilke, Hesse).

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Karl Brandenstein, Timea Cecilia Kunkel

Freitag, 24.3.2023, 18 bis 20.15 Uhr

1 Termin, 12 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 17.3.2023

Kurs-Nr.: G2080P1K

● **Das Leben ist ein Traum -
Literarische Betrachtungen
mit Musik**

Dieser musikalisch-literarische Vortrag hat das Thema „Traum“ und die/den „Träumende/Träumenden“ im Blick und macht eine Reise durch die Zeit. Gedichte und kurze Texte aus verschiedenen Epochen geben Einblick in die Gefühlswelt der Schriftsteller*innen und Dichter*innen. Lieder zum Traum-Thema werden vorgetragen von der Konzertsängerin Timea Cecilia Kunkel und dem Gitarristen Karl Brandenstein.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Karl Brandenstein, Timea Cecilia Kunkel

Freitag, 23.6.2023, 18 bis 20.15 Uhr

1 Termin, 12 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 16.6.2023

Kurs-Nr.: G2080P11K

NEU!



Weitere Informationen zum Buch, zu unseren Veranstaltungen und zu den Angeboten unserer Sparte KUNST.RAUM.NORTHEIM unter:

www.kunst-kultur-northeim.de

Chor & Orchester

● **KVHS-Orchester**

Das Kreisvolkshochschulorchester ist ein Orchester für alle Instrumentalisten, die gerne in einer größeren Gruppe musizieren möchten. Besonders eingeladen sind Laien, die auf diese Weise ihre Instrumentalkenntnisse frisch halten möchten. Die Zusammenarbeit mit Solist*innen oder Chören ist auch möglich. Der Schwierigkeitsgrad richtet sich nach den technischen Möglichkeiten aller Mitspielenden zwischen leicht und mittelschwer.

NEU!

NEU!

● **SINGEN-TUT-GUT**

Gospelsong-Workshop
Singen kann den Flügeln unserer Seele Aufwind geben. Wenn wir in Gemeinschaft singen, kann das erhebend und verbindend sein und wir können Kraft für den Alltag bekommen. In diesem Workshop wollen wir traditionelle, afrikanische und auch moderne Gospelsongs singen und dabei die verschiedenen Stilrichtungen innerhalb der Gospelsmusik erleben.

Northeim, Thomas-Mann-Schule, Musikraum
Ruth Greiner-Bunzendahl
Donnerstag, 16.2.2023, 18.30 bis 20 Uhr
10 Termine, 59 Euro
Lehrbuch: Mein Gospel Liederbuch, ISBN: 978-3579059273
Anmeldeschluss: 9.2.2023
Kurs-Nr.: G2080P10



Northeim, Gymnasium Corvinianum
Wierterstraße 3, Aula
Heinz Weyhing
Mittwoch, 8.2.2023, 18 bis 19.30 Uhr
22 Termine, kostenlos
Kurs-Nr.: G2080P3

● **Popchor**

Der bestehende Popchor wird sein Repertoire erweitern und neue Songs kommen hinzu. Ein bis zwei Auftritte sind in Vorbereitung. Wir freuen uns immer über neue Stimmen.

Northeim, Oberschule, Aula,
Arentsschildtstr. 15 a
Matthias Hofmann
Montag, 6.2.2023, 19.30 bis 21 Uhr
15 Termine, 62,50 Euro
Kurs-Nr.: G2080P4

Gesang & Stimme

NEU!

● **Singworkshop für JederMann/ JedeFrau - Humor im Chor mit heiteren Songs aus Pop, Jazz und Klassik**

Raus aus dem Winterschlaf!
In diesem Workshop wollen wir uns und unsere Stimmen fit machen. Bitte mitbringen: Bleistift, Verpflegung sowie fünf Euro für Material.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Ruth Greiner-Bunzendahl
Samstag, 11.2.2023, 10 bis 13.30 Uhr
Samstag, 18.2.2023, 10 bis 13.30 Uhr
2 Termine, 23,60 Euro
Anmeldeschluss: 10.2.2023
Kurs-Nr.: G2080P2

Rhythmus/Percussion



● **Let's play Samba - Trommeln und Percussion aus Brasilien**

Typische Instrumente des Samba-Karneval bilden die Basis dieses Workshops: Surdos (Basstrommeln), Shaker, Glocken und Tamborim. Auch Congas, die großen Handtrommeln, können im Samba eingesetzt werden. Nach einer Einführung in die Spieltechnik der einzelnen Instrumente fügen sich die einzelnen Stimmen wie von selbst zu einem gemeinsamen Groove zusammen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Eigene Congas können gern mitgebracht werden.

➔ **WWW**

Northeim, Theater der Nacht
Obere Straße
Kathrin Bogislav
Dienstag, 13.6.2023, 17.30 bis 21 Uhr
Dienstag, 20.6.2023, 17.30 bis 21 Uhr
2 Termine, 72 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 6.6.2023
Kurs-Nr.: G2080P2K

Naturparktag am 04. Juni 2023 in Neuhaus i. S.



- Qualitätswanderregion mit rund 1.000 km Wanderwegen
- Naturkundliche Wanderungen „Faszination Natur 2023“
- Hutewald Solling mit Auerochsen & Exmoorponys
- Ochsenwochen im Herbst

Naturpark Solling-Vogler - Wildpark 1 - 37603 Holzminden
Tel. 05536 1313 - info@naturpark-solling-vogler.de





Saiteninstrumente: Gitarre, Ukulele

● **Baglama Unterricht**

Der Baglama-Kurs ist an alle, die Interesse an traditioneller türkischer Musik haben und das Spielen des anatolischen Musikinstruments lernen wollen, gerichtet. Vermittelt werden die Grundlagen des Spielens auf einer Baglama von den ersten Noten bis zu kompletten Melodien und Stücken. Ziel des Kurses ist gemeinsam zu musizieren, sich auszutauschen und die türkische Volksmusik kennenzulernen. Anmeldungen erfolgen über Herrn Turgay unter Tel. 0176/21546930 oder feyzo1976@hotmail.com

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.04
Ugur Durmus
Sonntag, 12.2.2023, 12 bis 13.45 Uhr
27 Termine
Kurs-Nr.: G2080P7

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.04
Ugur Durmus
Sonntag, 12.2.2023, 14.15 bis 16 Uhr
27 Termine
Kurs-Nr.: G2080P8

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.04
Ugur Durmus
Sonntag, 12.2.2023, 16.30 bis 18.15 Uhr
27 Termine
Kurs-Nr.: G2080P9

● **Wie schreibe und komponiere ich einen eigenen Song?**

*Workshop für Gitarrist*innen*

Das "Erfinden" von eigenen Texten, interessanten Akkordfolgen und Melodien mit dem Ziel, daraus eigene Lieder zu kreieren, steht im Mittelpunkt. Die Grundlagen der notwendigen Musiktheorie werden auf spielerische Art und Weise vermittelt. Ziel des Kurses ist es, dass jede*r Teilnehmer*in zwei eigene Stücke erarbeitet. Kleine Gruppe (max. 8 Personen). Bitte mitbringen: Gitarre und Schreibwerkzeug, sowie zwei Euro für Material.

NEU!

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Karl Brandenstein
Mittwoch, 8.3.2023, 18 bis 21 Uhr
1 Termin, 11,80 Euro
Anmeldeschluss: 1.3.2023
Kurs-Nr.: G2080U1

● **Aufbaukurs Gitarre**

Dieser Kurs richtet sich an Gitarrenspieler*innen, die den Anfängerkurs besucht haben oder einen ähnlichen Stand besitzen. Einsteiger*innen sind willkommen. Der Kurs baut auf die Grundkenntnisse auf und vermittelt das Spielen der Gitarre als Solo- und Begleitinstrument. Es werden Stücke aus den Bereichen Pop, Rock, Folk und Klassik mit den passenden Spieltechniken erlernt. Bitte mitbringen: Konzert- oder Westerngitarre (keine E-Gitarre).

➔ **WWW**

Hardeggen, Weperschule

Weperstraße 3, Forum
Wolfgang Hoffmann
Mittwoch, 8.2.2023, 18 bis 19.30 Uhr (nicht am 15. und 22.3.2023 sowie in den Osterferien)
10 Termine, 59 Euro
Lehrbuch: Gitarre spielen - mein schönstes Hobby, Rolf Tönnes, Schott Verlag, ED 9475D, ISMN 979-0-001-20797-3, ISBN 978-3-7957-1783-4.
Kurs-Nr.: G2084H2



Kulturforum
Seesen e.V.

02.02.2023 Do. 20 Uhr, Aula	Christoph Sieber - Kabarett „Mensch bleiben“
18.02.2023 Sa. 20 Uhr, Aula	5. Seesener Lachnacht - „Ladies Special“ mit Ole Lehmann, Carmela de Feo, Dagmar Schönleber, Helene Mierscheid und Mia Pittroff
11.03.2023 Sa. 20 Uhr, Aula	Brass Band Berlin „Musik mit Witz, Charme & Frack“
20.04.2023 Do. 20 Uhr, Aula	Michael Hatzius „Die Echse“
12.05.2023 Fr. 20 Uhr, Aula	Andreas Rebers - Kabarett „rein geschäftlich“
06.06.2023 Di. 20 Uhr, Aula	Alfons - Kabarett - „Wo kommen wir her? Wo gehen wir hin? Und gibt es dort genug Parkplätze?“

Alle Veranstaltungen um 20:00 Uhr in der Aula im Schulzentrum Seesen

Vvk-Stellen: Seesen: Buchhandl. Isabella Beier, Jacobsonstr. 33, Seesener Beobachter, Lautenthaler Str. 3, Seesen, im Internet und bei allen Reservix-Vorverkaufsstellen.



www.kulturforum-seesen.de
www.facebook.com/kulturforum.seesen



● Gitarre für Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an alle Gitarrenspieler*innen, die bereits Kenntnisse haben und diese ausbauen möchten. Es werden Stücke aus Pop, Rock, Folk, Klassik und der Liedermacherszene eingeübt. Die dafür erforderlichen Anschlagstechniken, Zupfmuster und Fingerpickings werden gezeigt. Das Lagenspiel wird fortgesetzt und neue Griffe (Barré) werden eingeübt. Bitte mitbringen: Konzertgitarre (keine E-Gitarre), Notenständer (falls vorhanden), Fußbank.

➔ WWW

Hardeggen, Weperschule

Weperstraße 3, Forum

Wolfgang Hoffmann

Montag, 6.2.2023, 18 - 19.30 Uhr (nicht am 13.3, 20.3.2023 sowie in den Osterferien)

10 Termine, 59 Euro

Lehrbuch: Gitarre spielen - mein schönstes Hobby, Rolf Tönnies, Schott Verlag, Band 1,

ED 9475D,

ISMN 979-0-001-20797-3,

ISBN 978-3-7957-1783-4.

Kurs-Nr.: G2084H1

● Gitarre für Anfänger*innen

Es gibt viele Gelegenheiten, Lieder mit der Gitarre zu begleiten: bei Feiern, in Kita und Schule, am Lagerfeuer usw. Sie lernen in dem Kurs die Liedbegleitung auf der Gitarre mit einfachen deutschen und englischen Songs. Notenkenntnisse sind dafür nicht erforderlich. Auch wenn sie schon ein wenig Gitarre gespielt haben, kann es Freude bereiten, in der Gruppe neu zu starten. Bitte Gitarre und Schreibzeug mitbringen.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 16

Hans-Georg König

Mittwoch, 8.2.2023, 17 bis 18.15 Uhr

10 Termine, 50,15 Euro

Kurs-Nr.: G2084P2

● Liedbegleitung mit der Gitarre - Workshop

Sie können die Grundakkorde auf der Gitarre fließend wechseln, haben vielleicht auch schon gezupft und suchen neue Anregungen? Workshop heißt, dass die Teilnehmer*innen eigene Liedvorschläge mitbringen können, die wir versuchen uns - je nach Geschmack und Kenntnisstand - anzueignen. Die Freude am gemeinsamen Musizieren steht dabei im Vordergrund.

Bitte mitbringen: Gitarre, Kapodaster und Schreibzeug.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2

Haus I, Raum 344, 2. OG

-Eingang vom Hof-

Hans-Georg König

Donnerstag, 9.2.2023, 19 bis 20.15 Uhr

10 Termine, 50,15 Euro

Kurs-Nr.: G2084E1

● Gitarre für Anfänger*innen

Du wolltest schon immer die Gitarre bespielen, die im Wohnzimmer in der Ecke steht? Jetzt ist die Gelegenheit. Anhand von einfachen Liedern lernen wir eine Gitarrenbegleitung. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte mitbringen: eigene Gitarre, Schreibmaterial, Lieblingslieder und drei Euro Materialkosten.

Nörten-Hardenberg, KGS

(Außenstelle Nörten-Hardenberg),

An der Bunte 2

Sandra Schulze

Mittwoch, 15.2.2023, 19 bis 20.30 Uhr,

14-täglich

6 Termine, 35,40 Euro

Anmeldeschluss: 8.2.2023

Kurs-Nr.: G2084N1

● Zusammen Ukulele spielen

Dieser Kurs richtet sich an alle, die schon mal Ukulele gespielt haben. Grundkenntnisse sollten vorhanden sein. Leichte Griffe werden vorausgesetzt. Wir werden in diesem Kurs alte und neue Lieder zusammen singen und auf der Ukulele begleiten. Von Schlagern, Volksliedern und aktuellen Liedern ist alles im Programm. Gerne dürfen neue Lieder oder Lieblingslieder mitgebracht werden. Bitte mitbringen: eigene Ukulele und vorhandenes Notenmaterial.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 16

Sandra Schulze

Samstags, 18.2., 18.3., 15.4., 13.5., 10.6. und

1.7.2023, jeweils von 10 bis 11.30 Uhr

6 Termine, 35,40 Euro

Anmeldeschluss: 10.2.2023

Kurs-Nr.: G2084P1

Das Leben zum Klingen bringen –
mit Ihrer KVHS!



● Ukulele für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Dieser Kurs wendet sich an alle, die das Ukulelespiel von Grund auf erlernen wollen. Im Anfänger*innenkurs werden einfache Grundakkorde und Rhythmen vermittelt. So sind wir schnell in der Lage, einfache Lieder/Songs zu begleiten. Je nach Interesse der Teilnehmer*innen kann die Auswahl der Lieder gestaltet werden, z. B. Schlager, Rock, Pop, Volkslieder usw. Bitte mitbringen: Ukulele (wenn vorhanden) und Schreibzeug.

➔ WWW

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 11

Hans-Georg Gloger

Montag, 6.3.2023, 19 bis 20.30 Uhr

8 Termine, 47,20 Euro

Lehrbuch: Ukulele spielen - mein schönstes Hobby, ISBN-13 978-3-7957-2456-6

(Schott Music Verlag)

Kurs-Nr.: G2084U1

● **Gitarre oder Keyboard für Anfänger*innen**

Mit exakter Anleitung und angepasstem Lerntempo, je nach Vorkenntnissen, wird es jedem*jeder möglich, auf dem Keyboard oder der Gitarre Lieder zu spielen. Musikalische Vorerfahrung und Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Notenkenntnisse werden im Kurs vermittelt. Am ersten Abend werden die weiteren Termine besprochen und Sie werden ggf. beim Kauf eines Instruments beraten.

➔ **WWW**

Bad Gandersheim, Oberschule, Stettiner Str. 2, Gebäude rechts vom Haupteingang, Raum 1.1.11 im OG Anke Unglenk-Oltmanns
Donnerstag, 9.2.2023 18 bis 18.45 Uhr und neun weitere Termine und Uhrzeiten zu 90 Minuten nach Absprache
10 Termine, 56,05 Euro
Anmeldeschluss: 2.2.2023
Kurs-Nr.: G2084A1

Tastenteinstrumente: Keyboard, Klavier



● **Akkordeon für Anfänger*innen**

Mit exakter Anleitung und angepasstem Lerntempo, je nach Vorkenntnissen, wird es jedem*jeder möglich, auf dem Keyboard oder der Gitarre Lieder zu spielen. Musikalische Vorerfahrung und Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Notenkenntnisse werden im Kurs vermittelt. Am ersten Abend werden die weiteren Termine besprochen und Sie werden ggf. beim Kauf eines Instruments beraten.

➔ **WWW**

Bad Gandersheim,

Roswitha-Gymnasium, Bismarckstraße 17, Gebäude 3
Florian Unglenk
Dienstag, 14.2.2023, 18.30 bis 20 Uhr
10 Termine, 59 Euro
Anmeldeschluss: 7.2.2023
Kurs-Nr.: G2086A1

● **Gitarre oder Keyboard für Anfänger*innen**

Mit exakter Anleitung und angepasstem Lerntempo, je nach Vorkenntnissen, wird es... Lesen Sie weiter auf Seite 66

Bad Gandersheim, Oberschule, Stettiner Str. 2, Gebäude rechts vom Haupteingang, Raum 1.1.11 im OG Anke Unglenk-Oltmanns
Donnerstag, 9.2.2023 18 bis 18.45 Uhr und neun weitere Termine und Uhrzeiten zu 90 Minuten nach Absprache
10 Termine, 56,05 Euro
Anmeldeschluss: 2.2.2023
Kurs-Nr.: G2084A1

Hast Du Töne?

Die KVHS lädt ein zum Singen. Für unsere Seele treffen wir immer den richtigen Ton! Wissenschaftliche Studien haben ergeben, dass der Körper beim Singen schon nach einer halben Stunde Glücks- und Motivationshormone ausschüttet. Sie regen Körper und Geist gleichsam an und entspannen. Außerdem werden während des Singens Lungen und Rumpfmuskulatur gestärkt.

Mit unseren verschiedenen Gesangsangeboten folgen wir diesen positiven Nebeneffekten! Kommen Sie doch mal vorbei und probieren es aus. Wir sehen und hören uns beim Singen!

Bildnachweis

Rechtefrei/Agenturen – Seiten: 1, 6(4), 8, 17, 18, 19, 21, 22, 23, 27, 29 (2), 33, 35, 37, 38, 39, 41, 42, 43, 46, 48 (2), 52, 54, 65, 66, 67 (2), 68, 70, 76 (2), 77, 78, 79, 80, 81, 86 (5)

Eckhard Senger (KVHS): 3, 15, 26, 30 (2), 32, 36, 47, 48, 49 (3), 53, 56, 58 (2), 60 (2), 63 (2), 64, 82, 83, 85, 89 (2), 90, 91, 92

Otte/Hüddersen: 34 (3)

Mar Sydymanov: 31 (3)

Turano: 46 (2)

Tsai-Hsia Juan: 56

Landesgartenschau: 16

Dr. Herrmann Mahnke: 9

Landkreis Northeim: 3

Maxim Seehagen: 16





„Forschung zu kultureller Bildung ...“

... in ländlichen Räumen“ ist eine aktuelle Studie* von Kolleck, Büdel, Nolting (Herausgeber), die das untersucht, womit viele ihre freie Zeit gestalten: Musik machen, nähen, malen, bildhauen, fotografieren...

* Die Studie ist im Beltz Verlag als Buch erwerbbar oder kostenlos als Download erhältlich



Musik macht froh

Für die KVHS ist die Kulturelle Erwachsenenbildung ein wesentlicher Faktor zur Entwicklung biografischer Gestaltungskompetenz in der Breite der Bevölkerung indem wir in den Kursen und Veranstaltungen unter anderem:

- gestalterische Fähigkeiten und Kreativität fördern,
- für die verschiedenen Formen künstlerischen Ausdrucks sensibilisieren,
- und kulturelle und kommunikative Kompetenzen erweitern.

Für unsere Kurse haben wir in Northeim und Uslar geeignete Werkräume eingerichtet oder arbeiten z. B. mit der Stadtbücherei in Einbeck oder der PS.Lernwerkstatt zusammen. Denn dies ist ein Ergebnis der Studie: Vernetzung und Kontinuität sind Erfolgsfaktoren im ländlichen Raum.

Übrigens verleihen wir auch Stellwände, Podeste, Spinnräder, Staffeleien, Bühnenplattform für die Innennutzung für nicht-kommerzielle kulturelle Zwecke.

Impressionen über die vielfältigen Möglichkeiten sind auf YouTube bereitgestellt



<https://www.youtube.com/channel/UCuwLHiktDzDF3pnfieSQmFQ>



Etwas selbst gestalten

Kultur

Alexander der Große G2030P2K	Seite 51
Piet Mondrian G2030P1, -E1	Seite 51
Postkarten gestalten G2051E1	Seite 56
Blues-Harp-Workshop G2080P1	Seite 62

GESUNDHEIT

KVHS macht gesünder!

In unseren Bildungsangeboten lernen Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehört, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen und die eigene Kraft stärken können.

Die aktuelle Forschung weist auf den positiven Einfluss von Emotionsregulierung, Stressbewältigung, ausgewogener Ernährung und Bewegung auf die Gesundheit hin.



Kontakt:
Jessica Krause
für Entspannen und Bewegen
Tel: 05551 708 8220
jkrause@landkreis-northeim.de
Sarah Ohst
für Gesundheitswissen
Tel: 05551 708 8225
sohst@landkreis-northeim.de

Entspannung

Entspannungsmethoden



● **Waldbaden - Achtsamkeit in der Natur**

In Japan ist Shinrin Yoku (übersetzt: Waldbaden) bereits als präventivmedizinische Maßnahme anerkannt. Der Waldaufenthalt kann das Immunsystem stärken und den Blutdruck harmonisieren. Gezielte Übungen helfen den Wald mit allen Sinnen wahrzunehmen, um zu entschleunigen, zur Ruhe zu kommen und in Verbindung zu treten mit der Natur und sich selbst. Den Wald einmal anders erleben für neue Energie und Schaffenskraft.

➔ [WWW](http://www.kvhs-northeim.de)

Bad Gandersheim, Cluswald,
Treffpunkt: Parkplatz Clusturm
Ilka Brodtmann
Donnerstag, 23.3.2023, 17 bis 19.15 Uhr
1 Termin, 12 Euro
Anmeldeschluss: 16.3.2023
Kurs-Nr.: G3120A1

Bad Gandersheim, Cluswald, Treffpunkt: Parkplatz Clusturm
Ilka Brodtmann
Donnerstag, 13.4.2023, 17 bis 19.15 Uhr
1 Termin, 12 Euro
Anmeldeschluss: 6.4.2023
Kurs-Nr.: G3120A2

Northeim, Treffpunkt: Dorfgemeinschaftshaus Denkershausen,
Stadtbergstraße 13 a
Mona Hichert
Samstag, 15.4.2023, 10 bis 13 Uhr
Samstag, 24.6.2023, 10 bis 13 Uhr
2 Termine, 32 Euro
Anmeldeschluss: 7.4.2023
Kurs-Nr.: G3120P1

● **Entspannung, Techniken kennenlernen**

Entspannungstechniken können uns dabei helfen, Abstand von der alltäglichen Hektik zu gewinnen, z. B. durch Tiefenentspannung, Progressive Muskelentspannung oder auch autogenes Training, Meditation. Lernen Sie in diesem Kurs Stressbewältigungsstrategien kennen, mit denen Sie zur Ruhe und Ausgeglichenheit zurück finden können. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, Yogamatte, warme Socken.

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.OG
Multifunktionsraum
Andrea Plenge

Mittwoch, 1.3.2023, 18.30 bis 19.45 Uhr
10 Termine, 47,60 Euro
Anmeldeschluss: 22.2.2023
Kurs-Nr.: G3120E1

NEU!

● **Wieder in Kontakt kommen mit sich selbst**

Einfache Entspannungs- und Regenerationsübungen für den Alltag

Im herausfordernden Alltag können wir leicht den Kontakt mit uns selbst verlieren. Es werden verschiedene Übungen aus unterschiedlichen Traditionen vorgestellt und Sie können direkt deren wohltuende Wirkung erleben über sanfte Bewegungen, bewusstes Atmen sowie Ihre Vorstellungskraft zur Ruhe kommen. So können Sie sich Ihre passende Routine für zuhause selbst zusammen stellen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Ekta Tina Pabst
Donnerstag, 1.6.2023, 10 bis 13.30 Uhr
1 Termin, 47,60 Euro
Kurs-Nr.: G3120P2

Gesünder durchs Jahr –
mit Ihrer KVHS!

● **Bewegungs- und Entspannungsübungen in der Mittagspause**

Ein kleiner Mix aus verschiedenen Bewegungs- und Entspannungsübungen lädt Sie ein in sehr kurzer Zeit aus dem Kopf in den Körper zu kommen, um wieder energisiert und aufgeladener weitermachen zu können.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Sita Ringler

Dienstag, 7.2.2023, 12.15 bis 13.15 Uhr
6 Termine, 22,40 Euro
Anmeldeschluss: 1.2.2023
Kurs-Nr.: G3120P3

● **Online-Kurs: Yoga & Pilates**

Diese Kombination verbindet die Stärken beider Übungsmethoden, die einiges gemeinsam haben. Im ersten Teil der Einheit werden die Muskeln des gesamten Körpers sanft gekräftigt. Anschließend können Sie durch Dehnübungen und Entspannungsmethoden die Verspannungen lösen und Energie tanken. Sie benötigen eine Yoga-Matte, ein Handtuch oder

einen Yogagurt. Sie erhalten vor der Veranstaltung eine E-Mail mit einem Einladungslink.

➔ [WWW](#)

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Natalja Seel
Mittwoch, 8.2.2023, 19.15 bis 20.30 Uhr
7 Termine, 19,60 Euro
Anmeldeschluss: 7.2.2023
Kurs-Nr.: G3132X1

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Natalja Seel
Mittwoch, 19.4.2023, 19.15 bis 20.30 Uhr
8 Termine, 19,60 Euro
Anmeldeschluss: 18.4.2023
Kurs-Nr.: G3132X2

Yoga

Yoga - Kurse

● **Yoga**

Yoga ist ein altes, ganzheitliches und praktisches Übungssystem aus Indien. Ziel ist es, Körper, Geist und Seele zu harmonisieren und dadurch Gesundheit zu erlangen und zu erhalten. In den Yogakursen lernen Sie Asanas (Körperstellungen), Pranayama (Atemlenkung), Entspannung, positives Denken und Meditationsübungen. Yoga kann zu mehr Ausgeglichenheit, Ruhe und Bewusstheit, Energie, Vitalität, Kraft und Beweglichkeit führen.

➔ [WWW](#)

Bad Gandersheim, Barfüßerkloster 10,
Zentrum für Salutogenese
Maren Randriamanampisoa
Donnerstag, 16.2.2023, 20 bis 21.30 Uhr
12 Termine, 108 Euro
Kurs-Nr.: G3132A1

● **Hatha-Yoga**

Yoga ist ein altes, ganzheitliches und praktisches Übungssystem aus Indien. Ziel ist es, Körper, Geist und Seele zu harmonisieren und dadurch Gesundheit zu erlangen und zu erhalten. In den Yogakursen lernen Sie Asanas (Körperstellungen), Pranayama (Atemlenkung), Entspannung, positives Denken und Meditationsübungen. Yoga kann zu mehr Ausgeglichenheit, Ruhe und Bewusstheit, Energie, Vitalität, Kraft und Beweglichkeit führen.

➔ [WWW](#)



Zahnarztpraxis
Matthias Pollok

Kieferorthopädie · Implantologie

Teichstraße 5-7 · 37154 Northeim · Tel. 055 51-666 50 · info@praxis-pollok.de
... · Barrierefreier Zugang zur Praxis ...



viNATURis
Northeim

Öko-Kontrollstelle:
GfRS
Gesellschaft für
Ressourcenschutz mbH
DE-ÖKO-039 GfRS

Unverpacktes

Einkaufen wie früher - sparen Sie Verpackung und bringen Sie Ihre eigenen Gefäße mit. Für Kurzentschlossene haben wir plastikfreie Umverpackungen vorrätig.

& mehr

Wir führen ein großes Sortiment an Bio-Lebensmitteln einschließlich einer vielfältigen Käseauswahl und regionalen Backwaren.

Vinaturis Northeim GmbH · Markt 20 · 37154 Northeim
Tel. (0 55 51) 5 42 40 30 · info@vinaturis-northeim.de



Bodenfelde,

Heinrich-Roth-Gesamtschule (IGS), Forum
Christine Kasten
Dienstag, 7.2.2023, 17.30 bis 19 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Kurs-Nr.: G3132B1

Bodenfelde, Heinrich-Roth-Gesamtschule (IGS), Forum
Christine Kasten
Dienstag, 7.2.2023, 19.15 bis 20.45 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Kurs-Nr.: G3132B2

● **Yoga am Nachmittag**

Yoga ist ein altes, ganzheitliches und praktisches Übungssystem aus Indien. Ziel ist es, Körper, Geist und Seele zu harmonisieren und dadurch Gesundheit zu erlangen und zu erhalten. In den Yogakursen lernen Sie Asanas (Körperstellungen), Pranayama (Atemlenkung), Entspannung, positives Denken und Meditationsübungen. Yoga kann zu mehr

Ausgeglichenheit, Ruhe und Bewusstheit, Energie, Vitalität, Kraft und Beweglichkeit führen.

➔ **WWW**

Einbeck, Hullersen

Huldersonakademie, Dorfstraße 10
Wolf-Dieter Gebhardt
Dienstag, 7.2.2023, 16 bis 17.30 Uhr
12 Termine, 108 Euro
Kurs-Nr.: G3132E1

● **Yoga am Abend**

Yoga ist ein altes, ganzheitliches und praktisches Übungssystem aus Indien. Ziel ist es, Körper, Geist und Seele zu harmonisieren und dadurch Gesundheit zu erlangen und zu erhalten. In den Yogakursen lernen Sie Asanas (Körperstellungen), Pranayama (Atemlenkung), Entspannung, positives Denken und Meditationsübungen. Yoga kann zu mehr Ausgeglichenheit, Ruhe und Bewusstheit, Energie, Vitalität, Kraft und Beweglichkeit führen.

➔ **WWW**

Einbeck, Hullersen

Huldersonakademie, Dorfstraße 10
Wolf-Dieter Gebhardt
Dienstag, 7.2.2023, 17.45 bis 19.15 Uhr
12 Termine, 108 Euro
Kurs-Nr.: G3132E2

● **Hatha-Yoga**

Yoga ist ein altes, ganzheitliches und praktisches Übungssystem aus Indien. Ziel ist es, Körper, Geist und Seele zu harmonisieren und dadurch Gesundheit zu erlangen und zu erhalten. In den Yogakursen lernen Sie Asanas (Körperstellungen), Pranayama (Atemlenkung), Entspannung, positives Denken und Meditationsübungen. Yoga kann zu mehr Ausgeglichenheit, Ruhe und Bewusstheit, Energie, Vitalität, Kraft und Beweglichkeit führen.

➔ **WWW**

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Christine Kasten
Mittwoch, 8.2.2023, 17.30 bis 19 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Kurs-Nr.: G3132U1

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Christine Kasten
Donnerstag, 9.2.2023, 17.30 bis 19 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Kurs-Nr.: G3132U2

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Christine Kasten
Donnerstag, 9.2.2023, 19.15 bis 20.45 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Kurs-Nr.: G3132U3



**SCHWIMMEN
& RELAXEN.**

... zum Wohlfühlen!

50 m Schwimmbecken | Saunalandschaft
Wasserspielgarten für Kinder

**HALLENBAD
NORTHEIM**

Arentsschildtstraße 2 | 37154 Northeim | Telefon: (0 55 51) 60 05 - 680 | www.hallenbad-northeim.de

SWN Stadtwerke
Northeim

Yoga Spezial

● **Kum Nye Yoga: Entspannung und Heilung, Energie und Lebendigkeit**

Die alte tibetische Heilkunst, die der Lehrer Tarthang Tulku für Menschen im Westen in neuer Form zugänglich gemacht hat, ist eine sanfte Methode der Selbstheilung. Wir werden uns in diesem Kurs mit Hilfe von langsam und bewusst ausgeführten Bewegungen in tiefe Entspannung begeben. Außerdem lernen wir Atemübungen und Selbstmassagen kennen und singen Mantras. Bitte mitbringen: Yoga- oder Isomatte, Meditationskissen, Decke, bequeme Kleidung.

Bad Gandersheim, Barfüßerkloster 10, Zentrum für Salutogenese
Britta Hauenschild



Romano Rollladen
jager
GmbH

Markisen
Rollläden
Fenster
Haustüren
Balkontüren

Einbau · Reparatur · Motoren
NOM Am Uhlenkamp 1 05551-3542

Mittwoch, 15.2.2023, 19.30 bis 21 Uhr
10 Termine, 90 Euro
Kurs-Nr.: G3132A2

● **Hatha Yoga**

Yoga bietet eine Vielfalt an Möglichkeiten, die Gesundheit und das Lebensgefühl zu aktivieren und zu verbessern. Es kommt der Suche der Menschen nach einem Ausgleich in einem von Hektik, Stress und Reizüberflutung geprägten Alltag entgegen. Neben den körperlichen Aspekten der Yogapraxis wie Verbesserung von Muskelkraft, Durchblutung, Gleichgewicht und Flexibilität wirkt Yoga auf das mentale und emotionale Erleben.

➔ WWW

Dassel, Sporthalle der Harz-Weser-Werke gGmbH, Maschweg 17
Kathrin Worm
Montag, 13.2.2023, 18 bis 19 Uhr
8 Termine, 49,50 Euro
Anmeldeschluss: 6.2.2023
Kurs-Nr.: G3132D1

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Mona Hichert
Mittwoch, 8.2.2023, 18.30 bis 20 Uhr
7 Termine, 39,20 Euro
Anmeldeschluss: 2.2.2023
Kurs-Nr.: G3132P1

● **Yoga für einen entspannten Rücken**

Viele Menschen verbringen einen großen Teil ihres (Arbeits-)Tages im Sitzen, was häufig dem Rücken, Schultern und

Nacken gar nicht gut tut. Besonders die sanften Übungen aus dem Rückenyoga können dabei helfen, der Muskulatur wieder einen Ausgleich zu verschaffen. In meinen Yogastunden können auch weniger Bewegliche von den speziellen Dehnübungen und Bewegungen profitieren: Verspannungen und Schmerzen können rasch gemildert werden.

➔ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Susanne Fricke
Dienstag, 7.2.2023, 19.30 bis 21 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Anmeldeschluss: 2.2.2023
Kurs-Nr.: G3132P2

● **Marma-Yoga®**

Antistress und Aktivierung
Marma-Yoga® ist eine wissenschaftliche Weiterentwicklung der Asanas (Körperübungen) und Pranayamas (Atemübungen) im Hatha-Yoga. Mit diesem Gesundheitstraining üben Sie gezielt und nachhaltig, Ihre Selbstregulation auch in belastenden Situationen wiederzugewinnen und zu erhalten. Die Wahrnehmung der eigenen Grenzen wird verbessert und mit Handlungen gekoppelt, die Stress verringern sollen.

➔ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Matthias Dommnich
Donnerstag, 16.2.2023, 18.45 bis 20.15 Uhr
10 Termine, 56 Euro
Kurs-Nr.: G3132P3

● **Yoga für Eltern und Kinder**

Workshop
Sich mal gemeinsam mit den Kindern eine kleine Auszeit nehmen, sich auf Bewegung und Entspannung einlassen und Freude an der eigenen Beweglichkeit haben - das alles bietet mein Workshop. Neben fantasievollen Yoga-Spielen gibt es Zeit für das Hineinspüren in den Körper und den Atem. Vorerfahrungen mit Yoga sind nicht notwendig. Die sanften Yoga-Haltungen sind auf ein gemeinsames Erleben von Erwachsenen und Kindern ausgerichtet.

➔ WWW

Gesund in Northeim

Helios Albert-Schweitzer-Klinik Northeim
Albert-Schweitzer-Weg 1, 37154 Northeim
T (05551) 97-0, F (05551) 97-12 99
information.northeim@helios-gesundheit.de

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Susanne Fricke
Samstag, 4.3.2023, 10 bis 13 Uhr
1 Termin, 19,20 Euro - Die Kursgebühr gilt
pro Person. Bitte melden Sie jeden
Erwachsenen und jedes Kind einzeln an.
Anmeldeschluss: 24.2.2023
Kurs-Nr.: G3132P4K

● **Yoga - sanft und effektiv**

Dieser Kurs ist gut für Menschen geeig-
net, die Yoga sanft üben und dabei Be-
weglichkeit und Kraft entwickeln wollen.
In diesem Kurs wird viel Wert auf die be-
wusste Verbindung der Bewegung mit
der Atmung gelegt. Das verbessert die
Koordination, Konzentration und Wahr-
nehmung des Körpers und trägt dazu bei,
Ausgeglichenheit und Zufriedenheit zu

entwickeln. Bitte eine Decke und warme
Socken mitbringen. Dieser Kurs ist nicht
für Anfänger*innen geeignet.

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Barbara Guichard
Donnerstag, 16.2.2023, 10 bis 11.30 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Kurs-Nr.: G3133P1

● **Mit Yoga
zu mehr Beweglichkeit**

Die Bewegung der Wirbelsäule, der Hüfte
und der Knie bereitet mit zunehmendem
Alter häufig Probleme und verursacht
Schmerzen. Aus dem Yoga erlernen die
Teilnehmer*innen Übungen, um vorhan-
dene Beschwerden zu lindern oder ihnen
vorzubeugen. Es werden sowohl Übungen

für die Gelenke und zur Kräftigung der
wichtigsten Muskelgruppen als auch
Kraftübungen für Arme und Beine gelehrt.

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Barbara Guichard
Mittwoch, 15.2.2023, 10.45 bis 12.15 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Kurs-Nr.: G3133P4

● **Online-Kurs: Faszienyoga**

Diese entspannende Einheit bringt
Leichtigkeit in deinen Körper. Erlerne
verschiedene Massagetechniken mit
unterschiedlichen Fasziengeräten. Die
Stunde besteht aus drei Phasen. In der
ersten Phase werden wir die Gelenke
mobilisieren und die Muskeln mit ver-
schiedenen Dehnübungen lockern. In der
zweiten Phase massieren wir mit Faszi-
ellen und Fasziennolle den gesamten
Körper. Am Ende kommt eine tiefe
Entspannung.

➔ **WWW**

Online-Kurs, Zoom-Meeting
Natalja Seel
Dienstag, 7.2.2023, 20 bis 21 Uhr
9 Termine, 25,20 Euro
Anmeldeschluss: 6.2.2023
Kurs-Nr.: G3134X1

Online-Kurs, Zoom-Meeting
Natalja Seel
Dienstag, 18.4.2023, 20 bis 21 Uhr
10 Termine, 28 Euro
Anmeldeschluss: 17.4.2023
Kurs-Nr.: G3134X2



Ausgewählte Pflegeprodukte
und mehr ...
Besuchen Sie uns im Internet:
shop-apotheke-northeim.de



Inh.: Katrin Kanne
Hillerser Straße 11
37154 Northeim
Tel (05551) 90 82 00

Wir sind für Sie da:
Mo - Sa: 8.30 - 20 Uhr

www.apotheke-northeim.de



Bären-Apotheke
Inhaber: Peter von Werder

Wir sind
für Sie da!

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag - Freitag	8.00 - 18.30
Samstag	8.00 - 13.00

Eichstätte 10-12
37154 Northeim

Telefon: 05551 - 35 02
Fax: 05551 - 91 12 56

www.baeren-apotheke-northeim.de • baeren-apotheke-northeim@t-online.de

Yoga für ...

● **Yoga für Frühaufsteher*innen**

Mit Yoga den Tag beginnen
Der Kurs richtet sich an all diejenigen, die
mit Yoga schon in Kontakt gekommen
sind. Es werden einfache als auch
anspruchsvollere Körperstellungen
(Asanas) und Atemübungen (Pranayama)
vermittelt. Teilnehmer*innen werden an-
geleitet, ihren Körper wahrzunehmen und
seine Grenzen, aber auch seine Fähigkei-
ten zu erkennen. Auch Dehn-, Kraft- und
Gleichgewichtsübungen werden berück-
sichtigt. Am Ende der Stunde kommt eine
Entspannungsphase.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Barbara Guichard
Mittwoch, 15.2.2023, 9 bis 10.30 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Kurs-Nr.: G3133P2

● **Yoga am Nachmittag - ein Schnupperkurs am Mittag**

Dieser Kurs ist für die gedacht, die nicht viel Zeit haben, Yoga gerne ausprobieren oder auffrischen wollen. In einer einstündigen Yogaeinheit wird außer Asanas (Yogastellungen) und Pranayama (Atemübungen) Wert darauf gelegt, die Muskelstärke mit verschiedenen Kraftübungen zu entwickeln. Kraft braucht man, um das eigene natürliche Immunsystem zu stärken. Auch Gleichgewichtsübungen dürfen hier nicht fehlen.

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Barbara Guichard

Donnerstag, 16.2.2023, 12 bis 13 Uhr
8 Termine, 30,80 Euro
Kurs-Nr.: G3133P3

Qigong & Taijil Quan

Qigong

● **Sommerliches Qigong-Gehen**

Die LebensRaumRoute um den Laken-
teich mit Wald-Moor und Gewässern wird
mit gehenden Qigong-Übungen ergangen:
Bewusstes konzentriertes Gehen, das
Atmung und der Verbindung mit der Erde
besondere Achtsamkeit schenkt. In einer
stillen Qigong-Übung verbinden wir uns
mit der Energie, Ruhe und Kraft der
Bäume.

Dassel, Lakenstraße,
Treffpunkt Parkplatz Lakenteich
Jutta Elisa Kägeler
Samstag, 17.6.2023, 10 bis 13.45 Uhr
1 Termin, 15 Euro
Anmeldeschluss: 9.6.2023
Kurs-Nr.: G3151D1

● **Frühjahrs-Kur mit Qigong**

Im Frühjahr wird gemäß der traditionellen
chinesischen Medizin (TCM) das Qi unser-
er Reinigungsorgane Niere/Blase und
Leber/Gallenblase durch Aktivierung ihrer
Meridiane und Energiepunkte genährt
und Entgiftung des Körpers angeregt.
Durch reinigend wirkende Heilpflanzen,
Qigong-Übungen/-Massagen/Akupressur
und Ernährungsempfehlungen zur Ent-
schlackung können Sie sich von Ballast
befreien.

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.OG
Multifunktionsraum
Jutta Elisa Kägeler
Samstag, 18.3.2023, 10 bis 14.30 Uhr
1 Termin, 18 Euro
Anmeldeschluss: 1.3.2023
Kurs-Nr.: G3151E1

● **Qigong am Vormittag**

Qi Gong bedeutet Übungen zur Pflege der
Lebenskräfte. Die Übungen gehen auf die
über 2000 Jahre alte Übungstradition der
Chinesischen Medizin zurück. Qi Gong
wirkt positiv auf unseren gesamten Kör-
per, auf Muskeln, Faszien und Gelenke
ebenso wie auf die Funktionen der inne-
ren Organe. Es harmonisiert und balan-
ciert unser Herz-Kreislauf-System, die
Atmung und das Nervensystem. Wir üben
bei gutem Wetter draußen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Christine Solf
Dienstag, 18.4.2023, 10.15 bis 11.15 Uhr
15 Termine, 56 Euro
Kurs-Nr.: G3151P1



**NOLTE
BESTATTUNGEN**

Amtsgänge, Telefonate
und Formalitäten.
Für Ihre Entlastung
sorgen wir gerne.

Tel.: 0 55 51/99 35-0
www.nolte-bestattung.de
Hagenstr. 5 · 37154 Northeim

Die Johanniter in Northeim – wir sind immer für Sie da!

**Sicherheit auf Knopfdruck.
Der Johanniter-Hausnotruf.**
... und Sie wissen: Im Notfall
ist Hilfe nur einen Knopfdruck
entfernt.

**Heiß geliebt.
Der Johanniter-Menüservice.**
Zuhause essen ohne Einkaufen und
Zubereiten: Wir liefern 250 Menüs
ins Haus, mit viel Liebe zubereitet.

Weitere Informationen unter:
Tel. 0800 0019214 (gebührenfrei), johanniter.de/northeim



JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Christine Solf
Dienstag, 18.4.2023, 11.30 bis 12.30 Uhr
15 Termine, 56 Euro
Kurs-Nr.: G3151P2

● **Qigong**
am Vormittag

Qigong sind heilsame Übungen der traditionellen chinesischen Medizin (TCM), die Körper, Seele und Geist gleichermaßen ansprechen. Die langsamen und fließenden Bewegungen stärken eigene Energie- und Körperwahrnehmung, helfen Blockaden und Anspannung loszulassen, fördern Beweglichkeit und Elastizität. Es werden einfache wirkungsvolle Bewegungen gelernt, die gut zuhause geübt werden können. Bitte mitbringen: Bequeme als auch warme Kleidung.

➔ **WWW**

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Jutta Elisa Kägeler
Montag, 20.2.2023, 10-11.30 Uhr (Der Kurs findet auch in den Osterferien statt.)
9 Termine, 50,40 Euro
Kurs-Nr.: G3151U1

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Jutta Elisa Kägeler
Montag, 8.5.2023, 10 bis 11.30 Uhr
7 Termine, 39,20 Euro
Kurs-Nr.: G3151U3

● **Qigong am späten Nachmittag**

Qigong sind heilsame Übungen der traditionellen chinesischen Medizin (TCM), die Körper, Seele und Geist gleichermaßen ansprechen. Die langsamen und fließenden Bewegungen stärken eigene Energie- und Körperwahrnehmung, helfen Blockaden und Anspannung loszulassen, fördern Beweglichkeit und Elastizität. Es werden einfache wirkungsvolle Bewegungen gelernt, die gut zuhause geübt werden können. Bitte mitbringen: Bequeme als auch warme Kleidung.

➔ **WWW**

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Jutta Elisa Kägeler
Montag, 20.2.2023, 17-18.30 Uhr (Der Kurs findet auch in den Osterferien statt.)
9 Termine, 50,40 Euro
Kurs-Nr.: G3151U2

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Jutta Elisa Kägeler
Montag, 8.5.2023, 17 bis 18.30 Uhr
7 Termine, 39,20 Euro
Kurs-Nr.: G3151U4

Taiji Quan

● **Taiji Quan und Liu He Ba Fa für Fortgeschrittene**

In diesem Kurs üben und vertiefen wir die bereits erlernten Bewegungsfolgen des Taiji Quan (24er Peking Form, stilübergreifende 48er Handform, 42er Fächer-Form/

Yangstil und eine Form des Liu He Ba Fa. Wir üben bei gutem Wetter immer draußen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Christine Solf
Montag, 17.4.2023, 18 bis 19.30 Uhr
16 Termine, 89,60 Euro
Kurs-Nr.: G3152P1

Bewegung & Körpererfahrung

Körpererfahrung

● **Sich selbst helfen mit Jin Shin Jyutsu I**

Wir lernen die ersten Schritte dieser jahrtausendealten Selbsthilfekunst kennen, die uns Mary Burmeister verständlich und gut anwendbar übermittelt hat. Durch das sanfte Auflegen unserer Hände über der Kleidung an bestimmte Körperstellen helfen wir uns Alltagsstress abzubauen. Wir sorgen aktiv für unsere innere Ausgeglichenheit und Wohlbefinden. Bitte mitbringen bequeme Kleidung, warme Socken, kleines Kissen, Schreibzeug, Buntstifte, Pausengetränk.

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Brigitte Conradi

myvoba.com

Neues aus Ihrer
Volksbank eG finden
Sie unter www.myvoba.com.
Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Volksbank eG
in Einbeck 

...mehr Werte für Menschen

Samstag, 6.5.2023, 13 bis 16.15 Uhr
 Sonntag, 7.5.2023, 13 bis 16.15 Uhr
 2 Termine, 22,40 Euro
 Anmeldeschluss: 28.4.2023
Kurs-Nr.: G3152P3

● **Sich selbst helfen mit Jin Shin Jyutsu II**

Jin Shin Jyutsu ist ein jahrtausendealtes Wissen, das nun neu erforscht wurde. Mary Burmeister hat diese Kunst Ende in den Westen gebracht und für uns „übersetzt“. Selbsthilfe mit Jin Shin Jyutsu ist das sanfte Auflegen der eigenen Hände über der Kleidung an bestimmten Körperstellen. Im Alltag angewandt unterstützen Sie aktiv die Aufrechterhaltung Ihrer Gesundheit, wirken Stress entgegen und stärken Ihr Immunsystem. Bitte mitbringen bequeme Kleidung, warme Socken, kleines Kissen, Schreibzeug, Buntstifte und ein Pausengetränk.

➔ **WWW**

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum U 18
 Eingang Rückseite des Gebäudes
 Brigitte Conradi

Samstag, 10.6.2023, 13 bis 16.15 Uhr
 Sonntag, 11.6.2023, 13 bis 16.15 Uhr
 2 Termine, 22,40 Euro
 Anmeldeschluss: 2.6.2023
Kurs-Nr.: G3152P2

Sportliche Bewegung

● **Tabata**

Es handelt sich um ein hochintensives Intervalltraining, dessen Grundlage die Kombination aus Kraft- und Ausdauertraining bildet. Diese Trainingsmethode verringert Körperfett und verbessert die allgemeine Ausdauer. Tabata besteht aus mehreren Intervallen. Es gibt einen ständigen Wechsel zwischen 20 Sekunden Belastungszeit und einer zehnhundertjährigen Regeneration. Für die Ausführung wird eine Gymnastikmatte und ausreichend zu trinken benötigt.

Einbeck, Drüber, KVHS,
 An der Schule 2, 1.OG
 Multifunktionsraum
 Dorina Münnig

Montag, 27.2.2023, 19 bis 20 Uhr
 10 Termine, 39,20 Euro
 (keine Ermäßigung möglich)
 Anmeldeschluss: 20.2.2023
Kurs-Nr.: G3048E1K

Tanzen bildet!

Egal ob Paartanz, Fitness-Tanz, allein oder in der Gruppe – Tanzen bildet! Durch das Einüben und Merken der Schrittfolgen wird Ihre Konzentrationsfähigkeit geschult. Die Bewegungsabläufe der Tänze fördert Ihre Koordination, Mobilität und Körperwahrnehmung. Haben Sie Lust es auszuprobieren? Dann sind Sie bei der KVHS richtig!



RÄUMLICHKEITEN
 Jeder Therapeut nutzt ein eigenes Behandlungszimmer. Zusätzlich steht eine ca. 70qm große Trainingshalle eingerichtet mit Laufband, Stepper, zwei Fahrradergometern, diversen Seilzugapparaten, Beinpresse, Hanteln etc. zur Verfügung.

LEISTUNGSSPEKTRUM

- ▶ Allgemeine Krankengymnastik
- ▶ Manuelle Therapie
- ▶ Massage, Fangopackung
- ▶ und vieles mehr

ÖFFNUNGSZEITEN
 Mo. bis Do. 07:30–19:00 Uhr
 Fr. 07:30–13:30 Uhr

☎ 0 55 61/940-220
 physio@einbecker-buergerspital.de

EBS-PHYSIOTEAM
 Mit der medizinischen Kompetenz des Einbecker BürgerSpital

Entspannende Massagen oder Krankengymnastik. Nutzen Sie unser umfangreiches Physio-Angebot auch ambulant!



EBS
 Einbecker BürgerSpital

Einbecker BürgerSpital GmbH | Andershäuser Str. 8
 37574 Einbeck | Telefon: (05561) 940-0
 www.einbecker-buergerspital.de/physiotherapie

Badespaß und Fitness pur im Freibad Einbeck



Fit wie ein Fisch im Wasser?

Schwimmen ist gesund, macht Spaß, hebt die Laune und formt den Körper. Es ist eine ideale Kombination aus Ausdauer, Muskelaufbau und Fettverbrennung.

» Infos zu Öffnungszeiten, Kursen und Preisen:
www.baeder.stadtwerke-einbeck.de



Stadtwerke Einbeck



Tanzen

● **Fitness-Tanz**

Der Fitness-Tanz in diesem Kurs ist ein lebendiges, lebensfrohes Workout für das Herz-Kreislauf-System. Es führt uns durch unseren Körper. Entdecke eine allumfassende Bewegungserfahrung, lausche der Musik vom Herzen aus und spüre die Flexibilität des eigenen Körpers. Die Intensität der Bewegungen bestimmen die Teilnehmenden selbst. Der Kurs ist deshalb für jede Altersgruppe geeignet. Bitte bequeme Sportkleidung mitbringen. Es wird barfuß getanzt.

⇒ WWW

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.OG
Multifunktionsraum
Heidrun Frohme
Montag, 6.2.2023, 9.30 bis 11 Uhr
6 Termine, 38,40 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 1.2.2023
Kurs-Nr.: G3221E1K

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.OG
Multifunktionsraum
Heidrun Frohme
Mittwoch, 8.2.2023, 16.30 bis 18 Uhr
6 Termine, 38,40 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 1.2.2023
Kurs-Nr.: G3221E2K

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.OG
Multifunktionsraum
Heidrun Frohme

Donnerstag, 9.2.2023, 16.30 bis 18 Uhr
6 Termine, 38,40 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 1.2.2023
Kurs-Nr.: G3221E3K

● **Orientalischer Bauchtanz**

Bitte eine Decke für die anschließende Entspannung, bequeme Kleidung, Rock oder Gymnastikhose, ein Tuch für die Hüften und wenn vorhanden, einen Schleier mitbringen.

Nörten-Hardenberg, OT Angerstein
Ev. Gemeindehaus, Kirchstraße 7
Beate Lau
Freitag, 10.3.2023, 17 bis 19.15 Uhr
1 Termin, 13,50 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 2.3.2023
Kurs-Nr.: G3221N1K

● **Orientalischer Tanz im Wasser und zu Land**

Wochenendkurs für Frauen
Wir lernen den orientalischen Tanz an Land und im Wasser mit Schleier und Kerzen kennen und genießen Körper- und Entspannungsübungen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte mitbringen: Badeanzug, Handtücher, Tuch für die Hüfte, bequeme Kleidung, wenn vorhanden einen Schleier. Bei gesundheitlichen Einschränkungen, wie z. B. Bluthochdruck, neurologischen oder inneren Krankheiten sowie Herzbeschwerden sprechen Sie bitte mit Ihrem Arzt.

⇒ WWW

Göttingen, Hotel Rennschuh,
Kasseler Landstraße 93
Beate Lau
Samstag, 10.6.2023, 15 bis 21 Uhr
Sonntag, 11.6.2023, 8 bis 15 Uhr
2 Termine, 204 Euro, keine Ermäßigung möglich, inkl. 1 Übernachtung/EZ, Kaffee und Kuchen, Abendessen, Frühstück und kleinem Mittagsimbiss am Sonntag. Die An- und Abreise sind keine Leistungen der KVHS.
Anmeldeschluss: 10.5.2023
Kurs-Nr.: G3221W1K

Gymnastik & Fitness



● **Fit mit Antje**

Allgemeine Gymnastik: Kreislauftraining, Kräftigung und Lockerung der Muskeln und Gelenke. Es wird im Stand und am Boden teilweise mit kleinen Geräten gearbeitet. Der Kurs trägt zur allgemeinen Fitness bei. Bitte Sportbekleidung, Isomatte o.ä. mitbringen.

Einbeck, Grundschule am Teichenweg,
Teichenweg 26 - 28, Gymnastikraum
Antje Leypoldt
Donnerstag, 9.2.2023, 18 bis 19.30 Uhr
17 Termine, 95,20 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 2.2.2023
Kurs-Nr.: G3231E1K

● **Hula-Hoop-Fitness und Hoop-Dance-Kurs**

Sie können Ihren Hula-Hoop-Reifen schon gut oben behalten und sind auf der Suche nach neuen Ideen? In diesem Kurs geht es um Finessen mit dem Reifen, kleine Tricks und Kunststücke, sprich ums Hoop-Dance! Wir schulen Gleichgewicht, Koordination, Denkvermögen, aber auch Fitness und Muskelaufbau kommen nicht zu kurz. Bitte mitbringen: Sportschuhe, Trinken, Hula-Hoop-Reifen wenn vorhanden und ganz viel Spaß am Hula-Hoop!

⇒ WWW

Katlenburg-Lindau,

Dorfgemeinschaftshaus, Suteroder Str. 9
Isabell Hartmann

Donnerstag, 9.2.2023, 19 bis 19.45 Uhr

5 Termine, 15 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 3.2.2023

Kurs-Nr.: G3231J1K



● **Hula-Hoop-Fitnesskurs**

Sie möchten mit Ihrem Hula-Hoop-Reifen noch mehr erlernen? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie. Der Hula-Hoop ist ein absolutes Multitalent. Er stärkt nicht nur die Rumpfmuskulatur, sondern trainiert Ihren Bauch, Taille, den Beckenboden und das Herz-Kreislaufsystem. Körperwahrnehmung, Koordination und Gleichgewichtssinn werden gestärkt. Bitte Sportschuhe, enge Sportkleidung, gern eigenen Reifen und ein Pausengetränk mitbringen.

⇒ **WWW**

Northeim, Gymnasium Corvinianum,
kleine Turnhalle - Spiegelsaal, unterer
Schulhof, Wieterstr. 4-6

Isabell Hartmann

Dienstag, 11.4.2023, 19 bis 19.45 Uhr

5 Termine, 15 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 4.4.2023

Kurs-Nr.: G3231P1K

● **Hula-Hoop-Fitness
und Hoop-Dance-Kurs**

Sie können Ihren Hula-Hoop-Reifen schon gut oben behalten und sind auf der Suche nach neuen Herausforderungen?

Sie möchten kleine Tricks und Kunststücke aus dem Hoop-Dance Bereich erlernen? Sich mit Ihrem Reifen mehr bewegen, vielleicht sogar walken oder joggen gehen? Dann ist dieser Kurs genau richtig! Gleichgewicht und Koordination, Fitness und Muskelaufbau werden geschult. Bitte Sportschuhe, enge Sportkleidung, gern eigenen Reifen und ein Pausengetränk mitbringen.

⇒ **WWW**

Northeim, Gymnasium Corvinianum,
kleine Turnhalle - Spiegelsaal,
unterer Schulhof, Wieterstraße 4-6

Isabell Hartmann

Donnerstag, 13.4.2023, 19 bis 19.45 Uhr

5 Termine, 15 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 6.4.2023

Kurs-Nr.: G3231P2K

● **Rücken- und
Beckenbodentraining**

Kraftvolle Mitte und gesunder Rücken

Mit wachsendem Trainingserfolg können Sie Ihre Haltung verbessern und Beschwerden im Rücken-, Nacken- und Schulterbereich lösen. Wir trainieren in diesem Kurs Übungen von Callen Pickney und Benita Cantieni. Ergänzende Übungen aus dem Shiatsu, Yoga und Kundalini Yoga kräftigen und dehnen die Energieleitbahnen, die für Menschen jeden Alters geeignet sind. Sie stärken die Rücken-, Bauch-, Beckenbodenmuskulatur. Bitte bequeme Kleidung tragen, Matte und Decke mitbringen.

⇒ **WWW**

Nörten-Hardenberg, OT Angerstein

Ev. Gemeindehaus, Kirchstraße 7

Elke Kusum Hanstein

Mittwoch, 8.2.2023, 18.15 bis 19.45 Uhr

10 Termine, 90 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 1.2.2023

Kurs-Nr.: G3252N1K

● **Online-Kurs: Rücken Fit**

Diese Stunde besteht aus einigen Bausteinen. Kräftigung der Rückenmuskulatur, Lockerung der Verspannungen durch dehnen und massieren mit Hilfsmitteln und Entspannung. Sie benötigen eine Yoga-Matte, Tennisball, Faszienrolle und ein Handtuch. Sie bekommen vor der Veranstaltung eine E-Mail mit einem






Herzlich willkommen bei Radiologie Northeim!

- Computertomographie (CT)
- Röntgen
- Mammographie
- Ultraschalldiagnostik
- Facettengelenksinfiltration
- Periradikuläre Therapie (PRT)
- Magnetresonanztomographie (MRT)



**Radiologie Northeim • Dr. med. Wolf-Henning Dörner
Albert-Schweitzer-Weg 9 • 37154 Northeim
Tel. 0 55 51 - 40 64 80 • www.radiologie-northeim.de**

Einladungslink geschickt. Bitte geben Sie dafür bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an.

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Natalja Seel

Dienstag, 7.2.2023, 19 bis 19.45 Uhr

9 Termine, 25,20 Euro

Anmeldeschluss: 6.2.2023

Kurs-Nr.: G3252X1

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Natalja Seel

Dienstag, 18.4.2023, 19 bis 19.45 Uhr

10 Termine, 28 Euro

Anmeldeschluss: 17.4.2023

Kurs-Nr.: G3252X2

● **Fitnessgymnastik zur Stärkung von Herz und Kreislauf**

In diesem Kurs wird der ganze Körper unter dem Aspekt der Gesunderhaltung trainiert. Mit ausgleichenden Übungen soll die Beweglichkeit der Gelenke und der Muskulatur erhalten und gefördert werden. Besonderes Augenmerk wird hierbei auf die Fitness für Herz und Kreislauf gelegt. Durch Entspannungs- und Atemübungen werden stressbedingte Verspannungen abgebaut. Ein Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich. Kontakt über die Kursleiterin: Telefon 05561/2370.

Bad Gandersheim, Grundschule

RoswithasträÙe 16, Turnhalle

Eingang vom rüÙkseitigen Hof

Renate Tersch

Montag, 27.2.2023, 15.30 bis 16.30 Uhr

15 Termine, 56 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Kurs-Nr.: G3253A1K

● **Fitnessgymnastik für Herz und Kreislauf**

Regelmäßige körperliche Bewegung kann erwiesenermaßen das Risiko verringern, an einem Herzinfarkt oder einem Schlaganfall zu erkranken. Der Kurs richtet sich an Menschen, die Erkrankungen am Herzen oder Bluthochdruck durch sportliche Aktivität vorbeugen möchten. Das sportliche Training umfasst Gymnastik, Ausdauertraining und Spiele.

Northeim, Gymnasium Corvinianum,

Turnhalle I, Wieterstr. 4-6

Andreas Oppermann

Mittwoch, 8.2.2023, 18 bis 19 Uhr

20 Termine, 75,60 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Kurs-Nr.: G3253P1K

Pilates

NEU!

● **Schnupperkurs Pilates**

Pilates ist ein sanftes Ganzkörpertraining. Es steigert die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit. Lernen Sie in diesem Kurs Ihr „Powerhouse“ kennen, das aus dem Beckenboden, tiefliegende Rückenmuskeln und Bauchmuskeln besteht. Die feste Mitte ist der Grundstein für jede Übungsfolge. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und eine Matte.

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12

Helena Herbold

Dienstag, 7.2.2023, 16.45 bis 18.15 Uhr

4 Termine, 22,40 Euro

Anmeldeschluss: 31.1.2023

Kurs-Nr.: G3113U1

● **Pilates für Anfänger*innen**

Pilates ist ein Training zur Kräftigung der tiefliegenden Muskulatur. Bei dem Training arbeiten wir mit unserer Körperspannung und trainieren dabei vor allem unsere Rumpfmuskulatur, also Bauch und Rücken (Beckenboden). Die Übungen sind sanft, aber effektiv! Der Körper wird mit langsamen, kontrollierten Bewegungen bis in die tiefste Muskulatur gestärkt. Außerdem wird durch die Konzentration auf Übungen ein entspannter Effekt erzielt.

➔ WWW

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12

Helena Herbold

Dienstag, 18.4.2023, 16.45 bis 18.15 Uhr

8 Termine, 44,80 Euro

Anmeldeschluss: 11.4.2023

Kurs-Nr.: G3113U2

● **Online-Kurs: Pilates**

Pilates ist ein Ganzkörpertraining, bei dem die Atmung und Bewegung in Einklang gebracht werden. Durch die Anspannung der tiefen Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur wird der Rumpf stabilisiert und das "Powerhouse" aktiviert. Außerdem wird durch das Trainieren von funktionellen Bewegungsabläufen die Beweglichkeit gefördert. Sie benötigen eine Yoga-Matte und bekommen vor der Veranstaltung einen Link zugeschickt.

➔ WWW



Online-Kurs, Zoom-Meeting
 Natalja Seel
 Mittwoch, 8.2.2023, 18 bis 19 Uhr
 7 Termine, 19,60 Euro
 Anmeldeschluss: 7.2.2023
Kurs-Nr.: G3113X1

Online-Kurs, Zoom-Meeting
 Natalja Seel
 Mittwoch, 19.4.2023, 18 bis 19 Uhr
 10 Termine, 28 Euro
 Anmeldeschluss: 18.4.2023
Kurs-Nr.: G3113X2

Bauch, Beine & Po



● Bauch - Beine - Po

Nach dem Aufwärmen wird die Kondition mit verschiedenen Trainingsmethoden verbessert. Danach folgen Kräftigungsübungen mit und ohne Handgerät. Die Muskeln werden gekräftigt, der Körper "geformt". Zum Ende der Stunde werden die beanspruchten Muskelgruppen gedehnt. Bitte feste Turnschuhe, Sportbekleidung und Getränk mitbringen.

Einbeck, ESV-Vereinsheim, Lönsweg 2
 Ulrike Scheider-Neumann
 Dienstag, 7.2.2023, 17.15 bis 18.15 Uhr
 10 Termine, 49 Euro
 (keine Ermäßigung möglich)
Kurs-Nr.: G3233E1K

Einbeck, ESV-Vereinsheim, Lönsweg 2
 Ulrike Scheider-Neumann
 Dienstag, 7.2.2023, 18.15 bis 19.15 Uhr
 10 Termine, 49 Euro
 (keine Ermäßigung möglich)
Kurs-Nr.: G3233E2K

Einbeck, ESV-Vereinsheim, Lönsweg 2
 Ulrike Scheider-Neumann
 Donnerstag, 9.2.2023, 18.30 bis 19.30 Uhr
 10 Termine, 49 Euro
 (keine Ermäßigung möglich)
Kurs-Nr.: G3233E3K



bündnis gegen **DEPRESSION** in südniedersachsen

Rund um Körper & Gesundheit

Schwerpunktthema Depression

● Depression im Alter

Depression gehört zu den häufigsten psychischen Erkrankungen im höheren Lebensalter. Es gibt Besonderheiten, die dazu führen können, dass Depression im Alter manchmal nicht oder spät erkannt wird. Eine Depression zu erkennen und konsequent zu behandeln, ist jedoch besonders im Alter wichtig. Helmut Platte, Oberarzt in der Paracelsus Roswithaklinik Bad Gandersheim, informiert Betroffene, Angehörige und Interessierte zu dem Thema.

➔ [WWW](#)

Einbeck, Kreisvolkshochschule
 Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
 Helmut Platte
 Dienstag, 21.3.2023, 18 bis 20.15 Uhr
 1 Termin, kostenlos
 Anmeldeschluss: 14.3.2023
Kurs-Nr.: G3820E2

● Depression ist behandelbar

Depressionen sind sehr vielgestaltig. Oft gehen Depressionen mit anderen psychischen Erkrankungen, wie z. B. Angststörungen, einher. Helmut Platte, Oberarzt in der Paracelsus-Roswitha-Klinik Bad Gandersheim, informiert über Zusammenhänge von Ängsten und Depressionen und verschiedene Arten von Angststörungen. Eingeladen sind alle Interessierten, Betroffenen, Angehörige und professionelle Helfer*innen.

➔ [WWW](#)



Fachklinik für Psychotherapie, Psychosomatik und Verhaltensmedizin



Wir sind Ihre Rehabilitationsklinik zur Behandlung psychischer und psychosomatischer Erkrankungen mit kognitiv-verhaltenstherapeutischem Schwerpunkt.
Sprechen Sie uns an – wir helfen Ihnen gerne weiter!

Paracelsus Roswithaklinik Bad Gandersheim
 T 05382 917 0 · info@roswitha.bad-gandersheim.pkd.de
www.paracelsus-kliniken.de/reha/roswithaklinik-bad-gandersheim

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Helmut Platte
Dienstag, 14.3.2023, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, kostenlos
Anmeldeschluss: 7.3.2023
Kurs-Nr.: G3820P1

Leben mit Krankheiten

● **AUDEA Kreativ**

Ein Angebot des Ambulanten Hospizdienstes Leine-Solling in Zusammenarbeit mit der KVHS

AUDEA kreativ ist ein Gruppenangebot für Sie, wenn Sie das Gefühl haben, Ihre geistige Leistungsfähigkeit nimmt ab, wenn Sie gerade die Diagnose Demenz erhalten haben, wenn Sie jemanden brauchen, bei dem Sie Verständnis und Rat finden. Sie erhalten Antworten auf Ihre Fragen. Nähere Inhalte auf www.kvhs-northeim.de. Die Stunde kostet 15 Euro, damit sind alle Kosten gedeckt. Ab Pflegegrad 1 können die Kosten von der Krankenkasse übernommen werden.

➔ **WWW**

Uslar, KVHS-Haus,
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Hintereingang durch den Garten, Gruppenraum Souterrain/AUDEA
Gabriele Kleinschmidt
Mittwoch, 1.2.2023, 14 bis 16 Uhr,
jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat
14 Termine, kostenlos
Beratung: Mittwochs von 14 bis 16.30 Uhr, außer an Feier- und Brückentagen. Bitte telefonisch anmelden unter 05571/7893.
Kurs-Nr.: G1032U1

Gedächtnistraining

● **Neuer Schwung für graue Zellen**

Gedächtnistraining

Vergesslichkeit? - Das muss nicht sein! Es gibt kein schlechtes Gedächtnis - nur ein untrainiertes! "Wer rastet - der ...", das gilt auch für die Gehirnfunktionen. Bis ins hohe Alter kann unser Gehirn lernfähig und aktiv sein. Mit Fantasie, Kreativität und Humor wird das Gedächtnis trainiert. In entspannter Atmosphäre, gemeinsam mit Gleichgesinnten und ohne Leistungsdruck werden Konzentration, Merkfähigkeit und Denkflexibilität gefördert.

➔ **WWW**

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Michael Kompart
Dienstag, 7.3.2023, 10 bis 11.30 Uhr
6 Termine, 39 Euro
Kurs-Nr.: G3411U1

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Michael Kompart
Mittwoch, 8.3.2023, 10 bis 11.30 Uhr
6 Termine, 39 Euro
Kurs-Nr.: G3411U2

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Michael Kompart
Mittwoch, 3.5.2023, 10 bis 11.30 Uhr
6 Termine, 39 Euro
Kurs-Nr.: G3411U3

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Michael Kompart
Dienstag, 9.5.2023, 10 bis 11.30 Uhr
6 Termine, 39 Euro
Kurs-Nr.: G3411U4



Freude am lebenslangen Lernen – bei Ihrer KVHS!

Gutes für Körper und Geist

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. Gesundheitskompetenz ist unerlässlich, wenn Sie Ihre Gesundheit eigenverantwortlich stärken möchten.

In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehört, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können.

Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden. Das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig.

Die aktuelle Forschung weist immer wieder auf den positiven Einfluss von Emotionalität, Stressbewältigung, ausgewogener Ernährung und Bewegung für das Gelingen von Lernprozessen hin.

Unsere Angebote der Gesundheitsbildung berücksichtigen diese Erkenntnisse seit langem. Sachinformationen und Lernen werden mit allen Sinnen verknüpft, gelernt wird handlungsorientiert, auf die Gruppe bezogen und unter Berücksichtigung biografischer Anknüpfungspunkte. Das sind wichtige Voraussetzungen für die Lust auf das Abenteuer des lebenslangen Lernens.

KOCHEN & GENIEßEN

Für Leib und Seele

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. Ernährungskompetenz ist unerlässlich, wenn Sie Ihre Gesundheit eigenverantwortlich stärken möchten. In unseren Bildungsangeboten erleben Sie es persönlich: gesund und genussvoll.

Kontakt: Halida Sydmanova
 Programmbereichsleiterin
 Kochen & Genießen
 Tel: 05551/708-8218
 hsydmanova@landkreis-northeim.de



Kochen & Genießen

Basics in der Küche

● Eltern-Kind-Kochen

Frische und gesunde Küche für große und kleine Köche, die Freude am Kochen haben. Wir kochen einfache, leckere und gesunde Gerichte, die leicht zuhause nachzukochen sind. Geeignet für Kinder ab 5 Jahren. Die Anmeldegebühr gilt für einen Erwachsenen und ein Kind. Bitte mitbringen: Behältnisse für Kostproben, evtl. Schürze, Geschirrhandtuch, scharfes Messer.

Northeim, Erich-Kästner-Schule
 Lehrküche, Sudheimer Straße 22
 Aloisia Tietz

Samstag, 25.2.2023, 10.30 bis 13.30 Uhr
 1 Termin, 36 Euro für ein Elternteil und ein Kind (incl. Lebensmittelkosten)
 (keine Ermäßigung möglich)
 Anmeldeschluss: 17.2.2023
Kurs-Nr.: G3710P1K

● Outdoor-Küche: Draußen kochen und essen

Draußen kochen und essen - klingt verlockend, aber: Welche Lebensmittel eignen sich für die Zubereitung mit oder ohne Campingkocher? Was lässt sich gut transportieren? Wie löse ich das Kühlproblem? Ob für Reise, Camping oder Schrebergarten: Wir machen uns mit Besonderheiten des Kochens ohne Küche vertraut. Im Mittelpunkt steht die Zubereitung verschiedener "draußentauglicher" Gerichte.

NEU!

➔ WWW

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum U 14
 Elisabeth Zimmermann
 Samstag, 17.6.2023, 10 bis 14 Uhr
 1 Termin, 23 Euro
 Anmeldeschluss: 9.6.2023
Kurs-Nr.: G3780P1

Saisonales & Regionales

● **Kürbisküche -
 Fit und gesund durch den Frühling**
 Kürbis & Co. - in köstlichen Variationen. Das Wörtchen "Co" bezieht sich auf die botanisch verwandte Zucchini. Es gibt nicht nur Suppe, vielmehr backen und kochen wir verschiedene Gerichte und bereiten sogar einen Nachtisch zu. Bitte mitbringen: scharfes Messer, Behältnisse für nicht verzehrte Speisen und Getränke für den Eigenbedarf.

Bodenfelde,

Heinrich-Roth-Gesamtschule (IGS),
 Küche
 Gesine Rode
 Montag, 27.2.2023, 17.45 bis 20.45 Uhr
 1 Termin, 25 Euro / ermäßigte Gebühr:
 21,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
 Anmeldeschluss: 20.2.2023
Kurs-Nr.: G3730B1

Öko-Kartoffeln ab Hof

Verkauf freitags 12 – 17 Uhr
 Klostergut Wiebrechtshausen

KWS Klostergut Wiebrechtshausen GmbH
 Wiebrechtshausen 1 37154 Northeim (0 55 51) 99 55 49

SAISONENDE
 KARTOFFELVERKAUF
 MITTE MAI

www.kws.de

ZUKUNFT SÄEN
 SEIT 1856

KWS



Katlenburg-Lindau, OT Lindau, Rhumetalschule, Küche, Schützenallee 12
Gesine Rode
Dienstag, 28.2.2023, 17.45 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 25 Euro / ermäßigte Gebühr: 21,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 21.2.2023
Kurs-Nr.: G3730J1

Kreinsen, Greene, Haupt- und Realschule, Leinestraße 68, Küche
(Klingel befindet sich neben dem Briefkasten rechts an der Eingangstür)
Gesine Rode
Mittwoch, 1.3.2023, 17.45 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 25 Euro / ermäßigte Gebühr: 21,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 22.2.2023
Kurs-Nr.: G3730K1

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2 Haus I, Raum 117, EG
-Eingang vom Hof-
Gesine Rode
Donnerstag, 2.3.2023, 17.45 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 25 Euro / ermäßigte Gebühr: 21,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 23.2.2023
Kurs-Nr.: G3730E1

● **Frühjahrskräuter - von Veilchen, Bärlauch und Löwenzahn**

Als Salat, Suppe, Brotbelag oder pur als Saft oder Tee regen Frühjahrskräuter die im Winter lahm gewordenen Stoffwechselfvorgänge im Körper an und fegen die Frühjahrsmüdigkeit raus. Wir gehen raus in die Natur, lernen die essbaren Wildkräuter vor Ort kennen und ernten was wir brauchen, um eine leckere Mahlzeit daraus zu bereiten. Natürlich werden wir diese auch gemeinsam genießen. Bitte mitbringen: feste Schuhe, wettergemäße Kleidung, Korb oder Tasche.

⇒ [WWW](http://www.kvhs-northeim.de)

Einbeck, Drüber, Leinetalschule, An der Schule 2, Lehrküche
Elke Kusum Hanstein
Sonntag, 23.4.2023, 11 bis 17.30 Uhr
1 Termin, 30 Euro / ermäßigte Gebühr: 20,68 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 14.4.2023
Kurs-Nr.: G3730E4

● **Sommerkräuter - von Kamille, Rosen und Holunderduft**
Wilde Sommerblüten in Küche, Kosmetik und Heilkunde

Wir werden uns einen Blütenimbiss zubereiten und gemeinsam genießen sowie verschiedene Auszüge aus den gesammelten Blüten herstellen, die Sie dann mit nach Hause nehmen können. Bitte feste Schuhe und wettergemäße Kleidung tragen. Korb oder Tasche zum Sammeln der Blüten mitbringen.

Einbeck, Drüber, Leinetalschule, An der Schule 2, Lehrküche
Elke Kusum Hanstein
Sonntag, 2.7.2023, 11 bis 17.30 Uhr
1 Termin, 30 Euro / ermäßigte Gebühr: 20,68 Euro (incl. Lernmittelkosten)
Anmeldeschluss: 23.6.2023
Kurs-Nr.: G3730E5



NEU!

● **Lecker kochen und genießen mit Spargel**

Spargel, ob grün oder weiß - das gesunde Edelgemüse lässt sich vielfältig zubereiten. Schmeckt lecker in Suppen, Salaten, als Auflauf oder ganz klassisch zu Kartoffeln, Schinken und Sauce Hollandaise. Bitte Behältnisse für Kostproben, scharfes Messer und Geschirrhandtuch mitbringen.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2 Haus I, Raum 117, EG
-Eingang vom Hof-
Aloisia Tietz
Dienstag, 6.6.2023, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 29 Euro / ermäßigte Gebühr: 22,20 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 30.5.2023
Kurs-Nr.: G3750E1

Kochkulturen

● **Indische Küche**

Die indische Küche ist geprägt von der Vielzahl ihrer Gewürze. Entdecken Sie die richtigen Mischungen und die richtige Zubereitung beim Kochen mit vielerlei Gewürzen, um die raffinierte Küche Indiens zu riechen und zu schmecken. Bitte mitbringen: scharfes Messer, Behältnisse für nicht verzehrte Speisen und Getränke für den Eigenbedarf.

Bodenfelde,

Heinrich-Roth-Gesamtschule (IGS), Küche
Gesine Rode
Freitag, 17.3.2023, 17 bis 20 Uhr
1 Termin, 25 Euro / ermäßigte Gebühr: 21,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 9.3.2023
Kurs-Nr.: G3730B2

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2 Haus I, Raum 117, EG

-Eingang vom Hof-
Gesine Rode
Montag, 13.3.2023, 17.45 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 25 Euro / ermäßigte Gebühr: 21,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 6.3.2023
Kurs-Nr.: G3730E3

Katlenburg-Lindau, OT Lindau, Rhumetalschule, Küche, Schützenallee 12
Gesine Rode
Donnerstag, 16.3.2023, 17.45 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 25 Euro / ermäßigte Gebühr: 21,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 9.3.2023
Kurs-Nr.: G3730J3

Kreinsen, Greene, Haupt- und Realschule, Leinestraße 68, Küche
(Klingel befindet sich neben dem Briefkasten rechts an der Eingangstür)
Gesine Rode
Dienstag, 14.3.2023, 17.45 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 25 Euro / ermäßigte Gebühr: 21,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 7.3.2023
Kurs-Nr.: G3730K3

● **Indische Küche**

In Indien gibt es nicht nur eine Vielfalt an Gewürzen, sondern auch eine Vielfalt bei der Zubereitung der Speisen. Alle Gerichte können wir farbenfroh und pikant, scharf oder milder, in jedem Fall würzig zubereiten. Die Auswahl der Gemüse

richtet sich nach den Jahreszeiten. Als Beilagen lernen wir die Brotzubereitung kennen, stellen Chutneys her und reichen Reisgerichte. Bitte mitbringen: Restehälter, Schürze, zwei Geschirrtücher und ein Messer.

➔ WWW

Moringen, Kooperative Gesamtschule, Waldweg 30, Lehrküche
Arjan Pal Singh
Mittwoch, 19.4.2023, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 25 Euro / ermäßigte Gebühr:
21,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 12.4.2023
Kurs-Nr.: G3750M1

Für Sie im „Netz“ –
www.kvhs-northeim.de

● Indische Küche - Rund um Paneer

Paneer ist eine Art Frischkäse, der aus Kuhmilch hergestellt wird. Für Vegetarier*innen ist er ein Genuss. Wir stellen selber Käse her und verarbeiten diesen dann zu einem vegetarischen Gericht, wie z. B. Paneer Paalak, Paneer Mater Curry, Shahai Paneer oder Paneer Pakore. Bringen Sie bitte ein Leinentuch und einen größeren Topf mit.

Nörten-Hardenberg,

KGS Außenstelle Nörten-Hardenberg,
An der Bünte 2, Küche
Arjan Pal Singh
Mittwoch, 5.7.2023, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 25 Euro / ermäßigte Gebühr:
21,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 28.6.2023
Kurs-Nr.: G3750N3

● Griechische Küche

Die griechische Küche ist mediterran und herzhaft. Mit einer jahrhundertealten Tradition wurde die griechische Küche sowohl von der östlichen als auch der westlichen Kultur beeinflusst. Wir kochen bekannt Klassiker wie Moussaka, Keftedes, Tzatziki. Bitte Behältnisse für Kostproben, scharfes Messer und Geschirrhandtuch mitbringen.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 117, EG
-Eingang vom Hof-
Aloisia Tietz
Dienstag, 23.5.2023, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 29 Euro / ermäßigte Gebühr:
22,20 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 16.5.2023
Kurs-Nr.: G3750E2

Northeim, Erich-Kästner-Schule
Lehrküche, Sudheimer Straße 22
Aloisia Tietz
Mittwoch, 10.5.2023, 19 bis 22 Uhr
1 Termin, 29 Euro / ermäßigte Gebühr:
22,20 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 3.5.2023
Kurs-Nr.: G3750P1

FRUCHTHOF NORTHEIM



Täglich
frisch!

■ Obst & Gemüse & Convenience
■ Bananenreiferei
■ Packstation

■ Temperierte Lagerung
■ Frische Logistik

UNTERNEHMENSGRUPPE FRUCHTHOF NORTHEIM
Northeim · Mühlhausen · Hildesheim

Tel.: 05551 98 05-80 · Fax: 05551 98 05-23
service@fruchthof-northeim.de · www.fruchthof-northeim.de



● Afrikanisches Fingerfood

In Afrika wird häufig mit den Händen gegessen - deshalb ist afrikanisches Fingerfood sehr beliebt. In diesem Kurs möchte ich mit Ihnen verschieden gefüllte Teigtaschen mit Hackfleisch, Gemüse und afrikanische Gewürzen zubereiten. Die Rezepte sind schnell und einfach zu machen und besonders lecker. Kommen Sie mit auf die kulinarische Reise!

Uslar, Sollingschule,
Zur Schwarzen Erde 3, Lehrküche
Tryphéne Tchonang
Dienstag, 21.2.2023, 16.30 bis 18.45 Uhr
1 Termin, 22 Euro / ermäßigte Gebühr:
19,30 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 14.2.2023
Kurs-Nr.: G3750U1

● **Afrikanische Hauptgerichte 1**

Die Küche Afrikas umfasst so viele Variationen, eine davon ist Ndolé - das Nationalgericht Kameruns. Bitterer Spinat, serviert mit Nüssen, Zwiebeln, Ingwer, Knoblauch als Eintopf mit frittierten Kochbananen oder Yams. Aber auch Fisch, Fleisch oder Krabben werden verwendet. Wir wollen in unserem Kurs gemeinsam dieses Gericht zubereiten. Haben Sie Lust auf dieses Traditionsgericht? Lassen Sie uns gemeinsam kochen.

Uslar, Sollingschule,
Zur Schwarzen Erde 3, Lehrküche
Tryphéne Tchonang
Dienstag, 21.3.2023, 16.30 bis 19.30 Uhr
1 Termin, 25 Euro / ermäßigte Gebühr:
21,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 14.3.2023
Kurs-Nr.: G3750U2

● **Afrikanische Hauptgerichte 2**

Die Küche Afrikas umfasst so viele Variationen und Raffinessen - ein typisches, beliebtes Gericht ist Poulet DG: Es wird mit Hähnchen, Gemüse, afrikanischen Gewürzen und Kochbananen gekocht. Wir wollen in unserem Kurs gemeinsam dieses Gericht zubereiten - es könnte auch Ihre neue Lieblingspeise werden! Lust auf ein afrikanisches Gericht? Sie sind willkommen, die Küche Afrikas näher kennenzulernen.

Uslar, Sollingschule,
Zur Schwarzen Erde 3, Lehrküche
Tryphéne Tchonang
Dienstag, 23.5.2023, 16.30 bis 19.30 Uhr
1 Termin, 25 Euro / ermäßigte Gebühr:
21,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 15.5.2023
Kurs-Nr.: G3750U4

● **Afrikanische Nachspeisen**

Die Küche Afrikas umfasst viele Variationen von Nachspeisen. Eine besonders raffinierte und sehr beliebte Nachspeise sind Beignets Soufflés. Das sind kleine Teigbällchen aus Gebäck, die später in Öl

ausgebacken werden. Diese Nachspeise ist schnell und einfach zu machen und sehr schmackhaft. Freuen Sie sich auf eine traditionelle, afrikanische Nachspeisenvariante.

Uslar, Sollingschule,
Zur Schwarzen Erde 3, Lehrküche
Tryphéne Tchonang
Dienstag, 25.4.2023, 16.30 bis 18.45 Uhr
1 Termin, 22 Euro / ermäßigte Gebühr:
19,30 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 18.4.2023
Kurs-Nr.: G3750U3

Ernährungsstile

● **Low Carb Küche - Genuss mit weniger Kohlenhydraten**

Schlank genießen! Abnehmen wie von selbst! Mit der englischen Abkürzung "Low Carb" (zu Deutsch: Kohlenhydratarm) ist eine Ernährung gemeint, bei der die Aufnahme von Kohlenhydraten verringert wird. Mit der Low-Carb-Ernährung finden Sie ein gesundes Mittelmaß. Wir kochen und backen verschiedene Gerichte. Bitte mitbringen: scharfes Messer, Behältnisse für nicht verzehrte Speisen und Getränke für den Eigenbedarf.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 117, EG
-Eingang vom Hof-
Gesine Rode
Dienstag, 7.3.2023, 17.45 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 25 Euro / ermäßigte Gebühr:
21,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 28.2.2023
Kurs-Nr.: G3730E2

Katlenburg-Lindau, OT Lindau,
Rhumetalschule, Küche,
Schützenallee 12
Gesine Rode
Mittwoch, 8.3.2023, 17.45 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 25 Euro / ermäßigte Gebühr:
21,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 1.3.2023
Kurs-Nr.: G3730J2

Kreienzen, Greene,
Haupt- und Realschule, Leinestraße 68,
Küche
(Klingel befindet sich neben dem Briefkasten rechts an der Eingangstür)
Gesine Rode

Donnerstag, 9.3.2023, 17.45 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 25 Euro / ermäßigte Gebühr:
21,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 2.3.2023
Kurs-Nr.: G3730K2

● **Ayurvedische Frühjahrsküche**

Die ayurvedische Frühjahrsküche dient der Reinigung des Körpers und der Gewichtsverringering. Das hilft dem Körper bei der Bekämpfung von Allergien, indem es das Immunsystem unterstützt. Im Kurs werden die Teilnehmenden mit den sechs Geschmacksrichtungen und fünf Elementen bei der Zubereitung von ayurvedischen Essen bekannt gemacht.

Nörten-Hardenberg,

KGS Außenstelle Nörten-Hardenberg,
An der Bunte 2, Küche
Arjan Pal Singh
Mittwoch, 22.3.2023, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 25 Euro / ermäßigte Gebühr:
21,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 15.3.2023
Kurs-Nr.: G3750N1

● **Indische vegane Küche**

Vegane Küche verzichtet auf Lebensmittel tierischer Herkunft - auf Fleisch, Fisch, Milchprodukte. Wir kochen schmackhafte, gesunde Gerichte, die sich im Alltag leicht zubereiten lassen. Der Kurs richtet sich an Menschen, die sich vegan ernähren, die den Konsum tierischer Produkte verringern möchten oder die an Laktoseintoleranz oder zu hohen Cholesterinwerten leiden. Bitte eine Schürze, zwei Geschirrtücher, einen Wok und Restebehälter mitbringen.

➔ **WWW**

Nörten-Hardenberg,

KGS Außenstelle Nörten-Hardenberg,
An der Bunte 2, Küche
Arjan Pal Singh
Mittwoch, 3.5.2023, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 25 Euro / ermäßigte Gebühr:
21,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 26.4.2023
Kurs-Nr.: G3750N2

● **Indische vegetarische Küche**

Vegetarische Küche verzichtet auf einige Lebensmittel tierischer Herkunft - auf Fleisch und Fisch. Wir kochen schmackhafte, gesunde Gerichte, die sich im Alltag leicht zubereiten lassen. Der Kurs richtet sich an Menschen, die sich vegetarisch ernähren, den Konsum tierischer

NEU!



Produkte verringern möchten oder an Laktoseintoleranz bzw. unter hohen Cholesterinwerten leiden. Bitte eine Schürze, zwei Geschirrtücher, einen Wok und Restbehälter mitbringen.

➔ [WWW](http://www.kvhs-northeim.de)

Moringen, Kooperative Gesamtschule, Waldweg 30, Lehrküche

Arjan Pal Singh

Mittwoch, 31.5.2023, 18.30 bis 21.30 Uhr

1 Termin, 25 Euro / ermäßigte Gebühr:

21,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)

Anmeldeschluss: 24.5.2023

Kurs-Nr.: G3770M1

● **Nachhaltig kochen und essen**

Mit Kichererbsen und Linsen

Kichererbsen und Linsen liefern wertvolles pflanzliches Protein, Vitamine und

Mineralstoffe und sind daher für nachhaltiges Kochen sehr gut geeignet. Aus Kichererbsen lassen sich lecker Hummus, Falafel, Salat zubereiten.

Die verschiedenen Sorten an Linsen erweitern unseren Speiseplan. Bitte Behältnisse für Kostproben, scharfes Messer und Geschirrhandtuch mitbringen.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2

Raum 109 (Küche), Haus I, EG,

-Eingang vom Hof-

Aloisia Tietz

Dienstag, 18.4.2023, 18.30 bis 21.30 Uhr

1 Termin, 29 Euro / ermäßigte Gebühr:

22,20 Euro (incl. Lebensmittelkosten)

Anmeldeschluss: 11.4.2023

Kurs-Nr.: G3770E1

Northeim, Erich-Kästner-Schule

Lehrküche, Sudheimer Straße 22

Aloisia Tietz

Mittwoch, 15.3.2023, 19 bis 22 Uhr

1 Termin, 29 Euro / ermäßigte Gebühr:

22,20 Euro (incl. Lebensmittelkosten)

Anmeldeschluss: 8.3.2023

Kurs-Nr.: G3770P1

● **Gesund und aktiv ins Alter**

Eine ausgewogene Ernährung hält fit

Die richtige Ernährung in Kombination mit Bewegung trägt maßgeblich zur Erhaltung der Leistungsfähigkeit und des Wohlbefindens bei. Wir kochen Gerichte, die auf die speziellen Bedürfnisse der Generation 60+ eingehen. Bitte Behältnisse für Kostproben mitbringen.

Bad Gandersheim, Oberschule,

Stettiner Straße 2, Küche (Altbau)

Aloisia Tietz

Montag, 27.2.2023, 14 bis 17 Uhr

4 Termine, 108 Euro / ermäßigte Gebühr:

88,80 Euro (incl. Lebensmittelkosten)

Anmeldeschluss: 20.2.2023

Kurs-Nr.: G3770A1

Besuchen Sie uns im Internet –
kvhs-northeim.de

Golf und Country Club
Leinetal Einbeck e.V.

Am Holzgrund, 37574 Einbeck
Tel. (05561) 98 23 05

Email: info@golfclub-einbeck.de
www.golfclub-einbeck.de

Naan & Chapati – indisches Brot in der Pfanne backen

Das Wort Naan bedeutet auf Persisch Brot und bezeichnet eine Brotsorte, die in Süd-, Zentral- und Vorderasien weit verbreitet ist. Hierzulande kennt man Naan als Beilage zur indischen Küche.



Ofen in einem Straßenrestaurant in Indien



Handgemachtes Brot



Roti Canai in einer Pfanne

Das Besondere daran ist die Verwendung von gesäuertem Teig: Zu einem Naan-Teig gehört Joghurt oder eine andere Form von Milchsäurebakterien oder Hefen. Dieser Teig wird traditionell über offener Glut in einem Tandoor, dem indischen Backofen gebacken - es geht aber auch in einer beschichteten Pfanne auf dem heimischen Herd.

Eine weitere Form des indischen Fladenbrottes ist das Chapati. Es kommt ohne Hefe oder Milchsäurebakterien aus und wird zu Schmorgerichten und Curries gegessen. Mit Zucker bestreut eignet es sich sogar zum Frühstück:

Chapati (indisches Fladenbrot)

- 200 g Dinkelmehl
- 200 g Weizenmehl
- 2 EL Olivenöl
- 1 gestrichener TL Salz
- ca. 200 ml lauwarmes Wasser



Chapati

Alle Zutaten in 5 min. in einer Schale zu einem Teig verkneten, zu einer Kugel formen und mit etwas Öl bestreichen. Alles mit einem angefeuchteten Geschirrtuch abdecken und mind. 15 min. ruhen lassen. Anschließend 8 mandarinengroße Teigkugeln formen und zu Fladen ausrollen. Eine Pfanne ohne Fett erhitzen und die Fladen darin backen. Sobald der Teig Blasen wirft, das ganze wenden und fertigbacken



Indisches Fladenbrot

Kochen & Genießen

Outdoor-Küche:

Draußen kochen und essen

G3780P1

Seite 81

Kürbisküche - Fit und gesund durch den

Frühling G3730B1

Seite 81

Indische Küche

G3730E3, -J3, -K3

Seite 82

Frühlingskräuter - von Veilchen, Bärlauch

und Löwenzahn G3730E4

Seite 82

Weiterbildung in Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft im Landkreis Northeim



Als eine von 25 Koordinierungsstellen in Niedersachsen, ist die Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft das Bindeglied zwischen Wirtschaft, arbeitssuchenden Frauen,

Weiterbildungseinrichtungen und Arbeitsmarktakteuren im Landkreis Northeim. Wir arbeiten in einem Netzwerk aus lokalen Akteuren, um den Standort Northeim im Hinblick auf Familienfreundlichkeit zu stärken und damit zur Zukunftsfähigkeit beizutragen.

Unsere Angebote richten sich an Frauen, Berufsrückkehrerinnen und Frauen in der Elternzeit.

Wenn Sie auf der Suche sind nach

- Unterstützung bei der beruflichen Neuorientierung
- Praktischer Hilfe bei der Stellensuche
- Tipps für die Erstellung von Bewerbungsunterlagen sowie
- Information und Beratung zu Weiterbildung und Finanzierung

Dann sind Sie bei uns richtig. Wir beraten Sie kostenfrei, unabhängig und vertraulich!

In Zusammenarbeit bieten die KVHS und die Koordinierungsstelle vielfältige Weiterbildungsangebote an:

- Kurs-Nr.: G1155P1-** Jetzt aber! Mehr Nachhaltigkeit in meinem Alltag S. 8
- Kurs-Nr.: G1074P2-** Die eigene Persönlichkeit stärken-Der emotionale Rucksack S. 7
- Kurs-Nr.: G800X2-** Kursleiter/in werden?! S. 8
- Kurs-Nr.: G4100V2-** Bildungsurlaub Business English Stufe B1 S. 32
- Kurs-Nr.: G5020P1-** Textverarbeitung mit Word Bildungswochen am Vormittag S. 22
- Kurs-Nr.: G5022E1-** Tabellenkalkulation mit EXCEL S. 23
- Kurs-Nr.: G5025P2-** MS-Office für Fortgeschrittene: Flyer, Faltblätter und Broschüren S. 24
- Kurs-Nr.: G1600Z1K-** Pädagogisch Mitarbeitende an Grundschulen S. 18
- Kurs-Nr.: G2141P1-** Mit Stil kreativ - gewusst wie! Die eigene Garderobe individuell und stilvoll kreieren S. 7



Zuschüsse sind möglich.

Die oben genannten sowie weitere Kurse aus dem Angebot der KVHS können für Berufsrückkehrerinnen, die keine Leistung nach SGB II oder SGB III beziehen, Frauen, die geringfügig beschäftigt sind sowie Frauen in Elternzeit

von der Koordinierungsstelle bezuschusst werden.

Mit dem **Weiterbildungsscheck** können die Kosten Ihrer beruflichen Weiterbildung bis zu **50%** (max. **100 Euro** gesamt) übernommen werden.

Lassen Sie sich von uns beraten:

Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft Landkreis Northeim
Friedrich-Ebert-Wall 1, 37154 Northeim
Tel. 05551 – 9788-17
Fax. 05551 – 9788-22
E-Mail. koordinierungsstelle@werk-statt-schule.de
www.koordinierungsstelle-frauen-wirtschaft-northeim.de



Kompetent mit Freizeit? Kommen Sie zu uns!

Sie haben sich Wissen zu einem Thema angeeignet und möchten dies an Interessierte weitergeben? Sie möchten sich mit „Ihrem“ Fachthema in Vorträgen, Abend- oder Wochenkursen in der Erwachsenenbildung einbringen?

Bewerben Sie sich als Kursleiterin oder Kursleiter!

Was Sie neben Fachkenntnissen mitbringen sollten ...

- Sie haben Freude am Umgang mit Menschen und besonders am Weitergeben von Wissen und Können?
- Ideal ist es natürlich, wenn Sie bereits Unterrichtserfahrung in der Erwachsenenbildung oder auch in anderen Bildungsbereichen mitbringen. Engagement im sozialen Bereich ist ebenso vorteilhaft.
- Was wir sonst noch schätzen: Sie können Ihre Kursteilnehmer*innen motivieren, sind zuverlässig und können auch mit unvorhergesehenen Situationen umgehen.



EIN JOB FÜR
**HIRN &
HERZ**

Sprechen Sie uns an!

In einem Gespräch klären wir Ihren Vorschlag ab und wie er in die Erwachsenenbildung eingebunden werden kann.
Tel.: **05551/708-8210** E-Mail: **info@kvhs-northeim.de**

Music is it

Die Vernetzung musikalischer Akteur*innen und die Ausweitung von nachhaltigen Musikformaten im Landkreis Northeim sind und bleiben wichtige Aufgaben der Kontaktstelle Musik Northeim. Verstärkt seit Covid-19 stehen gerade die Kulturschaffenden vor großen Herausforderungen, die zwangsläufig zum Umdenken und Finden innovativer Lösungen z.B. bei der Veranstaltungsplanung geführt haben.

Vierteljährlich bietet die Kontaktstelle Musik unter dem Motto „Music is it!“ allen Musikakteur*innen (von Hobby- bis zu Berufsmusiker*innen) aus der Region einen Termin zum gemeinsamen Austausch mit Impulsen von außen an. Wir wollen z. B. miteinander ins Gespräch darüber kommen, welche aktuellen Fördermöglichkeiten für Kulturprojekte bestehen und welche zukünftigen, nachhaltigen Formate wir für die Musikkultur daraus entwickeln können. Die Termine werden kurzfristig abgestimmt, bei Interesse an einer Teilnahme nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf.

Die Kontaktstelle Musik koordiniert 2023 eine Auftrittswocche vom 22. bis 26. Mai 2023 bei der Landesgartenschau in Bad Gandersheim. Die genauen Termine erscheinen u.a. im Terminkalender der Gartenschau auf laga-bad-gandersheim.de.

Bei Fragen rund um die Musik nehmen Sie gern Kontakt auf:

Jessica Krause, Tel. **05551/708-8220**

jkrause@landkreis-northeim.de

Bad Gandersheim

**Leiterin der Außenstelle
Bad Gandersheim:**

Irene Söffker
Tel. 05382/3124,
E-Mail soeffkergan@t-online.de



Freunde des Plattdeutschen	10
Rechtliche Betreuung im Ehrenamt	13
Aquarell am Vormittag	56
Gitarre oder Keyboard für Anfän- ger*innen	66
Akkordeon für Anfänger*innen	66
Waldbaden -	68
Achtsamkeit in der Natur	
Waldbaden - Achtsamkeit in der Natur	68
Yoga	69
Kum Nye Yoga: Entspannung und Hei- lung, Energie und Lebendigkeit	71
Fitnessgymnastik zur Stärkung von Herz und Kreislauf	78
Gesund und aktiv ins Alter	85
Englisch	37
Englisch	38
Französischer	38
Samstagsvormittag	
MS-Office: WORD und EXCEL	24

Bodenfelde

**Leiterin der Außenstelle
Bodenfelde**

Pia Engelhardt
Tel. 05572/4559

Hatha-Yoga	69
Hatha-Yoga	70
Kürbisküche -	81
Fit und gesund durch den Frühling	
Indische Küche	82

Dassel

**Leiterin der Außenstelle
Dassel**

Karin Ganßmann
Persönliche Sprechzeit
Büro Hullerser Str. 19, Einbeck:
donnerstags 10.30 bis 12 Uhr (außer
in den Schulferien)
Tel. 05551/708 8260,
sonst tagsüber: Tel. 05561 7980903
E-Mail ganssmann.karin@gmx.de

Hatha Yoga	71
Sommerliches Qigong-Gehen	73
Schreiben, Lesen, Rechnen für Men- schen mit Beeinträchtigungen	29

Einbeck

**Leiterin der Außenstelle
Einbeck (ohne Kreiensen)**

Karin Ganßmann
Persönliche Sprechzeit
Büro Hullerser Str. 19, Einbeck:
donnerstags 10.30 bis 12 Uhr (außer
in den Schulferien)
Tel. 05551/708 8260,
sonst tagsüber: Tel. 05561 7980903
E-Mail ganssmann.karin@gmx.de

Naturschauspiel Kappadokien I	9
Naturschauspiel Kappadokien II	9
Masada: Verlässliche und verletzte	10
Festung am Toten Meer	
Der Stillvorbereitungskurs - der Weg ins Stillglück	17
Der Weg in eine entspannte Beikostzeit	17
Babyschlaf verstehen - entspannte Nächte für alle	17
Tragen (ver)bindet	18
Der emotionale Rucksack	7
Leichter leben im Garten	11
Gartenplanung mit heimischen Sträu- chern	11

Rechtliche Betreuung im Ehrenamt	14
Bücherfrühling 2023	52
Piet Mondrian	51
Vom ägyptischen Tempel als	51
Schriftträger und der Entzifferung der Hieroglyphen	
Postkarten gestalten für	56
Anfangende und Fortgeschrittene	
Ölmalerei	57
Grundlagen des Zeichnens	55
Aquarell: Male Deine	57
Vision der Welt	
Schmieden eines Messers	60
Schmieden einer Bratpfanne	60
Liedbegleitung mit der Gitarre - Work- shop	65
Von der Digitalkamera auf den PC und dann	52
Fotoworkshop: Oldtimer	53
Meine Digitalkamera, Technik und Bedienung	52
Natur- und	53
Landschaftsfotografie	
Fotoworkshop:	53
Besser fotografieren mit dem Handy	
Fotoworkshop: Besser fotografieren mit dem Handy	53
Tabata	75
Entspannung, Techniken kennen- lernen	68
Yoga am Nachmittag	70
Yoga am Abend	70
Frühjahrs-Kur mit Qigong	73
Fitness-Tanz	76
Fitness-Tanz	76
Fitness-Tanz	76
Fit mit Antje	76
Bauch - Beine - Po	79
Bauch - Beine - Po	79
Bauch - Beine - Po	79
Kürbisküche - Fit und gesund durch den Frühling	82
Low Carb Küche - Genuss mit weniger	84
Kohlenhydraten	
Indische Küche	82



Frühjahrskräuter - von Veilchen, Bärlauch und Löwenzahn	82	MS-Office: WORD und EXCEL	24
Sommerkräuter - von Kamille, Rosen und Holunderduft	82	Lesen einmal anders - LEA Inklusiver Leseklub® Lesen in leichter Sprache	29
Lecker kochen und genießen mit Spargel	82		
Griechische Küche	83		
Nachhaltig kochen und essen	85		
Depression im Alter	79		
Deutsch Grundstufe A2/1	48		
Deutsch	48		
Englisch für	35		
Frühaufsteher*innen - English for early birds	32		
Englisch für	32		
Frühaufsteher*innen - English for early birds	35		
Englisch für 'false beginners' ("falsche" Anfänger*innen)	33		
Englisch	35		
English in the early evening - for best agers	36		
Englisch am Vormittag	36		
English in the evening	36		
English conversation in the morning	38		
Englisch Conversation	38		
Cambridge Certificate Course	39		
Französisch am Vormittag Grundstufe A2+	39		
Französisch für Wiedereinsteiger*innen und Interessierte	41		
Italienisch Aufbaustufe B1+	42		
Spanisch für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen zum Beispiel aus zwei Semestern	42		
Spanisch - Grundstufe A1/3 für Teilnehmende mit zwei Semestern Vorerfahrung	43		
Spanisch Grundstufe A1/5	43		
El mundo del español	43		
Spanisch	43		
Arabisch Grundstufe A1+	20		
Neues Leben für alte PC's/Notebooks mit Linux	20		
EDV/PC und Internet	22		
EDV/PC und Internet	21		
EDV/PC und Internet für Generation 55+	22		
EDV/PC und Internet für Generation 55+	23		
MS-Office: Tabellenkalkulation mit EXCEL	23		
MS-Office: Tabellenkalkulation mit EXCEL	24		
MS-Office: WORD und EXCEL	24		

Hardeggen

Menschen zeichnen	55
Gitarre für Fortgeschrittene	65
Aufbaukurs Gitarre	64
Zuschneiden und Nähen	60
English Conversation	38

Katlenburg-Lindau

**Leiterin der Außenstelle
Katlenburg-Lindau**
Gesine Rode
Tel. 05551/708-8210

Hula-Hoop-Fitness und Hoop-Dance-Kurs	76
Kürbisküche - Fit und gesund durch den Frühling	82
Low Carb Küche - Genuss mit weniger Kohlenhydraten	84
Indische Küche	82

Kreienzen

**Leiterin der Außenstelle
Kreienzen**
Susanne Nüsse
Tel. 05563/8008
Fax 05563/999303
E-Mail susanne-nuesse@web.de

Textiles Gestalten	60
Kürbisküche - Fit und gesund durch den Frühling	82
Low Carb Küche - Genuss mit weniger Kohlenhydraten	84
Indische Küche	82
English Discussion	37
EDV/PC und Internet für Generation 55+ / Grundkurs	21

Moringen

Indische Küche	82
Indische vegetarische Küche	84

Nörten-Hardenberg

Gitarre für Anfänger*innen	65
Orientalischer Bauchtanz	76
Rücken- und Beckenbodentraining	77
Ayurvedische Frühjahrsküche	84
Indische vegane Küche	84
Indische Küche - Rund um Paneer	83

Northeim

**Leiterin der Außenstelle
Northeim**
Ulrike Berghahn
Persönliche Sprechzeiten
Büro Wallstr. 40, Northeim:
montags 16 bis 18 Uhr,
donnerstags 11.30 bis 12.30 Uhr
Tel. 05551/708-683
E-Mail kvhsnom@oekologie-zeit.de

Naturschauspiel Kappadokien I	9
Naturschauspiel Kappadokien II	10
Festung Masada am Toten Meer	10
Land im Wandel: Geschichte Niedersachsens vom Mittelalter bis heute	10
Innenraumgestaltung mit Lehm - modern, nachhaltig und individuell	54
Hochsensibilität	18
Gruppen lebendig leiten!	7
Der emotionale Rucksack	7
Schnitzschule für Kinder zwischen 6 und 11 Jahren	19
Jetzt aber! - Mehr Nachhaltigkeit in meinem Alltag	8
Aus "Müll" was machen - Upcycling-Workshop	54
Der geologische Aufbau des Elbingeröder Komplexes im Mittelharz	11





Ich wollt´ich hätt´ ein Huhn - Grundlagen Hobbyhühnerhaltung	12	Arbeiten mit Ton	59	Die Kraft der Farben im Alltag nutzen - eine kreative Reise in die eigenen Farbwelten	7
Speiseplan für´s Huhn - ausgewogene Hühnerernährung	12	Arbeiten mit Ton	59	Upcycling im Kleiderschrank	54
Das gesunde Huhn - Prävention und Erste Hilfe	13	Steinbildhauerei für Anfangende und Fortgeschrittene	57	Kreatives Nähwochenende	61
Ich wollt´ich hätt´ ein Huhn - Grundlagen Hobbyhühnerhaltung	12	Blues Harp - Workshop	62	Kreatives Nähwochenende	61
Grundlagen der Gartenplanung	11	SINGEN-TUT-GUT	63	Kreatives Nähwochenende	61
Recht am Mittwoch: Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung	14	Das Leben ist ein Traum - Literarische Betrachtungen mit Musik	62	Nähen am Samstag	61
Rechtliche Betreuung im Ehrenamt	14	"Wie soll ich meine Seele halten, dass sie nicht an deine rührt?"	62	Nähen am Samstag	61
Recht am Mittwoch: Testament und Erbrecht	14	Singworkshop für JederMann/ JedeFrau - Humor im Chor mit heiteren Songs aus Pop, Jazz und Klassik	63	Nähen am Samstag	61
Pädagogisch Mitarbeitende an Grundschulen	18	Let´s play Samba - Trommeln und Percussion aus Brasilien	63	Achtsam im Wald - Waldbaden	68
Kunstphilosophie zum Einstieg - Was ist Kunst?	8	KVHS-Orchester	62	Wieder in Kontakt kommen mit sich selbst	68
Gruppe Literatur	52	Popchor	63	Bewegungs- und Entspannungsübungen in der Mittagspause	69
Piet Mondrian	51	Woodstock - die zehn größten Mythen des Jahrhundertfestivals -	62	Hatha Yoga	71
Die Welt Alexanders des Großen	51	Baglama Unterricht	64	Yoga für einen entspannten Rücken	71
Arbeitskreis Aquarellmalerei am Vormittag	56	Baglama Unterricht	64	Marma-Yoga®	71
Malerei und Zeichnung für Anfangende und Fortgeschrittene	55	Baglama Unterricht	64	Yoga für Eltern und Kinder	71
Malerei und Zeichnung für Anfangende und Fortgeschrittene	55	Zusammen Ukulele spielen	65	Yoga - sanft und effektiv	72
Offenes Malatelier	57	Gitarre für Anfänger*innen	65	Yoga für Frühaufsteher*innen	72
Acryl, Farbstark und expressiv	57	Netzwerktreffen	61	Yoga am Nachmittag - ein Schnupperkurs am Mittag	73
Acryl, Farbstark und expressiv	57	der Kontaktstelle Musik		Mit Yoga	72
Raku - Brennwochenende	58	Nachhaltigkeit im Kleiderschrank - Ressourcen schonende Garderobenplanung	8	zu mehr Beweglichkeit	
Raku -Themenkurs für Anfangende und Fortgeschrittene	58	Mit Stil kreativ - gewusst wie! Die eigene Garderobe individuell und stilvoll kreieren	7	Qigong am Vormittag	73
Arbeiten mit Ton	59			Qigong am Vormittag	74
				Taiji Quan und Liu He Ba Fa für Fortgeschrittene	74
				Sich selbst helfen mit Jin Shin Jyutsu II	75
				Sich selbst helfen mit Jin Shin Jyutsu I	74
				Hula-Hoop-Fitnesskurs	77
				Hula-Hoop-Fitness und Hoop-Dance-Kurs	77
				Fitnessgymnastik für Herz und Kreislauf	78
				Eltern-Kind-Kochen	81
				Griechische Küche	83
				Nachhaltig kochen und essen	85
				Outdoor-Küche:	81
				Draußen kochen und essen	
				Depression ist behandelbar	79
				Deutsch als Fremdsprache	47
				Deutsch Grundstufe A2/1	48
				Deutsch	48
				Zertifikat Deutsch / telc Deutsch B1	48
				Einbürgerungstest	48
				Einbürgerungstest	48
				Englisch für Anfänger*innen oder Wiederanfangende	33
				Englisch für Teilnehmende mit zwei Semestern Vorerfahrung	33

Datenschutzbestimmungen der Kreisvolkshochschule des Landkreises Northeim

Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Kreisvolkshochschule Northeim des Landkreises Northeim (nachfolgend „KVHS“ genannt) ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, E-Mailadresse (bei online-Anmeldungen), Altersstufe, Geschlecht) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihre Altersstufe erhebt die KVHS zu statistischen Zwecken und um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers (soweit diese vom Kursteilnehmer abweichen) können Sie der KVHS ein Lastschriftmandat erteilen. Diese freiwilligen Zusatzangaben dienen der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie der KVHS die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken können durch von der KVHS beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

Newsletter

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mailadresse zur Zusendung von Werbeinformationen der KVHS zu verwenden. Ohne Einwilligung wird die KVHS Ihre E-Mailadresse nicht für diesen Zweck nutzen. **Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen.** Den Widerruf können Sie der KVHS über jedweden Kommunikationskanal (z.B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen.

Weitergabe Ihrer Daten

Die KVHS gibt Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen) leitet die KVHS die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen muss die KVHS Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Diese Übermittlung beruht auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

Kategorien von personenbezogenen Daten

Wir erheben bzw. geben im Krisenfall folgende Informationen von Ihnen:

- **Name, Vorname**
- **Adresse und Telefonnummer**

Sollten Sie mit der Erfassung dieser Daten nicht einverstanden sein, dürfen Sie nicht an unseren Bildungsangeboten und Prüfungen teilnehmen!

Zweck und Rechtsgrundlage der Verarbeitung

Die Datenerhebung erfolgt **zum Zweck des Nachvollzugs von Infektionsketten im Zusammenhang mit Covid-19.**

Rechtsgrundlage der Verarbeitung ist **Art. 6 Abs. 1 lit. c DS-GVO i. V. m. § 2h Satz 2 CoronaVO.**

Übermittlung von Daten an Dritte

Eine Übermittlung der o.g. Daten erfolgt nur an das jeweils zuständige Gesundheitsamt zu den o.g. Zwecken. Ihre Daten werden ausschließlich auf Grundlage der oben genannten Rechtsgrundlagen an Dritte weitergegeben. **Sie werden nicht für Werbezwecke verwendet.**

Kontaktaufnahme

Wenn Sie der KVHS eine Nachricht senden, nutzt die KVHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

Speicherungsdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags gelöscht.

Ihre Daten, die Sie der KVHS im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der KVHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen **widersprechen** und Ihre Daten durch die KVHS auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Aufgaben des behördlichen Datenschutzbeauftragten für die KVHS nehmen die [Kommunalen Dienste Göttingen \(KDg\) kAöR](#) in Göttingen wahr.

Direkter Kontakt zur zuständigen Ansprechpartnerin bzw. zum zuständigen Ansprechpartner kann über datenschutz.landkreis-northeim@kdgoe.de aufgenommen werden.

Allgemeine Geschäftsbedingungen der Kreisvolkshochschule des Landkreis Northeim

Vertragsschluss

- (1) Der Vertrag kommt mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung (Angebot) und ihrer Annahme durch den Landkreis Northeim, Kreisvolkshochschule, zustande. Die teilnehmende Person verzichtet auf den Zugang der Annahmeerklärung.
- (2) Die Verträge werden unter der Bedingung geschlossen, dass die nach den Vorschriften der Durchführungsverordnung zum Niedersächsischen Erwachsenenbildungsgesetzes- DVO NEBG- in der jeweils geltenden Fassung geforderte Mindestteilnahmezahl erreicht wird.

Anmeldung

- (1) Ihre Anmeldung per Brief, Fax, Telefon, E-Mail oder über die Website der KVHS Northeim (Online-Anmeldung) ist verbindlich. Eine Bestätigung der Anmeldung erfolgt ausschließlich per E-Mail. Liegt der Kreisvolkshochschule keine Mailadresse vor, erfolgt keine Bestätigung. In diesem Fall erhalten Sie nur eine Nachricht, wenn die Veranstaltung ausfällt oder verschoben wurde.

Hinweis für Online-Anmeldungen: Ein Widerrufsrecht gemäß § 312 g Absatz 1 BGB besteht nicht, sofern der Vertragsgegenstand Veranstaltungen betrifft, die im Zusammenhang mit einer Freizeitbetätigung stehen.

- (2) Sie haben auch die Möglichkeit, sofern noch freie Plätze vorhanden sind, zunächst probeweise die erste Veranstaltung zu besuchen und geben anschließend Ihre Anmeldung bei der Veranstaltungsleitung ab. Dies gilt jedoch nicht bei Vorträgen, Wochenendkursen, Lehrgängen, Bildungsurlauben und bei Veranstaltungen, bei denen ein Anmeldeschluss angegeben ist.
- (3) Mit der Anmeldung erkennen Sie diese allgemeinen Geschäftsbedingungen an.

Rücktritt und Kündigung durch den Landkreis Northeim

- (1) Der Landkreis Northeim kann bei Vorliegen eines wichtigen Grundes vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere vor, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die der Landkreis Northeim nicht zu vertreten hat, z.B. Ausfall einer Kursleitung oder eines Unterrichtsortes, nicht stattfinden kann.
- (2) In diesem Fall werden geleistete Zahlungen anteilig erstattet. Weitergehende Ansprüche gegen den Landkreis Northeim sind ausgeschlossen.

Ermäßigung

- (1) Arbeitslose und Sozialhilfeempfänger können eine Ermäßigung von 50%; Schüler, Studenten, Auszubildende, Praktikanten, Rentner, Behinderte sowie Bundesfreiwilligendienstleistende eine Ermäßigung von 30% erhalten.
- (2) Die Ermäßigung nach Abs. 1 kann nur gewährt werden, wenn der Anmeldung ein aktueller Nachweis der Berechtigung beigefügt ist.
- (3) Bei Veranstaltungen, die hinter der Veranstaltungs-Nr. im Programm(-heft) mit einem K gekennzeichnet sind oder es explizit in der Ausschreibung erwähnt ist, ist keine Ermäßigung möglich.
- (4) Bei Lehrgängen, Bildungsurlauben und Wochenendseminaren gelten für die o.g. Personenkreise entsprechend Abs. 1 Sonderentgelte. Abs. 2 gilt entsprechend, d.h. dass aktuelle Nachweise vorzulegen sind.
- (5) In allen weiteren Fällen ist es dem Landkreis Northeim vorbehalten, auf schriftlich begründeten Antrag Ermäßigung zu gewähren.

Entgelte (Kursgebühren) und Fälligkeit

- (1) Die Entgelte sind bei den einzelnen Veranstaltungen u.a. im Programm(-heft) angegeben. Sie werden mit Beginn der jeweiligen Veranstaltung fällig.
- (2) Die Bankverbindung lautet:
IBAN: DE55 2625 0001 0000 0639 90
BIC: NOLADE21NOM (Kreis-Sparkasse Northeim)

Abmeldung

- (1) Abmeldungen sind nur bei Vorliegen von dringenden/ wichtigen Gründen (z.B. berufliche oder gesundheitliche) **schriftlich bei der Geschäftsstelle** in der ersten Veranstaltungshälfte möglich. Der Abmeldung ist ein entsprechender Nachweis (z.B. ärztliches Attest, Bescheinigung des Arbeitgebers) beizufügen. Das Entgelt wird dann anteilig berechnet. Eine Abmeldung bei der Kursleitung reicht nicht aus; auch das Fernbleiben von der Veranstaltung gilt nicht als Abmeldung und verpflichtet zur Zahlung des Entgeltes!
- (2) Bei Veranstaltungen, bei denen ein Anmeldeschluss angegeben ist, sind Abmeldungen nur bis zu diesem Termin möglich.

Haftungsausschluss

- (1) Für Unfälle und sonstige Schädigungen der Teilnehmenden bzw. Diebstähle oder Schädigungen ihrer Sachen während einer Veranstaltung haftet der Landkreis Northeim nur bei ihm zuzurechnendem Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit.
- (2) Der Ausschluss gemäß Absatz 1 gilt nicht, wenn der Landkreis - oder ihm zurechenbare Personen - Pflichten schuldhaft verletzt, die das Wesen des Vertrages ausmachen (Kardinalpflichten), ferner nicht bei einer schuldhaften Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit der oder des Teilnehmenden.
- (3) Für Unfälle und sonstige Schädigungen während des Hin- bzw. Rückweges zu bzw. von den Veranstaltungen übernimmt der Landkreis Northeim keine Haftung.

Daten

Ihre Daten aus der Anmeldung werden nach Artikel 6 der Datenschutz-Grundverordnung durch die Kreisvolkshochschule zur Erfüllung der Verwaltungsaufgaben entsprechend der Einverständniserklärung erhoben, verarbeitet und genutzt. Sofern eine Einverständniserklärung zur Nutzung der angegebenen personenbezogenen Daten ausschließlich durch die Kreisvolkshochschule zu Zwecken der Werbung (z.B. Newsletter oder E-Mail) erteilt wurde, kann der Nutzung, unabhängig von der Einwilligung der Datenverarbeitung widersprochen werden. Unsere Datenschutzbestimmungen finden Sie im Programmheft und auf unserer Homepage www.kvhs-northeim.de. Wir schicken Sie Ihnen auf Wunsch auch gerne zu.

Änderungen

Änderungen gegenüber dem Ausdruck des aktuellen Programms bleiben dem Landkreis Northeim vorbehalten.

Hinweis: In den Schulferien findet in der Regel kein Unterricht statt.

Gültigkeit

Sollten eine oder mehrere Bestimmungen dieser Geschäftsbedingungen ganz oder teilweise nichtig sein, wird hierdurch die Wirksamkeit der übrigen Vertragsteile nicht berührt. Mit der Bekanntgabe dieser Geschäftsbedingungen verlieren alle früheren ihre Gültigkeit.

Hinweis

Sofern Sie eine E-Mailadresse angegeben haben, nutzt die KVHS diese vorzugsweise für unsere Kommunikation mit Ihnen.

Stand: 11/2022

ANMELDUNG

Sie können sich auch online unter kvhs-northeim.de oder telefonisch unter 05551/708 -8210 anmelden!

Ich erkläre hiermit das nach Artikel 6 der Datenschutz-Grundverordnung erforderliche Einverständnis zur Erhebung, Verarbeitung und Nutzung meiner personenbezogenen Daten durch die Kreisvolkshochschule Northeim zur Erfüllung der Verwaltungsaufgaben.

Name:	Straße:
Vorname:	PLZ/Wohnort:
Geburtsdatum:	Telefon:
<input type="checkbox"/> w <input type="checkbox"/> m <input type="checkbox"/> d	Telefon dienstlich:
Mobil:	E-Mail:
<p>KVHS Northeim OT Drüber An der Schule 2 37574 Einbeck</p> <p>digital per Scan/E-Mail an: info@kvhs-northeim.de oder Fax 05551 708-8229</p>	<p>Ich erhalte keine Ermäßigung bei Veranstaltungen, die hinter der Veranstaltungs-Nr. mit einem „K“ gekennzeichnet sind und es gibt Sonderregelungen für Lehrgänge, Bildungsurlaube und Wochenendseminare.</p> <p><input type="checkbox"/> Ich beantrage eine Ermäßigung. Die Ermäßigung kann mir nur gewährt werden, wenn ich bis Veranstaltungsbeginn einen aktuellen Nachweis einreiche. Sonst wird mir die volle Gebühr berechnet.</p> <p><input type="checkbox"/> 30% als Schüler/in, Student/in, Auszubildende/r, Praktikant/in, Rentner/in, Behinderte/r o. Bundesfreiwilligendienstleistende.</p> <p><input type="checkbox"/> 50% als Arbeitslose/r oder ALG II-Empfänger/in.</p> <p><input type="checkbox"/> Sonstiger Grund gemäß schriftlichen Antrag.</p>

Hiermit melde ich mich verbindlich für die folgende/n Veranstaltung/en an:

Veranstaltungs-Nr.	Titel	Veranstaltungsort	Beginn	Gebühr

Sie erhalten keine Anmeldebestätigung! Wir informieren Sie vorzugsweise per E-Mail, wenn eine Veranstaltung belegt ist oder verschoben wird.

Ich wünsche mir zukünftig folgendes Angebot: _____

Ich bin in meiner Mobilität eingeschränkt und melde mich wegen der Raumorganisation unter der Tel.-Nr. 05551 708-8210.

Hiermit erkenne ich die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) und die Datenschutzbestimmungen der KVHS Northeim an.

Ort, Datum, Unterschrift (bei Minderjährigen die erziehungsberechtigte Person)

Die Gebühr bezahle ich unmittelbar nach Veranstaltungsbeginn.

Ich überweise die Gebühr selbst unter Angabe der Veranstaltungsnummer auf das Konto der KVHS Northeim.

Bankverbindung: **IBAN: DE55 2625 0001 0000 0639 90** und **BIC: NOLADE21NOM** oder

mit SEPA-Lastschrift-Mandat.

Die KVHS Northeim zieht die zu Veranstaltungsbeginn fälligen Gebühren unter ihrer Gläubiger-Identifikation-Nr.: DE19 ZZZ 000000 99537 und der folgenden Mandatsreferenz: Veranstaltungsnummer und max. 25 Stellen meines Vor- und Zunamens ein.

Hiermit ermächtige ich die KVHS Northeim, die Gebühr von meinem Konto einzuziehen und weise mein Kreditinstitut hiermit an, die Lastschrift einzulösen.

Kontoinhabende Person falls abweichend: _____

IBAN: DE _ | _ || _ | _ | _ || _ | _ | _ || _ | _ | _ || _ | _ | _ || _ | _ ||

Name der Bank: _____

Datum, Unterschrift kontoinhabende Person

Schwimmen, Plantschen und Saunieren

Tanken Sie neue Energie in unserer modernisierten Saunalandschaft oder powern Sie sich in unserer Wasserwelt so richtig aus. Ob Groß oder Klein, Sportler, Wasserratten, Actionfans oder Wellnessliebhaber – hier sind alle in ihrem Element.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

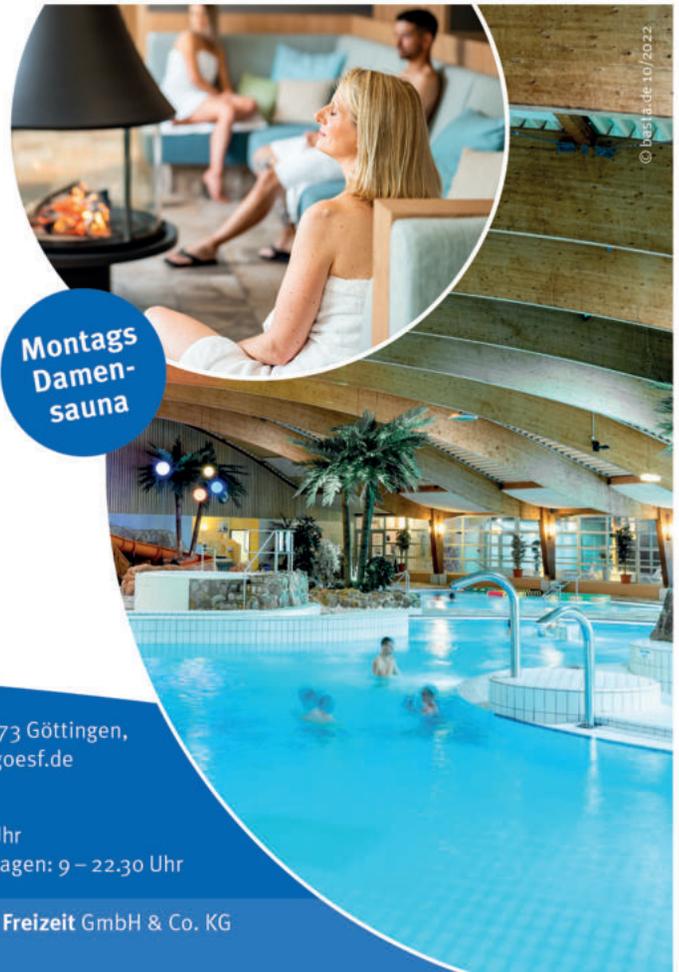


Windausweg 60, 37073 Göttingen,
Tel.: 50 70 90, info@goesf.de

Öffnungszeiten:
Mo. – Fr.: 10 – 22.30 Uhr
Sa., So. und an Feiertagen: 9 – 22.30 Uhr

Bewegend. Erholsam. Erfrischend.

Göttinger Sport und Freizeit GmbH & Co. KG



Montags
Damen-
sauna

© baesf.de 10/2022

Es ist doch nie der Weg zu weit,
in ein Lokal mit Gastlichkeit.



Hotel Schere

37154 Northeim · Breite Straße 24
Telefon 055 51/969-0

www.hotel-schere.de · mail@hotel-schere.de

Ernst Kasten

www.fahrschule-kasten.de

Fahrschule aller Klassen!

MOFA ■ MOTORROLLER ■ MOTORRAD
PKW ■ LKW ■ BUS

ab 16 Jahre:

Jetzt Motorrad-
führerschein machen!
Bei uns mit der
handlichen **KTM DUKE 125 - ABS**



Unsere Filialen

- Nörten-Hardenberg · Vetterweg 8
Unterricht: DI und DO 18.00 - 19.30 Uhr
- Northeim · Holzhäuserstr. 29
Unterricht: MO und MI 18.30 Uhr - 20.00 Uhr

Telefonisch jederzeit erreichbar unter
(05503) 49102 oder 0172 5600370