



Liebe Leserinnen und Leser!

Mit dem neuen Programmheft unserer Kreisvolkshochschule haben Sie wieder ein umfangreiches Paket an (Weiter-)Bildungsmöglichkeiten in der Hand. Ich bin sicher, dass die zahlreichen Kurse, Vorträge, Einzelveranstaltungen und Bildungsurlaube gut bei den Menschen im Landkreis Northeim ankommen werden. Das Team der KVHS und die Kursleitungen freuen sich auf Sie!

Die Volkshochschulen in Deutschland werden das Jahr 2023 mit dem gemeinsamen Jahresthema „vernetzt“ angehen. Um mit dem technischen Fortschritt Schritt halten und am gesellschaftlichen Leben teilhaben zu können, benötigen alle Menschen digitale (Grund-)Kompetenzen. Die Digitalisierung durchdringt zunehmend alle Lebensbereiche. Gleichzeitig gilt es, auch in Zeiten des digitalen Wandels, den gesellschaftlichen Zusammenhalt zu bewahren und weiter zu stärken. Um diese Herausforderungen zu meistern, braucht es Bildung für alle, Orte des Dialogs und die Möglichkeit zur Beteiligung. Das alles macht den Stellenwert unserer Kreisvolkshochschule deutlich.

„Wir bilden weiter“ – unter diesem Motto stand der 15. Volkshochschultag im Juni in Leipzig. Dort ging es unter anderem um große Zukunftsthemen wie die Stärkung der Demokratie, die Befähigung breiter Bevölkerungsteile zur digitalen Teilhabe und die Dringlichkeit einer nachhaltigen Lebensweise. Die Volkshochschulen – wie unsere KVHS – sind wichtige Orte für all das, denn sie machen Angebote für alle Menschen.

Liebe Leserinnen und liebe Leser, ich hoffe, dass Sie sich für Veranstaltungen aus diesem Heft interessieren und sich anmelden werden. Sollten sich die Coronaregeln zum Winter hin wieder verschärfen und einen normalen Lehrbetrieb nicht zulassen, werden die Kolleginnen und Kollegen in der KVHS Alternativen für Sie finden. Aktuelle Informationen dazu finden Sie jeweils online unter kvhs-northeim.de.

Jetzt wünsche ich Ihnen aber erstmal viel Spaß und interessante Einblicke in das neue Semesterprogramm.

Northeim, im August 2022

Ihre

A handwritten signature in black ink, which reads "Astrid Klinkert-Kittel".

Astrid Klinkert-Kittel

Landrätin

Allgemeine Informationen

Fachbereichsleiter Mobilität und Wirtschaftsförderung
Detlef Schrader
05551/708-730, dschrader@landkreis-northeim.de

Pädagogischer Leiter der Kreisvolkshochschule
Jörg Hüddersen
05551/708-8212, jhuuddersen@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
Michaela Arnecke
05551/708-8211, marnecke@landkreis-northeim.de

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

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

Programmbereiche
Deutsch als Zweit- und Fremdsprache
Sarah Ohst
05551/708-8215, sohst@landkreis-northeim.de

Elvira Ludwig
05551/708-8228, eludwig@landkreis-northeim.de

Programmbereichsleitung EDV und Beruf
Martin Heuer
05551/708-8219, mheuer@landkreis-northeim.de

Programmbereichsleitung Kulturelle Bildung und
Leitung der Kontaktstelle Musik
Jessica Krause
05551/708-8220, jkrause@landkreis-northeim.de

Programmbereichsleitung Gesundheit
N.N.

Programmbereichsleitung Grundbildung, Alphabetisierung
und Zweiter Bildungsweg
Halida Sydymanova
05551/708-8218, hsydymanova@landkreis-northeim.de

Programmbereichsleitung Fremdsprachen
und vhsConcept-Lehrgänge
Stefanie Turano
05551/708-8222, sturano@landkreis-northeim.de

Anschrift:
Kreisvolkshochschule
Northeim
An der Schule 2
37574 Einbeck - Drüber

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

Öffnungszeiten:
montags, dienstags,
donnerstags und freitags
8.30 - 12.30 Uhr und
dienstags und donnerstags
14.00 - 16.00 Uhr
sowie nach Absprache.
Mittwochs geschlossen.

So können Sie sich anmelden:

Persönlich
Kommen Sie in die Ge-
schäftsstelle oder geben
Sie den Anmeldevordruck
direkt der Kursleitung.

Schriftlich
Mit dem Anmeldeformular
per Post oder per Fax an
05551/708-8229

Online unter
www.kvhs-northeim.de

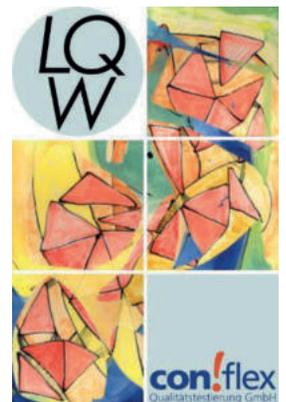
Anmeldevordruck auf
Seite 130

Bankverbindung:
IBAN
DE55 2625 0001 0000 0639 90

Semester:
01.09.2022 bis 31.01.2023

Ferientermine:
Herbstferien:
17.10.2022 bis 28.10.2022
Weihnachtsferien:
23.12.2022 bis 06.01.2023
Halbjahresferien
30.01.2023 bis 31.01.2023

In den Schulferien finden
in der Regel keine Kurse
statt.



Qualitätstestiert
bis 31.05.2024



Ihr Kontakt vor Ort: Die KVHS-Außenstellenleitungen

Leiterin der Außenstelle Bad Gandersheim
Irene Söffker

05382 3124, soeffkergan@t-online.de

Leiterin der Außenstelle Bodenfelde
Pia Engelhardt

05572 4559

Leiterin der Außenstellen
Dassel und Einbeck (ohne Kreiensen)

Karin Ganßmann

Persönliche Sprechzeit
Büro Hullerser Str. 19, Einbeck:
donnerstags 10 bis 12 Uhr
(außer in den Schulferien)

05551 708 8260,
sonst tagsüber: 05561 7980903 bzw.
ganssmann.karin@gmx.de

Leiterin der Außenstellen
Hardeggen, Moringen, Nörten-Hardenberg

N. N.

Leiterin der Außenstelle Kalefeld
N. N.

Leiterin der Außenstelle Katlenburg-Lindau
Gesine Rode
05551 708 8210

Leiterin der Außenstelle Kreiensen
Susanne Nüsse

05563 8008 / Fax 05563 999303,
susanne-nuesse@web.de

Leiterin der Außenstelle Northeim
Ulrike Berghahn

Persönliche Sprechzeiten
Büro Wallstr. 40, Northeim:
montags 15 bis 18 Uhr,
donnerstags 11.30 bis 12.30 Uhr
05551 708 683,
uberghahn@landkreis-northeim.de

Leiterin der Außenstelle Uslar
Annegret Herrmann
05571 5880, kvhs-uslar@t-online.de



Servicekräfte in der KVHS,
Northeim, Wallstr. 40

René Manthe,
Helge Rentschka,
Adrian Specht

Alle Kurse finden Sie online:
www.kvhs-northeim.de

Hinweise zur Corona- Pandemie

Die Vorkehrungen zum Infektionsschutz in den Kursen der KVHS werden sehr stark vom Stand der Corona-Pandemie abhängen. Die Situationen waren zum Zeitpunkt der Drucklegung dieses Heftes nicht wirklich einzuschätzen.

Um Risiken zu minimieren, gilt das Gebot der Vorsicht für unsere Teilnehmenden und Kursleitungen.

Den aktuellen Stand können Sie jeweils auf unserer Homepage www.kvhs-northeim.de nachlesen.

**Wir bitten um
Verständnis und
freuen uns über ei-
nen Kursstart
mit Ihnen!**



- A**
 Abendschule - 41
 Acrylmalerei - 74, 79f.
 Akkordeon - 93
 Alexander der Große - 74
 AGB der KVHS - 129
 Alphabetisierung - 42
 Anmeldung zu KVHS-Kursen - 132
 Antike - 14f.
 Antipasti - 114
 Aquarellmalerei - 78f.
 Arabisch - 63
 Audea Kreativ - 110
 Ausstellungseröffnung „Steine“ - 17, 82
 Ayurveda - 109, 115
- Ä**
 Ägypten - 72
- B**
 Bauch-Beine-Po - 108
 Bauchtanz - 105
 Beckenbodengymnastik - 106
 Betreuungsrecht - 0, 20
 Bewegung - 98, 105, 107f.
 Bildbearbeitung - 36
 Bildungsurlaub - 33ff., 48f., 56, 62
 Bücher - 18, 75f.
 Büroyoga - 119
- C**
 Cambridge Certificate Course - 56
- D**
 Dänisch - 63
 Datensicherheit - 30, 33
 Datenschutzinformationen der KVHS – 130

- Depression - 109f.
 Deutsch als Fremdsprache - 68f.
 Deutsche Gebärdensprache - 48
 Digitalisierung - 43
- E**
 EDV - 30ff., 35f.
 EDV-Grundkurs - 32
 Einbecker Seniorenrat – 70
 Einbürgerungstest - 68f.
 Eltern - 100
 Eltern und Kind - 111
 Englisch - 48ff.
 Englisch für den Beruf - 48f., 56
 Entspannung - 95ff., 100, 102f.
 Erbrechen - 21
 Erwerb von Alltagskompetenzen - 42
 Erziehungsfragen - 24
 Excel - 34
- F**
 Fasten - 109
 Filzen - 21
 Firefox - 30, 33
 Fitness - 104ff.
 Forstwirtschaft - 20
 Fotografie - 13, 76f.
 Französisch - 57f., 64, 119
 Frauenkurs - 33, 105
- G**
 Garten - 19
 Gedächtnistraining - 111
 Gemeinsam Kreativ - 22, 117
 Geologie - 17
 Geschichte - 16
 Gewohnheiten ändern - 11
 GIMP - 36

- Gitarre - 90ff.
 Golf - 81, 83, 108
 Grundbildung - 42
 Gymnastik - 98, 106f.
- H**
 Handy - 31
 Hauptschulabschluss - 41
 Hellenismus - 74
 Herz-Kreislauf-Training - 107
 Hochsensibilität - 24
 Holzschnitzen - 83
- I**
 Indische Küche - 112f.
 Inklusion - 22, 27, 43, 110, 117
 Insekten als Lebensmittel - 19, 115
 Internet - 30, 32f.
 Israel - 14f.
 Italien - 59
 Italienisch - 58ff., 64, 66, 119
- J**
 Japanisches Heilströmen - 104
- K**
 Keramik - 82
 Keyboard - 90
 Kinder - 100
 Kochen - 111ff.
 Kommunikation - 9ff.
 Konversation - 58
 Konzentrationsförderung - 10
 Kürbis - 111f.
 Kursleiter/in werden?! - 13, 66, 97

Kultur und Gestalten



Gesundheitsbildung



Informationen



L

Lachen - 101
Latein - 63
Lehmbau - 18
Leichte Sprache - 43
Leitbild der KVHS – 128
Lernen - 25, 117
Lesen und Schreiben - 42
Lesungen - 63f., 74f., 86f.
Linux - 30
Literatur - 18, 63f., 74f., 86f.

M

Malen - 22, 77, 79
Medienkompetenz - 43
MS-Office - 33f.
Musik - 63f., 74f., 86ff., 117f.

N

Nachhaltigkeit - 18
Nähen - 85f.
Nationalsozialismus - 16, 117
Natur - 103
Niedersachsen - 16
Nil - 72
Nordic-Walking - 107f.
Norwegisch - 63
NS-Familiengeschichte - 16, 117

O

Onlinekurse - 88, 118f.
Orchester der KVHS - 87
Orientalische Küche - 113
Orientalischer Tanz - 105
Outdoor - 95f.

Ö

Ökonomie - 11
Ölmalerei - 79

P

Pädagogik - 24ff., 83, 117
Patientenverfügung - 21
PC - 33
Plastikmüll - 12f.
Plastisches Gestalten - 80, 82
Plattdeutsch - 17
Platzreife - 81, 83, 108
Portraitfotografie - 77
Posten - 31
Power Point - 36
Psychische Erkrankung - 22, 117
Publisher - 36

Q

Qigong - 102f.

R

Raku - 82
Realschulabschluss - 41
Rechnen - 42
Rückentraining - 99f., 106
Russisch - 63

S

Schmieden - 82
Schnitzen - 28, 83
Schulabschluss - 41
Selbstverteidigung - 25
Singen - 87f., 117f.
Smartphone - 31
Spanisch - 49, 60ff.
Sticken - 83
Stressbewältigung - 96, 105

T

Tabata - 104
Tabellenkalkulation - 31, 34
Taiji Quan - 103
Tal der Könige - 72
Tanzen - 104f.
Tastaturschreiben - 30
Testament - 21
Textiles Gestalten - 83
Tonarbeiten - 80, 82
Töpfern - 80, 82
Trüffelanbau - 18

U

Ukulele - 92f.
Upcycling - 30

V

Verhaltenstraining - 10
Vorbereitungslehrgang auf einen Schulabschluss - 41
Vorsorgevollmacht - 21

W

Waldbaden – 96f.
Walderkundung – 20
Weinkunde - 116
WINDOWS - 33
Word und Excel - 35

Y

Yoga - 97ff., 119

Z

Zeichnen - 77f.
Zeitgeschichte - 16



KVHS: Mensch und Umwelt

Das Programmangebot im Bereich „Mensch und Umwelt“ ist breit angelegt und umfasst sowohl gesellschaftliche, soziale, ökonomische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen. 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 jedem Einzelnen, die Auswirkungen des eigenen Handelns auf die Welt zu verstehen.

Die Kurse und Vorträge sind weltanschaulich neutral, überparteilich und den Prinzipien einer demokratischen Gesellschaft verpflichtet. Die Veranstaltungen sind geprägt durch offenen Gedankenaustausch zwischen engagierten Menschen, in sachlichen und kontroversen Diskussionen, zur gemeinsamen Erarbeitung von Kenntnissen und Hintergrundinformationen, insgesamt mit spannenden und kreativen Methoden.

Im Bereich Pädagogik finden Sie Lehrgänge zu beruflichen Weiterbildungen sowie Veranstaltungen zu Erziehungsthemen. Hierbei achtet die Kreisvolkshochschule auf kleine Lerngruppen, qualifizierte und erfahrene Kursleiterinnen und Kursleiter sowie den Austausch mit Kooperationspartnern.

Ihr Ansprechpartner:

Martin Heuer

**für Geschichte, Umweltbildung,
Recht und Kommunikation**

Tel: 05551 708 8219

E-Mail: mheuer@landkreis-northeim.de

Ihre Ansprechpartnerin:

Jessica Krause

**für Pädagogik, Kindertagespflege
und Elternbildung**

Tel: 05551 708 8220

E-Mail: jkrause@landkreis-northeim.de

Ihre Ansprechpartnerin:

Stefanie Turano

für vhsConcept

Tel: 05551 708 8222

E-Mail: sturano@landkreis-northeim.de

Persönlichkeit stärken

Die eigene Persönlichkeit stärken

● 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. Sie lernen einige allgemein gültige und antrainierte Glaubenssätze kennen und bekommen praktische Tipps, wie Sie sich dieser bewusst werden, diese annehmen und integrieren können. Sie werden einen Einblick bekommen über typische "Knöpfedrucker" im Alltag und wie diese unser inneres Kind aktivieren. Zudem erlernen Sie Atemtechniken, die bei stressigen Situationen im Alltag hilfreich sind, um das Nervensystem zu beruhigen und einen klaren Kopf zu bewahren. Zum Schluss gibt es noch eine kleine Ausführung zum Thema Dankbarkeit. Dazu machen wir auch eine Übung.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
Sabine Hofmann
Freitag, 11.11.2022, 18.30 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 3.11.2022
Kurs-Nr.: F1074E1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Sabine Hofmann
Freitag, 14.10.2022, 18.30 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 7.10.2022
Kurs-Nr.: F1074P1

● Souverän mit Ankertechniken und Selbstmotivation

Gefühle helfen uns das Erlebte zu verarbeiten und uns auszudrücken. In bestimmten Momenten oder Gelegenheiten stören uns jedoch Wut und Verletzung oder Nervosität und Zweifel. Wir wollen oder können sie dann nicht zulassen und wollen diese Situationen souverän meis-

tern und unseren Alltag und Arbeit in diesem Moment dadurch nicht behindern lassen. Oder wir wollen aktiv sein, aber es siegt der "innere Schweinehund" und wir bleiben eher mit Frust in der bequemen Rolle. Sie erfahren, wie Sie negative Gefühle abschwächen und positive Gefühle hervorrufen oder wie Sie sich selbst für kleine und große Dinge motivieren können. Dazu nutzen wir zum Beispiel Ankertechniken, die Körperhaltung und Motivationsstrategien, die Sie natürlich an diesem Abend gleich selbst ausprobieren können.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.05
Mike Cornelius
Dienstag, 20.9.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 13.9.2022
Kurs-Nr.: F1074P2

● Menschen besser verstehen mit dem Ich-Zustandsmodell der Transaktionsanalyse

Möchten Sie verstehen, warum Sie so reagieren, wie Sie reagieren? Warum Sie sich in Situationen so verhalten, wie Sie es tun? Mit dem Ich-Zustandsmodell der Transaktionsanalyse können wir ein tieferes Verständnis dafür bekommen und können nicht nur in beruflichen Situationen anders reagieren, um uns so im Alltag besser zu verstehen. So können Sie lernen, mehr Verständnis für andere Menschen aufzubringen und Gespräche so zu gestalten, dass sie für beide Seiten zufriedenstellend verlaufen. Neben den theoretischen Grundlagen üben wir Methoden zur Selbstreflexion.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.05
Mike Cornelius
Dienstag, 11.10.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 4.10.2022
Kurs-Nr.: F1074P3

● Strokes - Unser ständiger Hunger nach Aufmerksamkeit!

Die Transaktionsanalyse erklärt unseren ständigen Hunger nach Aufmerksamkeit. Wir wollen als Menschen wahrgenommen und unsere Existenz will zur Kenntnis genommen werden. Dabei ist uns dann auch oft lieber, negative Aufmerksamkeit zu bekommen als gar keine. Warum ist das so? Die Transaktionsanalyse nach

Eric Berne gibt darauf Antworten. Sie werden verstehen, warum wir lieber negative Aufmerksamkeit bekommen möchten als gar keine, welche Formen von Aufmerksamkeit es gibt, warum sie unser Verhalten verstärkt und weshalb wir auch negative Aufmerksamkeit in unserem Leben benötigen. Sie entdecken Ihre eigenen Muster, die Sie in der Kindheit erlernt haben. Dadurch können Sie Ihr eigenes Verhalten hinterfragen und ändern sowie auch das Verhalten anderer Menschen besser verstehen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.05
Mike Cornelius
Dienstag, 15.11.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 8.11.2022
Kurs-Nr.: F1074P4

● Sie selbst sind der Verfasser Ihrer Lebensgeschichte!

Nach dem Lebensskript der Transaktionsanalyse haben Sie bei Ihrer Geburt angefangen Ihre Geschichte zu schreiben. Bis zum siebten Lebensjahr hatten Sie sie schon mit den wesentlichen Einzelheiten für die restliche Zukunft fertig geschrieben. Wie kann es sein, dass unsere ersten sieben Jahre auf der Welt unser ganzes Leben steuert? Aus unserer Kindheit entstehen einige unserer tiefsten Glaubenssätze und Gummibänder und bestimmen so über unser weiteres Leben. Wie wir zu uns selbst stehen, was wir uns trauen oder ob wir anderen gefällig sind, hängt alles davon ab, wozu wir uns als kleines Kind aufgrund von damaligen Situationen entschieden haben. Das Gute ist, Sie können Ihre Lebensgeschichte noch umschreiben. Sie müssen sich nur dazu entscheiden. Genauso wie Sie sich als kleines Kind entschieden haben, Ihre Geschichte zu schreiben. Dazu müssen Sie ein Verständnis entwickeln, welche Glaubenssätze Sie übernommen haben und in welchen heutigen Situationen Sie mit einem Gummiband wieder in ihr kindliches Verhalten gebracht werden. An diesem Abend setzen wir uns mit dem Lebensskript der Transaktionsanalyse auseinander. Sie lernen, wie Sie Ihre Lebensgeschichte umschreiben können und bekommen ein Bewusstsein für Ihre möglichen Gummibänder.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.05
Mike Cornelius
Dienstag, 13.12.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 6.12.2022
Kurs-Nr.: F1074P5

● **Mit Zieltechniken den eigenen Weg gehen**

Viele Menschen setzen sich in ihrem Leben keine klaren Ziele. Meistens bleibt es bei den üblichen Vorsätzen für das neue Jahr, die hoch motiviert angegangen werden, aber oft schon nach dem ersten Monat im Sande verlaufen. Dabei ist es gar nicht so schwierig, sich Ziele zu setzen und auch zu erreichen. Das Erreichen eines Ziels bedarf jedoch einiger Vorarbeit. Zum Beispiel müssen wir uns unsere wahren Ziele und Wünsche bewusst werden, sie müssen für uns einen Sinn ergeben, mit unseren Werten übereinstimmen und wir dürfen uns von Hindernissen nicht abschrecken lassen. Ziele können für die verschiedensten Bereiche formuliert werden. Das kann z. B. eine Weltreise, ein neuer Job, mehr Geld, das Wunschgewicht oder eine neue

Partnerschaft sein. An diesem Abend diskutieren wir verschiedene Ziel-Strategien. Sie lernen, wie Sie Ihre persönlichen Ziele herausfinden, sie klar formulieren, umsetzen und erreichen können.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.05
Mike Cornelius
Dienstag, 10.1.2023, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 2.1.2023
Kurs-Nr.: F1074P6

● **Magic Words®**

Wer kennt sie nicht, die Macht der Wörter, die allein schon beim Aussprechen, Denken oder Zuhören Gefühle und Reaktionen auslösen? Mit Magic Words erlernen und erleben Sie eine Methode, die Energie dieser Macht positiv für persönliche und berufliche Lebensziele zu nutzen. Mit Magic Words können Sie Wörter mit gezielt eingesetzter Zauberkraft "aufladen". So wird das Wort für Seele und Körper zu einem positiven Zukunftsboten. Der Prüfling z. B. bekommt einen klaren Kopf und fühlt sich kraftvoll und kreativ, wenn das Wort PRÜFUNG fällt. Wörter aktivieren plötzlich erwünschte und kraftvolle Reaktionen. Diese Methode wirkt über eine gezielte Gehirnbenutzung und die direkte Ansprüche unseres Nervensystems. Innerhalb einer Minute kann man den Zaubererfolg körperlich testen, weil das Gehirn den "Zauber" direkt auf die Körperreaktion überträgt. Die Stresswirkungen sind tatsächlich spürbar verschwunden. 1993 hat die Diplom-Psychologin Cora Besser-Siegmund das Buch "Magic Words - der minutenschnelle Abbau von Blockaden" veröffentlicht (Econ-Verlag, Neuauflage 2001, 4. Auflage 2012 Junfermann Verlag). Im Seminar wird ein Teil des Inhaltes dieses Buches in praktischen Übungen erarbeitet und trainiert. Magic Words ist von allen Menschen zu erlernen. Alle können mit einem vergleichsweise kurzen Zeiteinsatz Magic Words für das Erreichen von Lebenszielen in den verschiedensten Bereichen nutzen: Gesundheit, Gefühle, Gedanken, erfolgreiche Kommunikation. Magic Words - Begriff und Methode sind geschützt - wird von Ärzten, Psychologen und Laien erfolgreich eingesetzt.

NEU!

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Annika Honermeier
Samstag, 12.11.2022, 10 bis 15 Uhr
1 Termin, 42 Euro
Anmeldeschluss: 2.11.2022
Kurs-Nr.: F1074P8K



NEU!

● **Gymnastik für das Gehirn - Mit Bewegung Lernfreude und Konzentration fördern**

In der heutigen Gesellschaft steht das Motto "Lebenslanges Lernen" hoch im Kurs. Doch wir alle kennen Situationen, in denen uns das Erlernen neuer Dinge, in unserem oftmals hektischen Alltag schwerfällt. Wir zeigen Ihnen Brain Gym®-Übungen, die Ihnen das Lernen erleichtern und Ihre Konzentrationsfähigkeit steigern. Die ausgewählten Übungen sind alltagstauglich und ohne großen Aufwand umsetzbar. Ganz nebenbei verringern Sie Ihren Stresslevel und kommen in Bewegung. Die ausgewählten Übungen sind auch von Kindern leicht durchzuführen und bringen somit Bewegungsspaß für die ganze Familie. Bitte für die Veranstaltung bereitstellen: Eine Flasche Wasser (möglichst still). Sie bekommen vor der Veranstaltung eine E-Mail mit einem Einladungslink geschickt. Bitte geben Sie dafür bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an.

Online-Kurs, Zoom-Meeting
Tobias Kaspar, Annika Honermeier
Samstag, 8.10.2022, 10 bis 13.15 Uhr
1 Termin, 32 Euro
Anmeldeschluss: 30.9.2022
Kurs-Nr.: F1074X1K



Caritas Familienbüro
Northeim

0 55 51 / 911 770
www.caritas-northeim.de

- **Lebens- und Sozialberatung**
- **Beratung für Schwangere**
- **Familien**
 - ❖ Mutter-Kind-Kuren
 - ❖ Familienerholung
 - ❖ Kindererholung
- **Erziehungslotsen**
- **Caritas-Textilladen**
- **ZISS Selbsthilfe-Kontaktstellenbüro**

 **Wir bewegen – was uns verbindet**
Selbsthilfegruppen in Niedersachsen

Kommunikation stärken

● Kommunikation und Situation

Von der inneren Logik menschlicher Begegnungen

Kommunikation ist dann stimmig, wenn sie sowohl dem eigenen Wesen als auch den Besonderheiten der Situation entspricht. Das eine ohne das andere führt zu unklaren oder verqueren Äußerungen und Verhaltensweisen. Im Vortrag wird mit dem Situations-Modell der Blick nach außen auf den Zusammenhang gerichtet, um die „situative Stimmigkeit“ zu erkunden: Was sind die Anlässe und Hintergründe von Gesprächen und Besprechungen? Worum geht es, und was soll dabei herauskommen? Wie stehen wir zueinander und was verlangt mir meine Rolle ab? Denn ein geklärtes und gemeinsames Situationsverständnis ermöglicht es, Zusammentreffen situationslogisch und darüber hinaus systemgerecht zu gestalten.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Andrea Eimler

Donnerstag, 24.11.2022,
19.30 bis 21.15 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 17.11.2022
Kurs-Nr.: F1074P7

● Die Geheimnisse des Erfolgs!

Maximale Wirkung in Universität, Schule und Beruf

Wie schafft man es, gute Vorsätze tatsächlich umzusetzen? Der Schlüssel dazu liegt in unseren Gewohnheiten. Die Aufgabe ist, seine eigenen Bedürfnisse und Gewohnheiten erfolgreich zu verändern, also gute Gewohnheiten zu etablieren und schlechte Gewohnheiten unmöglich unter der Betrachtung seiner eigenen Bedürfnisse zu machen!

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
Heinz-Adolf Menke
Samstag, 5.11.2022, 9 bis 15 Uhr
Sonntag, 6.11.2022, 9 bis 15 Uhr
2 Termine, 44,80 Euro
Anmeldeschluss: 26.10.2022
Kurs-Nr.: F1087E1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 16
Heinz-Adolf Menke
Samstag, 29.10.2022, 9 bis 15 Uhr
Sonntag, 30.10.2022, 9 bis 15 Uhr
2 Termine, 44,80 Euro
Anmeldeschluss: 19.10.2022
Kurs-Nr.: F1087P1

NEU!

● Lerntechniken für Schule und Uni

Neues Lernen in digitalen Zeiten zeigt die technische Umsetzung des Online-Unterrichts. Wir lernen neuronale Netze, Algorithmen, digitale Muster und deren Regelmäßigkeiten und Vorteile zu nutzen. Das ganze Lernen wird leichter und schneller. Verbindungen erkennen, mit Mustern, mit Verknüpfungen lernen. Zusammenhänge, Vorstellungen und Wissen analog und digital zu vernetzen. Musiknoten schneller lernen, Sprachen mit wenig Aufwand lernen und vieles mehr.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 16
Heinz-Adolf Menke
Samstag, 19.11.2022, 9 bis 15 Uhr
Sonntag, 20.11.2022, 9 bis 15 Uhr
2 Termine, 44,80 Euro
Anmeldeschluss: 9.11.2022
Kurs-Nr.: F1087P2

Politik und Gesellschaft

● **Eine andere Ökonomie oder: Ökosozialer Wandel in der Wirtschaft - jenseits von Wachstum, Arbeit, Eigentum, Geld und Tausch**
Wir leben in Zeiten des Wandels. Um diesen zu gestalten, brauchen wir alternative Wege und neue Narrative (gesellschaftliche Erzählungen). Denn ein immer weiter, schneller, höher und besser im ewigen Wachstumswahn ist auf einem begrenzten Planeten nicht möglich - das erkannte bereits 1972 der Club of Rome. Damit zusammen muss auch die Arbeitslogik in Frage gestellt werden, die mit ihrem Produktivitäts- und Beschäftigungsfetisch dafür verantwortlich ist, dass destruktive Arbeit weiterhin legitimiert und praktiziert wird. Das Arbeitsplatz-Argument á la "Hauptsache es gibt Arbeitsplätze" blendet alle. Egal, ob du mit deiner Arbeit im Kohlekraftwerk dem Klimawandel ordentlich einheizt oder in Großunternehmen



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

andere Menschen global ausbeutest - es spielt keine Rolle. Und was haben Eigentum, Geld und Tausch damit zu tun? Sie bekommen vor der Veranstaltung eine E-Mail mit einem Einladungslink geschickt. Bitte geben Sie dafür bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an.

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Tobi Rosswog

Dienstag, 11.10.2022, 19 bis 21.15 Uhr

1 Termin, kostenlos

Anmeldeschluss: 10.10.2022

Kurs-Nr.: F1010X1

Kein Müll im Fluss

Plastikmüll ist eines der größten Umweltprobleme unserer heutigen Zeit. Schätzungen zufolge gelangten allein im Jahr 2016 weltweit 19 bis 23 Millionen Tonnen nicht nur in unsere Meere, sondern auch in unsere Seen und Flüsse. Bis 2030 könnte diese Menge bis auf jährlich 53 Millionen Tonnen ansteigen. Die Verschmutzung beginnt bereits im Binnenland. Die Ausmaße und Folgen für Pflanzen und Tiere, aber auch für uns Menschen sind schon jetzt beachtlich. Was können wir dagegen tun? Welche neuen Technologien können uns dabei unterstützen? Wie sind die aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisse zu diskutieren? Diesen Fragen geht unsere Vortragsreihe nach. Und Sie sind herzlich eingeladen.

Gerahmt wird diese Vortragsreihe vom World Cleanup Day (17.09.2022) und der Europäischen Woche der Abfallvermeidung (19. bis 27.11.2022). Mehr dazu auf www.wochederabfallvermeidung.de

NEU!

● **The Great Bubble Barrier - Mit Luftblasen gegen Plastikmüll**

Unsachgemäß entsorgter Abfall gelangt über Abwässer, Windverwehung und Starkregenfälle in unsere Fließgewässer. Damit der Müll gar nicht erst das Meer erreicht, gibt es verschiedene Auffangmechanismen. Der Kursleiter ist Mitgründer von „The Great Bubble Barrier“, einer Organisation, die mithilfe eines Blasen-schleiers und flussspezifischer Technik den Unrat möglichst nah am Eintragsort aufhalten will. Er berichtet über die Hintergründe, das System und die Pläne von „The Great Bubble Barrier“. <https://thegreatbubblebarrier.com/>

Online-Kurs, Der virtuelle Kursraum wird bekannt gegeben. BUND Landesverband Niedersachsen e. V., Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e. V. Donnerstag, 22.9.2022, 17.30 bis 19.30 Uhr 1 Termin, kostenlos Anmeldeschluss: 21.9.2022 **Kurs-Nr.: F1056X1**

● **Die Plastikpiraten - Wie Schüler*innen und Wissenschaftler*innen gemeinsam die Plastikmüllverschmutzung von Flüssen erforschen**

In den vergangenen Jahren hat die Umweltverschmutzung mit Müll - vor allem Plastikmüll - immer mehr Aufmerksamkeit erhalten. Die Wissenschaft geht dabei u. a. den Fragen nach, wie stark unsere Flüsse und Bäche belastet sind und welche Faktoren dabei eine Rolle spielen. Der Kursleiter von der Kieler Forschungswerkstatt berichtet, wie Schüler*innen und Wissenschaftler*innen international und gemeinsam die Plastikmüllverschmutzung von Flüssen erforschen. Mehr Informationen: <https://www.plasticpirates.eu/de/>; <https://www.forschungswerkstatt.de/>

Online-Kurs, Der virtuelle Kursraum wird bekannt gegeben. BUND Landesverband Niedersachsen e. V., Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e. V. Donnerstag, 13.10.2022, 17.30 bis 19.30 Uhr 1 Termin, kostenlos Anmeldeschluss: 12.10.2022 **Kurs-Nr.: F1056X2**



● **Stadt, Land, Fluss, Müll, Meer - Welche Rolle spielen Niedersachsens Flüsse für die Müllverschmutzung der Nordsee?**

Viele Jahre lag der Schwerpunkt der Forschung zu den Ausmaßen und Folgen der Müllverschmutzung auf den Meeren und

Küsten. Jetzt beschäftigen sich immer mehr Studien auch mit (Plastik-)Müll in Flüssen und Seen. Fotos und Berichte hochbelasteter Wasserwege vor allem in Asien zeichnen ein Bild wahrer Müllströme.

Doch wie sieht die Lage hier in Europa aus? Welche Rolle spielen Niedersachsens Flüsse für die Müllverschmutzung der Nordsee? Das Forschungsprojekt „Makroplastik in der südlichen Nordsee“ (Universität Oldenburg) ging zwischen 2016 und 2020 u. a. diesen Fragestellungen nach. Die Kursleitende berichtet von den Ergebnissen und Erkenntnissen.

Mehr Infos: <https://uol.de/makroplastik>

Online-Kurs, Der virtuelle Kursraum wird bekannt gegeben. BUND Landesverband Niedersachsen e. V., Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e. V. Donnerstag, 3.11.2022, 17.30 bis 19.30 Uhr 1 Termin, kostenlos Anmeldeschluss: 2.11.2022 **Kurs-Nr.: F1056X3**

● **The North Drift**

Bei einem Besuch auf den Lofoten (Norwegen) findet Steffen Krones an einem abgelegenen Strand nördlich des Polarkreises eine deutsche Bierflasche - und jede Menge Meeresmüll. Zurück in seiner Heimat lassen ihn diese Eindrücke nicht los. Könnte solch eine Flasche aus Deutschland wirklich die Arktis erreicht haben? Womöglich sogar über die Elbe, die direkt vor seiner Haustür fließt? Er beginnt zu recherchieren und folgt über vier Jahre der Spur des Mülls - gemeinsam mit engsten Freund*innen, einem wachsenden Kreis von Unterstützer*innen, Wissenschaftler*innen und selbstgebaute Driftbojen. In diesem Kurs berichtet er über die Höhen und Tiefen, Rückschläge und Erfolge sowie Erkenntnisse seiner spannenden Reise, die ab dem 27.10. als Dokumentarfilm deutschlandweit in den Kinos erscheint. Mehr Informationen: <https://thenorthdrift.com/> <https://www.steffenkrones.com>

Online-Kurs, Der virtuelle Kursraum wird bekannt gegeben. BUND Landesverband Niedersachsen e. V., Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e. V.

Donnerstag, 10.11.2022,
17.30 bis 19.30 Uhr
1 Termin, kostenlos
Anmeldeschluss: 9.11.2022
Kurs-Nr.: F1056X4

● **everwave - Ein ganzheitlicher Ansatz für saubere Ozeane**

Um unser (Plastik-)Müllproblem in den Griff zu bekommen, braucht es verschiedenste Strategien. Technische Auffangstrukturen spielen dabei genauso eine Rolle wie Umweltbildung und die Vernetzung von Interessensgruppen. Der Kursleitende ist Mitgründer von everwave (ehemals „Pacific Garbage Screening“). Er berichtet über deren ganzheitlichen Ansatz von Bildungsarbeit, Unternehmensberatung und energieeffizienten, umweltfreundlichen Cleanup-Technologien, die Auffang-Plattformen, Drohnen und Müllsammelboote umfassen.
Mehr Infos: <https://everwave.de/>

Online-Kurs, Der virtuelle Kursraum wird bekannt gegeben.
BUND Landesverband Niedersachsen e. V.

Donnerstag, 17.11.2022,
17.30 bis 19.30 Uhr
1 Termin, kostenlos
Anmeldeschluss: 16.11.2022
Kurs-Nr.: F1056X5



● **Forum F**

(EFF für Einbecker Fotografie-Forum)
Fortsetzung des Arbeitskreises. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Einbeck, Lernwerkstatt des PS.Speicher
Hullerser Tor 5a
Frank Watermann
Donnerstag, 29.9.2022, 15 bis 18 Uhr
Sonntags, 30.10., 27.11.2022, 29.1., 26.2., 26.3.2023, jeweils von 15 bis 18 Uhr
6 Termine, kostenlos
Höchstteilnehmerzahl: 20
Anmeldeschluss: 22.9.2022
Kurs-Nr.: F1080E1

● **Einführung für neue Kursleiter*innen**

Sie sind neue*r Kursleiter*in an der KVHS? Wir unterstützen Sie bei der Planung Ihres Unterrichts mit einem kurzen Überblick über Lehr- und Lerntechniken und bei der Organisation Ihres Kurses.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Stefanie Turano
Donnerstag, 25.8.2022, 16 bis 19 Uhr
1 Termin, kostenlos
Anmeldeschluss: 18.8.2022
Kurs-Nr.: F8000P1X

● **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 bisher keine Unterrichtserfahrung haben. Sie erfahren etwas über die Institution Kreisvolkshochschule, über Teilnehmer*innen, Unterrichtsmethoden, Kursformate etc.
Diese kostenlose Beratung dient dem gegenseitigen Kennenlernen und der Entscheidungsfindung.
Einen Anmeldung ist erforderlich. Sie benötigen eine Internetverbindung und einen Computer/Tablet oder Smartphone mit Kamera, Lautsprecher und Micro sowie eine stabile Internetverbindung. Sie bekommen vor der Veranstaltung eine E-Mail mit einem Einladungslink geschickt.

Online-Kurs, Zoom-Meeting
Stefanie Turano
Freitag, 11.11.2022, 17 bis 19 Uhr
1 Termin, kostenlos
Anmeldeschluss: 10.11.2022
Kurs-Nr.: F8000X2

Online-Kurs, Zoom-Meeting
Martin Heuer
Mittwoch, 28.9.2022, 19 bis 21 Uhr
1 Termin, kostenlos
Anmeldeschluss: 26.9.2022
Kurs-Nr.: F8000X3

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

Geschichte & Zeitgeschichte

● **Beth Shean in Israel: Stadt mit zwei Gesichtern**

Bildervortrag

Eine dreiteilige digitale Bildervortragsreihe „Israel und Kleinasien in Bild und Wort“ wird von Dr. Hermann Mahnke mit einem Bildervortrag über die 26 Kilometer südlich vom See Genezareth gelegene Stadt Beth Shean fortgesetzt. Der Tell (Stadthügel) Beth Shean ist 55 Meter hoch. Die ältesten Siedlungsschichten reichen bis ins 4. Jahrtausend v. Chr. zurück. Pharao Thutmosis III. machte Beth Shean im 15. Jh v. Chr. zu einer ägyptischen Festung auf kanaanäischem Boden. Zeugnisse aus dieser Epoche finden sich auf dem Tell z. B. in Form einer freigelegten ägyptischen Gouverneursresidenz. Unter König David (um 1000 v. Chr.) wurde Beth Shean israelitisch. Nach seiner Zerstörung durch die Assyrer am Ende des 8. Jahrhunderts v. Chr. erwachte Beth Shean in der Ebene "am Fuße des Tells" zu neuem Leben, als aus dem Iran stammende skythische Veteranen hier die Stadt „Skythopolis“ („Stadt der Skythen“) gründeten. Diese hellenistische, später

römische und danach byzantinische Stadt war wohlhabend, wovon zahlreiche Bauten Zeugnis ablegen: Ein römisches Theater für 6000 bis 7000 Menschen, eine breite Prachtstraße mit Säulengängen und Läden, große Thermenanlagen, Tempel für Dionysos und für Zeus, ein Prachtbrunnen, eine große Markt- und Gerichtshalle und schließlich ein riesiger Marktplatz zeugen von der Größe und Pracht der Stadt. Es werden zunächst Bilder vom Tell, dem alten Gesicht von Beth Shean, und danach vom jüngeren Gesicht von Beth Shean, der Stadt Skythopolis am Fuße des Tells, gezeigt. Rekonstruktionsbilder vermitteln den Zuschauer*innen viel Anschauung von den ausgegrabenen Überresten der Stadt.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2

Haus I, Raum 119, EG

-Eingang vom Hof-

Dr. Hermann Mahnke

Mittwoch, 16.11.2022, 19.30 bis 21.45 Uhr

1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro

Keine Abendkasse. Anmeldung ist erforderlich.

Anmeldeschluss: 15.11.2022

Kurs-Nr.: F1012E1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.05

Dr. Hermann Mahnke

Montag, 14.11.2022, 19.30 bis 21.45 Uhr

1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro

Keine Abendkasse.

Anmeldung erforderlich.

Anmeldeschluss: 13.11.2022

Kurs-Nr.: F1012P1

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2

Dr. Hermann Mahnke

Donnerstag, 17.11.2022,

16.30 bis 18.45 Uhr

1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro

Keine Abendkasse.

Anmeldung erforderlich.

Anmeldeschluss: 16.11.2022

Kurs-Nr.: F1012U1

● **Auf den Spuren des Apostels Paulus in den antiken Metropolen Antalya und Perge**

Bildervortrag

Im digitalen Bildervortrag II geht es an die Südküste der Türkei. Dr. Hermann Mahnke wird Bilder von den antiken Metropolen Antalya und Perge zeigen, die der Apostel Paulus auf seiner ersten Missionsreise durch Kleinasien aufgesucht hat. In der Hafenstadt Attalia ging der Apostel einst bei seiner ersten Missionsreise an Land, wenn er nicht per Schiff auf dem Fluss Kestros direkt nach Perge reiste. In jedem Fall verließ er Kleinasien am Ende seiner ersten Missionsreise im Hafen von Antalya. Noch heute ist der antike Hafen der Stadt in seiner ursprünglichen Form erhalten, wird jedoch als Yachthafen genutzt. Antike Stadtmauern, ein zu Ehren von Kaiser Hadrian errichtetes Tor und beeindruckende Bauten aus der Seldschukenzeit kann man in Antalya bewundern. Das antike Perge, in dem Paulus einige Zeit gewirkt hat, gehörte einmal zu den schönsten antiken Städten Kleinasiens überhaupt. Im Vortrag werden Bilder vom Theater, vom Stadion, von der Stadtmauer und ihren Prunktoren, von einer riesigen römischen Badeanlage, von der Agora (dem Marktplatz), von der Säulenstraße und von prunkvollen Nymphäen (Brunnenanlagen) gezeigt. Mit Hilfe von Rekonstruktionszeichnungen, Fundstücken aus dem Archäologischen Museum von Antalya sowie mündlichen Erläuterungen wird das Leben in diesen Städten in der Antike vor Augen geführt.

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



Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 119, EG
-Eingang vom Hof-
Dr. Hermann Mahnke
Mittwoch, 23.11.2022, 19.30 bis 21.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Keine Abendkasse.
Anmeldung erforderlich.
Anmeldeschluss: 22.11.2022
Kurs-Nr.: F1013E1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.05
Dr. Hermann Mahnke

Montag, 21.11.2022, 19.30 bis 21.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Keine Abendkasse. Anmeldung
erforderlich.
Anmeldeschluss: 20.11.2022
Kurs-Nr.: F1013P1

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Dr. Hermann Mahnke
Donnerstag, 24.11.2022,
16.30 bis 18.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Keine Abendkasse. Anmeldung
erforderlich.
Anmeldeschluss: 23.11.2022
Kurs-Nr.: F1013U1

● Die Stadt Betlehem und Stätten in ihrem Umland

Bildervortrag

Bethlehem im Lande Juda: Im letzten digitalen Bildervortrag der Reihe „Israel und Kleinasien in Bild und Wort“ lädt Dr. Hermann Mahnke die Besucher*innen noch einmal ins Land Israel ein zu einem Besuch der weltbekannten Stadt Bethlehem, der Heimat von König David und dem Geburtsort Jesu. Die Landschaft des vielen Menschen aus der Weihnachtsgeschichte bekannten Ortes Bethlehem birgt manche Überraschung. Zunächst wird die von Kaiser Konstantin im 4. Jh. n. Chr. über einer Grotte erbauten „Geburtskirche“ besichtigt, die nach ihrer Zerstörung durch die Samaritaner am Anfang des 6. Jh. n. Chr. von Kaiser Justinian renoviert und erweitert wurde. Unterhalb der Geburtskirche liegen zahlreiche Höhlen wie die berühmte Geburtsgrotte mit dem „Stern von Bethlehem“. Damit verbunden ist ein größeres Höhlensystem, in dem Hieronymus gelebt hat. Danach geht es zur Festung Herodion in der Nähe von Bethlehem. Diese Festung hatte König Herodes als Fluchtburg im Falle von Aufständen des jüdischen Volkes gegen seine Herrschaft errichten lassen. Der Bildervortrag wird mit einer Besichtigung des unweit von Bethlehem gelegenen, unzerstörten Klosters Mar Saba aus der Zeit um 500 n. Chr. beendet.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 119, EG
-Eingang vom Hof-
Dr. Hermann Mahnke
Mittwoch, 30.11.2022, 19.30 bis 21.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Keine Abendkasse.
Anmeldung erforderlich.
Anmeldeschluss: 29.11.2022
Kurs-Nr.: F1014E1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.05
Dr. Hermann Mahnke
Montag, 28.11.2022, 19.30 bis 21.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Keine Abendkasse.
Anmeldung erforderlich.
Anmeldeschluss: 27.11.2022
Kurs-Nr.: F1014P1

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Dr. Hermann Mahnke

Natur - Aktiv - Erleben



HVE Eichsfeld Touristik e.V.
www.eichsfeld.de
03605 200 676 0
info@eichsfeld.de



Particke Elektroanlagen

Ihr kompetenter Partner im Elektro-Handwerk:

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

Donnerstag, 1.12.2022, 16.30 bis 18.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Keine Abendkasse.
Anmeldung erforderlich.
Anmeldeschluss: 30.11.2022
Kurs-Nr.: F1014U1

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

Angesichts der kontinuierlichen Nachfrage wird der Kurs zur ereignisreichen und wechselvollen Geschichte unseres Bundeslandes anhand ausgewählter Themen weiterhin angeboten. Inhaltliche Vorschläge zur Schwerpunktbildung von Teilnehmer*innen sind stets willkommen. Der Kurs wendet sich speziell an alle Interessierten, die sich schon immer einmal genauer mit den historischen Wurzeln Niedersachsens beschäftigen wollten. Der Kurs vermittelt durch Vorträge und Diskussionen sowie den Besuch historischer Lernorte nicht nur grobe Überblickskenntnisse, sondern - entsprechend der Schwerpunktbildung - detailliertes Wissen zur Landesgeschichte. Im Anschluss an die Abendtermine findet ein Außentermin statt, Ort, Ziel und Zeitpunkt werden dabei in Absprache mit den Beteiligten festgelegt.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Arne Radtke-Delacor
Mittwochs, 7.9., 21.9., 5.10., 2.11., 16.11.,
jeweils von 19.15 bis 20.45 Uhr, und 30.11.
von 10.45 bis 13 Uhr
6 Termine, 36,40 Euro
Kurs-Nr.: F1015P1

● **Das Gilgamesch-Epos**
Auf Spurensuche nach König Gilgamesch
Das Gilgamesch-Epos gehört zu den äl-

testen schriftlich überlieferten Dichtungen ... Lesen Sie weiter auf Seite 72

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 119, EG
-Eingang vom Hof-
Dr. Nicola Crüsemann
Mittwoch, 12.10.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 4.10.2022
Kurs-Nr.: F2030E5

● **Pferdestärken - das Pferd
bewegt die Menschheit**
Teil I
Vom Urpferdchen zur gezügelten Wildheit
Vom Aufstieg des Pferdes zum Pres...
Lesen Sie weiter auf Seite 72

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Dr. Nicola Crüsemann
Dienstag, 15.11.2022, 10 bis 12.15 Uhr
Dienstag, 22.11.2022, 10 bis 12.15 Uhr
2 Termine, 16,80 Euro
Anmeldeschluss: 8.11.2022
Kurs-Nr.: F2030E6

● **Die Welt Alexanders des Großen**
*Begegnungen der Kulturen zwischen
Makedonien und Baktrien*
Teil I
Vom makedonischen König zum legendären Herrscher der Welt - Herkunft, Rea...
Lesen Sie weiter auf Seite 73

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Dr. Nicola Crüsemann
Dienstag, 20.9.2022, 10 bis 11.30 Uhr
4 Termine, 24 Euro
Anmeldeschluss: 13.9.2022
Kurs-Nr.: F2030P2

● **Wie recherchiert man die
Beteiligung von
Familienmitgliedern während
des Nationalsozialismus?**

Die Veranstaltung will Menschen anregen, sich mit der NS-Vergangenheit der eigenen Familie auseinander zu setzen und Hilfestellung dabei geben. Kolportierte Anekdoten über den Onkel bei der Wehrmacht und Sätze wie „Oma war immer gegen Hitler“ kennen wir alle. Die Zeit ist günstig, tradierten Familienlegenden auf den Grund zu gehen. Gerade heute lassen sich Werdegänge von Verwandten im Nationalsozialismus oft detailliert nachvollziehen und belegen. Eine wichtige Quelle sind Archive: Dokumente aus der NS-Zeit sind heute meist gut zugänglich. In den vergangenen zwei Jahrzehnten entstanden viele Gedenkstätten und Museen zur Dokumentation von NS-Verbrechen, deren Opfer und Widerstand. Lokalhistoriker*innen vor Ort haben viele Informationen zusammengetragen. Eine weitere wichtige Quelle sind Zeitzeug*innen im Ausland. Noch hat man Gelegenheit, sie zu fragen. Auch das Internet ist eine Fundgrube für historische Informationen.

Sie bekommen vor der Veranstaltung eine E-Mail mit einem Einladungslink geschickt. Bitte geben Sie dafür bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an.

Online-Kurs, Zoom-Meeting
Katrin Raabe, N.N.
Donnerstag, 20.10.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, kostenlos
Anmeldeschluss: 18.10.2022
Kurs-Nr.: F1000X1

24/7 im Netz für Sie da –
www.kvhs-northeim.de

**Senioren- und Pflegeheim
Weighardt GbR**
Dieselstraße 3 37154 Northeim
☎ 05551 - 908090
☎ 05551 - 9080926
✉ info@seniorenheim-weighardt.de
🌐 www.seniorenheim-weighardt.de

*Das Haus mit der
familiären Atmosphäre*



**Kurzzeitpflege
Vollstationäre Pflege**



**KZ-Gedenkstätte
Moringen**

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

Kulturgutpflege

● 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 sowie alten Sitten und Gebräuchen. Es wird gelesen, vorgetragen und natürlich auch praktisch gesprochen. Unser Ziel ist in erster Linie der Erhalt und die Bewahrung der plattdeutschen Sprache. Der Arbeitskreis ist eine gute Gemeinschaft, wie es sich in den vergangenen mehr als 40 Jahren immer wieder gezeigt und bewährt hat. Wir würden uns freuen, auch neue Teilnehmer*innen begrüßen zu dürfen, damit unser Plattdeutsch nicht ausstirbt. Auch wenn Sie kein Plattdeutsch sprechen können, sondern es nur verstehen, wäre es schön, wenn Sie den Weg zu uns finden. Also schauen Sie mal herein, vielleicht auch nur mal zu einem Schnupperabend. Bitte, falls vorhanden, plattdeutsche Lektüre mitbringen.

Bad Gandersheim, Roswitha-Gymnasium, Breslauer Str. 1, Gebäude 6 (Seiteneingang), Raum 6.006
Helmut Heuer
Mittwoch, 14.9.2022, 18.45 bis 21 Uhr
12 Termine, kostenlos
Kurs-Nr.: F1110A1

Geologie

● Geologie und Vulkanologie des Hohen Meißner in Nordhessen

Der Hohe Meißner ist mit 753 Metern die höchste Erhebung im nordöstlichen Hesses südlich des Werratal und erhebt sich deutlich aus seiner Umgebung heraus. Seine Entstehung verdankt er einer großflächigen vulkanischen Basaltplatte unter dem Gipfelplateau, die den sieben Kilometer langen Höhenzug aus seiner Umgebung aus Buntsandstein- und Muschelkalk-Schichten hat herauswittern lassen. Alle Gesteine vom Hohen Meißner wurden bis in die 1960er Jahre abgebaut und können heute noch in stillgelegten Steinbrüchen und Gruben besucht werden, die inzwischen allerdings weitgehend zugewachsen sind. In aufgelassenen Steinbrüchen und Naturfelsen können wir die unterschiedlichen Gesteine auffinden und untersuchen und so den strukturellen Aufbau dieses besonderen Höhenzugs verstehen lernen. In den Abendstunden wollen wir das Beschreiben und Erkennen der verschiedenen Gesteine üben und die ganztägige Geländeübung vor- und nachbereiten. Auch das „Lesen“ einer geologischen Karte gehört dazu. Bei der ganztägigen Geländeübung (bitte festes Schuhwerk) werden wir einige besondere Gesteinsaufschlüsse, wie Kalkstein- und Basalt-Steinbrüche sowie Kohle- und Tongruben untersuchen, ihre spannende Entstehungsgeschichte mit Hammer und Lupe erforschen und in Skizzen und Notizen festhalten. Vorkenntnisse sind für Naturinteressierte nicht nötig, höchstens hilfreich. (Bitte zu den Terminen Buntstifte und eine Lupe mitbringen,

falls schon vorhanden). Geländeübung (ganztägig) am Samstag, 08.10. 2022 von 9 bis 19 Uhr, Treffpunkt wird bekannt gegeben.

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum U 14
Mathias Oehlke
Dienstags, 4.10., 11.10., 1.11., 8.11., 15.11., jeweils von 19.30 bis 21 Uhr, und 8.10. (Geländeübung) 9 bis 19 Uhr
6 Termine, 67,20 Euro
Anmeldeschluss: 27.9.2022
Kurs-Nr.: F1156P1



● Ausstellungseröffnung: Steine, Skulpturen und Malerei

Die Ausstellung zeigt Arbeiten von Kursteilnehmenden. Mehr dazu auf der Informationsseite S. 81 hier im Heft.

Northeim, Heimatmuseum, Am Münster 32/33
Renate Dieckmann, Mathias Oehlke
Sonntag, 6.11.2022, 11.30 bis 13 Uhr
1 Termin, kostenlos
Kurs-Nr.: F2065S1

DER PARITÄTISCHE NORTHEIM

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

Natur und Garten

NEU!

● nature writing und eine neue Nachhaltigkeitsperspektive

Im anglo-amerikanischen Raum ist es schon lange populär, das sogenannte nature writing, das für das Sehnen vieler Menschen nach dem Natürlichen, dem Unberührten in unserer Umwelt steht. Auch bei uns ist der Buchmarkt voll von Umwelt- und Naturthemen, im Fernsehen und in Radiosendungen werden Naturdokus, Überlebens- und Wildnis-Erlebnisse thematisiert, es gibt Printmagazine wie GEO Walden, die die Sehnsucht nach Natur und Ursprünglichkeit stillen wollen. Peter Wohllebens Sachbuch "Das geheime Leben der Bäume" oder Helen Macdonalds Erzählung "H wie Habicht" zählen bei uns zu Bestsellern. Seit 2017 wird in Deutschland für Autoren*innen ein Preis in der Kategorie "nature writing" vergeben. Wofür steht nun diese Art des Schreibens konkret? Nature writing beschäftigt sich mit Naturwahrnehmungen. In einer Zeit, in der wir immer mehr Zeit vor Bildschirmen und mit neuen Techno-

logien verbringen, ermöglicht uns das nature writing, eine neue Perspektive für ein Leben in und mit der Natur und für mehr Nachhaltigkeit in unserem täglichen Leben zu eröffnen. Themen, die Menschen intuitiv anziehen wie die Natur mit Landschaften, Tieren, Pflanzen und Wasser, können im Kurs in vielfältiger Art und Weise beim Lesen von Auszügen aus Büchern zu diesem Thema und auch beim Schreiben in den Blickpunkt rücken. Es geht um den Versuch, die Natur ganz ins Zentrum zu rücken, ihre reale Bedrohung zu thematisieren und sie erzählerisch nicht als bloße romantisierende Kulisse einzusetzen, sondern zur Hauptfigur werden zu lassen. Bitte mitbringen: Schreibheft, Stift und Laptop.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerstraße 19, Raum 3, 2. OG
Claudia Stolte
Donnerstag, 22.9.2022, 17 bis 18.30 Uhr
8 Termine, 47,20 Euro
Anmeldeschluss: 15.9.2022
Kurs-Nr.: F1040E1



● Von der Trüffelsuche zum Trüffelanbau - auch als Kapitalanlage

Nicht nur in Italien und Frankreich, Trüffel wachsen hier in Südniedersachsen nicht selten direkt in Parks oder Gärten innerhalb von Ortschaften. Sie lieben den kalkhaltigen Boden. Und, mit Geduld kann man sie selbst anbauen. Es muss nicht gleich eine größere Trüffelkultur sein, es geht auch im eigenen Garten. Außerdem erfahren Sie, wie aus einem für die konventionelle Landwirtschaft schlechten Acker eine rentable Kapitalanlage werden kann.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 119, EG
-Eingang vom Hof-
Anja Kolbe-Nelde
Dienstag, 22.11.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 15.11.2022
Kurs-Nr.: F1056E1

NEU!

● Lehm als moderner Baustoff

Seit tausenden Jahren werden auch in Mitteleuropa Häuser aus Lehm gebaut. Von den Pfahlbauten am Bodensee bis zu den Fachwerkhäusern im Landkreis Norderheide konstruierten unsere Vorfahren bereits nach den Prinzipien der modernen Nachhaltigkeit: CO2-neutral, klimaschonend, wiederverwendbar.

Das Bauen mit Lehm hat sich in Deutschland in den vergangenen 25 Jahren so weit etabliert, dass dieser traditionelle Baustoff als modern wahrgenommen wird.

Die neuere Entwicklung hat Ergebnisse gebracht, auf die man beeindruckt zurückschauen und zugleich erahnen kann, was zukünftig noch alles mit Lehm möglich werden wird.

So gibt es viele Beispiele, wo mit dem Engagement der Beteiligten kreativ gestaltete sowie kostengünstige, komfortable und zugleich energiesparende Häuser entstanden sind.

Rohde's Gartenservice
UG (Haftungsbeschränkt) & Co. KG
GalaBau, Floristik & mehr...
Hollenstedter Str. 3 37186 Moringen
Telefon: 05554 / 404

- Gartenpflege
- Baumschnitt
- Heckschnitt
- Hochzeits- & Trauerfloristik
- Pflasterarbeiten
- Gartenplanung mit Handzeichnung
- Von Skizze bis Ausführungsplan
- Pflanzen

Unsere Öffnungszeiten:
Mo.-Fr.: 09:00 - 12:00 Uhr
14:00 - 18:00 Uhr
Sa.: 09:00 - 13:00 Uhr

Hartmut L. Mauruschat
MALERMEISTER
Am Zimmerplatz 2 · 37191 Elvershausen
Telefon: 0151-14 78 16 09
Email: h.mauruschat@kabelmail.de
*Wir bringen Farbe in Ihr Leben!
...mit Liebe zum Detail.*

Individuelle Fragen der Teilnehmer*innen zum Thema: LEHM! werden beantwortet. Info und Ausblick: Am Samstag, 18.3.2023 können Sie in Norheim in der KVHS in einen Tages-Workshop den Lehmbau kennenlernen und ausprobieren: Lehm in Theorie & Praxis!

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit dem Fachwerk5Eck:
www.fachwerk5eck.de

Einbeck, Alte Synagoge, Baustr. 15a
Dieter Brauch
Mittwoch, 5.10.2022, 18 bis 19.30 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 4.10.2022
Kurs-Nr.: F1056E2



Rohrberg & Theile
Ihr ambulanter Pflegedienst
für die Region Katlenburg-Lindau

Auf die kann ich mich verlassen!
Mein Pflegedienst heißt
Rohrberg & Theile.

0 55 56 - 99 56 280
www.rt-homecare.de



Weil ich neugierig auf morgen bin.

NEU!
● **Insekten: Leckere, nachhaltige Proteinlieferanten der Zukunft**

Insekten essen? Klingt zunächst eher wenig verlockend. Dass sie hervorragende Protein-Lieferanten sind, mit einer sehr guten Öko-Bilanz, die zur Gesundheit des Planeten beitragen können, ist wohl inzwischen allgemein bekannt. Weniger klar ist vielen, dass sie auch gut schmecken und vielfältig zu verarbeiten sind - und genau das wollen wir nach einer theoretischen Einführung an diesem Abend demonstrieren und probieren. Bringen Sie Neugier mit und lassen Sie sich überraschen!

Norheim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Dr. Nils Th. Grabowski, Wolfgang Schatz
Mittwoch, 12.10.2022, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 22 Euro / ermäßigte Gebühr:
18 Euro incl. Lebensmittelkosten
Anmeldeschluss: 4.10.2022
Kurs-Nr.: F1056P1

● **Leichter leben im Garten**

Sicher kennen Sie dieses Gefühl, Sie haben wenig Zeit oder werden älter und die liebgewonnene 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. Bei der Neuanlage von Gärten zahlt es sich aus, von Anfang an auf Pflegeleichtigkeit zu

achten. Ihr Garten wird Ihnen so bis ins hohe Alter Freude machen, Sie werden sich in Ihrem Garten wohlfühlen. Während und nach dem Vortrag beantwortet Ihnen die erfahrene Gartenplanerin Friederike Freitag aus Einbeck Ihre Fragen rund um den Garten. Bitte Schreibunterlagen mitbringen!

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 119, EG
-Eingang vom Hof-
Friederike Freitag
Mittwoch, 2.11.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 11 Euro / ermäßigt 8 Euro
Anmeldeschluss: 24.10.2022
Kurs-Nr.: F1156E1



● **Gärtnern mit der Natur**

Vergnügliches, Wissenswertes, eine un-dogmatische Vielfalt rund um das Thema Gärtnern mit der Natur bietet der Abend mit Friederike Freitag, Landschaftsarchitektin aus Einbeck. Kreisläufe der Natur zu erkennen, sie bewusst zu erleben und damit zu experimentieren, macht Spaß. Jeder kann in seinem Garten, in seinem kleinen Paradies, vielseitige Lebensräume für Eidechsen, Spinnen, Würmer, Insekten und Vögel, für Wildpflanzen und Menschen schaffen. Bitte Schreibutensilien nicht vergessen.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 119, EG
-Eingang vom Hof-
Friederike Freitag

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



Mittwoch, 9.11.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 11 Euro / ermäßigt 8 Euro
Anmeldeschluss: 3.11.2022
Kurs-Nr.: F1156E2

NEU!

● **Wald hautnah erleben -
Walderkundung mit der Försterin
und dem Förster**

Gemeinsam mit den Förstern erkunden wir zu Fuß den Wald und lernen ihn aus einem anderen Blickwinkel kennen. Wie war das nochmal mit unserer Forstgeschichte? Welche sind die Baumarten der Zukunft? Was ist die Aufgabe eines Försters? Und wie funktioniert eigentlich die Forstwirtschaft? Ansprechen werden wir auf unserem Weg spannende Themen rund um die Natur, den Wald und die Forstwirtschaft: Plenterwald - Naturnahe Forstwirtschaft - Naturschutz im Wald -

Zertifizierungen im Wald und vieles mehr. Bemerkung: Familienfreundlich - Kinder und Kleinkinder zu Fuß oder in der Kiepe sind kein Problem, Kinderwagen müssten vorher zwecks Routenplanung telefonisch angemeldet werden, Hunde sind angeleint erlaubt, wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk sind Voraussetzung. Der Lernort befindet sich in Nörten-Hardenberg. Der Treffpunkt wird bekanntgegeben.

Nörten-Hardenberg, Treffpunkt wird bekannt gegeben
Friederike Elisabeth Marciniak, Dominik Marciniak
Samstag, 15.10.2022, 9.30 bis 11 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 5.10.2022
Kurs-Nr.: F3120N1



Nörten-Hardenberg,

Treffpunkt wird bekannt gegeben
Friederike Elisabeth Marciniak, Dominik Marciniak
Samstag, 19.11.2022, 9.30 bis 11 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 9.11.2022
Kurs-Nr.: F3120N2

Recht im Alltag

● **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 Aufgaben von ehrenamtlichen rechtlichen Betreuer*innen vorstellen. Sie erhalten eine Einführung in die Aufgabenkreise und die Grundlagen des Betreuungsrechtes. Inhalte, Rechte und Pflichten werden praktisch erklärt und besprochen. Dabei besteht viel Raum für Ihre Fragen und Beispiele. Wir freuen uns auf Ihr Interesse.
Eine gemeinsame Veranstaltung der Betreuungsstelle des Landkreises Northeim und des Betreuungsvereins Northeim des Albert-Schweitzer-Familienwerks e.V.

Bad Gandersheim,

Ort wird bekannt gegeben
Fachbereich 36 - Betreuungsstelle
Dienstag, 29.11.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, kostenlos
Anmeldeschluss: 22.11.2022
Kurs-Nr.: F1500A1

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
Fachbereich 36 - Betreuungsstelle
Donnerstag, 24.11.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, kostenlos
Anmeldeschluss: 17.11.2022
Kurs-Nr.: F1500E1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14
Fachbereich 36 - Betreuungsstelle
Dienstag, 22.11.2022, 18.15 bis 20.30 Uhr
1 Termin, kostenlos
Anmeldeschluss: 15.11.2022
Kurs-Nr.: F1500P3

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 11
Fachbereich 36 - Betreuungsstelle

HANS- ULRICH ELSAESSER

RECHTSANWALT (NOTAR A.D.)

An der Schlüsselbreite 1
37154 Northeim

Tel.: 05551 997 80 20
Fax: 05551 997 80 21

E-Mail: raelsaesser@t-online.de

Termine nach Vereinbarung



IN KOOPERATION MIT DER BÜROGEMEINSCHAFT DIETZEL & ELSAESSER, FRIEDRICHSTR. 1, 37154 NORTHEIM

Donnerstag, 1.12.2022, 18 bis 20.15 Uhr
 1 Termin, kostenlos
 Anmeldeschluss: 24.11.2022
Kurs-Nr.: F1500U1

● **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 anschaulich erläutert.

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum U 14
 Hans-Ulrich Elsaesser
 Mittwoch, 23.11.2022, 19 bis 21.15 Uhr
 1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
 Anmeldeschluss: 17.11.2022
Kurs-Nr.: F1500P2

● **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. Eine Patientenverfügung soll Sie dabei unterstützen zu entscheiden, wenn Sie dies selbst nicht mehr können, wie im Fall einer sehr schweren Erkrankung, welche medizinischen Maßnahmen noch getroffen werden sollen. Dies dient Ihrer Selbstbestimmung nach ihrem Wunsch und Willen. Außerdem wird dargestellt,

welche Rolle Angehörige bei einer Patientenverfügung spielen. In diesem Vortrag wird Ihnen anschaulich erläutert, was eine Patientenverfügung ist, wofür sie benötigt wird und in welcher Form (handschriftlich oder notariell) sie errichtet werden kann.

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum U 14
 Hans-Ulrich Elsaesser
 Mittwoch, 9.11.2022, 19 bis 21.15 Uhr
 1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
 Anmeldeschluss: 2.11.2022
Kurs-Nr.: F1500P1

Inklusion und Kurse für Menschen mit Behinderungen

● **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. Durch die verschiedenen Farben sind die Gegenstände bunt und unterschiedlich. Alle müssen noch das Material bezahlen. Die Kursleiterin kauft das Material ein. Bitte mitbringen: Frotteehandtuch, Waschschüssel, Kerneife.

Uslar, KVHS-Haus
 Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
 Paula Rabius
 Freitags, 9.9., 23.9., 7.10., 4.11.2022,
 13.1.2023, jeweils von 14 bis 18 Uhr
 Samstags, 10.9., 24.9., 8.10., 5.11.2022,
 14.1.2023, jeweils von 10 bis 16 Uhr
 10 Termine, kostenlos
Kurs-Nr.: F1032U1

Online anmelden auf
www.kvhs-northeim.de

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!



Gefördert vom:



CHRISTINA MÜNDER

Rechtsanwaltskanzlei
 Fachanwältin für Familienrecht
 Mediatorin



- Trennung
- Scheidung
- Sorgerecht
- Umgangsrecht
- Unterhalt
- Elternunterhalt
- Zugewinn
- Erbauseinandersetzung
- Pflichtteilsansprüche

Kompetenz im Familienrecht

Im Bereich des Familien- und Erbrechts können wir Ihnen auch in vielen weiteren Bereichen weiterhelfen.

Rechtsanwältinnen Gruppe-Taufmann und Münder, Friedrichstr. 2, 37154 Northeim, Tel. 0 55 51 - 6 50 41, www.kompetenz-im-familienrecht.de

ASTRID GRUPE-TAUFMANN

Rechtsanwaltskanzlei
 Fachanwältin für Familienrecht
 Mediatorin



● **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. Schreibzeug, Schere, Papier. Malsachen können auch bei der Kursleiterin erworben werden.

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3

Erika Peschke

Sonntags, 25.9., 16.10., 20.11.2022,

8.1.2023, jeweils von 10.30 bis 17 Uhr

4 Termine, kostenlos

Kurs-Nr.: F1032U2

● **Gemeinsam Kreativ**

Ein Angebot für Menschen, die aufgrund ihrer psychischen Disposition Schwierigkeiten in verschiedenen Lebensbereichen haben, aber Interesse mitbringen an kreativem Gestalten, Kommunikation und Austausch in geschütztem Rahmen. Ziel ist es, mit Spiel, Spaß und gemeinsamen Tun Ihre Kreativität zu fördern und schöne Sachen entstehen zu lassen. Hier können Sie viele verschiedene Kreativtechniken lernen:

1. Unterschiedliche Maltechniken
2. Holzarbeiten wie Brandmalerei, Laubsägearbeiten und Schnitzen
3. Basteln mit Pappe und Papier, Schachteln und Figuren, Fensterbilder, usw.
4. Pappmaché-Masken, Figuren und Gebrauchsgegenstände
5. Serviettentechnik auf Leinwand, Glas und Textilien
6. Häkeln und Stricken - auch für Linkshänder - und mehr.

Der Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich - nach vorherigem Gespräch mit der Kursleiterin Gabriele Kleinschmidt, Telefon 05571/7893. Die Teilnahme ist gebührenfrei, nur die selbst verbrauchten Materialien müssen bezahlt werden. Je nach Corona-Lage findet der Kurs auch online statt.

Uslar, KVHS-Haus,

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Hintereingang - durch den Garten -, Gruppenraum

Souterrain/AUDEA

Gabriele Kleinschmidt

Mittwoch, 7.9.2022, 16.30 bis 19 Uhr

10 Termine, kostenlos

jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat

Kurs-Nr.: F1032U4

Aktiv und kreativ sein – mit der KVHS!

SOZIALSTATION EINBECK

Die ambulante Krankenpflege aus Ihrem BürgerSpital



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

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 —



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

Pädagogik

NEU!

● Mit "Elefant" und "Eule" zu mehr Lernfreude

Sie möchten den pädagogischen Alltag in Tagesstätten und/oder in der Schule bunt... Lesen Sie weiter auf Seite 25

● Online-Kurs, Zoom-Meeting

Tobias Kaspar, Annika Honermeier
Samstag, 5.11.2022, 10 bis 13.15 Uhr
1 Termin, 24 Euro

Anmeldeschluss: 28.10.2022

Kurs-Nr.: F1060X1K

● Qualifizierung von Kindertagespflegepersonen

Kindertagespflegepersonen bekommen einen immer höheren gesellschaftlichen Stelle... Lesen Sie weiter auf Seite 26

● Einbeck, Drüber, KVHS,

An der Schule 2, 1.OG
Multifunktionsraum

Dozententeam

Freitag, 7.10.2022, 16.30 bis 20.30 Uhr

30 Termine, 230 Euro in Raten zahlbar.

Der Infotermin ist gebührenfrei.

Kurs-Nr.: F1060Z1K

● Qualifizierung zur Schulbegleitung

Die Aufgabe einer Schulbegleitung ist es, Schüler*innen mit körperlichen, geisti...

Lesen Sie weiter auf Seite 26

● Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Eggers Coaching, Kathleen Brunotte,

Anke Fürsten

Infotermin: Freitag, 26. August 2022, 16 Uhr,

Lehrgangsbeginn: Freitag,

9. September 2022

freitags, 17 bis 21 Uhr, und samstags,

9 bis 15.45 Uhr,

1x im Monat

21 Termine, 585,20 Euro, Ratenzahlung

möglich

Anmeldeschluss: 2.9.2022

Kurs-Nr.: F1600Z1K

● Pädagogisch Mitarbeitende an Grundschulen

Nebenberufliche Weiterbildung

Pädagogische Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben sich in den niedersächsischen... Lesen Sie weiter auf Seite 27

● Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.05

Lene Garus-Jochumsen, Lenny Tegtmeier, Maximilian Koch

Infotermin: Freitag, 14.10.2022, 16 Uhr,

Raum 0,05,

Lehrgangsbeginn: Freitag, 04.11.2022,

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 18.03.2023

20 Termine, 720 Euro, keine Ermäßigung,

aber Ratenzahlung möglich.

Anmeldeschluss: 28.10.2022

Kurs-Nr.: F1600Z2K

Wir bilden weiter –
Ihre KVHS!

● Fachkraft Inklusion

Nebenberufliche Weiterbildung

Inklusionspädagogik geht von einer Welt der Vielfalt aus, in der es normal ist, ...

Lesen Sie weiter auf Seite 27

● Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 20

Eingang Rückseite des Gebäudes

Tobias Capito, Tanja Böttcher, Anke

Fürsten, Ariane Viehmann-Koch, Karen

Bause, Lenny Tegtmeier

Infoabend: Freitag, 27.01.2023, 18 Uhr

Lehrgangsbeginn: 05.03.2023

Unterrichtszeiten: voraussichtlich

1x monatlich

freitags: 17 bis 21 Uhr

samstags: 9 bis 15.30 Uhr,

In den Ferien findet kein Unterricht statt.

29 Termine, 989 Euro, keine Ermäßigung,

aber Ratenzahlung möglich.

Kurs-Nr.: F1600Z3K

Wir schaffen Sicherheit!

Sero Alarm

Alarmanlagen

Videoüberwachung

Brandmeldeanlagen

**Mittelweg 20
37154 Northeim
05551/8401**



Thekla Ehrhardt
Immobilienmaklerin (IHK)
Geschäftsstelleninhaberin



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

Kinder und Familie

● **Hochsensibilität I**

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, die über eine umfangreiche und nuancenreiche Wahrnehmungsbegabung verfügen. Wie kann man diese Sensibilität erkennen, verstehen, nutzen bzw. in den Alltag integrieren ohne sich überempfindlich, komisch oder anders zu fühlen? Der Themenabend bietet einen Einstieg in dieses Thema mit dem Ziel, vor allem die Potenziale zu erkennen.

Uslar, KVHS-Haus, Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 22, 2. Etage
 Anja Linneweber
 Dienstag, 27.9.2022, 19 bis 21.15 Uhr
 1 Termin, 10 Euro / ermäßigt 7 Euro
 Anmeldeschluss: 21.9.2022
Kurs-Nr.: F1060U1

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum U 14
 Anja Linneweber
 Dienstag, 20.9.2022, 19 bis 21.15 Uhr
 1 Termin, 10 Euro / ermäßigt 7 Euro
 Anmeldeschluss: 13.9.2022
Kurs-Nr.: F1060E3

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
 Haus I, Raum 353, 2. OG
 -Eingang vom Hof-
 Anja Linneweber
 Dienstag, 11.10.2022, 19 bis 21.15 Uhr
 1 Termin, 10 Euro / ermäßigt 7 Euro
 Anmeldeschluss: 4.10.2022
Kurs-Nr.: F1060E1

● **Hochsensibilität II**

Wie damit umgehen? Unterschiede erkennen und differenzieren zu können, ist wichtig. Menschen mit Hochsensibilität verfügen über diese Gabe. Das ist Fluch und Gabe zugleich im Umgang mit anderen Menschen oder im Berufsumfeld. Das Thema Hochsensibilität hat an diesem Abend mehr Aufmerksamkeit im Austausch mit anderen: Welche Auswirkungen

gen hat sie z. B. im Beruf, wie kann ich als Elternteil, Partner*in oder als Kollege*in mit Hochsensibilität umgehen oder wie kann ich mich vor Reizüberflutung schützen.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
 Haus I, Raum 353, 2. OG
 -Eingang vom Hof-
 Anja Linneweber
 Dienstag, 1.11.2022, 19 bis 21.15 Uhr
 1 Termin, 10 Euro / ermäßigt 7 Euro
 Anmeldeschluss: 25.10.2022
Kurs-Nr.: F1060E2

● **Kinder sind wunderbar!**
- Unterstützen statt erziehen

Vortrag mit Gespräch
 Wunderbar? Die Kinder können schon sehr anstrengend sein und Eltern sind oft am Limit. Heute Abend sind Sie herzlich eingeladen, einmal durchzuatmen und durch die Perspektive "Unterstützen statt Erziehen" neuen Schwung in Ihre Beziehung zu den Kindern zu tragen. Auf dass sich die vielen ärgerlichen Alltagsprobleme effektiv angehen lassen. Mir ist schnell klar geworden, dass Kinder Personen mit ihrer eigenen Sicht der Dinge

Endlich zu Hause!



WOHNEN IN NORTHEIM

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 50 • 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






sind. Das ist sehr herausfordernd - aber kann man sich darauf einlassen? Ich entspanne mich und mache meine Grenzen klar. Die Kinder wissen, woran sie sind. Ich lasse mir von den Kindern nichts gefallen, bedränge sie aber im Gegenzug auch nicht mit dem ewigen "Sieh das ein, ich habe recht". So hat im Konflikt unsere Würde wieder gleichen Wert.

Die Zauberei im Kinderzimmer beginnt damit, dass ich mich um mich selbst kümmerge, auch wenn die Kinder da sind. Denn ich bin der festen Überzeugung, dass sich die Liebe zum Kind nur wirklich entfalten kann, wenn wir uns gestatten, uns selbst zu lieben, so wie wir sind.

Dr. Phil. Hubertus von Schoenebeck hat als Lehrer gearbeitet, ist Sachbuchautor zu Erziehungsfragen und seit 30 Jahren in der Erwachsenenbildung im In- und Ausland tätig. Er ist Vater von erwachsenen und jüngeren Kindern und Großvater. Die Veranstaltung wird als Weiterbildung für Erzieher*innen anerkannt.

Northeim, Kreisvolkshochschule,
Wallstraße 40, Raum U 13
Dr. Hubertus von Schoenebeck
Mittwoch, 7.12.2022, 19.30 bis 21.45 Uhr
1 Termin, 10 Euro / ermäßigt 7 Euro
Anmeldeschluss: 30.11.2022
Kurs-Nr.: F1060P1

NEU!

● Mit "Elefant" und "Eule" zu mehr Lernfreude

Sie möchten den pädagogischen Alltag in Tagesstätten und/oder in der Schule bunt gestalten und dabei die Bewegung und die Konzentration sowie Lernfähigkeit bei den Kindern spielerisch fördern? Haben Sie sich schon einmal die Frage gestellt, was Überkreuzbewegungen bewirken und warum diese so wichtig sind oder warum das Zeichnen einer liegenden Acht und ein ausgeglichener Wasserhaushalt einfache Beispiele und effektive Methoden sind, um Lernfreude und Lernerfolg zu fördern? In diesem Workshop lernen Sie einige der 26 Brain Gym®-Übungen kennen und erfahren, wie Sie diese spielerisch in Ihren Berufsalltag integrieren können, um so die Lernfreude der Kinder zu steigern. Dieser Kurs richtet sich ausschließlich an pädagogisches Personal, die in Kindertagesstätten und Schule tätig sind. Bitte für die Veranstaltung bereitstellen: Eine Flasche Wasser (möglichst still). Sie bekommen vor der Veranstaltung eine E-Mail mit einem Einladungslink geschickt. Bitte geben Sie dafür bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an.

Online-Kurs, Zoom-Meeting
Tobias Kaspar, Annika Honermeier
Samstag, 5.11.2022, 10 bis 13.15 Uhr
1 Termin, 24 Euro
Anmeldeschluss: 28.10.2022
Kurs-Nr.: F1060X1K

NEU!

● Ultralearning - wie man sich in kürzester Zeit unglaubliche Fähigkeiten aneignen kann!

Wir zeigen uns immer wieder erstaunt über Menschen, die innerhalb kürzester Zeit zu Dingen in der Lage sind, die wir nicht möglich gehalten hätten: Menschen, die nach mehreren Wochen eine Sprache fließend sprechend können, Menschen, die in Rekordzeit ihren Studiengang mit Bestnote absolvieren oder Menschen, die in einer Sportart so schnell so gut werden, dass sie all ihre Konkurrenten hinter sich lassen. Oft wird in den Medien von "Wunderkindern" oder "Naturtalenten" gesprochen, wobei sich in der Wissenschaft schon längst die Erkenntnis durchgesetzt hat, dass Talent nur nachrangig für den Erfolg verantwortlich ist. Die gute Nachricht daran ist, dass letztendlich alle von uns unheimlich viel Potenzial in uns tragen. Die ernüchternde Nachricht ist, dass nur wenige ihr Potenzial voll ausschöpfen. Dieser Kurs richtet sich an diejenigen, die mehr aus sich herausholen wollen. Zu anspruchsvollen Dingen in der Lage zu sein und ambitionierte Herausforderungen zu meistern, schafft vor allem Selbstvertrauen - "It feels good to be good at something!" (Scott Young, Autor des Buchs "Ultralearning"). Nebenbei eröffnen sich mit den neu erworbenen Fähigkeiten nicht selten auch neue berufliche Möglichkeiten. Die Methode des Ultralearnings besteht aus neun Prinzipien, die bei Berücksichtigung unmittelbar zum Erfolg führen werden. Der unschlagbare Vorteil der Methode ist, dass sie radikal praxisorientiert ist: Kein riesiger theoretischer Überbau, kein Raum für Aufschieben. Es geht direkt ans Eingemachte! Für den Kurs ist es dringend notwendig, dass Sie sich bereits Gedanken gemacht haben, welche Fähigkeit sie sich aneignen oder in welchem Bereich Sie Fortschritte erzielen möchten, weil wir die Prinzipien des Ultralearnings auf Ihr eigenes Ultralearning-Projekt übertragen werden.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Marvin Pittner
Samstag, 5.11.2022, 10 bis 14 Uhr
1 Termin, 14 Euro
Anmeldeschluss: 28.10.2022
Kurs-Nr.: F3075P1

Berufliche Qualifizierung in pädagogischen Berufen

● Qualifizierung von Kindertagespflegepersonen

Kindertagespflegepersonen bekommen einen immer höheren gesellschaftlichen Stellenwert. Sie werden dringend gebraucht zur zuverlässigen und kompetenten Betreuung von Kleinkindern, wie auch von älteren Kindern ergänzend zu Kindergarten und Schule bis zum vollendeten 14. Lebensjahr. Dieses Qualifizierungsangebot richtet sich an Personen, die gerne Kinder betreuen und in ihrer individuellen Entwicklung begleiten, fördern und unterstützen möchten. Kindertagespflegepersonen sind damit Teil eines wichtigen Lebensabschnitts dieser Kinder und ihrer Familien.

Interessierte sollten mindestens über einen Hauptschulabschluss verfügen, die deutsche Sprache gut beherrschen und am besten bereits Erfahrungen in der Betreuung von (Klein-)Kindern besitzen. Dieser Kurs vermittelt fundierte Kenntnisse über die Entwicklung, Erziehung und Bildung von Kindern.

Hauptthemen sind:

- Profil und Aufgaben von Kindertagespflegepersonen
- Entwicklungspsychologie im Kindesalter
- Kinder in besonderen Lebenssituationen
- Kreative Gestaltung des pädagogischen Alltags
- Spiel- und Freizeitpädagogik
- Wertschätzende Zusammenarbeit mit den Eltern
- Konfliktbewältigung
- Gesundheit und Ernährung
- Aktuelle rechtliche und finanzielle Fragen

Die erfolgreiche Kursteilnahme und ein Nachweis über einen Erste-Hilfe-Kurs am Kind sind die Voraussetzung für die Erlangung der Lizenz "Qualifizierte Kindertagespflegeperson" des Bundesverbandes für Kindertagespflege e.V.

Kindertagespflegepersonen, die nach dem erfolgreichen Besuch des Qualifizierungskurses Kindertagespflege im Landkreis Northeim anbieten und ein vom Landkreis Northeim gefördertes Betreuungsverhältnis übernehmen, erhalten das Kursentgelt in Höhe von 230 Euro erstattet.

Lehrgangsdauer: ca. 7 bis 8 Monate
Allgemeine Fragen zur Kindertagespflege und zu dem Verfahren der Erlaubniserteilung gemäß §43 SGB VIII können direkt an die Fachberatung des Landkreises, Frau Katowiec, Telefon 05551/708-702, gestellt werden.

Einbeck, Drüber, KVHS,

An der Schule 2, 1.OG

Multifunktionsraum

Dozent*innenteam

Freitag, 7.10.2022, 16.30 bis 20.30 Uhr

30 Termine, 230 Euro, in Raten zahlbar.

Der Infotermin ist gebührenfrei.

Kurs-Nr.: F1060Z1K

● Qualifizierung von Leitungen von Kindertageseinrichtungen

Seit dem 1. Januar 2020 stehen für Träger von Kindertageseinrichtungen in Niedersachsen Fördermittel für Qualitätsverbesserungen zur Verfügung.

Über die Richtlinie "Qualität in Kitas" können Leiter*innen von Kindertagesstätten Qualifizierungsmaßnahmen in Anspruch nehmen.

Kindertagesstättenleitungen nehmen eine Schlüsselposition für die qualitative Umsetzung des Bildungs-, Erziehungs- und Betreuungsauftrags ein.

Diese Weiterqualifizierung soll Kitaleiter*innen bei der Wahrnehmung ihrer vielfältigen und anspruchsvollen Tätigkeit unterstützen.

Auf der Grundlage des Nds. Curriculum zur Qualifizierung von Leitungen von Kindertageseinrichtungen werden innerhalb der trägerübergreifenden Qualifizierungsmaßnahme die Themenschwerpunkte gesetzt.

Dieser Lehrplan wurde vom Niedersächsischen Kultusministerium gemeinsam mit Expert*innen verschiedener Trägerverbände und der Erwachsenenbildung, Fach- und Leitungskräften aus der Praxis sowie Vertreter*innen der Wissenschaft erarbeitet und umfasst insgesamt mindestens 120 Unterrichtseinheiten.

Das Curriculum ist als Grundqualifizierung in sechs einzelne Module aufgebaut, jedes Modul umfasst 14 bis 16 Unterrichtseinheiten. Die Grundqualifizierung beinhaltet folgende Themenschwerpunkte:

- Umsetzung des Erziehungs- und Bildungsauftrags,
- Betriebsführung und das Management einer Einrichtung,
- Reflexion und stetige Weiterentwick-

lung der eigenen Leitungsrolle und Leitungspersönlichkeit, Selbstmanagement und fachliche Positionierung,

- Führung von Mitarbeitenden,
- Zusammenarbeit zum Beispiel mit relevanten Akteur*innen im Sozialraum sowie
- Organisations- und Qualitätsentwicklung (Nds. KM, 2020).

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Dozent*innenteam

Donnerstag, 3.11.2022, 15 bis 20 Uhr

20 Termine, kostenlos

Kurs-Nr.: F1060Z2K

● Qualifizierung zur Schulbegleitung

Die Aufgabe einer Schulbegleitung ist es, Schüler*innen mit körperlichen, geistigen oder seelischen Beeinträchtigungen den Besuch einer Regelschule zu ermöglichen. Eine Schulbegleitung soll im schulischen Lebens- und Lernumfeld eine Unterstützung für den*die Schüler*in sein, so dass eine Teilhabe am Unterricht möglich wird. Der Schwerpunkt der Tätigkeit ist individuell verschieden, deshalb ist eine große Flexibilität und Anpassungsfähigkeit der Schulbegleitung erforderlich. Das Ziel ist immer die größtmögliche Selbstständigkeit des betroffenen Kindes. Schulbegleitungen sollten mit einer großen Vielfalt an Methoden und Instrumenten vertraut sein, um schnell auf spezifische Situationen reagieren zu können und dem Kind somit eine Unterstützung zu bieten. Die Arbeit der Schulbegleitung ist mit vielen Bereichen verknüpft. Eine enge Zusammenarbeit mit Lehrkräften, Schule und Eltern ist ebenso Voraussetzung wie eine gute Zusammenarbeit aller Beteiligten.

Mit dieser Weiterbildung, die 133 Unterrichtsstunden umfasst, werden Sie auf diese Tätigkeit vorbereitet.

Inhalte des Lehrgangs sind:

- Einführung in den Lehrgang
- Allgemeine pädagogische Grundlagen der kindlichen Entwicklung bis hin zum Jugendalter
- Integration und Inklusion
- Ressourcenorientierte Begleitung
- Sonderpädagogische Grundlagen für die Bereiche:
- Hören
- Sehen
- Körperliche-motorische Entwicklung

- Geistige Entwicklung
- Emotionale-soziale Entwicklung
- ADHS
- Autismus-Spektrum-Störungen
- Einsatz von Psychopharmaka
- Pflegerische Grundlagen
- Das Umfeld Schule: Zusammenarbeit Eltern - Schule - mobiler Dienst
- Rechtliches (SGB) sowie Arbeitsrechtliches
- Kommunikation
- Notfallmaßnahmen in der Schule

Die Qualifizierung schließt mit der Erstellung einer Facharbeit zu einem Themenschwerpunkt sowie einem Abschlusskolloquium ab. Die erfolgreiche Teilnahme wird mit einem Zertifikat von Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. bescheinigt. In Zusammenarbeit mit dem Sanitätshaus Deppe, Northeim.

Anmeldungen sind nur nach vorheriger Beratung möglich. Bitte sprechen Sie uns an, Telefon 05551/708-8222.

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum U 14
Eggers Coaching, Kathleen Brunotte, Anke Fürsten
Infotermin: Freitag, 26. August 2022, 16 Uhr,
Lehrgangsbeginn: Freitag, 9. September 2022
freitags, 17 bis 21 Uhr, und samstags, 9 bis 15.45 Uhr, 1x im Monat
21 Termine, 585,20 Euro, Ratenzahlung möglich
Anmeldeschluss: 2.9.2022
Kurs-Nr.: F1600Z1K

● Pädagogisch Mitarbeitende an Grundschulen

Nebenberufliche Weiterbildung

Pädagogische Mitarbeiter*innen haben sich in den niedersächsischen Grundschulen als feste Personalressource neben den regulären Lehrkräften etabliert. Sie übernehmen z .B. folgende Aufgaben:

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

Die erfolgreiche Teilnahme wird mit einem Zertifikat des Landesverbandes der Volkshochschulen bescheinigt.

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum 0.05
Lene Garus-Jochumsen, Lenny Tegtmeier, Maximilian Koch
Infotermin: Freitag, 14.10.2022, 16 Uhr, Raum 0,05,
Lehrgangsbeginn: Freitag, 04.11.2022, 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 18.03.2023
20 Termine, 720 Euro, keine Ermäßigung, aber Ratenzahlung möglich.
Anmeldeschluss: 28.10.2022
Kurs-Nr.: F1600Z2K

● Fachkraft Inklusion

Nebenberufliche Weiterbildung

Inklusionspädagogik geht von einer Welt der Vielfalt aus, in der es normal ist, verschieden zu sein.

Ziel ist die Zugehörigkeit aller Menschen, mit oder ohne Behinderungen, mit oder ohne Migrationshintergrund in allen Lebensräumen, in der Schule, am Arbeitsplatz, im Wohnviertel und in der Freizeit. Inklusion ist ein Menschenrecht, das in der UN-Behindertenrechtskonvention festgeschrieben ist.

Als Fachkraft Inklusion kann man (je nach Vorbildung) tätig werden in Schulen, Kindertagespflegeeinrichtungen, Kindergärten, Jugendarbeit und Bildungseinrichtungen etc. Inhalte des Kurses sind:

- Theoretische Grundlagen der Inklusion
- Förderung von Vielfalt, Demokratie und Toleranz, Praxiskonzepte und Methoden
- Menschenrechtsbildung und Partizipation
- Vorurteilsbewusstsein, Differenz und Diskriminierung
- Sensibilisierung für Gender und andere Dimensionen von Vielfalt
- Interkulturelle Kompetenz
- Inklusive Praxis entwickeln
- Beobachtung und Dokumentation
- Kommunikation und Konfliktmanagement
- Erziehungspartnerschaft

Der Lehrgang schließt mit einer Prüfung (einer Hausarbeit und einem Abschlusskolloquium) ab. Die Teilnehmer*innen erhalten nach erfolgreicher Teilnahme jeweils ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V.

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes Tobias Capito, Tanja Böttcher, Anke Fürsten, Ariane Viehmann-Koch, Karen Bause, Lenny Tegtmeier
Infoabend: Freitag, 27.01.2023, 18 Uhr
Lehrgangsbeginn: 05.03.2023
Unterrichtszeiten: voraussichtlich 1x monatlich
freitags: 17 bis 21 Uhr
samstags: 9 bis 15.30 Uhr,
In den Ferien findet kein Unterricht statt.
29 Termine, 989 Euro, keine Ermäßigung, aber Ratenzahlung möglich.
Kurs-Nr.: F1600Z3K



● **Fachkraft Kleinstkindpädagogik**

Nebenberufliche Weiterbildung

Immer mehr Kindertageseinrichtungen öffnen ihre Gruppen für Kinder unter drei Jahren. Hintergrund sind die veränderten gesetzlichen Rahmenbedingungen durch das Tagesbetreuungsgesetz (TAG), aber auch die Tatsache, dass in den Einrichtungen zunehmend freie Betreuungskapazitäten entstehen.

Darauf müssen sich die Kindertageseinrichtungen und die darin tätigen Erzieher*innen einstellen und entsprechende Konzepte entwickeln, bei denen "die Kleinen" von dem früheren Start profitieren. Mit diesem Lehrgang können Erzieher*innen ihre Kompetenzen im Bereich der Kleinstkindpädagogik entwickeln und so erweitern, dass sie in der Lage sind, die Rahmenbedingungen, das pädagogische Konzept sowie konkrete Spiel- und Lernangebote in ihrer Einrichtung speziell auf Kinder unter drei Jahren abzustimmen.

Inhalte:

- Rolle und Selbstverständnis
- Entwicklungspsychologie der ersten Lebensjahre
- Gestaltung inklusiver frühkindlicher Lernprozesse
- Kommunikation
- Körper- und Gesundheitspflege
- Beobachtung und Dokumentation
- Individuelle Entwicklungsgespräche
- Erziehungspartnerschaft mit Eltern
- Bildung und pädagogische Ansätze in der Kindertageseinrichtung
- Rahmenbedingungen und pädagogischer Ablauf
- Reflexion des individuellen Lernprozesses und Transfer

Der Lehrgang schließt mit einer Prüfung ab. Nach erfolgreicher Teilnahme kann das Zertifikat vom Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. erlangt werden.

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum 0.04

Bei ausreichendem Interesse bieten wir einen Infotermin an, zudem wir gesondert einladen.

Die Unterrichtszeiten finden 1x im Monat freitags 17 bis 20.15 Uhr und samstags 9 bis 15.30 Uhr statt. Der Lehrgang beginnt, wenn sich genügend Teilnehmende angemeldet haben.

28 Termine, 989 Euro, keine Ermäßigung, aber Ratenzahlung möglich.

Kurs-Nr.: F1600Z4K

Erlebnispädagogik

● **Schnitzschule für Kinder zwischen sechs und elf Jahren**

Schnitzen fasziniert Kinder schon immer. Es fördert wichtige Fähigkeiten wie Feinmotorik, Ausdauer und Konzentration, Kreativität und auch das Selbstbewusstsein. In unserer Schnitzschule werdet Ihr den sicheren Umgang mit einem Schnitzmesser sowie verschiedene Schnitztechniken erlernen. Gemeinsam werden wir kleine Objekte aus Grünholz schnitzen. Schnitzmesser werden gestellt, gerne dürfen eigene Taschenmesser mitgebracht werden. Für evtl. Rückfragen können Sie sich an die Kursleiterin, Telefon 0171/7460366, wenden.

Nörten-Hardenberg, OT Angerstein, TSV-Heim, Schulstraße
Cornelia Gerke

Montag, 10.10.2022, 15 bis 18 Uhr
1 Termin, 17,85 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 3.10.2022

Kurs-Nr.: F1150N1K

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Cornelia Gerke

Donnerstag, 3.11.2022, 15 bis 18 Uhr
1 Termin, 17,85 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 27.10.2022

Kurs-Nr.: F1150P1K

Neue Kursleitende gesucht!

Ob Sprache, Gesundheitsbildung, Zeitgeschichte oder Kultur – Sie haben sich Wissen angeeignet und möchten das an Interessierte weitergeben?

Dann bewerben Sie sich doch als Kursleiter*in bei der Kreisvolkshochschule.

Sprechen Sie uns an. Wir klären Ihren Vorschlag ab und prüfen, wie er in die Erwachsenenbildung eingebunden werden kann.

Mehr Infos auf www.kvhs-northeim.de

unter

„Über uns/Kursleitende gesucht“.

Impfen hilft.
Auch allen, die du liebst.

Wir helfen bei Fragen:
☎ **116 117**
corona-schutzimpfung.de

Die Bundesregierung

infektionsschutz.de
Wissen, was schützt.

Infektionen vorbeugen: Richtig Hände waschen schützt!

Um Krankheitserreger zu entfernen, waschen Sie Ihre Hände gründlich.
Das gelingt in fünf Schritten:

- 1 Nass machen**
Hände unter fließendes Wasser halten.
- 2 Rundum einseifen**
Hände von allen Seiten einschäumen.
- 3 Zeit lassen**
Gründliches Einseifen dauert 20 bis 30 Sekunden.
- 4 Gründlich abspülen**
Hände unter fließendem Wasser abwaschen.
- 5 Sorgfältig abtrocknen**
Hände mit einem sauberen Tuch trocknen.

Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) Stand 2016





Fit für den Beruf - Weiterkommen mit der KVHS

Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung und Bewahrung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Bildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Sie setzt an bei Kompetenzen wie der Lernfähigkeit, den Sprachkenntnissen und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen.

Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und die Medienbildung stellen zwei Schwerpunkte des Programmbereichs „EDV - Berufliche Bildung“ dar. Ebenfalls vertreten sind Fachlehrgänge für das berufliche Weiterkommen im kaufmännischen Bereich. Veranstaltungen zu Querschnittsthemen, die berufliche und persönliche Kompetenzen (Rhetorik, Selbstmarketing, Kreativitätstrainings) stärken, runden das Angebot ab.

Direkt beruflich qualifizierende Kurse finden Sie natürlich auch im Angebot anderer Programmbereiche: zum Beispiel Weiterbildung für pädagogische Fachkräfte, für Pflege und Betreuung, Lehrgänge im Gesundheitsbereich oder berufsbezogene Sprachkurse.

Ihr Ansprechpartner:

Martin Heuer

**Programmbereichsleiter
EDV - Berufliche Bildung**

Tel: 05551 708 8219

E-Mail: mheuer@landkreis-northeim.de

Firmenschulungen

Die KVHS bietet als Weiterbildungsservice für Unternehmen und Berufsverbände aus dem Landkreis Northeim Kurse nach individueller Anfrage an.

- Fremdsprachenkurse nach betrieblichen Erfordernissen
- Maßgeschneiderte Programme zur betrieblichen Gesundheitsförderung wie Rückenschule, Stressmanagement, Augenschule
- Grund- und Fachkurse mit MS-Office-Anwendungen, CAD, Buchführung, Indesign, Kundenmanagement, ...

Ihre Vorteile auf einen Blick:

- Kurzfristige Umsetzung
- Flexible Trainingsgestaltung
- Gut ausgestattete Seminarräume
- Inhouse-Seminare / Ortsnähe
- Erfahrene Kursleiter/innen
- Gutes Preis-Leistungs-Verhältnis
- Beratung über finanzielle Fördermöglichkeit

Buchführungskurse online oder in der KVHS

Grundlagen der Finanzbuchführung

Der Kurs führt in die Grundlagen und Regeln der Buchhaltung ein. Die Teilnehmenden können nach Abschluss des Kurses Eingangs- und Ausgangsrechnung, also Aufwendungen ...

Mehr unter www.kvhs-northeim.de. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, der Kurs startet von Null und führt Schritt für Schritt in die Geheimnisse der Finanzbuchführung ein.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.01

Ulrike Möhle

Dienstag, 1.11.2022, 19 bis 21.15 Uhr

12 Termine, 144 Euro

Anmeldeschluss: 24.10.2022

Kurs-Nr.: F5073P1

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

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer*innen, die Kenntnisse zur Erstellung einer Einnahmen-Überschuss-Rechnung (EÜR) erwerben wollen. Die Teilnehmenden werden Schritt für Schritt sowie anhand von Beispielen durch das Formular zur Erstellung einer EÜR geführt. Buchführungsvorkenntnisse sind nicht erforderlich. ... Lesen Sie weiter unter www.kvhs-northeim.de. Dieser Online-Kurs hat eine Durchführungsgarantie.

Online

Dienstags und donnerstags

8.11.2022, 18.30 bis 20.30 Uhr

2 x wöchentlich

11 Termine, 165 Euro

Anmeldeschluss: 3.11.2022

Kurs-Nr.: F5074X1X

Grundlagen der Lohn- und Gehaltsabrechnung

Jede*r Arbeitgeber*in hat für die Beschäftigten Lohnsteuern, Zuschlagsteuern und die gesetzlichen Sozialversicherungsbeiträge einzubehalten und an die entsprechenden Stellen abzuführen. Inhalte: Grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung, Bruttoentgeltmittlung, manuelle Berechnung von gesetzlichen Abzugsbeträgen und Lohnkontenführung sowie das ... Mehr unter www.kvhs-northeim.de.

Dieser Online-Kurs hat eine Durchführungsgarantie.

Online

Dienstags und donnerstags

8.11.2022, 18.30 bis 20.30 Uhr

2 x wöchentlich

20 Termine, 280 Euro

Anmeldeschluss: 3.11.2022

Kurs-Nr.: F5075X1X

Buchführung

● 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 Hinsehen und Sie sehen beim Schreiben nur noch auf den Text. Dieses bildet die Grundlage für schnelles und fehlerfreies Schreiben am PC.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)

Ulrike Berghahn

Montag, 7.11.2022, 18 bis 19.30 Uhr

5 Termine, 40 Euro

Anmeldeschluss: 1.11.2022

Kurs-Nr.: F5071P1

Uslar, Sollingschule

Zur Schwarzen Erde 3, EDV-Raum

Ulrike Berghahn

Mittwoch, 14.9.2022, 20 bis 21.30 Uhr

5 Termine, 40 Euro

Anmeldeschluss: 7.9.2022

Kurs-Nr.: F5071U1

Medienbildung

● Neues Leben für alte PCs/ 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 (Dauer ca. 15 Minuten je nach Rechner- und Internetgeschwindigkeit) und bietet bereits nach der Grundinstallation alles, was Otto-Normalverbraucher an Software benötigt. Linux lässt sich parallel zu Windows auf einem PC installieren und kann auch als mobiles System auf einem USB Stick installiert werden.

Browser (Firefox)

• E-Mail Client (Thunderbird)

• Office Paket (LibreOffice)

• Tools um Bilder anzuzeigen, zu verwalten und zu bearbeiten.

NEU!

- Programme um Videos und Musik abzuspielen.

Weitere Software kann einfach über die integrierte zentrale Softwareverwaltung installiert werden.

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerstraße 19, Raum 5, UG

Rudolf Wimmer

Freitag, 11.11.2022, 19 bis 21.15 Uhr

1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro

Anmeldeschluss: 7.11.2022

Kurs-Nr.: F5000E1

● Etwas mehr Privatsphäre bitte!

Im Internet hinterlassen wir viele Daten Spuren. 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, 26.9.2022, 19 bis 21.15 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 19.9.2022
Kurs-Nr.: F500P1

● EXCEL - Schnupperstunde

In dieser Schnupperstunde werden die Möglichkeiten von Excel vorgestellt. Anhand verschiedener Beispieltabellen werden die vielen Möglichkeiten gezeigt, die Excel bietet. Die fertigen Beispieltabellen 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, 2.9.2022, 19 bis 21.15 Uhr
1 Termin, kostenlos
Anmeldeschluss: 1.9.2022
Kurs-Nr.: F5009P1

● Die Bedienung von Smartphone/Handy

Ein Kurs für alle, die bisher noch keine oder sehr wenig Erfahrung im Umgang mit dem Handy haben. Der Fokus liegt dabei auf den Geräten, die mit Android funktionieren. Aber auch Apple ist erlaubt. In

einer kleinen Gruppe gehen wir Schritt-für-Schritt vor und wiederholen ausführlich. Dies wollen wir lernen:

- die Symbole für die allgemeine Bedienung,
- was eine App ist,
- wie Passwörter leicht zu merken sind,
- was WhatsApp und App Store sind und wie diese funktionieren,
- wie sicher bezahlt werden kann und gehen einzelnen Fragen der Teilnehmenden nach. Auch auf individuelle Probleme wird eingegangen und dabei auch das Handy individuell eingerichtet. Bitte mitbringen: Ihr eigenes Smartphone (mit vollem Akku) sowie Ihre Zugangsdaten zu bestimmten Konten (Passwörter), damit wir Ihr Handy einrichten können. Bitte Schreibmaterial mitbringen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 25
Eingang Rückseite des Gebäudes
Can Deniz Plessmann
Freitag, 23.9.2022, 14.30 bis 16.30 Uhr
4 Termine, 60 Euro
Anmeldeschluss: 16.9.2022
Kurs-Nr.: F5013P1

● Die perfekte Post oder die perfekte Präsentation mit CANVA

Canva ist ein Online-Gestaltungs-Tool, das es erlaubt, einfache oder komplexe Grafiken zu erstellen. Du kannst damit also Grafiken für Facebook, Pinterest, YouTube, Instagram oder Twitter erstellen. Du kannst aber auch Flyer oder Visitenkarten entwerfen oder Intros für deine Videos gestalten. Mit wenigen Klicks. Die fertigen Ergebnisse speicherst du als PNG-, JPG- oder PDF-Datei auf deiner Festplatte. Es gibt unzählige Vorlagen und kostenlose Bilder auch für perfekte Präsentation.

Inhalt:

1. Grundlagen: Anmeldung, Vorlagen auswählen, Erstellen einer Grafik/Grafikkollage, Layout auswählen, Symbole einfügen, Texte einfügen, Hintergrund gestalten, eigene Inhalte hinzufügen, Grafik teilen
2. Video-Intros erstellen
3. Mein erster Post und erste Präsentation mit CANVA

Sie bekommen vor der Veranstaltung eine E-Mail mit einem Einladungslink geschickt. Bitte geben Sie dafür bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an.

Online-Kurs, Der virtuelle Kursraum wird bekannt gegeben.

Nadja Ziehn

Dienstag, 13.9.2022, 17.30 bis 19 Uhr

Dienstag, 27.9.2022, 17.30 bis 19 Uhr

Dienstag, 11.10.2022, 17.30 bis 19 Uhr

3 Termine, 24 Euro

Anmeldeschluss: 8.9.2022

Kurs-Nr.: F5030X1

EDV/PC und Internet - Grundstufe

● EDV/PC und Internet Grundkurs

Sie möchten die EDV nutzen, um z. B. Fotos zu speichern, Briefe zu tippen und nach Bahnverbindungen 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. Bei ausführlicher Erklärung und ruhigem Lerntempo wird geübt. Schritt für Schritt wird unter gezielter Anleitung das Betriebssystem Windows, der richtige Umgang mit der Maus, das Erstellen, Öffnen und Speichern von Dateien erarbeitet. Sie erproben die Textverarbeitung mit Word und andere Anwendungsprogramme. Auch grundlegende Kenntnisse über das Senden, Empfangen und Verwalten von E-Mails sowie ein Einblick in Aufbau und Funktion des Internets werden vermittelt. Es stehen die Betriebssysteme MS-Windows zur Verfügung. Dieser Kurs ist für alle Teilnehmer*innen geeignet, die keine oder nur sehr geringe Vorkenntnisse besitzen. Bitte Schreibmaterial mitbringen.

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 5, UG

Frank Sailer

Dienstag, 6.9.2022, 20 bis 21.30 Uhr

7 Termine, 56 Euro

Anmeldeschluss: 30.8.2022

Kurs-Nr.: F5011E1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)

Frank Sailer

Samstag, 15.10.2022, 9 bis 15.30 Uhr

Sonntag, 16.10.2022, 9 bis 15.30 Uhr

2 Termine, 64 Euro

Anmeldeschluss: 5.10.2022

Kurs-Nr.: F5011P1

● **Einstieg in die Bedienung von PC und Laptop - Frauenkurs**

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

Vorkenntnisse und Erfahrungen mit dem Computer sind nicht erforderlich.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Ulrike Berghahn
Montag, 10.10.2022 bis Freitag, 14.10.2022,
jeweils 9 bis 12 Uhr
5 Termine, 80 Euro
Anmeldeschluss: 4.10.2022
Kurs-Nr.: F5011P2



● **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. Dieses 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 und Erfahrungen mit dem Computer sind nicht erforderlich. Der Zugang zu einem Computer während des Kurses ist sehr hilfreich. Wenn Sie mögen, können Sie gerne mit Ihrem eigenen Laptop arbeiten. Bitte bringen Sie Ihr Gerät vollständig installiert sowie das Stromkabel mit. Haftungsausschluss: Für mitgebrachte Geräte, Daten und Software übernimmt die KVHS keine Haftung bei Verlust oder Beschädigung.

Uslar, Sollingschule

Zur Schwarzen Erde 3, EDV-Raum
Ulrike Berghahn
Mittwoch, 14.9.2022, 17.30 bis 19.45 Uhr
5 Termine, 60 Euro
Anmeldeschluss: 7.9.2022
Kurs-Nr.: F5011U1

● **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 zu 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. Bei ausführlicher Erklärung und ruhigem Lerntempo wird am Computer geübt. Schritt für Schritt wird unter gezielter Anleitung das Betriebssystem Windows, der richtige Umgang mit der Maus, das Erstellen, Öffnen und Speichern von Dateien erarbeitet. Sie erproben die Textverarbeitung mit Word und andere Anwendungsprogramme. Auch grundlegende Kenntnisse über das Senden, Empfangen und Verwalten von E-Mails sowie ein Einblick in Aufbau und Funktion des Internets werden vermittelt. Es steht das Betriebssystem MS-Windows zur Verfügung. Dieser Kurs ist für alle Teilnehmenden geeignet, die keine oder nur sehr geringe Vorkenntnisse besitzen. Bitte Schreibmaterial mitbringen.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerstraße 19, Raum 5, UG
Frank Sailer
Montag, 5.9.2022 bis Freitag, 9.9.2022,
jeweils 10 bis 12.15 Uhr
5 Termine, 60 Euro
Anmeldeschluss: 29.8.2022
Kurs-Nr.: F5013E1

Kreiensen, Greene, Haupt- und Realschule, Leinestraße 68, EDV-Raum
Frank Sailer
Dienstag, 6.9.2022, 16.30 bis 18 Uhr
7 Termine, 56 Euro
Anmeldeschluss: 30.8.2022
Kurs-Nr.: F5013K1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Frank Sailer
Montag, 12.9.2022 bis Freitag, 16.9.2022,
jeweils 10 bis 12.15 Uhr
5 Termine, 60 Euro
Anmeldeschluss: 2.9.2022
Kurs-Nr.: F5013P2

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Frank Sailer
Montag, 9.1.2023 bis Freitag, 13.1.2023,
jeweils 10 bis 12.15 Uhr
5 Termine, 60 Euro
Anmeldeschluss: 2.1.2023
Kurs-Nr.: F5013P3

**EDV/PC und Internet -
Aufbaustufe**

● **EDV/PC und Internet**
Aufbaukurs

In diesem Kurs können Teilnehmende 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
- Es steht das Betriebssystem Windows 10 zur Verfügung. Bitte Schreibmaterial mitbringen.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerstraße 19, Raum 5, UG
Frank Sailer
Dienstag, 15.11.2022, 20 bis 21.30 Uhr
7 Termine, 56 Euro
Anmeldeschluss: 8.11.2021
Kurs-Nr.: F5012E1

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

In diesem Kurs können Teilnehmende 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
- Es stehen die Betriebssysteme MS-Windows zur Verfügung.
Bitte Schreibmaterial mitbringen.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
Frank Sailer
Montag, 10.10.2022 bis Freitag, 14.10.2022,
jeweils 10 bis 12.15 Uhr
5 Termine, 60 Euro
Anmeldeschluss: 4.10.2022
Kurs-Nr.: F5014E1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Frank Sailer
Montag, 17.10.2022 bis Freitag, 21.10.2022,
jeweils 10 bis 12.15 Uhr
5 Termine, 60 Euro
Anmeldeschluss: 7.10.2022
Kurs-Nr.: F5014P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Frank Sailer
Montag, 23.1.2023 bis Freitag, 27.1.2023,
jeweils 10 bis 12.15 Uhr
5 Termine, 60 Euro
Anmeldeschluss: 17.1.2023
Kurs-Nr.: F5014P2

- **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 0.05
Ulrike Berghahn
Montag, 19.9.2022, 19 bis 21.15 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 12.9.2022
Kurs-Nr.: F5015P1

EDV/PC und Internet - Workshops

- **EDV-Workshop für Frauen**
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.

Wenn Sie mögen, können Sie gerne mit Ihrem eigenen Laptop arbeiten. Bitte bringen Sie Ihr Gerät vollständig installiert sowie das Stromkabel mit. Haftungsausschluss: Für mitgebrachte Geräte, Daten und Software übernimmt die KVHS keine Haftung bei Verlust oder Beschädigung.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Ulrike Berghahn
Mittwoch, 5.10.2022, 9 bis 10.30 Uhr
Donnerstag, 6.10.2022, 9 bis 10.30 Uhr
Freitag, 7.10.2022, 9 bis 10.30 Uhr
3 Termine, 24 Euro
Anmeldeschluss: 28.9.2022
Kurs-Nr.: F5015P2

Office Anwendungen

- **MS-Office: 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, Seitennummerierung, Rahmen und Schattierungen, Kopf- und Fußzeilen, Tabulatoren, Erstellen von Tabellen und Formularen, Arbeiten mit Textbausteinen und Dokumentvorlagen, die Benutzung der Rechtschreibprüfung und der Auto-korrektur, Erstellen eines DIN-Briefes, so dass er in einen Fensterbriefumschlag passt, sowie die Erstellung von Serienbriefen und die Aufzeichnung von Makros, automatisches Inhalts- und Stichwortverzeichnis und Gliederungen. Die Kursinhalte werden mit einem Beamer großflächig dargestellt.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Frank Sailer
Montag, 26.9.2022 bis Freitag, 30.9.2022,
jeweils 9 bis 12 Uhr
5 Termine, 80 Euro
Anmeldeschluss: 19.9.2022
Kurs-Nr.: F5020P1

- **MS-Office am Vormittag - EDV im modernen Büro:**
Textverarbeitung, Datenorganisation und E-Mail
Es 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 Beschäftigten, Kunden, Artikeln und Bestellungen über Excel. Über die Tabellenkalkulationsfunktionen erstellen wir eine Preiskalkulation. Kunden- und Beschäftigtendaten werden aus Excel nach Word übertragen und in die Serienbrieffunktion eingebunden. Voraussetzung: Grundkenntnisse in Windows und Word.

padur

Beratung · Planung · Ausführung · Service

www.padur.de

Padur Sanitär GmbH
Fachbetrieb für
Sanitär- und Heizungstechnik

Heinrichstraße 1 · 37154 Northeim
Tel. (05551)3463 · Fax 661 18
info@padur.de · www.padur.de

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Ulrike Berghahn
Montag, 19.9.2022 bis Freitag, 23.9.2022,
jeweils 9 bis 12 Uhr
5 Termine, 80 Euro
Anmeldeschluss: 12.9.2022
Kurs-Nr.: F5020P2

NEU!

● **MS-Office im modernen Büro**
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 Beschäftigten, Kunden, Artikeln und Bestellungen über Excel. Über die Tabellenkalkulationsfunktionen erstellen wir eine Preiskalkulation. Kunden- und Beschäftigtendaten werden aus Excel nach Word übertragen und in die Serienbrieffunktion eingebunden. Voraussetzung: Grundkenntnisse in Windows und Word.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Ulrike Berghahn
Freitag, 4.11.2022, 18 bis 21 Uhr
5 Termine, 80 Euro
Anmeldeschluss: 26.10.2022
Kurs-Nr.: F5020P3

● **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. Sie richten sich an diejenigen, die für private oder berufliche Zwecke den Umgang mit EXCEL erlernen wollen.

Außerdem werden auch folgende Punkte behandelt:

Arbeiten mit Mustervorlagen, der Zielwertsuche, Makros und Funktionen, wie z. B. Wenn- und Verweis-Funktionen, Mittelwert, Minimum, Maximum usw.

Wir lernen mit Excel 2019, andere Versionen werden berücksichtigt.
Bitte Schreibmaterial mitbringen.

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

Montag, 5.9.2022, 19.45 bis 21.15 Uhr
10 Termine, 80 Euro
Anmeldeschluss: 29.8.2021
Kurs-Nr.: F5022E1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Frank Sailer
Samstag, 17.9.2022, 9 bis 15.30 Uhr
Sonntag, 18.9.2022, 9 bis 15.30 Uhr
2 Termine, 64 Euro
Anmeldeschluss: 7.9.2022
Kurs-Nr.: F5022P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Frank Sailer
Samstag, 3.12.2022, 9 bis 15.30 Uhr
Sonntag, 4.12.2022, 9 bis 15.30 Uhr
2 Termine, 64 Euro
Anmeldeschluss: 23.11.2022
Kurs-Nr.: F5022P2

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Frank Sailer
Donnerstag, 8.9.2022, 19.30 bis 21 Uhr
10 Termine, 80 Euro
Anmeldeschluss: 1.9.2022
Kurs-Nr.: F5022P3

Dipl.-Hdl.
Petra Rohrig

Friedrich-Ebert-Wall 41, 37154 Northeim
Tel. 0173/2719165
E-Mail: info@pr-servline.de

**Computerunterricht bei
Ihnen zu Hause.**

(Internet, MS Office, Windows)

Für Sie, Ihre Kinder oder Enkel
individuelle Betreuung.
PC-Kenntnisse für Erfolg in der
Schule und im Beruf.



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: 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 sowie mit Excel Berechnungen durchzuführen, die erstellten Dokumente zu formatieren und zu verwalten. Jede*r Teilnehmer*in hat einen eigenen PC-Arbeitsplatz. Die Kursinhalte und Aufgaben werden durch Beamer großflächig verdeutlicht und anhand von praktischen Übungen einprägsam erarbeitet.

Bad Gandersheim,

Roswitha-Gymnasium,
Bismarckstraße 17, Gebäude 4,
EDV-Raum
Frank Sailer
Freitag, 9.9.2022, 18.30 bis 20 Uhr
10 Termine, 80 Euro
Anmeldeschluss: 1.9.2022
Kurs-Nr.: F5023A1

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

Mittwoch, 7.9.2022, 19.30 bis 21 Uhr
10 Termine, 80 Euro
Anmeldeschluss: 31.8.2022
Kurs-Nr.: F5023E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
Frank Sailer
Samstag, 26.11.2022, 9 bis 15.30 Uhr
Sonntag, 27.11.2022, 9 bis 15.30 Uhr
2 Termine, 64 Euro
Anmeldeschluss: 16.11.2022
Kurs-Nr.: F5023E2

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Frank Sailer
Samstag, 22.10.2022, 9 bis 15.30 Uhr
Sonntag, 23.10.2022, 9 bis 15.30 Uhr
2 Termine, 64 Euro
Anmeldeschluss: 12.10.2022
Kurs-Nr.: F5023P1

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

Erlangen Sie Kenntnisse über Leistungs-
fähigkeit, Einsatzmöglichkeiten und
Grundfunktionen des Tabellenkalkulati-
onsprogramms EXCEL, die Fähigkeit, Kal-

kulationstabellen zu erstellen, zu forma-
tieren, auszuwerten und zu drucken, die
Fähigkeit, ausgewählte Dateien in Dia-
grammen anschaulich darzustellen.

Tabellenkalkulationskurse setzen Grund-
lagenkenntnisse in der EDV voraus. Sie
richten sich an diejenigen, die für private
oder berufliche Zwecke den Umgang mit
EXCEL erlernen wollen.

Außerdem werden auch folgende Punkte
behandelt:

Arbeiten mit Mustervorlagen, der Ziel-
wertsuche, Makros und Funktionen, wie
z. B. Wenn- und Verweis-Funktionen,
Mittelwert, Minimum, Maximum usw.
Wir lernen mit Excel 2019, andere Versio-
nen werden bei Bedarf berücksichtigt.
Bitte Schreibmaterial mitbringen.

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

Montag, 7.11.2022 bis Freitag, 11.11.2022,
jeweils 9 bis 15.30 Uhr
5 Termine, 180 Euro / ermäßigt: 160 Euro,
Anmeldeschluss: 27.10.2022
Kurs-Nr.: F5022V1

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 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 alle notwendigen Schritte
von der Aufbereitung der Datenquelle bis
zum Druck der personalisierten Schrei-
ben. Darüber hinaus gibt's Tipps und
Tricks für das Umschiffen der zahlreichen
Klippen. Teilnahme-Voraussetzung: Word
Grundkenntnisse.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Ulrike Berghahn
Mittwoch, 30.11.2022, 19 bis 21.15 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 23.11.2022
Kurs-Nr.: F5025P1

mehr als **100** jahre **SCHRADER** qualität und vertrauen
eine verbindung mit zukunft

GROSSHANDEL

- Sanitär
- Heizung
- Eisenwaren
- Bauelemente
- Baubeschläge
- Befestigungstechnik

FACHMARKT

- Werkzeuge
- Gartenmöbel/-technik
- Heimwerkerbedarf
- Elektro-Großgeräte

BAD & DESIGN AUSSTELLUNG

Borsigstr. 15 - 37154 Northeim

Tel.: 05551 / 6093 - 0 Fax: - 55

www.schrader-handel.de

Besuchen Sie uns unter

www.schrader-handel-shop.de



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

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

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

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)

Ulrike Berghahn

Dienstag, 15.11.2022, 19 bis 21.15 Uhr

1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro

Anmeldeschluss: 11.11.2022

Kurs-Nr.: F5025P2

● **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 von Präsentationen und Vorträgen
- Körpersprache, Stimme und Sprachstil
- Aufbau von PowerPoint-Folien
- Einbindung von Text, Bildern, Grafiken und Diagrammen

- professioneller Ablauf einer PowerPoint-Präsentation
- typische Fehler
- Möglichkeiten und Grenzen von Präsentationen.

Voraussetzung für diesen Kurs sind EDV-Kenntnisse.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)

Ulrike Berghahn

Samstag, 12.11.2022, 10 bis 16 Uhr

Sonntag, 13.11.2022, 10 bis 16 Uhr

2 Termine, 64 Euro

Anmeldeschluss: 2.11.2022

Kurs-Nr.: F5026P1

Bildbearbeitung

● **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. Auf individuelle Fragen wird eingegangen. Bildbearbeitungskennnisse sind nicht erforderlich.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)

Ulrike Berghahn

Dienstag, 17.1.2023, 19 bis 21.15 Uhr

5 Termine, 60 Euro

Anmeldeschluss: 10.1.2023

Kurs-Nr.: F5052P1

● **Meine Digitalkamera**

Sie haben eine Digitalkamera, egal welcher Hersteller und nun ist vieles neu und... Lesen Sie weiter auf Seite 75

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 5, UG

Frank Watermann

Sonntag, 23.10.2022, 10 bis 17 Uhr

1 Termin, 42,84 Euro

Anmeldeschluss: 13.10.2022

Kurs-Nr.: F2111E2



● **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,
- 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

Mittwoch, 9.11.2022, 18.30 bis 20.45 Uhr

1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro

Anmeldeschluss: 2.11.2022

Kurs-Nr.: F5051P1

Besuchen Sie uns im Internet
www.kvhs-northeim.de

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

www.tu-clausthal.de



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

- Schwerpunkt Handel
- in Kooperation mit der BBS 2 Northeim

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 1.250 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, 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 II Northeim

Einjährige Berufsfachschule - dein 1. Lehrjahr für folgende Fachbereiche:

- Metalltechnik
- Anlagentechnik, SHK-Technik
- Elektrotechnik
- Fahrzeugtechnik
- Bautechnik
- Friseurtechnik/Körperpflege
- Hauswirtschaft und Pflege
- Agrarwirtschaft
- Gartenbau
- Revierjäger

Dein Nutzen:

- Berufliche Grundbildung in deinem gewählten Schwerpunkt
- Verkürzungsmöglichkeiten der betrieblichen Ausbildungszeit (als 1. Lehrjahr anrechenbar)

**Wir haben
das Richtige
für Dich!**

**über 10
Berufsfachschulen**

Dein Plus:

Optimierter Start durch Erwerb höherwertiger Abschlüsse:

- Hauptschulabschluss
- Erw. Realschulabschluss
- Fachhochschulreife
- gute Vorbereitung auf den Beruf
- praxis- und berufsorientiertes Lernen

Telefon: 05551-91400 • bbs2-northeim.de

Berufsbildende Schulen II Northeim - Gestalte Deine Zukunft mit uns!

Fehlt Dir der Hauptschulabschluss oder willst Du ihn verbessern?

Die Berufseinstiegsschule mit den Bereichen Agrarwirtschaft, Bautechnik, Hauswirtschaft und Pflege, Körperpflege/ Friseurtechnik, Metalltechnik und Wirtschaft (in Kooperation mit der BBS 1) bereitet Dich, in deinem gewählten beruflichen Schwerpunkt, optimal auf Deinen Abschluss vor.

Hast Du einen Realschulabschluss oder guten Hauptschulabschluss, aber noch keinen Ausbildungsplatz?

Hier kannst Du aus einem Spektrum von über 10 Berufsfachschulen wählen und dies als 1. Ausbildungsjahr absolvieren.

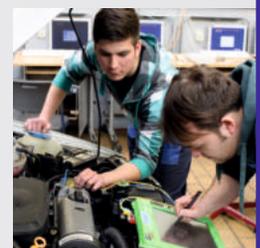
Willst Du studieren und dazu die Fachhochschulreife erwerben?

Zwei Fachrichtungen stehen Dir mit einer abgeschlossenen Berufsausbildung oder einem Sek1 Realschulabschluss und einem Praktikumsplatz zur Verfügung. Zum einen die Fachoberschule „Technik“, mit der zum Beispiel Bau-/Elektrotechnik und Maschinenbau an einer Fachhochschule studiert werden kann.

Zum anderen die Fachoberschule „Agrarwirtschaft, Bio- und Umwelttechnologie“, die den Weg ebnet um später als Berater, Gutachter oder Betriebsleiter im land- oder forstwirtschaftlichen/botanischen Bereich tätig zu werden.

Mach Dich schlau auf unserer Homepage bbs2-northeim.de, Tel: 05551-91400.

Wir freuen uns auf Deine Anmeldung!





GEWINNER IN JEDER HINSICHT!

„Seinen Abschluss an einer **Preisträgerschule des Deutschen Schulpreises** zu bekommen, das macht sich in jedem Lebenslauf gut“, ist sich Lisa, Schülerin der Beruflichen Gymnasien sicher, „das zeugt schließlich von einer guten schulischen Ausbildung, von vernünftigem Unterricht, der wichtige und aktuelle Themen in den Blick nimmt und dass auch noch was hängen bleibt, geht nicht ohne ziemlich coole Lehrer“, schmunzelt die Abiturientin ein bisschen verlegen im Kreise der Abteilungsleiter*innen. Diese sind heute zusammgekommen, um über drei vielversprechende Schulformen zu informieren, die sogar direkt oder mittelbar in der Studierfähigkeit münden. Grundsätzlich, stellen sie vorweg, könne an der BBS Einbeck aber **jeder Schulabschluss** erworben werden.



Frei nach Walter Gropius, Begründer des Bauhauses und damit der Frage „Bunt ist deine Lieblingsfarbe?“, wirbt die BBS Einbeck für ihre **Fachoberschule Gestaltung**. Wer Interesse am Zeichnen hat und seine **Kreativität** im Gestaltungsunterricht in die Waagschale werfen, moderne Grafikprogramme kennenlernen will, sei hier genau richtig. „Hier finden kreative Jugendliche mit einem Realschulabschluss garantiert ihren Platz und nach zweijährigem erfolgreichen Besuch winkt dann die **Allgemeine Fachhochschulreife**, mit der an Fachhochschulen jeder Studiengang besucht werden kann“, so Helena Jelitto als Abteilungsleiterin. Sie ergänzt: „Wer sogar eine einschlägige Berufsausbildung mitbringt, bspw. als Maler*in und Lackierer*in oder Gestalter*in für visuelles Marketing oder in ähnlichen Berufen eine Ausbildung nachweisen kann, der kann direkt in das zweite Jahr einsteigen und erlangt **in nur einem Jahr** dieselbe Qualifikation“. **Ein schnellerer Weg ins Studium**, sei ihr kaum bekannt.

DREI VIELVERSPRECHENDE SCHULFORMEN STELLEN SICH VOR

Abitur – und zwar das **richtige Abitur wie am allgemeinbildenden Gymnasium**, also die **Allgemeine Hochschulreife** können Schüler*innen beispielsweise nach dem erfolgreichen Besuch an einem der vier **Beruflichen Gymnasien** an den BBS Einbeck erlangen. Damit lässt sich – egal, welchen Schwerpunkt sie an der BBS Einbeck wählen – im Anschluss **jeder Studiengang von Architektur bis Zahnmedizin an jeder Universität** bzw. Hochschule absolvieren.

„Das **Berufliche Gymnasium - Technik** - mit dem Schwerpunkt „Informationstechnik“ ist beispielsweise für junge Erwachsene spannend, die Lust auf Studiengänge und Berufe haben, bei denen Kommunikation mit Hilfe von Technik gestaltet wird. Wer sich also schon jetzt gut vorstellen kann, einmal als IT-Spezialist*in, **Ingenieur*in**, Mechatroniker*in o. ä. zu arbeiten, ist hier genau richtig“, ergänzt Sandra Both als Abteilungsleiterin, „auch im Bereich der Elektro- und Metalltechnik sowie für ein Studium der Architektur erwirbt man einen Wissensvorsprung, mit dem ein anschließendes Studium möglicherweise sogar verkürzt werden kann“. **Eingangsvoraussetzung ist der Erweiterte Sekundarabschluss I oder die Versetzung von Klasse 10 in Klasse 11 an einem allgemeinbildenden Gymnasium.**

Ebenfalls mit dem Realschulabschluss in der Tasche, aber Interesse an **Wirtschaft und Informatik**, kann der Bildungsgang "**Staatlich geprüfte/r kaufmännische/r Assistent*in, Schwerpunkt Informationsverarbeitung**" besucht werden, der in 2 Jahren zu einer **abgeschlossenen schulischen Berufsausbildung** und – mit „Highspeed ins Studium“ – dem **schulischen Teil der Fachhochschulreife** beendet wird. Mit einem anschließenden sechsmonatigen Praktikum erlangen Absolvent*innen schließlich ebenfalls die Allgemeine Fachhochschulreife, mit der jeder Studiengang an einer FH besucht werden kann. „Viele unserer Absolvent*innen nehmen tatsächlich nach den zweieinhalb Jahren ein Studium auf oder werden aufgrund der wirtschaftlichen und informationstechnischen Vorbildung von Betrieben gerne für einen der begehrten Ausbildungsplätze in den IT-Berufen oder in vielen kaufmännischen Berufen eingestellt“, berichtet Ulf Scupin als Abteilungsleiter.

Wer sich zu diesen und weiteren Schulformen der BBS Einbeck informieren will und noch einen der begehrten Plätze erhalten möchte, nimmt gerne Kontakt zur Schule unter der Telefonnummer **05561 9493-50** auf, informiert sich auf der Homepage **www.bbs-einbeck.de** oder schreibt eine Mail an sekretariat@bbs-einbeck.de.



KVHS: Grundbildung am Arbeitsplatz und im Alltag

Der Begriff Grundbildung beschreibt das notwendige Wissen, das man zur Orientierung und Teilhabe in der Gesellschaft benötigt. Neben Lesen, Schreiben und Rechnen, sind das zum Beispiel auch der Umgang mit dem Computer, Fremdsprachenkenntnisse und noch vieles mehr. In Deutschland sind etwa 6,2 Millionen Erwachsene laut der Studie „LEO 2018“ gering literalisiert. Sie können nicht ausreichend lesen und schreiben und sind deshalb von vielen Dingen des täglichen Lebens ausgeschlossen. Sie haben Probleme z.B. Fahrpläne zu lesen, Formulare auszufüllen oder können ihren Kindern bei den Hausaufgaben nicht helfen.

Die KVHS bietet Grundbildungskurse an, in denen Menschen mit und ohne Behinderung, mit und ohne Deutsch als Muttersprache das Lesen, Schreiben und Rechnen in kleinen Gruppen, ein- bis zweimal pro Woche lernen können. In unseren Kursen unterrichten erfahrene Kursleitende, die auf das jeweilige persönliche Lerntempo Rücksicht nehmen und den Teilnehmenden eine erwachsenengerechte und vertrauensvolle Lernatmosphäre bieten.

In Zusammenarbeit mit den örtlichen Betrieben und Einrichtungen bietet die KVHS Grundbildungsmaßnahmen an. Dazu gehören Kursangebote zur arbeitsplatzorientierten Grundbildung wie z.B. Fit im Rechnen am Arbeitsplatz und Kochkurse zur gesunden Ernährung für Beschäftigte der Harz-Weser-Werke und der HaWeTec in Northeim, Computerkurse zur Förderung der digitalen Grundbildung für Schülerinnen und Schüler der IGS Einbeck und für Jugendliche in Betreuung des Vereins Jugendhilfe Südniedersachsen e.V., Lesen Einmal Anders Leseklub in der Stadtbibliothek in Einbeck.

Ihre Ansprechpartnerin:

Halida Sydymanova

**für Grundbildung, Alphabetisierung
und Zweiter Bildungsweg**

Tel: 05551 708 8218

Fax: 05551 708 8229

E-Mail:

hsydymanova@landkreis-northeim.de

KVHS: Schulabschluss nachholen- Zweiter Bildungsweg

Bildungswege verlaufen nicht immer gradlinig. Wer einen Schulabschluss nachträglich erwerben und beruflich weiterkommen möchte, investiert in seine Zukunft. Sie haben sich entschieden, einen Hauptschul- oder Realschulabschluss nachträglich auf dem sogenannten Zweiten Bildungsweg zu machen? Ab September wird an der KVHS in Northeim ein Abendschullehrgang zur Vorbereitung auf den nachträglichen Erwerb eines Haupt- bzw. Realschulabschlusses für Nichtschülerinnen und -schüler angeboten. Der Lehrgang richtet sich gleichermaßen an erwerbslose und beschäftigte Erwachsene mit erfüllter Schulpflicht.



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 Vorbereitungslehrgang in Northeim richtet sich gleichermaßen an Nichtschüler*innen mit erfüllter Schulpflicht, erwachsene Erwerbslose oder Beschäftigte in Teilzeit- oder Vollzeit, alleinerziehende Mütter und Väter, Geringverdienende*innen, Menschen mit und ohne gesundheitliche Einschränkungen, mit und ohne Migrationsgeschichte.

Der kombinierte Vorbereitungslehrgang in Abendform findet in der Außenstelle der Kreisvolkshochschule in Northeim, Wallstraße 40, von Montag bis Freitag, von 17 bis 21 Uhr statt. Der Lehrgang dauert elf Monate, die Kursgebühr für den Hauptschulabschluss beträgt 600 €, für den Realschulabschluss 900 €, die in Raten zu zahlen sind. Wir bieten das Konzept des Blended Learning an. Es ermöglicht die Verknüpfung von Online-Lernen und Präsenzlehre. Das gesamte Unterrichtsangebot umfasst die Fächer: Deutsch, Mathematik, Englisch, Geschichte, Wirtschaft, Biologie und Physik. Die Abschlussprüfungen zum Erwerb der Abschlüsse des Sekundarbereiches I durch Nichtschüler*innen werden nach der Verordnung über die Prüfungen

(NAVO Sek I vom 11.02.2016) vor der Landesschulbehörde abgelegt. Die Verordnung regelt die Prüfungen, durch die die Nichtschüler*innen den Hauptschulabschluss, den Hauptschulabschluss Sek I, den Realschulabschluss bzw. den erweiterten Realschulabschluss erwerben können.

Interessierte senden bitte ihre Bewerbungsunterlagen in .docx oder .pdf-Format an die E-Mail: info@kvhs-northeim.de:

- ein Motivationsschreiben mit dem Hinweis, welcher Schulabschluss beabsichtigt wird,
- einen tabellarischen Lebenslauf mit der E-Mailadresse bzw. Telefonnummer zur kurzfristigen Kontaktaufnahme,
- eine Kopie des Abschluss- oder Abgangszeugnisses der zuletzt besuchten allgemeinbildenden Schule, gegebenenfalls des Schulzeugnisses der BBS,
- eine beidseitige Kopie des Personalausweises.

Ansprechpartnerin/Fachberatung:

Halida Sydymanova,
 Programmbereichsleiterin
 Zweiter Bildungsweg,
 E-Mail: hsydymanova@landkreis-northeim.de,
 Telefon 05551/708-8218.

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum 0.11
 Halida Sydymanova
 Mittwoch, 7.9.2022, 17 bis 21 Uhr
 ca. 11 Monate Termine
Kurs-Nr.: Y6070Z8

Lehrkraft im Zweiten Bildungsweg gesucht

Sie kennen sich in Ihrem Fachgebiet besonders gut aus? Sie sind souverän und es macht Ihnen Freude, Ihr Wissen und Kompetenzen an erwachsene Kursteilnehmende weiterzugeben? Sie sind offen für neue Unterrichtsmethoden auf einer digitalen Lernplattform?

Dann sprechen Sie uns an! Wir suchen Lehrkräfte auf Honorarbasis für die Schulfächer der Sekundarstufe I an der Abendschule in Northeim.

Ziel ist es, Jugendlichen mit erfüllter Schulpflicht und Erwachsenen, Berufstätigen oder Erwerbslosen, sich am Abend im kombinierten Lehrgang auf die Abschlussprüfungen der Sekundarstufe I – Hauptschul- oder Realschulabschluss - vorzubereiten. Die Unterrichtsinhalte orientieren sich an den Kerncurricula der Haupt- und Realschulen.

Ansprechpartnerin:
 Halida Sydymanova
 Programmbereichsleiterin
 Zweiter Bildungsweg
 E-Mail:
hsydymanova@landkreis-northeim.de
 Telefon: 05551 / 708 82 18

Weitere Infos zum Lehrgang auf der KVHS-Homepage:
www.kvhs-northeim.de, in der Rubrik „Grundbildung, Schulabschlüsse“.

Gut gebildet in die Zukunft –
 mit Ihrer KVHS!

**Grundbildung - Lesen,
Schreiben, Rechnen lernen**

● **Lesen und Schreiben
von Anfang an**

Es ist schon länger her, dass Sie eine Schule besucht haben? Mittlerweile sind Sie sehr unsicher beim Lesen und Schreiben von Texten, Briefen, beim Ausfüllen von Formularen? Diese Grundfertigkeiten können Sie in unserem Kurs (wieder)erlernen. Wir beginnen von Anfang an, üben Buchstaben, Wörter, Sätze. Im Laufe der Zeit können Sie kurze Texte lesen und schreiben. Die Situationen im Alltag wie Einkaufen, Zeitung lesen, Fahrpläne verstehen und Behördengänge können Sie dann besser meistern. In der kleinen Gruppe gehen wir auf den Wissensstand von allen Teilnehmenden ein. Wir wollen in einer entspannten Atmosphäre mit dem deutschen Alphabet vertraut werden. Hier lernen Sie Lesen und Schreiben in Ihrem eigenen Tempo. Wenn Sie jemanden kennen, der oder die die Kenntnisse im Lesen und Schreiben verbessern möchte, erzählen Sie von diesem Kurs. Vor der Teilnahme ist eine Beratung notwendig. Sie findet am ersten Kurstag statt.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Barbara Kröger
Dienstag, 27.9.2022, 17.30 bis 20 Uhr
13 Termine, 39 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Kurs-Nr.: F7100P1K



● **Finanzielle Grundbildung -
Rechnen im Alltag**

Sie erinnern sich nur ungern an den Mathematikunterricht in der Schule? Keine Panik! In diesem Kurs können sich alle Teilnehmenden ohne Druck ihren mehr oder weniger kleinen Problemen beim Rechnen widmen. In alltäglichen Situationen, wie einkaufen, kochen, renovieren, Budgetplanung werden von Erwachsenen Rechenkenntnisse erwartet. In diesem Kurs trainieren wir den Umgang mit Zahlen und Geld mit Hilfe von Plus und Minus, Mal und Geteilt, Gewichte, Längen, Flächen, Umfang, Rauminhalt, Bruchrechnung, Prozent- und Zinsrechnung. Ausgehend von einfachen Rechenbeispielen aus dem Alltag, steigern wir uns in kleinen Schritten zu bald gar nicht mehr schwierigen Aufgaben. Außerdem wird das Lernportal der Volkshochschulen für Grundbildung im Internet vorgestellt und interaktive Rechenaufgaben online eingeübt, um die Teilnehmenden auch auf das eigenständige digitale Lernen vorzubereiten. Die Unterrichtsinhalte orientieren sich an der Lebenswelt der Teilnehmenden. Es können auch weitere Aufgaben auf Onlineplattformen bearbeitet und gelöst werden. Die Teilnehmenden werden gebeten, einen Taschenrechner mitzubringen. Wenn Sie noch Fragen haben, können Sie die Kursleiterin unter 0173 271 9165 anrufen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Petra Rohrig
Donnerstag, 22.9.2022, 18 bis 19.30 Uhr
15 Termine, 30 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Kurs-Nr.: F7200P1K

● **Schreiben, Lesen, Rechnen für
Menschen mit Beeinträchtigungen**

Der Kurs richtet sich an alle, die Unterstützung bei der Bewältigung des Lebensalltags brauchen. Bei Arztbesuchen, in Krankenhäusern, aber auch in Sparkassen oder bei Behörden, in Einkaufsmärkten und anderen Einrichtungen des täglichen Lebens soll der Umgang ermöglicht und verbessert werden. Arbeitsmaterialien werden zur Verfügung gestellt. Schreib-, Lese- und Rechenübungen erfolgen in Gruppen- und/oder in Einzelarbeit. Wenn Sie Fragen zum Kursinhalt haben, können Sie den Kursleiter unter der Telefonnummer 05562/6162 anrufen.

Dassel, Lüthorst
Cafe "Haus Wildwiese"
Günter Ehling
Donnerstag, 3.11.2022, 16.30 bis 18 Uhr
10 Termine, kostenlos
Kurs-Nr.: F7310D1K

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

in Zusammenarbeit mit der Stadtbibliothek Einbeck

Das Vorurteil ist alt: Menschen mit Behinderung wollen oder können nicht lesen. Dass es nicht so ist, zeigt das Projekt Lesen Einmal Anders - LEA Leseklub® des Vereins zur Förderung der Kultur, Bildung und sozialer Teilhabe von Menschen mit und ohne Behinderung (KuBus e.V.). Deutschlandweit gibt es inzwischen über 30 LEA Leseklubs®. Menschen mit und ohne Behinderung treffen sich in LEA Leseklubs®. Die Idee ist einfach: Menschen lesen gemeinsam ein Buch oder eine Geschichte und beweisen ganz nebenbei, wie einfach Inklusion auch in der kulturellen Bildung zu verwirklichen ist. Im LEA Leseklub® treffen sich Menschen mit und ohne Behinderung, die Lust am Lesen (wieder-) entdecken, sich die Geschichten gegenseitig vorlesen, mit anderen über das Gelesene sprechen, neue Freunde über das gemeinsame Interessensgebiet finden.

Das Besondere daran: Jede*r kann mitmachen, egal, ob oder wie gut sie/er lesen kann. Auch Menschen, die gerade Deutsch lernen und Lust auf Bücher und Geschichten haben, sind herzlich willkommen. Für Menschen mit eingeschränkter Mobilität ist der barrierefreie Eingang in den Lesesaal hinter dem Haus möglich. Die Lesetreffen laden dazu ein, Gemeinsamkeiten zu entdecken und Vorurteile abzubauen. Außerdem bieten sie Erwachsenen mit geringer Lese- oder Sprachkompetenz Raum zum (Vor-) Lesen, Zuhören und Reden - und das alles kostenlos.

Wer Interesse an den einmal wöchentlich stattfindenden Treffen hat kann sich anmelden:

Ursula Kleineidam, Moderatorin, Telefon 0152 021 732 54 oder bei der Kreisvolkshochschule, Telefon 05551/708-8210.

Einbeck, Stadtbibliothek, Lesesaal, Dr.-Friedrich-Uhde-Straße 5
Dr. Ursula Kleineidam
Montag, 12.9.2022, 16 bis 18 Uhr
14 Termine, kostenlos
Anmeldeschluss: 6.9.2022
Kurs-Nr.: F7340E1

Grundbildung am Arbeitsplatz und im Alltag

● **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.

Aloisia Tietz
Freitag, 9.9.2022, 8.30 bis 12 Uhr
37 Termine, kostenlos
Kurs-Nr.: Y7410Z6

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

Die Entwicklung neuer Technologien und die weiter fortschreitende Automatisierung im Produktionsprozess in Betrieben führen zu erhöhten Anforderungen an die Beschäftigten. Ziel des Kurses ist es, in Zusammenarbeit mit der Abteilung Fort- und Weiterbildung, die vorhandenen Potentiale der an- und ungelernten Beschäftigten der HaWeTec in Northeim zu fördern. Der Schwerpunkt liegt beim Rechnen für den Arbeitsplatz. Der Umgang mit Zahlen und Größen wird anhand von Beispielen aus dem Arbeitsleben erarbeitet, geübt und vertieft. Wir trainieren die Grundrechenarten (plus, minus, mal, geteilt), 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 und Fähigkeiten der Beschäftigten des Betriebes konkret abgestimmt. Anhand von Beispielen aus dem Arbeitsleben, z. B. Kuvertier- und Versandarbeiten, Montage und Verpackung, Metallarbeiten steigern wir uns in kleinen Schritten zu bald gar nicht mehr schwierigen Aufgaben.

Northeim, HaWeTec, Borsigstraße 23, "Blauer Salon"
Petra Rohrig
Dienstag, 6.9.2022, 8.30 bis 12 Uhr
36 Termine, kostenlos
Kurs-Nr.: Y7420Z6

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

Es handelt sich um das Medienseminar in Zusammenarbeit mit den Harz-Weser-Werken gGmbH in Northeim, gefördert durch die Landesmittel aus dem Sonderfonds zur Förderung des lebenslangen Lernens 2021/2022.

Die Entwicklung neuer Technologien und die fortschreitende Automatisierung der Produktionsprozesse in Betrieben führen zu 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. Dies betrifft auch die Informationsbeschaffung, bei der das Internet eine immer größere Rolle spielt, sei es für die Bahnverbindung oder Bankgeschäfte. Doch gerade die Beschäftigten mit Beeinträchtigung, die in der Werkstatt arbeiten, haben immer noch wenige Berührungspunkte mit den digitalen Medien. Der Bedarf an digitaler Grundbildung hat sich durch die Coronapandemie erhöht und der Umgang mit Medien ist von großer Bedeutung geworden, um am beruflichen und gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu können.

Ziel des Seminars ist die Hemmschwelle im Umgang mit dem PC abzubauen, Neugierde am Thema digitale Medien zu wecken und vorhandene Potentiale zu fördern. In diesem Kurs besteht die Möglichkeit, sich Schritt für Schritt mit Anleitung mit der grundlegenden Nutzung eines Computers und des Internets vertraut zu machen. Vorkenntnisse und Erfahrungen mit dem Computer sind nicht erforderlich.

Mar Sydymanov
3 Termine, kostenlos
Kurs-Nr.: Y7430Z8

100 Rezepte in leichter Sprache



Die Kreisvolkshochschule Northeim (KVHS) hat im Jahr 2019 ein Kochbuch mit dem Titel "100 Rezepte in leichter Sprache" im Rahmen eines vom Niedersächsischen Ministerium für Wissenschaft und Kultur geförderten Projektes herausgegeben. Es enthält eine Schritt für Schritt Foto-Anleitung zu den ausgewählten Kochrezepten in leichter Sprache und soll Mut und Lust zu gesundem Kochen machen.

Bei diesem Projekt hat die KVHS mit den Harz-Weser-Werken (HWW) in Northeim zusammengearbeitet. Die Rezeptsammlung wurde zunächst in den Firmenkochkursen für Beschäftigte der Werkstätten in Northeim eingesetzt und erprobt. Ziel war es, durch die Fotos, Bilder und Piktogramme zu den einfachen Kochrezepten eine ganz praktische Hilfestellung für Menschen mit Lese- und Rechtschreibproblematik zu leisten, um möglichen Gewichtsproblemen entgegenzuwirken und sich gemeinsam in Gruppengesprächen über Themen wie gesunder Lebensstil, gesunde Ernährung oder Work-Life-Balance auszutauschen.

Das Kochbuch beinhaltet eine Vielfalt von Rezepten mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden und ist für den Einsatz in verschiedenen Kochgruppen geeignet, die Lust am gesunden Kochen haben.

Inzwischen wird das Kochbuch von Förderschulen, weiterführenden Schulen und BBS, von Werkstätten und Wohngruppen für Jugendliche und / oder Menschen mit Beeinträchtigungen, von Lehrkräften und Ehrenamtlichen in Deutschsprachkursen für Menschen mit Migrationsgeschichte, in Lese- und Schreibkursen für Menschen mit geringer Lese- und Schreibfähigkeit, in Mutter-Vater-Kind- sowie Seniorengruppen eingesetzt.

Das Kochbuch in leichter Sprache richtet sich an Fachkräfte und Praktiker*innen in sozialen und Bildungseinrichtungen und gibt ihnen die Möglichkeit, sich den Menschen mit Grundbildungsbedarf besonders zuzuwenden.

Für Berufstätige mit wenig Zeit zum Kochen und alle am Selbstkochen Interessierten im privaten Haushalt ist das übersichtliche Kochbuch in leichter Sprache ebenso gut geeignet. Auch als nützliches Geschenk für die Großeltern, Eltern, Verwandte, wie auch als kleine Aufmerksamkeit für nette Freunde, Kollegen oder Nachbarn ist diese Broschüre mit 100 Rezepten in leichter Sprache eine gute Wahl.

Auf der Internetseite der Kreisvolkshochschule Northeim sind ein Erklär-Video zum Kochbuch in leichter Sprache sowie weitere Videos zum Thema „Grundbildung für alle“ veröffentlicht: www.kvhs-northeim.de/aktuelles/videos

Die Broschüre kann zum Selbstkostenpreis von 13 Euro bei der Geschäftsstelle der KVHS Northeim, An der Schule 2, 37574 Einbeck, Ortsteil Drüber, persönlich abgeholt werden.

Bei Zusendung werden Versandkosten (zurzeit 2,90 Euro pro Buch) berechnet. Wenn Sie mehr Exemplare benötigen, werden die Versandkosten nach Gewicht berechnet. Auskünfte gibt es unter der Telefonnummer: 05551/708 - 8210.

Bitte überweisen Sie den Betrag vorab auf das Konto der KVHS Northeim, IBAN: DE55 2625 0001 0000 0639 90, unter Angabe der Kurs-Nummer Y7400Z1 und Ihrer Kontaktdaten: Name, Vorname, Anzahl der Exemplare, Anschrift, E-Mail, Telefon.

ALASKA 5628 km
3497 mi

8406 km
5220 mi

ALEMANNIA

XCARET 0 km
0 mi

33 km
20 mi

XEL HÁ

HAWAII

7305 km
4539 mi

7535 km
4682 mi

PORTUGAL

GRECIA 10263 km
6377 mi

2277 km
1415 mi

COLOMBIA

13557 km
8424 mi

KENIA

6208 km
3857 mi

CHILE

12835 km
7975 mi

CHINA

2513 km
1561 mi

XPLOR 3 km
2 mi

Ihre Ansprechpartnerin:

Stefanie Turano

**Programmbereichsleiterin
Fremdsprachen**

Tel: 05551 708 8222

Fax: 05551 708 8229

E-Mail: sturano@landkreis-northeim.de

Fremdsprachen lernen an der KVHS

- Kurse, die das individuelle Lerntempo der Teilnehmer*innen berücksichtigen
- Kursleitende, die berücksichtigen, dass oftmals der Fremdspracherwerb in der Schule schon Jahre oder Jahrzehnte her ist.
- Kursleiter*innen, die Kurse in Ihrer Muttersprache leiten oder eine Fremdsprache fundiert gelernt haben.
- Die Unterrichtsthemen sind oft alltags- und lebensbezogen.
- Es gibt kleine Lerngruppen.
- Kursleitende, die berücksichtigen, dass man als Erwachsener anders lernt.
- Lernen durch den Einsatz vielfältiger Methoden, die das Ziel haben, Sprachhemmungen abzubauen und möglichst viel zu kommunizieren.

Kompetente
Sprach-
verwendung



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
Sprach-
verwendung

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
Sprach-
verwendung

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

In Zusammenarbeit mit der Kreisvolkshochschule Northeim

Europäische Sprachenwoche 03.-09.11.2022

Alle Filme in ORIGINALFASSUNG
mit deutschen Untertiteln

NEUE SCHAUBURG

Markt 10, 37154 Northeim
www.neue-schauburg.de



Do, 03.11.22, 17.45 Uhr

AUF ALLES, WAS UNS GLÜCKLICH MACHT

Facettenreiche, glaubwürdige und emotionale Geschichte über Hoffnungen, Träume, Enttäuschungen und Erfolge von vier Freunden vor dem Hintergrund prägender historischer Ereignisse der letzten 40 Jahre. Eine überzeugend gespielte Filmperle in der Tradition des großen italienischen Erzählkinos. "Nostalgisch und berührend - ein Generationenporträt von vier Freunden fürs Leben." - taz

R: Gabriele Muccino, mit: Pierfrancesco Favino, Micaela Ramazzotti, Kim Rossi Stuart. 135 Min., FSK 12 J.

GLI ANNI PIÙ BELLI - italienisch

Fr, 04.11.22, 17.45 Uhr

PARALLELE MÜTTER

2 OSCAR-Nominierungen u.a. für PENÉLOPE CRUZ als beste Hauptdarstellerin! Der neue Film von PEDRO ALMODÓVAR über Identität und mütterlicher Leidenschaft anhand von drei sehr unterschiedlichen Müttern: Janis, Ana und Anas Mutter Teresa.

"Gekonnt und stilistisch eindrucksvoll inszeniert, so dass es ein wahrer Genuss ist." - EPD Film - "Großartig" - Der Spiegel, 2021

R: Pedro Almodóvar, mit: Penélope Cruz, Milena Smit, Aitana Sánchez-Gijón, José Javier Domínguez, Rossy de Palma. 120 Min., FSK 12 J.

MADRES PARALELAS - spanisch

Sa, 07.11.20, 18.00 Uhr

MONSIEUR CLAUDE UND SEIN GROSSES FEST

Ein Fest der Situationskomik, voller Esprit und Dialogwitz, eine Kinokomödie, wie sie sein muss – mitreißend, sympathisch und vor allem extrem witzig. "Amüsant und sehr sympathisch" - Das Magazin - "Mit Abstand der Lustigste Film" - Le Parisien

R: Philippe de Chauveron, mit: Christian Clavier, Chantal Lauby, Ary Abittan, Medi Sadoun u.a. Fr 2021, 98 Min., FSK 6 J.

QUE-CE QU'ON A TOUS FAIT AU BON DIEU? - französisch

So, 06.11.20, 18.00 Uhr

DER RAUSCH

OSCAR 2021 als bester ausländischer Film! 4 europäische Filmpreise (bester Film, bestes Drehbuch, beste Regie, bester Hauptdarsteller). Mads Mikkelsen (Adams Äpfel, Nach der Hochzeit) in dem neuen Film von Thomas Vinterberg (Das Fest, Die Jagd) über Freundschaft und darüber das Leben zu umarmen... "Großartig...eine Ode ans Leben" - Süddeutsche Zeitung .

R: Thomas Vinterberg, mit: Mads Mikkelsen, Thomas Bo Larsen, Lars Ranthe, Magnus Millang u.a. DK 2020, 117 Min., FSK 12 J.

DRUK - dänisch

Mo, 07.11.22, 17.45 Uhr

DOWNTON ABBEY II – Eine neue Ära

Opulente Geschichte der britischen Adelsfamilie Crawley. Nach dem königlichen Besuch von King George und Queen Mary auf Lord Granthams Anwesen sind die Crawleys, wie auch ihre bunte Dienerschaft erneut in Aufruhr, als eine Filmproduktion auf dem Anwesen für reichlich Unruhe sorgt "Traumwelten zum Abtauchen. Maggie Smith sorgt für Lacher und berührende Momente" - NDR Kultur - "Altbekannte Klasse, ungeheuer unterhaltsam." - HAZ . R: Simon Curtis (Die Frau in Gold) mit: Hugh Bonneville, Jim Carter, Michelle Dockery, Dame Maggie Smith, Hugh Dancy, Elizabeth McGovern. GB 2022, 124 Min., FSK 6 J.

DOWNTON ABBEY II: A NEW ERA - englisch

Di, 08.11.22, 17.45 Uhr

WIE IM ECHTEN LEBEN

Schauspiellegende Juliette Binoche erfindet sich auf geniale Weise neu. Die renommierte Schriftstellerin Marianne beginnt ein Doppelleben auf Zeit. "Begeistert .. mit einer brillanten Juliette Binoche" - ARD ttt - "Starkes und emotionales Sozialkino mit Humor und Solidarität" - HAZ

R: Emmanuel Carrère, mit: Juliette Binoche (Der englische Patient, Chocolat), Héléne Lambert, Léa Carne u.a., 2021, 107 Min., FSK 6 J.

QUISTREHAM - französisch

Mi, 09.11.22, 18.00 Uhr

BELFAST

OSCAR für Kenneth Branagh! 7 OSCAR + 7 GOLDEN GLOBE Nominierungen. Bestechender autobiographischer Film von Kenneth Branagh, der aus dem Blick eines achtjährigen von einer Kindheit im Belfast des Jahres 1969 erzählt. „Einer der Glanzpunkte des diesjährigen Kinos.“ - San Francisco Chronicle - „Anrührend“ - HAZ - „Ein Meisterstück“ - THE TIMES

R: Sir Kenneth Branagh, mit: Jamie Dornan (Fifty Shades...), Caitriona Balfe, Ciarán Hinds. GB 2021, 98 Min., FSK 6 J.

BELFAST - englisch

Gebärdensprache

● **Deutsche Gebärdensprache für Anfänger*innen**

Online-Kurs

Mit Gebärdensprache können Gehörlose wirklich alles erzählen. Sie können berichten, was Sie den Tag über erlebt haben oder über das letzte Fußballspiel plaudern. Aber auch komplizierte Themen lassen sich in Gebärden ausdrücken. Und mit dieser Sprache, der deutschen Gebärdensprache (DGS), können Gehörlose auch mit hörenden Menschen kommunizieren. Sie ist eine eigenständige Sprache, eine visuelle Sprache, die neben Körperhaltung und Mimik vor allem Gebärden verwendet, um Gedanken und Sachverhalte auszudrücken. Gebärden unterscheiden sich voneinander durch Handform, Handstellung, Ausführungsstelle und Bewegung. Dieser Kurs richtet sich an all diejenigen, die mit Menschen mit Hörbeeinträchtigung leben, arbeiten oder sonst viel Kontakt haben und sich gerne mehr und besser verständigen möchten. Es führt in die Regeln non-verbaler Kommunikation ein und vermittelt die ersten Grundlagen der deutschen Gebärdensprache. Die Kursleiterin ist selbst gehörlos, so dass Sie von Anfang an die DGS anschaulich erleben können. Sie bekommen vor der Veranstaltung eine E-Mail mit einem Einladungslink geschickt. Bitte geben Sie dafür bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an.

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Gabriele Schmitz

Mittwoch, 7.9.2022, 18 bis 19 Uhr

12 Termine, 48 Euro

Anmeldeschluss: 6.9.2022

Kurs-Nr.: F4096X2

● **Deutsche Gebärdensprache für Anfänger*innen mit Vorerfahrungen z. B. aus einem Semester**

Online-Kurs

Die deutsche Gebärdensprache ist die Muttersprache der Gehörlosen. Mit diesem Kurs können Teilnehmende, die bereits einige Kenntnisse haben, ihre Grundlagen vertiefen. Sie bekommen vor der Veranstaltung eine E-Mail mit einem Einladungslink geschickt. Bitte geben Sie dafür bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an.

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Gabriele Schmitz

Dienstag, 6.9.2022, 18 bis 19 Uhr

12 Termine, 48 Euro

Anmeldeschluss: 4.9.2022

Kurs-Nr.: F4096X1

Sprach-Bildungsurlaube

● **Bildungsurlaub Business English Stufe A2/B1**

In dieser Woche wollen wir gemeinsam in den englischen Sprachraum eintauchen, Sicherheit in der spontanen Reaktion in der englischen Sprache gewinnen, typische Berufssituationen, die Englisch erfordern, erproben, nicht zuletzt dabei wichtiges Vokabular, Floskeln und auch Grammatik wiederholen bzw. neu erlernen. Sie sollten über Grundkenntnisse in Englisch verfügen (etwa Grundstufe A2), damit Ihnen die Aufnahme themengebundener Sprache nicht zu schwierig erscheint. Bei entsprechender Bereitschaft

zur Nacharbeit ist aber auch eine Teilnahme mit geringeren Vorkenntnissen möglich. Unser Vorhaben ist es, so viel Englisch wie möglich in dieser Woche zu reaktivieren bzw. zu lernen. This is an intensive English seminar week - with a serious topic, but also worthwhile a try. Why don't you join us in January?

Northeim, Kreisvolkshochschule,

Wallstraße 40, Raum U 13

Dr. Ira Gorzond

Montag, 16.1.2023 bis Freitag, 20.1.2023,

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: 19.12.2022

Kurs-Nr.: F4100V1

● **Teilzeit-Bildungsurlaub Englisch**

Brush up your English - Grundstufe A2

Dear learners of English, in dieser intensiven englischen Sprachwoche wollen wir versuchen, Ihre verschütteten Englisch-

R. Wehe-Ludwig
Ihr Fliesenverlegebetrieb

Schützenstraße 14 · 37574 Einbeck · Telefon: (05561) 7 93 46 15

**NEUBAU •
SANIERUNG •
PLANUNG •
UMBAU •**

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

kenntnisse schnell und intensiv zu reaktivieren. Dabei werden wir verschiedene Medien nutzbar machen, um es Ihnen zu ermöglichen, zunächst in einfachen, später zunehmend komplexeren Situationen spontan in der englischen Sprache zu reagieren. Thematisch werden wir mit Alltagssituationen beginnen und je nach Lernfortschritt der Gruppe weitere Situationen erarbeiten.

Northeim, Kreisvolkshochschule, Wallstraße 40, Raum U 13
Dr. Ira Gorzond
Montag, 9.1.2023 bis Freitag, 13.1.2023, jeweils 9 bis 12.15 Uhr,
5 Termine, 80 Euro / ermäßigt: 56 Euro
Lehrbuch: Fairway Refresher A2 (Klett-Verlag) ISBN 978-3-12-501470-1
Anmeldeschluss: 16.12.2022
Kurs-Nr.: F4100V2



● Teilzeit-Bildungsurlaub Spanisch für Anfänger*innen

Spanien erleben - Sprache erlernen Grundstufe A1/1
Der einwöchige Teilzeit-Bildungsurlaub lässt Sie nicht nur die Sprache intensiv und anschaulich erlernen, sondern auch Spanien als Land und in Kultur erleben. In diesem Kompaktkurs werden Sie Grammatik und Vokabeln vertiefen, Texte lesen und analysieren, Verständigung üben und gleichzeitig die Vielseitigkeit des Landes, die regionalen Besonderheiten, typische Feste, Musik, Essen und Kultur kennen lernen.

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum U 25
Eingang Rückseite des Gebäudes
Anke Kronauer
Montag, 16.1.2023 bis Freitag, 20.1.2023
jeweils 8.45 bis 12.15 Uhr
5 Termine, 80 Euro / ermäßigt: 56 Euro
Lehrbuch: Con gusto nuevo A1
ISBN 978-3-12-51671-6
Anmeldeschluss: 5.1.2023
Kurs-Nr.: F4400V1

● Teilzeit-Bildungsurlaub Spanisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen

Spanien erleben - Sprache erlernen Grundstufe A2/1
Der einwöchige Teilzeit-Bildungsurlaub lässt Sie nicht nur die Sprache intensiv und anschaulich vertiefen, sondern auch Spanien als Land und in Kultur erleben. In diesem Kompaktkurs können Sie auf der Grundstufe A1 aufbauen und sowohl neue Grammatik und Vokabeln kennenlernen als auch wiederholen und vertiefen. Sie werden Texte lesen und analysieren, Verständigung üben und gleichzeitig die Vielseitigkeit des Landes, die regionalen Besonderheiten, typische Feste, Musik, Essen und Kultur kennen lernen.

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum U 25
Eingang Rückseite des Gebäudes
Anke Kronauer
Montag, 23.1.2023 bis Freitag, 27.1.2023
jeweils 8.45 bis 12.15 Uhr
5 Termine, 80 Euro / ermäßigt: 56 Euro
Lehrbuch: Con gusto nuevo A2
ISBN 978-3-12-514677-8
Anmeldeschluss: 9.1.2023
Kurs-Nr.: F4400V2

● 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 (already good) English needs a little "brush up".

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

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, 29.8.2022, 18.30 bis 20 Uhr
1 Termin, kostenlos
Anmeldeschluss: 28.8.2022
Kurs-Nr.: F4099E1

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Gunhild Schuchart-Kattih
Donnerstag, 1.9.2022, 18.30 bis 20.45 Uhr
1 Termin, kostenlos
Anmeldeschluss: 30.8.2022
Kurs-Nr.: F4099P1



Verlegung von Gas-, Wasser- und Fernwärmeleitungen,
Tief- und Kanalbau, Pflasterarbeiten,
Durchpressungen, Kellertrockenlegungen
Stadtweg 12, 37154 Northeim, OT Sudheim
Telefon 0 55 51 / 33 39, Fax 43 48



Englisch Grundstufe A1

● Englisch für den Urlaub für Anfänger*innen

Grundstufe A1

Haben Sie vor zu verreisen und möchten Sie sich mit möglichst vielen Menschen aus verschiedenen Ländern in der Welt-sprache Englisch verständigen? Dann ist dies der richtige Kurs für Sie! Wir erar-beiten in 30 Unterrichtsstunden ein Semester lang das Buch "Englisch für den Urlaub", dabei erhalten Sie das sprachliche und kulturelle Rüstzeug, um auf Ihren Reisen auf Englisch zu bestehen.

Northeim, Kreisvolkshochschule, Wallstraße 40, Raum U 13
Gunhild Schuchart-Kattih

Dienstag, 20.9.2022, 16.30 bis 18 Uhr
15 Termine, 84 Euro

Lehrbuch: Englisch für den Urlaub (Klett Verlag)

Anmeldeschluss: 13.9.2022

Kurs-Nr.: F4105P1

● Englisch für Teilnehmende mit zwei Semestern Vorerfahrung

Grundstufe A1/3

Wenn Sie über geringe Englischkenntnis-se verfügen und die Sprache von Grund auf lernen wollen, können Sie in diesem Kurs ein Sprachfundament aufbauen und das in einem Ihnen angepassten Lerntem-po. Wir erlernen und üben mithilfe eines Lehrwerks den alltäglichen Wortschatz, Grammatikgrundlagen, Hörverstehen und die korrekte Aussprache. Außerdem wer-

den landeskundliche Informationen über die Länder der englischsprachigen Welt vermittelt.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.01

Gunhild Schuchart-Kattih

Montag, 19.9.2022, 15 bis 16.30 Uhr

15 Termine, 84 Euro

Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben.

Anmeldeschluss: 12.9.2022

Kurs-Nr.: F4115P1

● Englisch

Grundstufe A1/3

Für Interessierte mit Vorkenntnissen aus zwei bis drei Semestern. Nach gründlicher Wiederholung werden die Vergangenheitsformen eingeführt. Mit Hilfe abwechslungsreicher Materialien und Spielen wird das Sprechen beson-ders gefördert.

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 6

Margrit Fajen-Brandes

Montag, 5.9.2022, 17 bis 18.30 Uhr

11 Termine, 61,60 Euro

Anmeldeschluss: 29.8.2022

Kurs-Nr.: F4120U1

● Englisch für Frühauf-steher*innen - English for early birds

Grundstufe A1

Ist es schon eine Weile her, dass Sie Eng-lich gesprochen haben, wieder einstei-gen und ihre Kenntnisse auffrischen wol-len? Anhand des Lehrbuchs werden

Autohaus Raith

Seit Jahrzehnten Ihr kompetenter
Partner in Nörten-Hardenberg.



Service



Audi Service



SKODA Service



Nutzfahrzeuge Service

Autohaus Raith

Betrieb der Riebold-Rösner-Raith 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





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, 15.9.2022, 10.45 bis 12.15 Uhr
11 Termine, 66 Euro
Lehrbuch: Network Now A1, Klett-Verlag,
ISBN: 978-3-12-606588-7
Anmeldeschluss: 9.9.2022
Kurs-Nr.: F4126E2

● **Englisch**
Grundstufe A1+

Wollen Sie Englisch lernen in einer freundlichen Atmosphäre? Als Engländerin bin ich für Sie da! In diesem Kurs erweitern Sie Ihre Englischkenntnisse von Grund auf und lernen eine gute Englische Aussprache. Mit Hilfe eines Lehrbuchs werden wir Texte lesen und CDs hören.

Die passende Grammatik wird auch erklärt. Wir wollen mit Übungen Ihre Sprache und Ihr Hörverstehen verbessern und Sie Sicherheit erwerben lassen, damit Sie selbstsicher in verschiedenen Situationen Englisch sprechen können.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 3, 2. OG
Pamela Pohl

Montag, 5.9.2022, 10.30 bis 12 Uhr
14 Termine, 78,40 Euro
Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben.
Anmeldeschluss: 3.9.2022
Kurs-Nr.: F4126E3

● **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, 14.9.2022, 15 bis 16.30 Uhr
15 Termine, 84 Euro
Lehrbuch: Network Now A1 (Klett Verlag)
Anmeldeschluss: 7.9.2022
Kurs-Nr.: F4126P1

● **Englisch für Frühaufsteher*innen - English for early birds**
Grundstufe A1/A2

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, 15.9.2022, 9 bis 10.30 Uhr
11 Termine, 66 Euro
Lehrbuch: Network Now A1, Klett-Verlag,
ISBN: 978-3-12-606588-7, ab Lektion 3
Anmeldeschluss: 9.9.2022
Kurs-Nr.: F4105E1

Englisch Grundstufe A2

● **Englisch für 'false beginners' ("falsche" Anfänger*innen)**
Grundstufe A2/1

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 gelernt. Die Gruppe bestimmt das Lerntempo, das (wieder) Erlernen der Fremdsprache öffnet neue Horizonte (beim Reisen, im Internet etc.). See you in September!

Füllgrabe GRABMALE

Kompetente Dienstleistung rund um den Naturstein

Harztor 55
37154 Northeim

Sprechen Sie uns an!
Tel. 05551 1315

www.fuellgrabe-grabmale.de

• Individuelle Gestaltung von Grabmälern und Grabanlagen

• Steinbildhauerei für Natursteinarbeiten aller Art

• Direkt am Friedhof 



Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Dr. Ira Gorzond
Montag, 5.9.2022, 18.30 bis 20 Uhr
12 Termine, 72 Euro
Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt
gegeben.
Anmeldeschluss: 1.9.2022
Kurs-Nr.: F4126E1

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

Grundstufe A2+

Sie möchten in aller Ruhe unter Gleichgesinnten Englisch lernen? Oder Sie haben vor langer Zeit schon einmal Englisch gelernt und möchten diese Kenntnisse auffrischen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. So können Sie ganz langsam wieder ein Gefühl für die Sprache entwickeln und sich schrittweise sicherer fühlen. Besonders freies Sprechen soll anhand unterschiedlichster Sprechansätze eingeübt und vertieft werden - Themenwünsche können gern eingebracht werden. See you!

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Angelika Müller
Dienstag, 6.9.2022, 15 bis 16.30 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Lehrbuch: Network Now A2.2
(Klett-Verlag)
Anmeldeschluss: 5.9.2022
Kurs-Nr.: F4145E1

● **Englisch am Vormittag**

Grundstufe A2/B1

Sie haben Englisch gelernt und möchten nun 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. Come and join us!

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 16
Gunhild Schuchart-Kattih
Dienstag, 20.9.2022, 9 bis 10.30 Uhr
15 Termine, 84 Euro
Lehrbuch: Network Now, Band A 2.2
(Klett Verlag)
Anmeldeschluss: 13.9.2022
Kurs-Nr.: F4146P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 16
Gunhild Schuchart-Kattih
Dienstag, 20.9.2022, 15 bis 16.30 Uhr
15 Termine, 84 Euro
Lehrbuch: Network Now, Band A2.2
(Klett Verlag)
Anmeldeschluss: 13.9.2022
Kurs-Nr.: F4146P2

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.01
Gunhild Schuchart-Kattih
Montag, 19.9.2022, 19 bis 20.30 Uhr
15 Termine, 84 Euro
Lehrbuch: Network Now, Band A2.2
(Klett Verlag)
Anmeldeschluss: 12.9.2022
Kurs-Nr.: F4146P3

● **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 September?

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Dr. Ira Gorzond
Mittwoch, 7.9.2022, 10 bis 11.30 Uhr
Anmeldeschluss 4.9.2022
12 Termine, 72 Euro
Lehrbuch: Wird im Kurs mitgeteilt.
Kurs-Nr.: F4147E1

● **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.




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

More or less indirectly (y)our English will get more fluent and you would feel more confident if you have to react and contribute spontaneously to a discussion in English. Why don't you give it a try in September?

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Dr. Ira Gorzond
Donnerstag, 8.9.2022, 18.30 bis 20 Uhr
Anmeldeschluss 4.9.2022
12 Termine, 72 Euro
Lehrbuch: Wird im Kurs mitgeteilt.
Kurs-Nr.: F4147E2

● **English Lunch - Englische Konversation zu Mittag**

Aufbaustufe A2/B1

Sie haben bereits Englischvorkenntnisse, aber nicht genug Gelegenheit Englisch zu sprechen? Sie möchten im Sprechen fließender werden und Ihr Wissen anwenden? Alle zwei Wochen treffen wir uns zum English Lunch! Wir sprechen in lockerer Runde über aktuelle Themen, Tagesgeschehen und Interessengebiete - das ganze bei einer Tasse Tee und englischen Snacks. Cheers!



Norheim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.06
Anke Kronauer
Samstags, 10.9., 24.9., 8.10., 5.11., 19.11., 3.12., 17.12., jeweils von 11.30 bis 13 Uhr
6 Termine, 51 Euro
Anmeldeschluss: 5.9.2022
Kurs-Nr.: F4147P1

● **English in the morning**

Stufe A2/B1

This course is for people who like lively discussion in a relaxed atmosphere. A wide variety of topics discussed are based on articles taken from the magazine "Spotlight". It is a good way to learn new vocabulary, revise some grammar points and have a lot of fun on Thursday morning. So, just come along and join in.

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Marianne Stimpel
Donnerstag, 8.9.2022, 9.30 bis 11 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Lehrbuch: aktuelle "Spotlight" Artikel (Spotlight Verlag)
Anmeldeschluss: 4.9.2022
Kurs-Nr.: F4147U1

● **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 September.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Dr. Ira Gorzond
Donnerstag, 8.9.2022, 9.30 bis 11 Uhr
12 Termine, 72 Euro
Anmeldeschluss: 5.9.2022
Kurs-Nr.: F4148E1

DAS WICHTIGSTE HABEN SIE BEI UNS GRATIS !
 >> Kompetente Beratung und faire Preise <<



LINDAUER AUTO-SERVICE

REPARATUREN ALLER ART

**GEPRÜFTE
GEBRAUCHTWAGEN**

**RESTAURATION VON
OLDTIMERN**

TÜV SERVICE



HERSTELLER UNABHÄNGIG






Im Siechenanger 2 · 37191 Katlenburg-Lindau · **Tel. 05556 - 914 49 09**
 lindauer-autoservice@web.de

Englisch Aufbaustufe B1

● **Englisch**

Aufbaustufe B1/2

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, 15.9.2022, 18 bis 19.30 Uhr

12 Termine, 67,20 Euro

Lehrbuch: Let's Enjoy English B1.2

Anmeldeschluss: 9.9.2022

Kurs-Nr.: F4150P1

● **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 - due to a lot of translation programmes - however, a careful choice of 'the right words' is essential. Oral communication (e.g. face-to-face, on the phone, in video conferences etc.) might cause difficulties - this is where this workshop will support you. We would like to focus on the oral communication in all its facets, also seeing some accents and some aspects of the 'appropriate' language level. We would train 'small talk', telephoning, complaint management, project management, negotiating, presenting charts etc. Another topic is more complex written communication, e.g. reports, detailed quotations, procedures, regulations etc.



If you would like to spend a part of your weekend training English skills, feel free to join us in September.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.01

Dr. Ira Gorzond

Samstag, 10.9.2022, 9.30 bis 12.45 Uhr

Samstag, 17.9.2022, 9.30 bis 12.45 Uhr

2 Termine, 24 Euro

Anmeldeschluss: 5.9.2022

Kurs-Nr.: F4147P2

● **Englisch**

Aufbaustufe B1

In einer netten Gruppe 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, 6.9.2022, 17.45 bis 19.15 Uhr

12 Termine, 67,20 Euro

Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben.

Anmeldeschluss: 30.8.2022

Kurs-Nr.: F4149A1

● **English Refresher Course in the late afternoon**

Aufbaustufe B1

In diesem Kurs können vorhandene Englischkenntnisse durch Informationen über Land und Leute im englischsprachigen Raum aufgefrischt, erweitert und vertieft werden. Mit verschiedenen Sprachanlässe verbessern wir die Kommunikationsfähigkeit für den Alltag und Urlaub verbessert. So, just come along and join in.

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 6

Marianne Stimpel

Dienstag, 6.9.2022, 17.30 bis 19 Uhr

10 Termine, 56 Euro

Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben.

Anmeldeschluss: 31.8.2022

Kurs-Nr.: F4149U1

● **English Discussion**

Aufbaustufe B1

We enjoy ourselves discussing topics of general interests, reading newspaper articles and little stories and doing some

Glasbau LUDEWIG
 E-Mail: info@glasbau-ludewig.de
 Inh. Kay Ludewig • Glasermeister

Glaserrei • Glashandlung • Holz- u. Kunststoff-Fenster
 37154 Northeim • Am Mühlenanger 36
 Tel. (0 55 51) 83 74
 Fax (0 55 51) 6 29 59
 Mobil (01 72) 5 63 19 89
 37574 Einbeck • Rosental 16
 Tel. (0 55 61) 33 28

Glasschleiferei
 Ganzglastüranlagen
 Bildereinrahmungen
 Glasplatten und Spiegel
 Plexiglas und Kunststoffe
 Blei- und Messingverglasung



grammar, if necessary. Our main concern is speaking and improving. Do come along and have fun!

Kreiansen, Greene, Haupt- und Realschule, Leinestraße 68
Rosemarie Kopp
Montag, 5.9.2022, 18 bis 19.30 Uhr
10 Termine, 56 Euro
Anmeldeschluss: 29.8.2022
Kurs-Nr.: F4180K1

Englisch Aufbaustufe B2

● English Conversation Aufbaustufe B2

If you want to practise your English in a friendly and relaxed atmosphere, this could be the right course for you. We read and discuss texts (short stories, articles, lyrics, ...), talk about topics you choose and repeat grammar rules. We'll



Durchblick deine Finanzen.

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

talk about different places of the English-speaking world (history, traditions, customs, politics, ...) and brush up and extend our vocabulary. You're more than welcome to join us!

Hardeggen, Weperschule
Weperstraße 3
Gunhild Schuchart-Kattih
Dienstag, 6.9.2022, 19.15 bis 20.45 Uhr
10 Termine, 56 Euro
Anmeldeschluss: 31.8.2022
Kurs-Nr.: F4180H1

● English 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, 8.9.2022, 18.30 bis 20 Uhr
15 Termine, 84 Euro
Anmeldeschluss: 5.9.2022
Kurs-Nr.: F4185E1

● English conversation in the morning

Aufbaustufe B2
Would you like to practise your English in a friendly and relaxed atmosphere? Then this might be the right course of you! 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, 15.9.2022, 9 bis 10.30 Uhr
15 Termine, 84 Euro
Anmeldeschluss: 8.9.2022
Kurs-Nr.: F4185P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 16
Gunhild Schuchart-Kattih
Mittwoch, 14.9.2022, 9 bis 10.30 Uhr
15 Termine, 84 Euro
Anmeldeschluss: 7.9.2022
Kurs-Nr.: F4185P2

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, 9.9.2022, 18 bis 19.30 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Anmeldeschluss: 2.9.2022
Kurs-Nr.: F4185A1

● 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, why don't you join this class on a Tuesday evening? Our focus is practising English (all four skills: speaking, listening, reading and writing - and seeing some grammar if necessary) as well as preparing for a Cambridge exam (if you would like to take one).

...maler
mit
leidenschaft

Mittelweg 20 37154 Northeim
05551/8401
www.sero-handwerker.de

sero
handwerker-services
..die meister
handwerker

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

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Dr. Ira Gorzond
Dienstag, 6.9.2022, 18.30 bis 20 Uhr
15 Termine, 90 Euro
Lehrbuch: Wird im Kurs mitgeteilt.
Anmeldeschluss: 2.9.2022
Kurs-Nr.: F4187E1

Business English

● Bildungsurlaub Business English Stufe A2/B1

In dieser Woche wollen wir gemeinsam in den englischen Sprachraum eintauchen, Sicherheit in der spontanen Reaktion in der englischen Sprache gewinnen, typische Berufssituationen, die Englisch erfordern, erproben, nicht zuletzt dabei wichtiges Vokabular, Floskeln und auch Grammatik wiederholen bzw. neu erlernen. Sie sollten über Grundkenntnisse in Englisch verfügen (etwa Grundstufe A2), damit Ihnen die Aufnahme themengebundener Sprache nicht zu schwierig erscheint. Bei entsprechender Bereitschaft zur Nacharbeit ist aber auch eine Teilnahme mit geringeren Vorkenntnissen möglich. Unser Vorhaben ist es, so viel Englisch wie möglich in dieser Woche zu reaktivieren bzw. zu lernen. This is an intensive English seminar week - with a serious topic, but also worthwhile a try. Why don't you join us in January?

Northeim, Kreisvolkshochschule,
Wallstraße 40, Raum U 13
Dr. Ira Gorzond
Montag, 16.1.2023 bis Freitag, 20.1.2023,
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: 19.12.2022
Kurs-Nr.: F4100V1

● 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 - due to a lot of translation programmes - however, a careful choice of 'the right words' is essential.

Oral communication (e.g. face-to-face, on the phone, in video conferences etc.) might cause difficulties - this is where this workshop will support you. We would like to focus on the oral communication in all its facets, also seeing some accents and some aspects of the 'appropriate' language level. We would train 'small talk', telephoning, complaint management, project management, negotiating, presenting charts etc. Another topic is more complex written communication, e.g. reports, detailed quotations, procedures, regulations etc. If you would like to spend a part of your weekend training English skills, feel free to join us in September.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.01
Dr. Ira Gorzond
Samstag, 10.9.2022, 9.30 bis 12.45 Uhr
Samstag, 17.9.2022, 9.30 bis 12.45 Uhr
2 Termine, 24 Euro
Anmeldeschluss: 5.9.2022
Kurs-Nr.: F4147P2

Französisch

Französisch Grundstufe A1



● Französisch für Anfänger*innen Grundstufe A1/1

Sie wollten schon immer gern Französisch lernen? Bienvenue, herzlich willkommen! In diesem Kurs lernen Sie die französische Sprache Schritt für Schritt und in Ruhe, so dass Sie nach und nach



ein gutes Gefühl für die Sprache entwickeln. Neben vielseitigen Übungen im Verstehen und Sprechen der Sprache, dem Lernen von Vokabeln und dem Einblick in die Grammatik erfahren Sie natürlich auch Interessantes über das Land und seine Kultur. Du courage, nur Mut! Das Lehrbuch muss noch nicht am ersten Kurstag vorliegen. Bitte Schreibunterlagen mitbringen.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 3, 2. OG
Claudia Stolte
Mittwoch, 14.9.2022, 10 bis 11.30 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Lehrbuch: Rencontres en français A1,
Kurs- und Übungsbuch
(Klett-Verlag ISBN 978-3-12-529642-8)
Anmeldeschluss: 7.9.2022
Kurs-Nr.: F4205E1

● **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 U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Patricia Grabes
Freitag, 9.9.2022, 15 bis 16.30 Uhr
10 Termine, 56 Euro
Lehrbuch: Chapeau, Hueber Verlag,
Unité 10
Anmeldeschluss: 5.9.2022
Kurs-Nr.: F4215P1

● **Online-Kurs Französisch
für Teilnehmer*innen mit zwei bis
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 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 und legen Schreibutensilien bereit.

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Karin Ganßmann

Dienstag, 13.9.2022, 17.30 bis 19 Uhr

10 Termine, 56 Euro

Lehrbuch: Rencontres en français A1
(Klett-Verlag)

Anmeldeschluss: 6.9.2022

Kurs-Nr.: F4215X1

Französisch Grundstufe A2

● **Französisch am Vormittag
Grundstufe A2+**

Leichte Konversation

Grundstufe A2+/B1

Eine Mischung aus Grammatik, Wortschatz, die den Teilnehmer*innen ermög-

licht, das Sprechen, Lesen und Verstehen zu trainieren. Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Patricia Grabes
Montag, 12.9.2022, 9.30 bis 11 Uhr
10 Termine, 56 Euro
Lehrbuch: Chapeau B1 (Hueber-Verlag),
Unité 2
Anmeldeschluss: 6.9.2022
Kurs-Nr.: F4246E1

● **Französisch
für Wiedereinsteiger*innen
und Interessierte**

Stufe A2+/B1

Bonjour et bienvenue! Kurzweiliges Auffrischen und ein Erweitern der Kenntnisse in der französischen Sprache, das Verstehen und Sprechen üben und auch noch viel Interessantes über Frankreich erfahren, das alles soll in diesem Kurs in lockerer Atmosphäre umgesetzt werden. Steigen Sie also wieder ein. Interessierte mit Vorkenntnissen (z. B. drei bis vier Jahre Schulfranzösisch) sind sehr gern gesehen! Im Kurs wird ein Lehrbuch verwendet, etwa ab Lektion 3. Das Lehrbuch muss noch nicht am ersten Kursabend vorliegen. Bitte Schreibunterlagen mitbringen.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Claudia Stolte
Mittwoch, 14.9.2022, 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)
Anmeldeschluss: 7.9.2022
Kurs-Nr.: F4247E1

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. Bienvenue dans notre cours du mardi.

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2

Brigitte Baumgartner

Dienstag, 20.9.2022, 18.30 bis 20 Uhr

12 Termine, 67,20 Euro

Anmeldeschluss: 13.9.2022

Kurs-Nr.: F4250U1

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. Venez pratiquer votre français avec nous dans une atmosphère amicale et détendue. Bienvenue dans le cours du jeudi !

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2

Brigitte Baumgartner

Donnerstag, 22.9.2022, 19 bis 20.30 Uhr

12 Termine, 67,20 Euro

Anmeldeschluss: 15.9.2022

Kurs-Nr.: F4282U1

● Cours de conversation française

Aufbaustufe B2

Dans ce cours de conversation française, nous intéressons aux sujets d'actualité et en discutons. Les chansons, les textes lit-



téraires 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 0.01

Patricia Grabes

Mittwoch, 14.9.2022, 16 bis 17.30 Uhr

10 Termine, 56 Euro

Anmeldeschluss: 9.9.2022

Kurs-Nr.: F4285P1

Italienisch

Italienisch Grundstufe A1

● Italienisch mit Muße - Kompakt am Wochenende für Anfänger*innen

Grundstufe A1/1

Dieser Kurs richtet sich vor allem 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!

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 20

Eingang Rückseite des Gebäudes

Maren Gläser

Samstag, 14.1.2023, 9.30 bis 13.45 Uhr

Sonntag, 15.1.2023, 9.30 bis 13.45 Uhr

2 Termine, 30 Euro

Anmeldeschluss: 9.1.2023

Kurs-Nr.: F4305P1

● Online-Kurs Italienisch

-Wiederholung und Festigung

am Wochenende-

Grundstufe A1/2

Dieser Online-Kurs ist für Teilnehmende, die schon einen Italienischkurs für Anfänger*innen besucht oder früher schon einmal Italienisch gelernt haben und jetzt wieder in diese schöne Sprache einsteigen und Ihre Grundkenntnisse auffrischen möchten. 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.

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

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Dr. Pasqualina Sorrentino

Samstag, 17.9.2022, 9 bis 15.30 Uhr

Sonntag, 18.9.2022, 9 bis 15.30 Uhr

2 Termine, 48 Euro

Lehrbuch: Allegro nuovo A1 Italienisch für Anfänger, Kurs- und Übungsbuch mit Audios.

ISBN 978-3-12-525590-6

Anmeldeschluss: 9.9.2022

Kurs-Nr.: F4310X1**● Giro d'Italia - Emilia-Romagna***Grundstufe A1/3 mit zwei Semestern Vorerfahrung*

Dies ist eine Sprachreise durch die Regionen Italiens. Das Ziel an diesem Wochenende ist die Emilia-Romagna! Kulinarisch (mit typischen Rezepten), musikalisch (mit Liedern), kulturell (mit einfachen Texten zu Sehenswürdigkeiten, z. B. in Bologna, Ferrara und Ravenna) und natürlich wird auch vieles zur italienischen Sprache beigetragen. Abwechslungsreich werden die Sprachkenntnisse aufgefrischt und gefestigt. Benvenuti in Italia!

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 20

Eingang Rückseite des Gebäudes

Maren Gläser

Samstag, 8.10.2022, 9.30 bis 13.45 Uhr

Sonntag, 9.10.2022, 9.30 bis 13.45 Uhr

2 Termine, 30 Euro

Anmeldeschluss: 30.9.2022

Kurs-Nr.: F4315P1**● Giro d'Italia - Nelle Marche***Grundstufe A1/3 mit zwei Semestern Vorerfahrung*

Dies ist eine Sprachreise durch die Regionen Italiens. Das Ziel an diesem Wochenende sind die unbekannteren Marken! Kulinarisch (mit typischen Rezepten), musikalisch (mit Liedern), kulturell (mit einfachen Texten zu Sehenswürdigkeiten, z.B. in Urbino) und natürlich wird auch vieles zur italienischen Sprache beigetragen. Abwechslungsreich werden die Sprachkenntnisse aufgefrischt und gefestigt. Benvenuti in Italia!

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 20

Eingang Rückseite des Gebäudes

Maren Gläser

Samstag, 21.1.2023, 9.30 bis 13.45 Uhr

Sonntag, 22.1.2023, 9.30 bis 13.45 Uhr

2 Termine, 30 Euro

Anmeldeschluss: 13.1.2023

Kurs-Nr.: F4315P2**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.

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Dr. Pasqualina Sorrentino

Dienstag, 13.9.2022, 19.30 bis 21 Uhr

15 Termine, 90 Euro

Anmeldeschluss: 6.9.2022

Kurs-Nr.: F4320X1**Italienisch Aufbaustufe B1****● Italienisch für Fortgeschrittene Aufbaustufe B1/1**

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer*innen, die ihre Kenntnisse in zehn 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, 6.9.2022, 16.30 bis 18 Uhr

15 Termine, 84 Euro

Lehrbuch: Allegro B1 (Klett Verlag), Lektion 1, ISBN: 978-31-25-25584-5

Anmeldeschluss: 5.9.2022

Kurs-Nr.: F4350P1schauinsland
reisen

PARTNER

Reisebüro Stumpe

Sybille Stumpe

Amtsfreiheit 2 · 37186 Moringen

05554-998800

Reisebuerostumpe@gmail.com

● **Italienisch für Fortgeschrittene**
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). Neue Teilnehmer*innen, die an der italienischen Sprache gerne grammatisch-systematisch arbeiten möchten, sind stets willkommen.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 227a, 1. OG
-Eingang vom Hof-
Norbert Meß
Montag, 5.9.2022, 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 Alberto Moravia, Easy Reader, Copenhagen; ISBN: 978-87-23-54101-7
Anmeldeschluss: 1.9.2022
Kurs-Nr.: F4366E1

Spanisch

Spanisch Grundstufe A1

● **Teilzeit-Bildungsurlaub**
Spanisch für Anfänger*innen

Spanien erleben - Sprache erlernen
Grundstufe A1/1

Der einwöchige Teilzeit-Bildungsurlaub lässt Sie nicht nur die Sprache intensiv ...
Lesen Sie weiter auf Seite 49

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 25
Eingang Rückseite des Gebäudes
Anke Kronauer
Montag, 16.1.2023 bis Freitag, 20.1.2023
jeweils 8.45 bis 12.15 Uhr
5 Termine, 80 Euro / ermäßigt: 56 Euro
Anmeldeschluss: 5.1.2023
Lehrbuch: Con gusto nuevo A1
ISBN 978-3-12-51671-6
Kurs-Nr.: F4400V1

Sprachen lernen, Welt entdecken -
mit Ihrer KVHS!



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

Dieser Kurs ist für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
Cornelia Heise
Montag, 12.9.2022, 19 bis 20.30 Uhr
15 Termine, 84 Euro

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1
(Klett Verlag)
ISBN 978-3-12-514671-6
Anmeldeschluss: 6.9.2022
Kurs-Nr.: F4405E1

● **Spanisch für Anfänger*innen**

Grundstufe A1/1 - 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, 24.09., 08.10., 05.11., 19.11., 03.12., 17.12.2022, jeweils 14 bis 16 Uhr
6 Termine, 54 Euro
Lehrbuch: Con gusto nuevo A1
(Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-514671-8
Anmeldeschluss: 16.9.2022
Kurs-Nr.: F4405P2

● **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, 24.9., 8.10., 5.11., 19.11, 3.12., 17.12.2022, jeweils 9 bis 11 Uhr
6 Termine, 54 Euro
Lehrbuch: Con gusto nuevo A1
(Klett-Verlag), ab Lektion 4,
ISBN 978-3-12-514671-8
Anmeldeschluss: 16.9.2022
Kurs-Nr.: F4405P1

● **Spanisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen aus einem Semester**

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, 12.9.2022, 17.30 bis 19 Uhr
15 Termine, 84 Euro
Lehrbuch: Con gusto nuevo A1
(Klett-Verlag)
ISBN 978-3-12-514671-6
Anmeldeschluss: 1.9.2022
Kurs-Nr.: F4410E1

● **Spanisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen aus einem Semester**
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.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.06
Anke Kronauer
Mittwoch, 14.9.2022, 19 bis 20.30 Uhr
11 Termine, 66 Euro
Lehrbuch: Con gusto nuevo A1
(Klett-Verlag), ab Lektion 6,
ISBN: 978-3-12-51671-6
Anmeldeschluss: 9.9.2022
Kurs-Nr.: F4410P1

● **Spanisch für Nachteulen für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen aus einem Semester**
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.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.06
Anke Kronauer
Mittwoch, 14.9.2022, 20.45 bis 22.15 Uhr
11 Termine, 66 Euro
Lehrbuch: Con gusto nuevo A1
(Klett-Verlag 978-3-12-51671-6)
ab Lektion 7
Anmeldeschluss: 9.9.2022
Kurs-Nr.: F4410P2

● **Spanisch - Grundkurs A1/2**
Der Kurs ist für Interessierte mit wenig Vorkenntnissen aus einem bis zwei Semestern bzw. für "Auffrischer*innen". Nach diesem Kurs können Sie auf spanisch einkaufen, von Ihren Hobbys erzählen, Uhr-, Tages- und Jahreszeiten benennen.

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 6
Margrit Fajen-Brandes

Donnerstag, 8.9.2022, 17.30 bis 19 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Lehrbuch: Con gusto nuevo (Klett Verlag)
ab Lektion 3
ISBN: 978-3-12-514671-6
Anmeldeschluss: 1.9.2022
Kurs-Nr.: F4410U1

● **Spanisch - Grundstufe A1/4**
Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmer*innen 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
Mittwoch, 7.9.2022, 16.45 bis 18.15 Uhr
15 Termine, 84 Euro
Lehrbuch: Con gusto nuevo A1
(Klett-Verlag)
ISBN 978-3-12-514671-6
Anmeldeschluss: 2.9.2022
Kurs-Nr.: F4425E1

Spanisch Grundstufe A2

● **Teilzeit-Bildungsurlaub Spanisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen**
Spanien erleben - Sprache erlernen
Grundstufe A2/1

Der einwöchige Teilzeit-Bildungsurlaub lässt Sie nicht nur die Sprache intensiv und anschaulich vertiefen, sondern auch Spanien als Land und in Kultur erleben. In diesem Kompaktkurs können Sie auf der Grundstufe A1 aufbauen und sowohl neue Grammatik und Vokabeln kennenlernen als auch wiederholen und vertiefen. Sie werden Texte lesen und analysieren, Verständigung üben und gleichzeitig die Vielseitigkeit des Landes, die regionalen Besonderheiten, typische Feste, Musik, Essen und Kultur kennen lernen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 25
Eingang Rückseite des Gebäudes
Anke Kronauer
Montag, 23.1.2023 bis Freitag, 27.1.2023
jeweils 8.45 bis 12.15 Uhr
5 Termine, 80 Euro / ermäßigt: 56 Euro
Lehrbuch: Con gusto nuevo A2
ISBN 978-3-12-514677-8
Anmeldeschluss: 9.1.2023
Kurs-Nr.: F4400V2

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, 12.9.2022, 19 bis 20.30 Uhr

6 Termine, 33,60 Euro

Lehrbuch: Avenida, ISBN:

978-3-12-514960-1 (Klett-Verlag)

Anmeldeschluss: 5.9.2022

Kurs-Nr.: F4485E1

Spanisch Oberstufe C1

● **Spanisch**

Oberstufe C1

A partir de artículos, textos, extratos de libros seguiremos practicando lo aprendido incluyendo estructuras gramaticales sin olvidar la conversación para practicar la expresión oral. Se aprecia el aporte de los estudiantes respecto a los temas.

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 2, EG

Cornelia Heise

Mittwoch, 7.9.2022, 18.30 bis 20 Uhr

15 Termine, 84 Euro

Anmeldeschluss: 2.9.2022

Kurs-Nr.: F4487E1

Russisch

● **Russisch für Anfänger*innen mit wenigen Vorkenntnissen aus einem Semester**

Grundstufe A1/2

Der Kurs versteht sich als Fortsetzung des Kurses A1/1 und beinhaltet weiterführende Übungen in Grammatik und Wortschatz des Russischen. Wir werden uns mit den Themen, "Familie", "Lebenslauf" und "Alltagsleben" beschäftigen, so dass wir am Ende des Kurses eine einfache Unterhaltung zu diesem Themenkreis führen können. Teilnehmende mit Kenntnissen des russischen Alphabets sind im

Kurs herzlich willkommen. Grammatikkenntnisse sind nicht erforderlich.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.01

Dr. Olga Liebich

Mittwochs, 2.11., 9.11., 16.11.,

jeweils von 18 bis 19.30 Uhr

Freitags, 4.11., 11.11., 18.11.,

jeweils von 17 bis 18.30 Uhr

6 Termine, 33,60 Euro

Anmeldeschluss: 26.10.2022

Kurs-Nr.: F4601P1

Dänisch

● **Dänisch für Anfänger*innen 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, 22.9.2022, 19.30 bis 21 Uhr

12 Termine, 67,20 Euro

Lehrbuch: Dansk for dig (Klett-Verlag)

Anmeldeschluss: 15.9.2021

Kurs-Nr.: F4221P1

Norwegisch

● **Norwegisch Nytt fra Norge**

Aufbaustufe B2

Vi møtes første gang den 5.september for å avtale hvilke kvelder som passer best for oss alle. Denne høsten snakker vi igjen om aktuelle emner, leser utdrag fra nyere norsk litteratur og har det hyggelig sammen. Nye deltakere med gode norskkunnskaper er alltid velkomne! På gjensyn!

Northeim, Kreisvolkshochschule,

Wallstraße 40, Raum U 13

Inger Halvorsen

Montags, 5.9., 19.9., 10.10., 7.11., 21.11.,

5.12. und 19.12.2022,

jeweils 18 bis 20 Uhr

7 Termine, 54 Euro

Anmeldeschluss: 1.9.2022

Kurs-Nr.: F4763P1



Latein

● **Latein für Fortgeschrittene**

Römische Liebesgedichte

Dieser Streifzug durch die römische Dichtung konzentriert sich auf Liebesgedichte, wobei der Bogen von Catull über Horaz bis Ovid gespannt ist und nur wenig mehr als ein halbes Jahrhundert in der römischen Antike umfasst. Neben diesen drei großen Namen, die hier behandelt werden sollen, sind weiterhin - im gleichen Zeitraum - die Elegiker Propertius und Tibullus zu nennen. Wer Freude am Umgang mit unterschiedlichen Metren der antiken Lyrik hat, wird hier - neben dem Übersetzen - voll auf seine*ihre Kosten kommen.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 22

Eingang Rückseite des Gebäudes

Hartmut Büscher

Montag, 12.9.2022, 17.30 bis 19 Uhr

13 Termine, 89,70 Euro

Anmeldeschluss: 6.9.2022

Kurs-Nr.: F4523P1

Arabisch

● **Arabisch am Wochenende**

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-tägig statt.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Hana Diab
Samstag, 10.9.2022, 9 bis 12 Uhr
9 Termine, 100,80 Euro
Lehrbuch: Salam!, Lektion 8,
(Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-52883-5
Anmeldeschluss: 5.9.2022
Kurs-Nr.: F4895E1

Sonderveranstaltung Sprachen

NEU!

● Ein Leben für die Musik und Poesie - Der Poet Federico García Lorca

Stationen seines kurzen Lebens
Dieser Abend steht im Zeichen des andalusischen Dichters (geb. 1898, gest. 1936) und Poeten Federico García Lorca. In seinen Gedichten setzt sich der Dichter mit den spanischen Traditionen und den Ereignissen seiner Zeit auseinander. Der Einblick in sein kurzes Leben wird abgerundet durch Vorträge ausgewählter Gedichte und Liedern aus den "Canciones Españolas Antiguas para canto y guitarra", gesungen von der Konzertsängerin Timea Cecilia Kunkel und begleitet von Karl Brandenstein auf der Gitarre.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 16
Karl Brandenstein, Timea Cecilia Kunkel
Samstag, 12.11.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 12 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 28.10.2022
Kurs-Nr.: F2010P1K



● Szenen aus "Der kleine Prinz" - Ein Märchen mit Gitarrenmusik in vorweihnachtlicher Zeit von Antoine de Saint-Exupéry

"Wenn du bei Nacht den Himmel anschaut, wird es dir sein, als lachten alle Sterne, weil ich auf einem von ihnen wohne, weil ich auf einem von ihnen lache."
"Quand tu regarderas le ciel, la nuit, puisque j'habiterai dans l'une d'elles, puisque je rirai dans l'une d'elles, alors ce sera pour toi comme si riaient toutes les étoiles. Tu auras, toi, des étoiles qui savent rire !" Antoine de Saint-Exupéry. Die Französisch-Kursleiterin, Franca Wöbbeking, wird aus dem "Kleinen Prinzen" von Antoine de Saint-Exupéry in der Originalsprache vorlesen. Den Vortrag wird der Musik- und Gitarrenpädagoge Karl Brandenstein mit Eigenkompositionen auf der klassischen Gitarre umrahmen. Ein Abendprogramm, ein Erlebnis für alle zugänglich, auch ohne französische Sprachkenntnisse.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 16
Karl Brandenstein, Franca Wöbbeking
Freitag, 18.11.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 12 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 4.11.2022
Kurs-Nr.: F2010P2K

● Juan Ramón Jiménez und der kleine Esel Platero - Ein Märchen für Nachdenkliche und ein Höhepunkt der spanischen Literatur

"Platero y yo" ist eines der schönsten Zeugnisse der neueren spanischen Literatur für das Juan Ramón Jiménez 1956 den Literaturnobelpreis erhielt. Eigentlich sollte das Buch ein Kinderbuch werden. Aber es ist ein Buch für nachdenkliche Erwachsene geworden. Die Grenzen zwischen Realem und Irrealem verschwimmen und das Werk stellt eine Utopie des harmonischen Miteinanders dar. Juan Ramón Jiménez streift mit seinem kleinen Esel Platero durch die Umgebung eines andalusischen Ortes. Die 138 poetischen Bilder sind eher melancholisch gehalten und haben einen starken Bezug auf die Verbundenheit von Mensch und Natur. Auch die Vergänglichkeit des Menschen und aller Lebewesen spielt in den Texten eine große Rolle. Karl Brandenstein stellt dieses außergewöhn-

liche Buch vor und liest daraus einige wichtige Passagen. Zwischen den Texten erklingen Eigenkompositionen auf der klassischen Gitarre. Die Texte werden auf Spanisch und Deutsch gelesen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 16
Karl Brandenstein
Donnerstag, 6.10.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 10 Euro / ermäßigt 7 Euro
Anmeldeschluss: 22.9.2022
Kurs-Nr.: F2010P3

NEU!

● Eine musikalische Reise mit Liedern aus Spanien und Lateinamerika

Die Konzertsängerin Timea Cecilia Kunkel und der Gitarrist Karl Brandenstein werden an diesem Abend Lieder aus Spanien und Südamerika vortragen. Die Reise geht von Spanien über Kuba, Peru und Chile, nach Uruguay und Argentinien. Auch wenn einige dieser Lieder schon bekannt sein dürften, werden diese aber auf eine ganz besondere Art interpretiert. Tauchen Sie ein in die faszinierende musikalische Welt Spaniens und Lateinamerikas.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 16
Karl Brandenstein, Timea Cecilia Kunkel
Samstag, 24.9.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 12 Euro
Anmeldeschluss: 9.9.2022
Kurs-Nr.: F2080P7K

NEU!

Sprachen der Welt - online von zuhause aus



● Online-Kurs Französisch für Teilnehmer*innen mit zwei bis 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 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 und legen Schreibutensilien bereit.

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Karin Ganßmann

Dienstag, 13.9.2022, 17.30 bis 19 Uhr

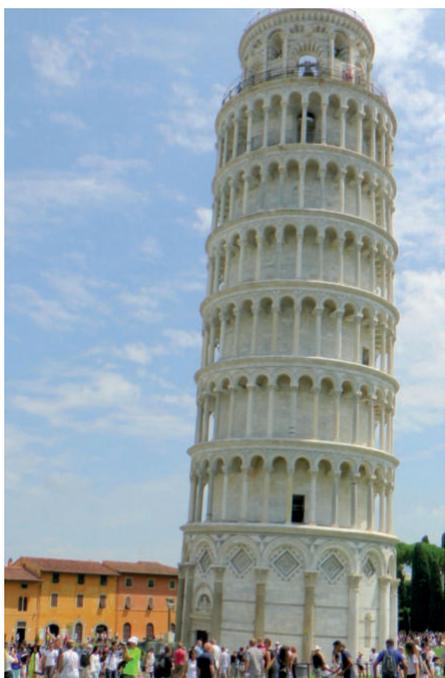
10 Termine, 56 Euro

Lehrbuch: Rencontres en français A1

(Klett-Verlag)

Anmeldeschluss: 6.9.2022

Kurs-Nr.: F4215X1



● **Online-Kurs Italienisch**

Wiederholung und Festigung am Wochenende

Grundstufe A1/2

Dieser Online-Kurs ist für Teilnehmer*innen, die schon einen Italienischkurs für Anfänger*innen besucht oder früher schon einmal Italienisch gelernt haben und jetzt wieder in diese schöne Sprache einsteigen und ihre Grundkenntnisse auffrischen möchten. 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.

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Dr. Pasqualina Sorrentino

Samstag, 17.9.2022, 9 bis 15.30 Uhr

Sonntag, 18.9.2022, 9 bis 15.30 Uhr

2 Termine, 48 Euro

Lehrbuch: Allegro nuovo A1 Italienisch für Anfänger,

Kurs- und Übungsbuch mit Audios,

ISBN 978-3-12-525590-6

Anmeldeschluss: 9.9.2022

Kurs-Nr.: F4310X1

● **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.

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Dr. Pasqualina Sorrentino

Dienstag, 13.9.2022, 19.30 bis 21 Uhr

15 Termine, 90 Euro

Anmeldeschluss: 6.9.2022

Kurs-Nr.: F4320X1

● **Einführung für neue Kursleiter*innen**

Sie sind neue*r Kursleiter*in an der KVHS? Wir unterstützen Sie bei der Planung Ihres Unterrichts mit einem kurzen Überblick über Lehr- und Lerntechniken und bei der Organisation Ihres Kurses.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Stefanie Turano

Donnerstag, 25.8.2022, 16 bis 19 Uhr

1 Termin, kostenlos

Anmeldeschluss: 18.8.2022

Kurs-Nr.: F8000P1X

Sprachen öffnen Türen

Eine Fremdsprache zu lernen, kostet Zeit und ist zwischen-durch auch mal mühsam - aber es lohnt sich! Wer erlebt hat, wie viel Freude es macht, sich auf Reisen verständigen zu können und welche Erfahrungen man sammelt, wenn man sich dort mit Muttersprachlern unterhalten kann, bleibt dabei und den lässt die jeweilige Fremdsprache nicht mehr los. Das Kennenlernen einer neuen Kultur geht über die Sprache und ermöglicht neue Freundschaften.

Inzwischen ist es oft auch beruflich erforderlich, eine neue Fremdsprache zu lernen oder die eigenen Fremdsprachenkompetenzen zu verbessern.

In den 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

oder

sprachtest.de

Persönliche Beratung und Infos

bei Stefanie Turano, Telefon

05551/708-8222,

E-Mail

sturano@landkreis-northeim.de.



HEESE
Bedachungen GmbH · Dachdeckermeister Michael Heese

Ihr Spezialist rund ums Haus

- Haussanierung
- Innenausbau
- Dachfenster
- Flachdachsanieierung
- Schornsteinsanieierung
- Dachein-/umdeckung
- Klempnerarbeiten aller Art
- Naturschiefer-/Behangarbeiten
- Fassadenarbeiten
- Wärmedämmung

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

Jetzt NEU!
Hubarbeitsbühne
bis 16 Meter,
auch im Verleih



Sabine Kraft

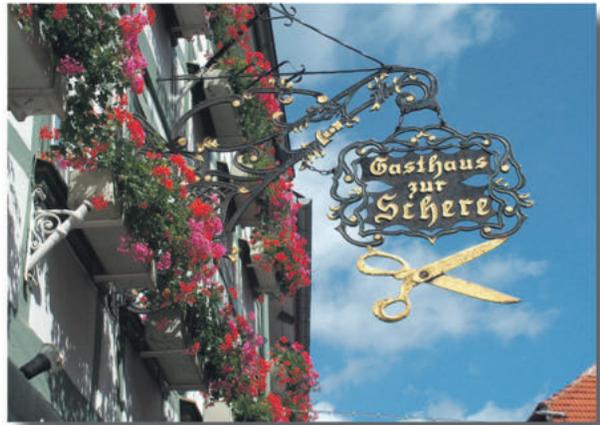
Qualifizierte Tagesmutter 

- ✿ Individuelle Kinderbetreuung für kleine und große Kinder
- ✿ flexible Betreuungszeiten, auch während der Randzeiten oder an einzelnen Tagen

Angerweg 4
37176 Nörten-Hardenberg/Wolbrechtshausen
Telefon (0 55 03) 86 09



Es ist doch nie der Weg zu weit,
in ein Lokal mit Gastlichkeit.



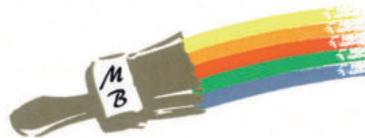
Hotel Schere
37154 Northeim · Breite Straße 24
Telefon 055 51 / 969 - 0
www.hotel-schere.de · mail@hotel-schere.de

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



*Moderne Raumgestaltung
Bodenoerlegung
Fassadenbeschichtungen
Malertechniken*

Michael Bienst
- Malermeister -

Güterbahnhofstraße 3
37154 Northeim

Telefon: 055 51 / 657 54
Mobil: 01 71 / 991 71 32
maler.bienst@freenet.de



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



Blitzschutzanlagen
sowie innerer Blitzschutz
gegen Überspannungsschäden

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

- Beratung
- Planung
- Neuerstellung
- Wartung

Sie wollen Deutsch lernen?

Imparo il tedesco alla Volkshochschule

Aprendo Alemán en la Volkshochschule

Я изучаю немецкий язык в Volkshochschule

Μαθαίνω Γερμανικά στο Volkshochschule

Uczę się języka niemieckiego w Volkshochschule

Ich lerne Deutsch an der Volkshochschule

Volkshochschule' de Almanca öğreniyorum

Ja učim njemački jezik u Volkshochschule

I am learning German at the Volkshochschule



Die Kreisvolkshochschule Northeim bietet im Programmbereich Deutsch als Zweit- und Fremdsprache und Integration an:

- Deutschkurse in allen Niveaustufen
- Integrationskurse
- Alphabetisierungskurse für Muttersprachler*innen und Menschen mit Migrationshintergrund
- Erstdeutschkurse für Migrant*innen
- Prüfungsvorbereitungskurse auf Deutschtest für Zuwanderer (DTZ A2-B1)
- Zertifikatsprüfungen
 - Deutschtest für Zuwanderer (DTZ A2-B1)
 - Einbürgerungstest
- Information finden Sie auf der Homepage der Kreisvolkshochschule: www.kvhs-northeim.de

Ihre Ansprechpartnerinnen und -partner

Sarah Ohst

Tel: 05551 / 708 - 82 24

Sprechzeiten in **Northeim**, Wallstr. 40:
donnerstags von 10 bis 12 Uhr

und nach telefonischer Vereinbarung

Elvira Ludwig

(Einstufungen, Prüfungen)

Tel: 05551 / 708 - 82 28

E-Mail: eludwig@landkreis-northeim.de

Sprechzeiten in **Einbeck**, Hullerser Str. 19:
dienstags von 14 bis 16 Uhr

Die Sprechstunden finden nur dann statt, wenn auch Präsenzunterricht erlaubt ist.



Grundstufe

● Deutsch als Fremdsprache

Grundstufe A1/1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer*innen 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 Özdoğan
Dienstag, 06.09.2022, 2x in der Woche
dienstags und donnerstags
jeweils 19.15 bis 20.45 Uhr
35 Termine, 140 Euro
zzgl. 3 Euro Materialkosten
Anmeldeschluss: 30.8.2022
Kurs-Nr.: F4005P1

● Deutsch Grundstufe A1/A2

Mithilfe klarer Grammatikdarstellungen werden A1-A2-Regeln visualisiert und so einfach und schnell erklärt. Abwechslungsreiche Übungen für die Teilnehmenden führen schnell zum Erfolg.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 3, 2. OG
Heinz-Adolf Menke, Sabine Mischke

Montag, 12.9.2022, 17.15 bis 18.45 Uhr
15 Termine, 60 Euro
zzgl. 3 Euro Materialkosten
Anmeldeschluss: 7.9.2022
Kurs-Nr.: F4010E1

● Deutsch Grundstufe A2/1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer*innen mit Grundkenntnissen in Deutsch auf dem A1-Sprachniveau. Bestehende Kenntnisse im Schreiben, Hören und Sprechen werden erweitert. Der Kurs soll den Teilnehmenden ermöglichen, der Kommunikation im Alltag gewachsen zu sein.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.04
Rasime Özdoğan
Montag, 05.09.2022, 2x in der Woche
montags und mittwochs
jeweils 19.15 bis 20.45 Uhr
33 Termine, 132 Euro
zzgl. 3 Euro Materialkosten
Anmeldeschluss: 29.8.2022
Kurs-Nr.: F4015P1

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, 6.9.2022, 17.15 bis 18.45 Uhr
18 Termine, 72 Euro zzgl. Materialkosten
Anmeldeschluss: 30.8.2022
Kurs-Nr.: F4030E1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.05
Heinz-Adolf Menke
Mittwoch, 21.9.2022, 17.15 bis 18.45 Uhr
15 Termine, 60 Euro zzgl. Materialkosten
Anmeldeschluss: 14.9.2022
Kurs-Nr.: F4030P1

Zertifikatsprüfungen und Tests

● Deutsch-Test für Zugewanderte A2-B1

Der Deutsch-Test für Zugewanderte A2-B1 ist die richtige Prüfung für Sie, wenn Sie den B1-Nachweis über Ihre Sprachkenntnisse für die Einbürgerung in Deutschland oder ähnliche Zwecke benötigen. Die Prüfung besteht aus einem schriftlichen Teil (Hören, Lesen, Schreiben) und einem mündlichen Teil (Sprechen). Information zur Vorbereitung bekommen Sie bei der Anmeldung. Wenn Sie die Prüfung bestehen, bekommen Sie ein Zertifikat. Eine nicht bestandene Prüfung kann (kostenpflichtig) wiederholt werden. Die Anmeldung erfolgt bei der KVHS. Wir empfehlen eine frühzeitige Anmeldung. Bitte bringen Sie zur Anmeldung Ihren Pass mit.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Elvira Ludwig
Samstag, 26.11.2022, 8.30 bis 17.30 Uhr
1 Termin, 120 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 17.10.2022
Kurs-Nr.: F4052P1K

● Einbürgerungstest

In diesem Test werden Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung sowie Lebensverhältnisse in Deutschland geprüft. Das Zertifikat benötigt man, wenn man die deutsche Staatsbürgerschaft be-

antrag. Bei der Prüfung bekommen Sie insgesamt 33 Multiple-Choice-Fragen. 30 Fragen davon beziehen sich auf die Geschichte, Gesellschaft und politische Ordnung der Bundesrepublik Deutschland. Die restlichen drei Fragen sind zum Bundesland Niedersachsen. Um die Prüfung zu bestehen, müssen Sie 17 Fragen richtig beantworten. Bei Nichtbestehen kann der Test beliebig oft kostenpflichtig wiederholt werden. Information zur Vorbereitung erhalten Sie bei der Anmeldung. Die Anmeldung erfolgt bei der KVHS. Wir empfehlen eine frühzeitige Anmeldung. Bitte bringen Sie Ihren Pass zur Prüfung mit.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Elvira Ludwig
Samstag, 24.9.2022, 11 bis 12 Uhr
1 Termin, 25 Euro
Anmeldeschluss: 26.8.2022
Kurs-Nr.: F4053P1K

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Elvira Ludwig
Samstag, 19.11.2022, 11 bis 12 Uhr
1 Termin, 25 Euro
Anmeldeschluss: 21.10.2022
Kurs-Nr.: F4053P2K

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!



Seniorenen- und PflegeStützpunkt Niedersachsen

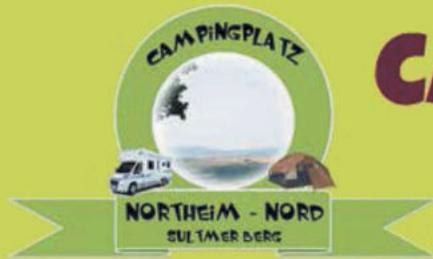


Pflegeberatung für alle Altersgruppen Seniorenberatung

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



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!



Ihr Ansprechpartner:

Martin Heuer

**für Kunstgeschichte und
Fotografie**

Tel: 05551 708 8219

E-Mail: mheuer@landkreis-northeim.de

Ihre Ansprechpartnerin:

Stefanie Turano

**für Malen, Zeichnen und
Textiles Gestalten**

Tel: 05551 708 8222

E-Mail: sturano@landkreis-northeim.de

**für Literatur und
Plastisches Gestalten**

N. N.

Kultur macht stark!

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

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

„Gerade die sozialen, kreativen und kommunikativen Potenziale der kulturellen Erwachsenenbildung sind perspektivisch von großer und wachsender Bedeutung“, betont etwa auch die Enquete-Kommision „Kultur in Deutschland“ in ihrem Abschlussbericht.

Ihre Ansprechpartnerin:

Jessica Krause

**für Musik, Tanz und
Sommerakademie**

Tel: 05551 708 8220

E-Mail: jkrause@landkreis-northeim.de

Archäologie, Architektur und Kunstgeschichte

● Die ersten Pharaonen und das Entstehen der ägyptischen Hochkultur

Lange vor den Pyramiden, im 4. Jahrtausend v. Chr., bilden sich am Nil die ersten Herrschaftsstrukturen, die basierten auf der agrarischen Durchorganisation des fruchtbaren Niltals und dem Reichtum, der sich darauf begründete. Die archäologischen Daten erlauben es uns, Einblicke zu nehmen in die frühen Formen der Verwaltung, in die Vorgänge der Staatswerdung sowie die Ausdifferenzierung von Herrschaftsstrukturen, letztendlich also in nichts geringeres, als in die Entstehung des Pharaonentums, das sich zunächst in bescheidenen baulichen Strukturen und schließlich in den Anfängen von Monumentalarchitektur manifestierte. In diesem Seminar werden unter anderen auch kaum bekannte Grabungsorte, zum Beispiel Hierakonpolis und Buto (im Delta) besucht und natürlich die ersten massiv gebauten Königsgräber der ersten und

zweiten Dynastie in Abydos und Saqqara, die im Grunde die Vorformen der späteren Pyramiden darstellen. Zur Abrundung der Veranstaltung werden die Anfänge des Totenkultes, mit den ersten tastenden Versuchen der Mumifizierung, der Bereich des täglichen Lebens mit den handwerklich schon in dieser Zeit perfekten und unverwechselbaren Erzeugnissen der Steinbearbeitung detailliert vorgeführt. (Karten, Fotos, Pläne).

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
Prof. Dr. Albrecht Endruweit
Donnerstag, 22.9.2022, 17 bis 19 Uhr
10 Termine, 94,50 Euro
Anmeldeschluss: 14.9.2022
Kurs-Nr.: F2030E1

● Weihrauch und Wein - Fernhandel mit Luxusgütern im pharaonischen Ägypten

Es heißt gelegentlich, Ägypten hätte sich in frühen Zeiten in seiner Isolation komfort eingerichtet. Für Luxusgüter schien das allerdings nicht gegolten zu haben: In Gräbern der ägyptischen Frühzeit (Ende 4.JT.v.Chr.) haben sich an die 500 Weinamphoren (unberaubt, in Originallage!) gefunden, die aus Kanaan stammen. Ansonsten weiß man, dass zu späteren Zeiten Güter aus allen Himmelsrichtungen in das Nilland kamen: Aus Nubien und über Nubien auch aus Afrika (Elfenbein, Ebenholz, Straußeneier), wie auch aus Vorderasien (Zinn, Kupfer) und besondere Keramik aus Kreta und Griechenland, wie man das in den Wandbildern der großen Beamtengräber in Luxor heutzutage vorgeführt bekommt. Daneben gibt es auch schriftliche Quellen, aus denen man ein detailliertes Bild des Handels rekonstruieren kann. Ein Beispiel, das prominenteste, wird in diesem Vortrag vorgeführt, die Weihrauchexpedition der Königin Hatschepsut nach Punt. Den Abschluss der Veranstaltung bilden Überlegungen, wie

man sich die soziale Funktion dieser Güter in der ägyptischen Gesellschaft vorstellen kann.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
Prof. Dr. Albrecht Endruweit
Samstag, 19.11.2022, 10 bis 16.30 Uhr
1 Termin, 28 Euro
Anmeldeschluss: 2.11.2022
Kurs-Nr.: F2030E2

NEU!

● Mediterranée - Kulturgeschichten um das Mittelmeer

Besonders an den Küsten des östlichen Mittelmeers haben jene Kulturen geblüht, die man als Wiege der europäischen Kultur bezeichnet hat. Dazu gehört eine der großen frühen Hochkulturen - Ägypten -, weiterhin die Stadtstaaten an der Levanteküste und natürlich die beiden großen Zivilisationen: die Griechen und die Römer, auf deren Erbe wir uns heute berufen. Darüber hinaus hat in diesem Spannungsfeld ein technischer sowie ein Ideenaustausch stattgefunden, der Orient und Okzident zusammenführte und neue kulturelle Identitäten hervorbrachte. Die Grundlage hierfür sind der freie und nicht durch religiöse oder ideologische Schranken behinderte Handel. Den überaus reichen archäologischen Spuren dieser Kulturen wird in einem Streifzug durch die Regionen detailliert nachgegangen, wobei begleitend auch aus den schriftlichen Originalquellen (religiösen und Wirtschaftstexten) ausführlich zitiert wird.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 2, EG
Prof. Dr. Albrecht Endruweit
Samstag, 14.1.2023, 10 bis 16.30 Uhr
Sonntag, 15.1.2023, 10 bis 16.30 Uhr
2 Termine, 56 Euro
Anmeldeschluss: 9.1.2023
Kurs-Nr.: F2030E3



Damit auch Sie im Bilde sind...

Wir fertigen Einrahmungen nach Ihren Wünschen an

Künstlerbedarf • Bilder • Einrahmungen

Bleimund
Alte Gasse 2 – Bad Gandersheim
☎ 053 82-2705
Bildergalerie-bleimund@t-online.de



Scheele-Druck

DRUCKHAUS
Jahnstr. 2 · Einbeck
neben dem PS-Speicher

Echte Einbecker seit 1932

www.scheele-druck.de

NEU!

● **Das Gilgamesch-Epos**

Auf Spurensuche nach König Gilgamesch

Das Gilgamesch-Epos gehört zu den ältesten schriftlich überlieferten Dichtungen der Menschheit. Held dieses Mythos ist Gilgamesch, der als König der altorientalischen Metropole Uruk seine Kräfte mit der Welt und den Göttern messen will und nach Unsterblichkeit strebt. Gemeinsam mit seinem wilden Gefährten Enkidu zieht er in die Welt hinaus, erlebt zahlreiche Abenteuer und kehrt als geläuterter Herrscher zurück. Der Vortrag begibt sich auf Spurensuche nach den realen Hintergründen dieser uralten altorientalischen Erzählung, deren mündliche Überlieferung bis in das frühe dritte Jahrtausend v. Chr. zurückgehen.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2

Haus I, Raum 119, EG

-Eingang vom Hof-

Dr. Nicola Crüsemann

Mittwoch, 12.10.2022, 18 bis 20.15 Uhr

1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro

Anmeldeschluss: 4.10.2022

Kurs-Nr.: F2030E5



NEU!

● **Pferdestärken - das Pferd bewegt die Menschheit**

Teil I

Der Aufstieg des Pferdes vom Urpferdchen zum Prestigeobjekt und zur Kriegswaffe im Alten Orient und Ägypten

Teil II

Himmliche Pferde und Kentauren

Das Pferd als mythisches Wesen zwischen China und Rom

Keine andere Mensch-Tier-Beziehung beeinflusste die Geschichte so tiefgreifend wie die zwischen Mensch und Pferd. Der lange Weg vom Urpferdchen zum Hauspferd führte über die Zähmung der Wildpferde, darunter auch die bekannten

Przewalski-Pferde. Der Einsatz des Hauspferdes als wendiges Zugtier und ausdauerndes Reittier revolutionierte die Alte Welt so maßgeblich wie später erst wieder die Eisenbahn und das Automobil. Das Pferd wurde zur „Tempowaffe“ - die Streitwagen boten den Kulturen des Vorderen Orients sowie des Alten Ägyptens ein mächtiges militärisches Instrument. Das Leben mit dem Pferd führte zu neuen Lebens- und Gesellschaftsformen, im Vorderen Orient ebenso wie in Asien und Europa. Das Pferd war Symbol von Macht und Prestige, wertvolles Tauschmittel und diplomatisches Geschenk. Es wurde verehrt und kostbar geschmückt. Als schnelles Fortbewegungsmittel bedeutete es Freiheit und ermöglichte weite Reisen, Fernhandel und Eroberung großer Gebiete. Zugleich galten Pferde als mythische und dämonische Begleiter, ihre Kraft und Ausdauer erhoben sie in göttliche Sphären. Geflügelt durcheilten sie den Äther, als Kentauren waren sie mythische Symbole der Mensch-Pferd-Beziehung. Die kleine Vortragsreihe beleuchtet mit vielen bildlichen Darstellungen, Skulpturen und Texten die Beziehung zwischen Menschen und Pferden in verschiedenen



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

Museum Friedland
Bahnhofstr. 2
37133 Friedland

Mittwoch bis Sonntag
10:00 - 18:00 Uhr

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

Epochen und Regionen. Dabei liegt der Schwerpunkt auf den Anfängen der Pferdezüchtung und dem Einsatz des Hauspferdes.

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 1, EG

Dr. Nicola Crüsemann

Dienstag, 15.11.2022, 10 bis 12.15 Uhr

Dienstag, 22.11.2022, 10 bis 12.15 Uhr

2 Termine, 16,80 Euro

Anmeldeschluss: 8.11.2022

Kurs-Nr.: F2030E6

NEU!

● **Die Welt Alexanders des Großen**

Begegnungen der Kulturen zwischen Makedonien und Baktrien

Teil I

Vom makedonischen König zum legendären Herrscher der Welt - Herkunft,

Realität und Mythos Alexanders des Großen

Teil II

Barbarischer Feind und faszinierende Hochkultur - Alexanders Auseinandersetzung mit dem persischen Großreich und der altorientalischen Metropole Babylon

Teil III

Eine Badewanne in Roxanes Reich - Von Guerillakriegen, Städtegründungen und anderen Begegnungen der Kulturen in Zentralasien

Teil IV

Seltsam vertraut und fremd zugleich - der Hellenismus im Osten und seine Folgen

Kaum eine andere historische Figur hat die Menschen durch alle Zeiten hindurch so bewegt wie Alexander III. von Makedonien (356 bis 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. Denn der viele Tausend Menschen umfassende Tross trug die griechische Kultur bis ans „Ende der Welt“. Die damit verbundenen Begegnungen der Völker und Kulturen prägten die Entwicklungen der verschiedenen Regionen des riesigen Alexanderreiches noch lange nach dessen Zerfall. Der Kurs richtet seinen Fokus auf die Entwicklungen im Osten des Reiches. Dabei liegt ein Schwerpunkt auf der Region Zentralasiens, in der heute Usbekistan, Tadschikistan und Afghanistan zu finden sind. Archäologische Funde und antike Quellentexte veranschaulichen nicht nur den

griechischen Einfluss auf die fernen Welten, sondern auch die Faszination Alexanders und seiner Nachfolger an den fremden Kulturen. So werden Einblicke in die kulturellen, wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Umbrüche möglich, die aus den Begegnungen der Welten folgten. Die künstlerischen Produkte dieser Entwicklungen erscheinen Betrachtenden trotz der räumlichen Ferne häufig seltsam vertraut und fremd zugleich.

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum U 14

Dr. Nicola Crüsemann

Dienstag, 20.9.2022, 10 bis 11.30 Uhr

4 Termine, 24 Euro

Anmeldeschluss: 13.9.2022

Kurs-Nr.: F2030P2

● **Der Himmel so weit - Landschaftsbilder**

Ein weiter, von Wolken verhangener Himmel, einsame Meeresstrände, dichte Wälder, das taufrische Grün einer Wiese, das ein Camille Corot oder die Impressionisten aus verschiedenen Farben mischten, um die Intensität des Seheindrucks zu betonen. All diese Landschaften laden Betrachtende zu virtuellen Spaziergängen ein. Die Landschaftsmalerei bringt kulturelle Besonderheiten der Gesellschaft zum Ausdruck und ist Projektionsfeld menschlicher Wünsche, Sehnsüchte, aber auch Ängste. Der zeitliche Bogen spannt sich von den Anfängen der Antike bis zu stilisierten Landschaften in der Gegenwartskunst. Werke von bekannten und weniger bekannten Künstler*innen, u. a. Hieronymus Bosch, William Turner, Vincent van Gogh, Salvador Dalí, Paul Klee und David Hockney, veranschaulichen die Geschichte der Landschaftsmalerei.

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 5, UG

Maren Gläser

Donnerstag, 24.11.2022, 10 bis 12.15 Uhr

4 Termine, 42 Euro

Anmeldeschluss: 17.11.2022

Kurs-Nr.: F2030E4

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 20

Eingang Rückseite des Gebäudes

Maren Gläser

Freitag, 25.11.2022, 10 bis 12.15 Uhr

4 Termine, 42 Euro

Anmeldeschluss: 18.11.2022

Kurs-Nr.: F2030P1

Literatur & Schreiben

NEU!

● **Ein Leben für die Musik und Poesie - Der Poet Federico García Lorca**

Stationen seines kurzen Lebens

Dieser Abend steht im Zeichen des andalusischen Dichters (geb. 1898, gest. 1936) und Poeten Federico García Lorca. In seinen Gedichten setzt sich der Dichter mit den spanischen Traditionen und den Ereignissen seiner Zeit auseinander. Der Einblick in sein kurzes Leben wird abgerundet durch Vorträge ausgewählter Gedichte und Lieder aus den "Canciones Españolas Antiguas para canto y guitarra", gesungen von der Konzertsängerin Timea Cecilia Kunkel und begleitet von Karl Brandenstein auf der Gitarre.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 16

Karl Brandenstein, Timea Cecilia Kunkel

Samstag, 12.11.2022, 18 bis 20.15 Uhr

1 Termin, 12 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 28.10.2022

Kurs-Nr.: F2010P1K

● **Szenen aus "Der kleine Prinz" - Ein Märchen mit Gitarrenmusik in vorweihnachtlicher Zeit von Antoine de Saint-Exupéry**

"Wenn du bei Nacht den Himmel anschaut, wird es dir sein, als lächelten alle Sterne, weil ich auf einem von ihnen wohne, weil ich auf einem von ihnen lache."

"Quand tu regarderas le ciel, la nuit, puisque j'habiterai dans l'une d'elles, puisque

Buchhandlung Pieper

Gitta Wiese-Günther

www.buchhandlung-pieper.de

Im Internet bestellen;

in ihrer Buchhandlung abholen!

Burgstraße 12 37581 Bad Gandersheim

Telefon 05382 2430

NEU!

je rirai dans l'une d'elles, alors ce sera pour toi comme si riaient toutes les étoiles. Tu auras, toi, des étoiles qui savent rire !" Antoine de Saint-Exupéry. Die Französisch-Dozentin, Franca Wöbbeking, wird aus dem "Kleinen Prinzen" von Antoine de Saint-Exupéry in der Originalsprache vorlesen. Den Vortrag wird der Musik- und Gitarrenpädagoge Karl Brandenstein mit Eigenkompositionen auf der klassischen Gitarre umrahmen. Ein Abendprogramm, ein Erlebnis für alle zugänglich, auch ohne französische Sprachkenntnisse.

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum U 16
Karl Brandenstein, Franca Wöbbeking
Freitag, 18.11.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 12 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 4.11.2022
Kurs-Nr.: F2010P2K

● Juan Ramón Jiménez und der kleine Esel Platero - Ein Märchen für Nachdenkliche und ein Höhepunkt der spanischen Literatur

"Platero y yo" ist eines der schönsten Zeugnisse der neueren spanischen Literatur für das Juan Ramón Jiménez 1956 den Literaturnobelpreis erhielt. Eigentlich sollte das Buch ein Kinderbuch werden. Aber es ist ein Buch für nachdenkliche Erwachsene geworden. Die Grenzen zwischen Realem und Irrealem verschwimmen und das Werk stellt eine Utopie des harmonischen Miteinanders dar. Juan Ramón Jiménez streift mit seinem kleinen Esel Platero durch die Umgebung eines andalusischen Ortes. Die 138 poetischen Bilder sind eher melancholisch gehalten und haben einen

starken Bezug auf die Verbundenheit von Mensch und Natur. Auch die Vergänglichkeit des Menschen und aller Lebewesen spielt in den Texten eine große Rolle. Karl Brandenstein stellt dieses außergewöhnliche Buch vor und liest daraus einige wichtige Passagen. Zwischen den Texten erklingen Eigenkompositionen auf der klassischen Gitarre. Die Texte werden auf Spanisch und Deutsch gelesen.

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum U 16
Karl Brandenstein
Donnerstag, 6.10.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 10 Euro / ermäßigt 7 Euro
Anmeldeschluss: 22.9.2022
Kurs-Nr.: F2010P3

● Eintausendmal Lebensglück - Erinnern, was zählt (... jetzt erst recht!)

Glücksimpressionen, eingesammelt in 60 Städten. Eine Collage aus Wort, Bild und Klang.
Wann ist man glücklich? Erst dann, wenn „endlich alles stimmt“ im eigenen Leben? Das dachte auch Christof Jauernig lange, auf der Suche nach Zufriedenheit im Hamsterrad einer Unternehmensberatung. Was wirklich glücklich macht und wie nah er dem Glück die ganze Zeit gewesen war, begriff er erst, als er ausstieg und mit dem Rucksack ein halbes Jahr durch Südostasien reiste - ohne Plan für danach. Heute ist er bundesweit auftretender multimedialer Erzähler. Auf seinen Touren hat er in sechzig Städten Menschen zu ihren eigenen Glückserfahrungen befragt und daraus ein Buch und sein zweites Bühnenprogramm gemacht: Eintausendmal Lebensglück ist ein bewegendes Zeugnis der großen Vielfalt verzaubernd schlichter, täglich greifbarer,

oft kostenfreier Glücksmomente. Zusammengestellt aus den offenherzig aufgeschriebenen Beiträgen von mehr als eintausend Mitbürger*innen unterschiedlichster Couleur, erinnern die präsentierten Augenblicke an das Kostbare im Alltäglichen. Der Autor kombiniert die Impressionen der Befragten mit den seit seinem radikalen Lebensumbruch gemachten eigenen Erfahrungen zum Thema. Dabei verleiht er dem Abend einen stimmungsvoll-meditativen Charakter durch eine Melange aus sorgsam gesetzten, fast poetischen Begleitworten, Leinwandprojektionen sowie selbst eingespielten musikalischen Untermauerungen. Ein Abend, der Glück nicht erklären, sondern fühlbar machen möchte. Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der Stadtbibliothek Einbeck. Mehr Infos: www.unthinking.me

Einbeck, Stadtbibliothek, Lesesaal, Dr.-Friedrich-Uhde-Straße 5
Christof Jauernig
Donnerstag, 3.11.2022, 19.30 bis 21.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 1.11.2022
Kurs-Nr.: F2011E1K



Wir lieben Farbe
HEIMERTelements
Gestaltung und Druck

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

Grundlagen der Fotografie

Foto-Basiskurs mit Digitalkamera oder Smartphone

Der Kurs ist für alle Fotointeressierten, die bisher über wenig Fotopraxis verfügen. Ein Crashkurs, in dem die wichtigsten Funktionen und Bedienelemente einer digitalen Kamera/Smartphone sowie entsprechende Begrifflichkeiten theoretisch erklärt und praktisch geübt werden. Dabei sind die Teilnehmer*innen Fotograf und Modell zugleich. Bitte die eigene Kamera/Smartphone und Bedienungsanleitung mitbringen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)

Michael Hötzel

Montag, 12.9.2022, 18.30 bis 21.30 Uhr
Dienstag, 13.9.2022, 18.30 bis 21.30 Uhr
Mittwoch, 14.9.2022, 18.30 bis 21.30 Uhr
3 Termine, 42,13 Euro

Anmeldeschluss: 9.9.2022

Kurs-Nr.: F2111P1

Bessere Fotos mit der digitalen Kamera II

Im Fotoworkshop „Bessere Fotos mit der digitalen Kamera I“ für Einsteiger*innen widmen wir uns zunächst den Bedienungsmöglichkeiten der digitalen Kamera. Nach Vorstellung der Teilnehmer*innen mit ihrer Kamera gibt es eine theoretische Einführung. In den kommenden Tagen/Abenden setzen wir uns im Rahmen verschiedener Übungen mit der Kamera (Belichtungszeit, Blende, Chip-Empfindlichkeit, Abstand, Objektiv, Brennweite, Lichtstärke) und den möglichen Bildgestaltungsgrundlagen der Fotografie, wie Formatwahl, Bildausschnitt und Perspektive, auseinander. Anhand von Personenaufnahmen (jede*r Teilnehmer*in ist gleichzeitig auch Modell) werden Grundeinstellungen der Kamera mit Elementen aus der Bildgestaltung vermittelt und angewandt. Auf dieser Basis üben Sie die wesentlichen Grundregeln der Bildgestaltung und können so als Fotograf kreativ werden.

Verschiedene Beispiele geben Antworten auf wichtige praktische Fragen. Für diesen Kurs können alle digitalen Kamertypen eingesetzt werden, wobei Sie Bedienungsanleitung, Akku und ausreichend Speicherplatz mitbringen sollten. Es geht nicht nur um das Fotografieren, sondern auch um Wissensvermittlung und Training, damit Ihr Talent und die Motivwahl geschult werden.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)

Michael Hötzel

Dienstag, 27.9.2022, 18.30 bis 21.30 Uhr
Mittwoch, 28.9.2022, 18.30 bis 21.30 Uhr
Dienstag, 11.10.2022, 18.30 bis 21.30 Uhr
Mittwoch, 12.10.2022, 18.30 bis 21.30 Uhr
4 Termine, 56,16 Euro

Anmeldeschluss: 20.9.2022

Kurs-Nr.: F2111P2

● 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, 29.9.2022, 19.30 bis 21 Uhr
Donnerstag, 6.10.2022, 19.30 bis 21 Uhr
Donnerstag, 13.10.2022, 19.30 bis 21 Uhr
Donnerstag, 20.10.2022, 19.30 bis 21 Uhr
4 Termine, 36 Euro

Anmeldeschluss: 22.9.2022

Kurs-Nr.: F2011P1

Fotografie

● Forum F

(EFF für Einbecker Fotografie-Forum)
Fortsetzung des Arbeitskreises. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Einbeck, Lernwerkstatt des PS.Speicher
Hullerser Tor 5a
Frank Watermann

Donnerstag, 29.9.2022, 15 bis 18 Uhr
Sonntags, 30.10., 27.11.2022, 29.1., 26.2.,
26.3.2023, jeweils von 15 bis 18 Uhr
6 Termine, kostenlos

Anmeldeschluss: 22.9.2022

Kurs-Nr.: F1080E1

● 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 sortiere ich die Bilder und lege Ordner an, damit ich meine Fotos auch jederzeit wiederfinde? 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, um unsere Fotos zu verbessern. Bitte bringen Sie einen USB Stick mit, falls Sie einen besitzen mit ihren eigenen Bildern. Auch persönliche Fragen werden in diesem Kurs behandelt.

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

Sonntag, 9.10.2022, 10 bis 16 Uhr
1 Termin, 38,08 Euro

Anmeldeschluss: 29.9.2022

Kurs-Nr.: F2111E1

● Meine Digitalkamera

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 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., welche Objektive sind sinnvoll dazu, wann und wie blitze ich, warum werden trotzdem manche meiner Fotos zu dunkel oder unscharf, wie vermeide ich rote Augen? Welches Zubehör ist sinnvoll und noch viele weitere Fragen über die Fotografie und Ihrer Kamera werden hier beantwortet, genauso wie Ihre persönlichen Fragen zum Thema Fo-

tografie und Zubehör. Sie werden sehen, was für ein tolles Hobby die Fotografie ist. Bringen Sie Ihre Kamera mit und dann kann es losgehen. Für Fragen im Vorfeld können Sie den Kursleiter über die KVHS gern kontaktieren.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
Frank Watermann
Sonntag, 23.10.2022, 10 bis 17 Uhr
1 Termin, 42,84 Euro
Anmeldeschluss: 13.10.2022
Kurs-Nr.: F2111E2

● **Porträtfotografie - es hat geblitzt**

Wochenendkurs

Das Fotografieren von Personen und Porträt steht in diesem Kurs im Vordergrund. Selbst mit einfachen Mitteln und Aufwand lassen sich wunderbare Ergebnisse erzielen. Nach einer kurzen theoretischen Einweisung fotografieren wir die ersten Porträts mit den Blitzgeräten auf unsere Kamera und Sie werden sehen, dass sich die moderne Blitztechnik gewandelt hat. Anschließend bauen wir uns ein kleines mobiles Fotostudio auf, bestehend aus

einem Hintergrund und unseren Blitzgeräten. Nun können wir verschiedene Lichteinstellungen vornehmen und ausleuchten. Auch viele weitere Fragen über die Portraitfotografie werden beantwortet, z. B. wie baue ich mit wenigen Mitteln einen Hintergrund, welche Objektive brauche ich, welche Kameraeinstellungen nehme ich vor. Das Erlernete lässt sich auch auf viele Bereiche der Fotografie anwenden, Hochzeiten, Familienfeiern, Gruppenaufnahmen, usw. Für die Teilnahme an diesem Kurs sind Kenntnisse zur Bedienung der eigenen Kamera Voraussetzung. Bitte bringen Sie Ihre gesamte Kameraausrüstung inkl. Handbüchern mit. Für weitere Fragen können Sie den Kursleiter über die KVHS kontaktieren.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 5, UG
Frank Watermann
Sonntag, 20.11.2022, 10 bis 17 Uhr
1 Termin, 42,84 Euro
Anmeldeschluss: 10.11.2022
Kurs-Nr.: F2111E3

● **Grundkurs Digitalfotografie**

In diesem Kurs lernen Sie den Umgang mit Ihrer Digitalkamera - egal ob es sich um eine Kompakt- oder Spiegelreflexkamera handelt. Lernen Sie Ihre Kamera besser kennen und erfahren Sie, wie Sie damit die Qualität Ihrer Fotos deutlich verbessern können. In der Theorie sowie in der Praxis erlernen Sie die Grundtechniken der digitalen Fotografie. Dabei können Wünsche einzelner Teilnehmer*innen berücksichtigt werden. Mitzubringen sind: Digitalkamera, Speicherkarten sowie Ersatzakkus. Evtl. vorhandene Blitzgeräte oder Stativ können auch gerne mitgebracht werden.

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Sven Dreier
Sonntag, 16.10.2022, 9 bis 19 Uhr
1 Termin, 49,92 Euro
Anmeldeschluss: 6.10.2022
Kurs-Nr.: F2111U1

● **GIMP 3 - Einführung in das kostenlose Bildbearbeitungsprogramm**

GIMP ist das beste kostenlose Bildbearbeitungsprogramm. Die intensive Bearbeitung... Lesen Sie weiter auf Seite 36

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Ulrike Berghahn
Dienstag, 17.1.2023, 19 bis 21.15 Uhr
5 Termine, 60 Euro
Anmeldeschluss: 10.1.2023
Kurs-Nr.: F5052P1

Malen & Zeichnen

● **Malerei und Zeichnung für Anfänger*innen 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, Acrylfarben, mal transparent oder pastös auftragen. In die unterschiedlichen Mal- und Zeichentechniken wird anhand von Beispielen eingeführt. So entstehen immer wieder neue, überraschende Ergebnisse, die motivieren, weiter zu experimentieren. Mal- und Zeichenmaterial kann im Kurs erworben werden.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09
Renate Dieckmann
Mittwoch, 7.9.2022, 18 bis 20.30 Uhr
6 Termine, 59 Euro
Anmeldeschluss: 31.8.2022
Kurs-Nr.: F2051P3

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09
Renate Dieckmann
Mittwoch, 2.11.2022, 18 bis 20.30 Uhr
6 Termine, 59 Euro
Anmeldeschluss: 26.10.2022
Kurs-Nr.: F2051P4

● **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. Schreibzeug,



Schere, Papier. Malsachen können auch bei der Kursleiterin erworben werden.

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3

Erika Peschke

Sonntags, 25.9., 16.10., 20.11.2022,

8.1.2023, jeweils von 10.30 bis 17 Uhr

4 Termine, kostenlos

Kurs-Nr.: F1032U2



Zeichnen

● Urban sketching - skizzieren im Freien

Zeichnen

Wir treffen uns an ausgewählt schönen Orten in der näheren Umgebung und

zeichnen vor Ort im Freien. Mit dem Motivsucher finden wir einen schönen Blickfang, den wir dann durch reduzierte Darstellungsweise zu Papier bringen. Dabei üben wir die Beachtung von Perspektive, Hell- und Dunkelkontrasten und Vorder- und Hintergrund. Eine Einführung in die Herangehensweise gibt die Dozentin bei dem ersten Treffen und begleitet Sie, während der darauffolgenden Treffen Ihren individuellen Ausdruck zu finden. Die jeweiligen Treffpunkte können gemeinsam ausgesucht werden. Das erstes Treffen ist in Hardeggen. Bei schlechter Witterung weichen wir in öffentlich zugängliche Räume aus. Bitte mitbringen: einen leichten Klappstuhl/Campingstuhl ohne Armlehnen, Zeichenblock mit fester Unterlage oder Zeichenbuch und Bleistifte in verschiedenen Härten (HB, B, B2).

Hardeggen, Weperschule

Weperstraße 3

Brigitte Conradi

Mittwoch, 7.9.2022, 16.30 bis 18 Uhr und

ab 14.9.2022, 4 Termine 15 bis 16.30 Uhr

5 Termine, 29,50 Euro

Anmeldeschluss: 1.9.2022

Kurs-Nr.: F2051H1

Aquarellmalerei

● 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. Anhand Ihrer eigenen Bildthemen und Motive erhalten Sie beim Erarbeiten Ihrer Aquarellbilder begleitende Unterstützung von der Kursleiterin. Bitte bringen Sie Ihr Aquarellmaterial und Ihre eigenen Motive mit.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 20

Eingang Rückseite des Gebäudes

Irene Pregizer

Mittwoch, 14.9.2022, 9.30 bis 12.30 Uhr

4 Termine, 49,60 Euro

Anmeldeschluss: 7.9.2022

Kurs-Nr.: F2051P5

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 20

Eingang Rückseite des Gebäudes

Irene Pregizer

Mittwoch, 2.11.2022, 9.15 bis 13 Uhr

3 Termine, 46,50 Euro

Anmeldeschluss: 26.10.2022

Kurs-Nr.: F2051P6

● Aquarellmalerei und Mischtechniken für Anfänger*innen

Aquarellmalerei ist eine wunderschöne alte Technik mit vielen Ausdrucksmöglichkeiten. Die faszinierende Transparenz der Farben sorgt für Bilder, die von Licht durchflutet scheinen. Schon die alten Meister wussten das zu schätzen. Man kann die Technik aber auch mit anderen Malmaterialien wie Acryl oder Tusche verbinden und es ergeben sich stimmungsvolle Bilder, die ihre ganz eigene Ausdrucksweise haben. Neben dem Erlernen verschiedener Maltechniken stehen auch Zeichenübungen auf dem Programm, die Ihnen helfen, das Malmotiv richtig zu erfassen und wiedergeben zu können. Dieser Kurs kann auch zur Mappenerstellung bzw. Fortbildungsmaß-

2. Spielzeit 2022
Weltenwanderer

26.8.–4.9.

6. Figurentheaterkonferenz
6. Festival mit Hand & Fuß
7.10. Die Märchennacht
15.10. Nacht der Schrägen Vögel
Premiere 4.11. Wilde Reise durch die Nacht

... und natürlich wieder viele Familien- und Erwachsenen-Inszenierungen sowie Kurse im Saloncafé für Figurenbau, Schattentheater, Kostüme nähen, Schreiben und Musik ...

www.theater-der-nacht.de

nahme für entsprechende Berufsgruppen dienen. Bitte mitbringen: Malsachen wenn vorhanden. Nicht vorhandenes Material kann bei der Kursleiterin erworben werden. Wir arbeiten auch in den Herbstferien.

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Erika Peschke
Montag, 19.9.2022, 10 bis 12 Uhr
6 Termine, 47,20 Euro
Anmeldeschluss: 13.9.2022
Kurs-Nr.: F2051U1

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Erika Peschke
Montag, 31.10.2022, 10 bis 12 Uhr
6 Termine, 47,20 Euro
Anmeldeschluss: 24.10.2022
Kurs-Nr.: F2051U2

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Erika Peschke
Montag, 9.1.2023, 10 bis 12 Uhr
6 Termine, 47,20 Euro
Anmeldeschluss: 2.1.2023
Kurs-Nr.: F2051U3

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 Prima-Malerei. In diesem Kurs spielen sowohl die Form- und Farbenlehre, Komposition, das Wissen um Perspektive und Proportionslehre eine wichtige Rolle als auch die Farbmischungen und der Farbauftrag sowie die Schaffung eines Farbzusammenhangs. Ziel ist eine Schulung des Auges und der Hand sowie eine Entwicklung der bildnerischen Möglichkeiten. Schritt für Schritt nähern Sie sich dem fertigen Bild. Im Kurs lernen Sie, wie Sie von einem mitgebrachten Foto ausgehend eine Zeichnung anfertigen, die dann zur Grundlage der Bildentwicklung wird. Neben Interesse und Freude an der Malerei werden nur ein oder mehrere gute Fotos als Vorlage benötigt. Durch die Wahl eines interessanten Motivs bestimmen Sie das Thema selbst. Sollte keine Grundausstattung bestehen, so können Sie sich gerne an den Kursleiter wenden und eine Materialliste anfordern. Bitte mitbringen: Pinsel, Farben, Malgrund, wie z. B. Leinwand oder Hartfaserplatte. Bei Fragen steht der Kursleiter vorher zur Verfügung.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Jens-Poppe Mehrgardt
Samstag, 5.11.2022, 11 bis 16.30 Uhr
Sonntag, 6.11.2022, 11 bis 16.30 Uhr
2 Termine, 44,25 Euro
Anmeldeschluss: 29.10.2021
Kurs-Nr.: F2051E1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Jens-Poppe Mehrgardt
Samstag, 22.10.2022, 11 bis 16.30 Uhr
Sonntag, 23.10.2022, 11 bis 16.30 Uhr
2 Termine, 44,25 Euro
Anmeldeschluss: 15.10.2021
Kurs-Nr.: F2051P7

● Offenes Mal-Atelier

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, 5.9.2022, 15 bis 17.15 Uhr
10 Termine, kostenlos
Anmeldeschluss: 29.8.2022
Kurs-Nr.: F2051P2

Acrylmalerei und Sonstiges

● Workshop für Acrylmalerei

Die Acrylfarbe lässt sich pastös- und aquarellartig verarbeiten. Sie hat den großen Vorteil, dass sie mehrfach ohne lange Trockenzeiten übermalt werden kann. Ein zügiges Arbeiten ist deshalb möglich. Farbintensive Bilder lassen sich herstellen, die der Ölmalerei sehr ähnlich, aber schneller zu fertigen sind. Bitte mitbringen: Leinwand 40 x 50 cm, Kohle und Radiergummi, außerdem Acrylfarbe, Pinsel Palette, Wasserglas und eine Küchenrolle.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Lieselotte Prenzel
Samstag, 10.9.2022, 10 bis 15 Uhr
Sonntag, 11.9.2022, 10 bis 13 Uhr
2 Termine, 29,50 Euro
Anmeldeschluss: 2.9.2022
Kurs-Nr.: F2051P1

● Acrylmalerei und Anderes

Dieser Kurs zeigt den Teilnehmenden Wege auf, ein gelungenes Bild zu malen. Jede*r weiß, ob ihm*ihr ein Bild gefällt, ob er*sie es als schön oder ansprechend empfindet. Meistens kann er*sie aber nicht begründen, woran das liegt. Diesen Dingen wollen wir auf den Grund gehen. Während des Malprozesses lernen die Kursteilnehmer*innen einiges über Perspektive, Farbperspektive, Farbkonzepte und wie man Tiefenwirkung erzielt. Wie man Licht und Schatten setzt und welche Farben die besondere Stimmung eines Bildes ausmachen. Anhand von Beispielen berühmter Gemälde können Sie Ihr Auge schulen und sich Anregungen holen. Nebenbei erfahren Sie auch etwas über Leben und Werk berühmter Maler*innen. Dieser Kurs ist für Anfängende und Fortgeschrittene gleichermaßen ge-



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

www.kunst-kultur-northeim.de

eignet. Bitte mitbringen: Einen einfachen Zeichenblock, Malerkrepp und eigenes Malmaterial, falls vorhanden. Falls kein eigenes Material vorhanden ist, kann dies auch günstig bei der Kursleiterin erworben werden.

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Karin Vickermann
Mittwoch, 28.9.2022, 10 bis 12.15 Uhr
6 Termine, 53,10 Euro
Anmeldeschluss: 21.9.2022
Kurs-Nr.: F2051U4

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Karin Vickermann
Donnerstag, 29.9.2022, 15 bis 17.15 Uhr
6 Termine, 53,10 Euro
Anmeldeschluss: 22.9.2022
Kurs-Nr.: F2051U5

Ton und Keramik



● **Tonarbeiten**

Der Kurs spricht Anfänger*innen und Fortgeschrittene an, die Freude an der kreativen Arbeit mit Ton haben. Mit und ohne Töpferscheibe können die Teilnehmenden 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. Die Materialbeschaffung und was alles zum Töpfeln benötigt wird, bzw. mitgebracht werden soll, wird bei der Vorbesprechung geklärt.

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Rüdiger Gold
Samstag, 3.9.2022, 17 bis 17.45 Uhr
Samstag, 10.9.2022, 16.30 bis 18.45 Uhr
Sonntag, 11.9.2022, 9.30 bis 11.45 Uhr
Samstag, 1.10.2022, 16.30 bis 19.30 Uhr
4 Termine, 41,65 Euro
Anmeldeschluss: 28.8.2022
Kurs-Nr.: F2062U1

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Rüdiger Gold
Samstag, 5.11.2022, 17 bis 17.45 Uhr
Samstag, 12.11.2022, 16.30 bis 18.45 Uhr
Sonntag, 13.11.2022, 9.30 bis 11.45 Uhr
Samstag, 3.12.2022, 16.30 bis 19.30 Uhr
4 Termine, 41,65 Euro
Anmeldeschluss: 30.10.2022
Kurs-Nr.: F2062U2

● **Töpfeln 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 getöpferten Gegenstände sind wasser- und teilweise auch wetterfest. Sie erlernen die Tonverarbeitung, das Glasieren und Dekorieren in verschiedenen Techniken. Es fallen Materialkosten an, die bei der Kursleiterin zu entrichten sind.

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Erika Peschke
Freitag, 18.11.2022 von 10.30 bis 14.30 Uhr
Samstag, 19.11., 26.11., 10.12.2022 von 10.30 bis 12.45 Uhr
4 Termine, 66,64 Euro
Anmeldeschluss: 13.11.2022
Kurs-Nr.: F2062U3

● **Arbeiten mit Ton**

für Anfänger*innen 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

Stadthalle Theater
Osterode am Harz
ABO
22|23

Freuen Sie sich auf eine grandiose Spielzeit und abwechslungsreiche Vorstellungen.

Ein Stück wird schon verraten:

Das Paket
Kriminalstück von Sebastian Fitzek
Mi., 08.03.2023
20:00 Uhr

wibo
EIN UNTERNEHMEN DER
STADT OSTERODE AM HARZ

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

Formen und Arbeitsweisen werden vorgestellt, können nachempfunden und erarbeitet werden. Außerdem besteht für Fortgeschrittene die Möglichkeit, experimentell eigene Wege zu entdecken.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09
Renate Dieckmann
Montag, 5.9.2022, 18 bis 21 Uhr
10 Termine, 145,18 Euro
Anmeldeschluss: 29.8.2022
Kurs-Nr.: F2065P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09
Renate Dieckmann
Dienstag, 6.9.2022, 9 bis 12 Uhr
10 Termine, 145,18 Euro
Anmeldeschluss: 30.8.2022
Kurs-Nr.: F2065P2

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09
Renate Dieckmann
Donnerstag, 8.9.2022, 18.30 bis 21.30 Uhr
10 Termine, 145,18 Euro
Anmeldeschluss: 1.9.2022
Kurs-Nr.: F2065P3

● **Themenwoche Keramik - Die Tonplastik**

Eine Woche intensives Arbeiten an einer Tonplastik in angenehmer Werkstatt-Atmosphäre. Es werden Anregungen gegeben, eine eigene Form zu finden. Während des Entstehungsprozesses werden die Proportionen und ihre Bedeutung für eine Plastik besprochen sowie Linien, die ein Volumen umgeben, erkannt. Die

unterschiedliche Wirkung erschlossener und durchbrochener Formen wird deutlich. Auch Möglichkeiten der Oberflächengestaltung, die die Aussage der Form unterstützen, werden gefunden. Neben der Entscheidung, ob Einzelform oder Gruppe, wird das zukünftige Umfeld der Plastik mit einbezogen, das heißt, ob sie für den Innenraum oder den Garten geplant ist, ob sie groß- oder kleinformatig werden soll. Auch die Sockelfrage wird erörtert, weil der Sockel entscheidend zur Wirkung beiträgt. Begleitend zur praktischen Arbeit wird die kunstgeschichtliche Entwicklung der Plastik/Skulptur erörtert.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09
Renate Dieckmann
Montag, 16.1.2023 bis Freitag, 21.1.2023, jeweils 18 bis 21 Uhr
Samstag, 21.1.2023 von 10 bis 16 Uhr
6 Termine, 102,34 Euro
Anmeldeschluss: 9.1.2023
Kurs-Nr.: F2065P4

● **Ausstellungseröffnung: Steine, Skulpturen und Malerei**

Die Ausstellung zeigt Arbeiten von Kurs-Teilnehmenden. Mehr dazu auf der Informationsseite S. 81 hier im Heft.

Northeim, Heimatmuseum,
Am Münster 32/33
Renate Dieckmann, Mathias Oehlke
Sonntag, 6.11.2022, 11.30 bis 13 Uhr
1 Termin, kostenlos
Kurs-Nr.: F2065S1

Schmieden



● **Schmieden einer Bratpfanne**

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 einer Bratpfanne gelernt und umgesetzt. Gestellt werden Handschuhe und Lederschürze sowie Material. Arbeitskleidung und feste Schuhe sind mitzubringen. Für den Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Als Metallgestalter und Schmied ist Andreas Rimkus regelmäßig bei Ausstellungen wie der ideen-expo und seine Skulpturen sind u.a. in Peking und im Park der Sinne (Laatzen) ausgestellt.

Einbeck, Lernwerkstatt des PS.Speicher
Hullerser Tor 5a
Andreas Rimkus
Samstag, 15.10.2022, 9 bis 15 Uhr
Sonntag, 16.10.2022, 9 bis 15 Uhr
2 Termine, 199 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 5.10.2022
Kurs-Nr.: F2063E1K

● **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. Gestellt werden Handschuhe und Lederschürze sowie Material. Arbeitskleidung und feste Schuhe sind mitzubringen.

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

STEINE

SKULPTUREN UND MALEREI



Heimatmuseum Northeim
Am Münster 32/33, 37154 Northeim
Telefon: 05551/966430
E-mail: Museum@Northeim.de

Öffnungszeiten:
Dienstag bis Sonntag 10 bis 12 Uhr
Dienstag, Donnerstag und Freitag 14 bis 17 Uhr
Aktuelle Öffnungszeiten bitte erfragen.
Für Schulklassen und Gruppen auch nach Vereinbarung

Eintritt frei

Ausstellung im Heimatmuseum Northeim
06.11.2022 - 22.01.2023

zur Ausstellung

In einem Zeitraum von ca. 10 Jahren sind in den Kursen der KVHS Northeim „Steinbildhauerei“ sehr schöne und ausdrucksstarke Skulpturen entstanden.

Bearbeitet wurde der Thüster Kalkstein, der sich wegen seiner mittleren Härte sehr gut für die Bearbeitung mit Hammer und Meißel eignet. Im Laufe der Jahre haben die Teilnehmer*innen verschiedene Bearbeitungstechniken kennengelernt. Wie bei einer Handschrift haben sich individuelle Oberflächenspuren herauskristallisiert.

Als thematisch spannende Ergänzung dazu sind in den Kunstkursen „Malerei und Zeichnung“ interessante Arbeiten zum Thema Stein in unterschiedlichen Techniken entstanden. Sie schaffen eine lebendige Kommunikation zwischen den dreidimensionalen Objekten und den zweidimensionalen Bildern.

Renate Dieckmann

Zur Eröffnung der Ausstellung am Sonntag,
den 6. November 2022 um 11:30 Uhr
im Heimatmuseum Northeim
laden wir Sie, Ihre Familien und Freunde herzlich ein.

Begrüßung und Eröffnung
Bürgermeister Simon Hartmann

Grußwort
Landrätin Astrid Klinkert-Kittel

Einführung in die Ausstellung Renate Dieckmann

Stadt Northeim


Bürgermeister

Musikalische Umrahmung Saxophongruppe „Eskapade“

Für den Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Als Metallgestalter und Schmied ist Andreas Rimkus regelmäßig bei Ausstellungen wie der ideen-expo und seine Skulpturen sind u.a. in Peking und im Park der Sinne (Laatzen) ausgestellt.

Einbeck, Lernwerkstatt des PS.Speicher
Hullerser Tor 5a
Andreas Rimkus
Samstag, 5.11.2022, 9 bis 15 Uhr
Sonntag, 6.11.2022, 9 bis 15 Uhr
2 Termine, 199 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 26.10.2022
Kurs-Nr.: F2063E2K

Holz

● **Schnitzschule für Kinder zwischen sechs und elf Jahren**
Schnitzen fasziniert Kinder schon immer. Es fördert wichtige Fähigkeiten wie Feinmotorik, Ausdauer und Konzentration, Kreativität und auch das Selbstbewusstsein. In unserer Schnitzschule werdet Ihr den sicheren Umgang mit einem Schnitzmesser sowie verschiedene

Schnitztechniken erlernen. Gemeinsam werden wir kleine Objekte aus Grünholz schnitzen. Schnitzmesser werden gestellt, gerne dürfen eigene Taschenmesser mitgebracht werden. Für Fragen können Sie sich an die Kursleiterin, Telefon 0171/7460366, wenden.

Nörten-Hardenberg, OT Angerstein,
TSV-Heim, Schulstraße
Cornelia Gerke
Montag, 10.10.2022, 15 bis 18 Uhr
1 Termin, 17,85 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 3.10.2022
Kurs-Nr.: F1150N1K

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Cornelia Gerke
Donnerstag, 3.11.2022, 15 bis 18 Uhr
1 Termin, 17,85 Euro (keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 27.10.2022
Kurs-Nr.: F1150P1K

● **Holzschnitzen**
Einführung in den Umgang mit Holz und Schnitzwerkzeugen. Schritt für Schritt werden Sie an das Schnitzen herangeführt. Letztendlich wird es Ihnen mit Hilfe des Kursleiters gelingen, am Kursende ein schönes Stück fertig zu stellen. Fortgeschrittene erhalten Modellvorschläge für anspruchsvollere Arbeiten, Problemlösungen und bekommen weiterführende Techniken wie z. B. Modellieren von Schnitzvorlagen, Beizen und Colorieren der gefertigten Skulpturen und Reliefs gezeigt. Außerdem ist für Fortgeschrittene auch der Bau von spielbaren Marionetten-Körpern möglich. Bitte mitbringen: Schnitzholz wie Linde, Erle, Zirbe oder Arve.

Northeim, BBS II, Sudheimer Str. 24,
Raum Werkstatt 78 (Holzwerkstatt)
Uwe Burkhardt
Montag, 7.11.2022, 19 bis 21.15 Uhr
7 Termine, 73,92 Euro
Anmeldeschluss: 31.10.2022
Kurs-Nr.: F2064P1

Mehr wissen, mehr können –
mit Ihrer KVHS!

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.

Kreiensen, Greene, Haupt- und Realschule, Leinestraße 68, Textilraum
Susanne Nüsse
Donnerstag, 15.9.2022, 18 bis 19 Uhr und ab 22.9.2022, 6 Termine von 18 bis 20 Uhr
7 Termine, 50,40 Euro
Anmeldeschluss: 8.9.2022
Kurs-Nr.: F2138K1

● **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 (wenn möglich). Stoff und Garn sind bei der Kursleiterin erhältlich.

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Carin Brandt
Montag, 26.9.2022, 14 bis 16.15 Uhr
8 Termine, 67,20 Euro
Anmeldeschluss: 19.9.2022
Kurs-Nr.: F2138U1



RadHaus
im StadtMuseum Einbeck

FASZINATION
FAHRRAD
NEU
ENTDECKEN



StadtMuseum Einbeck
Auf dem Steinwege 11/13 • 37574 Einbeck
Fon: (05561) 916504 • Fax: (05561) 916500504
E-Mail: museum@einbeck.de

Öffnungszeiten
Dienstag bis Sonntag: 11:00–16:00 Uhr
und nach Vereinbarung

www.stadtmuseum-einbeck.de



● Zuschneiden und Nähen

Dieser Kurs richtet sich an alle, die gerne mit der Nähmaschine umgehen wollen. In einer Vorbesprechung klären wir, ob Sie ein einfaches Kleidungsstück 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, 06.09.2022
 von 19.00 bis 20.30 Uhr
 und ab 13.09.2022
 von 19.00 bis 21.15 Uhr
 11 Termine, 89,60 Euro
 Anmeldeschluss: 30.8.2022
Kurs-Nr.: F2144H1

Was Schönes selber machen –
 bei Ihrer KVHS!



● Kreatives Nähwochenende

Selber Nähen macht Freude - nur leider fehlt meistens die Zeit dazu. 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 Kettmaschine erlernt werden. Ziel ist es, am Ende des Kurses ein fertiges Stück genäht zu haben. Bitte mitbringen: Stift und Ideen, wenn vorhanden gern Nähutensilien wie Nadeln, Kreide - und natürlich ein Nähprojekt (dem Niveau entsprechend) samt Zutaten, Schnitt und Stoff mit passendem Nähgarn sowie ein Lineal und gute Laune. Nähmaschinen können mitgebracht werden, sind aber auch vorhanden. Es gibt keine Vorbesprechung, bei Rückfragen können Sie sich an die Kursleiterin, Telefon 05554/207395, wenden.

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum 0.04
 Ellen Deilke
 Freitag, 23.9.2022, 16.30 bis 21 Uhr
 Samstag, 24.9.2022, 10 bis 16.30 Uhr
 2 Termine, 39,20 Euro
 Anmeldeschluss: 16.9.2022
Kurs-Nr.: F2144P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum 0.04
 Ellen Deilke
 Freitag, 4.11.2022, 16.30 bis 21 Uhr
 Samstag, 5.11.2022, 10 bis 16.30 Uhr
 2 Termine, 39,20 Euro
 Anmeldeschluss: 28.10.2022
Kurs-Nr.: F2144P2



music is it

„Musik, auch die am festesten geformte, ist eigentlich grenzenlos“ (Carl Nielsen)

... und schafft Teilhabe- und Begegnungsräume.

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. Ein Beispiel hierzu ist der Virtual Vocal POP, ein Chor, bei dem sich Singenden nur über den Bildschirm begegnen, singt ab September zum vierten Mal gemeinsam. Weitere Infos zur Anmeldung und Ergebnisse der Teile 1-3 finden Sie in diesem Heft oder auf unserer Homepage.

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. Der nächste Termin findet am 29.09.2022 statt. 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. Außerdem koordiniert die Kontaktstelle Musik u.a. eine Auftrittswoche im Mai bei der Landesgartenschau 2023 in Bad Gandersheim.

Auch hier gibt es noch freie Plätze für musikalische Präsentationen auf der Parkbühne.

Bei Fragen rund um die Musik (wie Vermittlung, aktuelle Projekte, nachhaltige Veranstaltungsplanung, Fördermittel, Online-Plattform für Konzerte, etc.) nehmen Sie gern Kontakt auf:

Jessica Krause, Tel. 05551/708-8220

jkrause@landkreis-northeim.de

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.04
Ellen Deilke
Freitag, 6.1.2023, 16.30 bis 21 Uhr
Samstag, 7.1.2023, 10 bis 16.30 Uhr
2 Termine, 39,20 Euro
Anmeldeschluss: 30.12.2022
Kurs-Nr.: F2144P3

Musik

● **Netzwerktreffen der Kontaktstelle Musik**

Vierteljährlich bietet die Kontaktstelle Musik unter dem Motto „Music is it!“ allen Musikakteur*innen (ob Laie oder Profi) aus der Region einen Termin zum gemeinsamen Austausch zum Teil mit Impulsen von außen an. Wir wollen u. a. miteinander ins Gespräch darüber kommen, welche Veranstaltungen, Projekte, Entwicklungsmöglichkeiten und Förderprogramme im musikalischen Sektor in Ihrem Verein, Ihrer Musikschule, Ihrem Ensemble, Ihrer Band oder ähnlichem anstehen oder zukünftig von Bedeutung sein könnten. Wie sehen Ihre Planungen für das Jahr 2023 im kulturellen Bereich aus? Je nach Pandemielage wird der Kurs kurzfristig in einen virtuellen Raum verlegt. Bitte geben Sie dazu bei der Anmeldung Ihre E-Mail Adresse an: Sie erhalten darüber die Einladung/ Zugangsdaten zur Online-Plattform, falls notwendig.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Jessica Krause
Donnerstag, 29.9.2022, 19 bis 21 Uhr
Mittwoch, 7.12.2022, 19 bis 21 Uhr
2 Termine, kostenlos
Anmeldeschluss: 26.9.2022
Kurs-Nr.: F2089P1

● **Harmonielehre I - Die Basics für das Musizieren**

Für viele Musikliebhaber*innen scheint die Harmonielehre kompliziert und unverständlich zu sein. Sie haben sich schon gefragt, welche Akkorde und welche Tonleitern zueinander passen? Und warum das so ist? In diesem Workshop wollen wir die Grundlagen der Harmonielehre erarbeiten. Dabei stehen die Intervallenlehre, die Tonleitern, die Tonarten, der Aufbau von Dreiklängen und die Akkordverbindungen im Mittelpunkt. Instrumente (z. B. Gitarre, Ukulele) können mitgebracht werden.

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Karl Brandenstein
Samstag, 3.12.2022, 11 bis 14 Uhr
1 Termin, 11,20 Euro
Anmeldeschluss: 27.11.2022
Kurs-Nr.: F2080U2

● **Tiere in der klassischen Musik - Klassik entdecken**

In der klassischen Musik gibt es viele Kompositionen, die mit Tieren in Verbindung stehen. So etwa bei Schubert in seinem "Forellenquintett" die Forelle. Oder in der Ballettsuite von Claude Debussy (1862 bis 1918) "Prelude a l'apres-midi d'un faune" der Pfau. Camille Saint-Saëns (1835 bis 1921) "Le Carnaval des animaux (Karneval der Tiere)" ist auch ein weltberühmtes Beispiel. Und "Peter und der Wolf" dürfte bei vielen Kindern und Erwachsenen bekannt sein. Aber es gibt noch viele andere Kompositionen. Zwischen tierischer und menschlicher Musik gibt es einige erstaunliche Parallelen. So vermuten einige Zoomusikologen, dass

NEU!

NEU!

der Ursprung der Musik des Menschen in den vielfältigen Klanglandschaften in der Natur zu suchen sei. In diesem Kurs wollen wir gemeinsam entsprechende Musikausschnitte hören und einige wichtige Komponisten und deren Tierkompositionen kennenlernen. Der Kurs eignet sich auch für Jugendliche und Kinder mit Eltern.

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Karl Brandenstein
Mittwoch, 9.11.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 8,40 Euro,
keine Ermäßigung möglich
Anmeldeschluss: 3.11.2022
Kurs-Nr.: F2080U1

● **Blues Harp - Workshop**

Die Mundharmonika - und gerade die sogenannte "Blues Harp" - ist ein faszinierendes Musikinstrument. Mit ihrem 10-Kanal-Richter-Tonaufbau ursprünglich nur zum einfachen Melodiespiel gedacht, hat sie sich durch die Entdeckung neuer Spieltechniken zu einem facettenreichen Instrument in nahezu allen Musikbereichen entwickelt. Diese kleinen, handlichen Instrumente bieten so ein ganz besonderes Spiel- und Klangerlebnis für alle Musikfans. 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 ein passende Mundharmonika für 30 Euro erwerben.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Dieter Kropp
Freitag, 27.1.2023, 14 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 54 Euro
Anmeldeschluss: 20.1.2023
Kurs-Nr.: F2080P1

● **Ein Leben für die Musik und Poesie - Der Poet Federico García Lorca**

Stationen seines kurzen Lebens
Dieser Abend steht im Zeichen des andalusischen Dichters (geb. 1898, gest. 1936) und Poeten Federico García Lorca. In seinen Gedichten setzt sich der Dichter mit den spanischen Traditionen und den Ereignissen seiner Zeit auseinander. Der Einblick in sein kurzes Leben wird

NEU!

Musikschule Leinetal

Sandra Schulze



Einzel und Gruppenunterricht in
Rhythmik, musikalische Frühförderung, Flöte, Ukulele, Gitarre
Marienstein 24a 37176 Nörten-Hardenberg
05503/53 85 49

abgerundet durch Vorträge ausgewählter Gedichte und Liedern aus den "Canciones Españolas Antiguas para canto y guitarra", gesungen von der Konzertsängerin Timea Cecilia Kunkel und begleitet von Karl Brandenstein auf der Gitarre.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 16
Karl Brandenstein, Timea Cecilia Kunkel
Samstag, 12.11.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 12 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 28.10.2022
Kurs-Nr.: F2010P1K

● **Szenen aus "Der kleine Prinz" - Ein Märchen mit Gitarrenmusik in vorweihnachtlicher Zeit von Antoine de Saint-Exupéry**

"Wenn du bei Nacht den Himmel anschaut, wird es dir sein, als lachten alle Sterne, weil ich auf einem von ihnen wohne, weil ich auf einem von ihnen lache."
"Quand tu regarderas le ciel, la nuit, puisque j'habiterai dans l'une d'elles, puisque je rirai dans l'une d'elles, alors ce sera pour toi comme si riaient toutes les étoiles. Tu auras, toi, des étoiles qui savent rire !" Antoine de Saint-Exupéry. Die Französisch-Dozentin Franca Wöbbeking wird aus dem "Kleinen Prinzen" von Antoine de Saint-Exupéry in der Originalsprache vorlesen. Den Vortrag wird der Musik- und Gitarrenpädagoge Karl Brandenstein mit Eigenkompositionen auf der klassischen Gitarre umrahmen. Ein Abendprogramm, ein Erlebnis für alle zugänglich, auch ohne französische Sprachkenntnisse.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 16
Karl Brandenstein, Franca Wöbbeking
Freitag, 18.11.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 12 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 4.11.2022
Kurs-Nr.: F2010P2K

NEU!

● **Juan Ramón Jiménez und der kleine Esel Platero - Ein Märchen für Nachdenkliche und ein Höhepunkt der spanischen Literatur**

"Platero y yo" ist eines der schönsten Zeugnisse der neueren spanischen Literatur für das Juan Ramón Jiménez 1956 den Literaturnobelpreis erhielt. Eigentlich

sollte das Buch ein Kinderbuch werden. Aber es ist ein Buch für nachdenkliche Erwachsene geworden. Die Grenzen zwischen Realem und Irrealem verschwimmen und das Werk stellt eine Utopie des harmonischen Miteinanders dar. Juan Ramón Jiménez streift mit seinem kleinen Esel Platero durch die Umgebung eines andalusischen Ortes. Die 138 poetischen Bilder sind eher melancholisch gehalten und haben einen starken Bezug auf die Verbundenheit von Mensch und Natur. Auch die Vergänglichkeit des Menschen und aller Lebewesen spielt in den Texten eine große Rolle. Karl Brandenstein stellt dieses außergewöhnliche Buch vor und liest daraus einige wichtige Passagen. Zwischen den Texten erklingen Eigenkompositionen auf der klassischen Gitarre. Die Texte werden auf Spanisch und Deutsch gelesen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 16
Karl Brandenstein
Donnerstag, 6.10.2022, 18 bis 20.15 Uhr
1 Termin, 10 Euro / ermäßigt 7 Euro
Anmeldeschluss: 22.9.2022
Kurs-Nr.: F2010P3

Orchester und Chor

● **Popchor**

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

Northeim, Oberschule,
Arentschildstraße 15a, Aula
Matthias Hofmann
Montag, 5.9.2022, 19.30 bis 21 Uhr
15 Termine, 50 Euro
Kurs-Nr.: F2080P2

● **KVHS-Orchester**

Das Orchester der Kreisvolkshochschule ist ein Orchester für alle Instrumentalist*innen, die gerne in einer größeren Gruppe musizieren möchten. Besonders eingeladen sind Laien, die auf diese Weise ihre Instrumentalkenntnisse frisch halten möchten. Unsere Literatur richtet sich nach der Besetzung (ob nur Streicher oder mit Blasinstrumenten, ob solistische Einlagen möglich sind) und nach der Jahreszeit und dem Anlass. Frühjahr und Sommer sind Jahreszeiten mit der Vorbereitung eines Sommerkonzertes, im Herbst steht weihnachtliche Literatur im Vordergrund. Die Zusammenarbeit mit Solist*innen oder Chören ist auch möglich. Der Schwierigkeitsgrad richtet sich nach den technischen Möglichkeiten aller Mitspielenden zwischen leicht und mittelschwer.

Northeim, Gymnasium Corvinianum
Wieterstraße 3, Aula
Heinz Weyhing
Mittwoch, 31.8.2022, 18 bis 19.30 Uhr
18 Termine, kostenlos
Kurs-Nr.: F2080P3



● **Virtual Vocal POP 4 - Online**
 "Virtual Vocal POP", das virtuelle Chor-Projekt, geht im Wintersemester in die vierte Runde. Dieses Mal wird mit "Jingle Bell Rock" ein amerikanischer Weihnachtshit gesungen, der von Bobby Helms bereits in den 1950er-Jahren bekannt gemacht wurde. Auch in der vierten Auflage des Projekts werden die Teilnehmer*innen ihre Chorstimme (Sopran, Alt oder Bariton) zu Hause lernen, Hinweise zur Ausführung bekommen und auf eventuell stimmlich fordernde Passagen hingewiesen, um dann am Ende der Probenphase ihre Video- und Tonaufnahmen an den Kursleiter zu schicken. Aus diesen einzelnen Aufnahmen wird dann ein Chorvideo entstehen, in dem alle Aufnahmen übereinander gelegt und zusammengeführt werden. Anders als in den bisherigen Durchgängen, wird es in der aktuellen Ausgabe neben einem Start- und einem Abschluss-Treffen, die über Zoom stattfinden werden, keine festen Termine mehr geben, an denen alle Sänger*innen im Internet zusammenkommen, um dort zu proben. An die Stelle dieser Termine treten Video-Tutorials, die wöchentlich freigeschaltet werden und allen Teilnehmenden erlauben, ihre Proben dann durchzuführen, wenn sie Zeit dazu haben. Hiermit möchte die KVHS auf die sich entspannende Pandemie-Situation eingehen, die auch dazu führt, dass die Terminkalender der Menschen wieder voller und regelmäßige freie Zeiten seltener geworden sind. Um Feedback zum eigenen Probenstand zu erhalten, bekommen die Teilnehmenden dieses Mal die Möglichkeit, wöchentlich eine Aufnahme an den Kursleiter zu schicken, der eine individuelle Rückmeldung geben wird. Zur Teilnahme am Projekt benötigt man ein Gerät zum Abrufen der wöchentlichen Videos auf YouTube (z. B. einen PC, ein Handy oder ein Tablet). Die Treffen zu Beginn und Abschluss werden über die Meeting-Software "Zoom" erfolgen. Zur Aufnahme des eigenen Gesangs und des Videos ist im einfachsten Fall ein Smartphone ausreichend. Die bisherigen Videos sind auf dem YouTube-Kanal des Kursleiters und der KVHS zu finden. Die Zahl der Sänger*innen für dieses Projekt ist auf 60 begrenzt.

Folgende Termine sind geplant:
 18.09.2022, 20 Uhr - Zoom-Meeting zum Projekt-Start

ab 19.09.2022 - wöchentlich je ein Probenvideo, dessen Link per E-Mail an alle Teilnehmenden verschickt wird
 17.10.2022 - letzte der wöchentlichen Proben, danach Einreichen der Ton- und Videoaufnahmen
 18.12.2022 - Präsentation des fertigen Videos in einem weiteren Zoom-Meeting und Verteilen des Links zum Video

Online-Kurs, Der virtuelle Kursraum wird vom Kursleiter bekannt gegeben.
 André Wenauer
 Sonntag, 18.9.2022, 20 bis 21.30 Uhr
 Montag, 17.10.2022, 20 bis 21.30 Uhr
 Sonntag, 18.12.2022, 20 bis 21.30 Uhr
 3 Termine, 15 Euro
 (keine Ermäßigung möglich)
 Anmeldeschluss: 16.9.2022
Kurs-Nr.: F2080X2K



Gesang und Stimme

● Jiddische Lieder singen und verstehen - eine Einführung Onlinekurs

Im Kurs wollen wir gemeinsam jiddische Lieder singen, darüber hinaus aber auch ein wenig die jiddische Sprache und die Besonderheiten des traditionellen jiddischen Gesangs kennenlernen. Ziel ist es, dass die Teilnehmer*innen eine Reihe bekannterer jiddischer Lieder singen und mit dem Text etwas anfangen können. Bei Interesse können wir auch weniger bekannte Lieder besprechen und singen. Eine Fortsetzung des Kurses ist möglich. Sie benötigen ein Smartphone, Rechner oder Tablet mit Mikrofon und Kamera. Sie bekommen vor dem Kurs einen Link mit der Einladung zum Kurs gemailt. Bitte geben Sie bei Ihrer Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse mit an.

Online-Kurs, GoToMeeting

Olaf Ruhl

Dienstag, 4.10.2022, 19 bis 20.30 Uhr

6 Termine, 36 Euro

Anmeldeschluss: 29.9.2022

Kurs-Nr.: F2080X1

KulturRING EINBECK

© J. Deneke, S. Kugler



JOACHIM GAUCK

Lesung –
 „Toleranz: einfach schwer“

Do., 22.09.2022, 20 Uhr
 Wilhelm-Bendow-Theater

© Marvin Ruppert



DAVID KEBEKUS

Stand-Up-Comedy

Fr., 28.10.2022, 20 Uhr
 BBS-Forum

JETZT ONLINE BUCHEN!



THE ADDAMS FAMILY

Das Broadway Musical

Fr., 04.11.2022, 20 Uhr
 Wilhelm-Bendow-Theater



5 FREUNDE AUF NEUEN STÜCKTAUSCH

Karten behalten ihre Gültigkeit.

Sa., 03.12.2022, 15 Uhr
 Wilhelm-Bendow-Theater



NEU: BENJAMIN BLÜMCHEN LIVE!

„Weihnachten mit Törööö“

Stadt Einbeck • Kulturring

Marktstr. 13 (Eickesches Haus) • 37574 Einbeck
 Tel.: (055 61) 916 556 • kulturring@einbeck.de

Tickets und Infos: www.einbeck.de/kulturring

Folgt uns!



© Gallissas

© Hodder & Stoughton Limited

© 2020 Kiddinx Studios GmbH

NEU!

Rhythmus/Percussion

● **Lateinamerikanisches Trommeln "Merengue Haitiano" aus Cuba**

Dieser Workshop behandelt einen von unzähligen mitreißenden Trommelrhythmen Cubas: Merengue Haitiano aus Santiago de Cuba. Dieser Rhythmus mit



*Kultur in der Region
- Kultur in Sülbeck*

Jazz Weltmusik Folk Kabarett Jazz Weltmusik Folk Kabarett
www.kultur-im-esel.de
Deichstr.11, 37574 Einbeck, Tel 05561/ 82562, info@kultur-im-esel.de

haitianischen Wurzeln ist in seinen Grundzügen schnell zu erlernen. Im Vordergrund steht das Spiel an den Congas, den großen zylinderförmigen Trommeln aus Cuba, weitere Rhythmusinstrumente werden die Congas unterstützen. Nach einer Einführung in die Spieltechniken fügen sich die einzelnen Instrumente fast wie von selbst zu einem gemeinsamen Groove zusammen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, Fortgeschrittene aber herzlich willkommen. Eigene Congas können gern mitgebracht werden.

Northeim, Theater der Nacht

Obere Straße

Kathrin Bogislav

Dienstag, 8.11.2022, 17.30 bis 21 Uhr

Dienstag, 15.11.2022, 17.30 bis 21 Uhr

2 Termine, 51,30 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 1.11.2021

Kurs-Nr.: F2080P2K

LAGA 2023? Wir sind dabei.
Ihre Kreisvolkshochschule

● **Eine musikalische Reise mit Liedern aus Spanien und Lateinamerika**

Die Konzertsängerin Timea Cecilia Kunkel und der Gitarrist Karl Brandenstein werden an diesem Abend Lieder aus Spanien und Südamerika vortragen. Die Reise geht von Spanien über Kuba, Peru und Chile, nach Uruguay und Argentinien. Auch wenn einige dieser Lieder schon bekannt sein dürften, werden diese aber auf eine ganz besondere Art interpretiert. Tauchen Sie ein in die faszinierende musikalische Welt Spaniens und Lateinamerikas.

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 16

Karl Brandenstein, Timea Cecilia Kunkel

Samstag, 24.9.2022, 18 bis 20.15 Uhr

1 Termin, 12 Euro

Anmeldeschluss: 9.9.2022

Kurs-Nr.: F2080P7K

Saiteninstrumente: Gitarre, Ukulele

● **Baglama Unterricht**

Der Baglama-Kurs ist an alle gerichtet, die Interesse an traditioneller türkischer Musik haben und das Spielen des anatolischen Musikinstruments Baglama lernen wollen. Vermittelt werden in dem Kurs die Grundlagen des Spielens auf einer Baglama von den ersten Noten bis zu kompletten Melodien und Stücken.

Angesprochen werden Interessierte ab zwölf Jahren, die sich schnell eine solide handwerkliche Basis für das klassische Baglamaspield zulegen wollen. Ziel des Kurses ist gemeinsam zu musizieren, sich austauschen und die türkische Volksmusik in allen ihren Facetten kennen zu lernen.

Schwerpunkte und Methode in den Kursen werden sein: Notenlehre, Akkordzerlegung, Musiktheorie, Ensemblespiel, Einspielübungen für jeden Tag. Anmeldungen erfolgen über Herrn Turgay, telefonisch unter 0176/21546930 oder per E-Mail an feyzo1976@hotmail.com

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.04

Ugur Durmus

Sonntag, 18.9.2022, 12 bis 13.45 Uhr

19 Termine, 50 Euro monatlich

Kurs-Nr.: F2080P4



**GARTEN.
FEST.
SPIELE.**

Das Ausflugsziel in Südniedersachsen!

14. April – 15. Oktober 2023

185 Tage Landesgartenschau Bad Gandersheim

www.laga-bad-gandersheim.de



Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.04
Ugur Durmus
Sonntag, 18.9.2022, 14.15 bis 16 Uhr
19 Termine, 50 Euro monatlich
Kurs-Nr.: F2080P5

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.04
Ugur Durmus
Sonntag, 18.9.2022, 16.30 bis 18.15 Uhr
19 Termine, 50 Euro monatlich
Kurs-Nr.: F2080P6



● 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. Eine Beratung zum Kauf einer Gitarre oder eines Keyboards findet am ersten Abend statt. Bitte Schreibzeug, Gitarre bzw. Keyboard und gute Laune mitbringen. Für evtl. Rückfragen können Sie sich direkt an die Kursleiterin, Telefon 0152 29044882, wenden.

Bad Gandersheim, Oberschule,
Stettiner Str. 2, Gebäude rechts vom
Haupteingang, Raum 1.1.11 im OG
Anke Unglenk-Oltmanns
Donnerstag, 8.9.2022, 18 bis 18.45 Uhr und
9 weitere Termine und Uhrzeiten zu
90 Minuten nach Absprache
10 Termine, 56,05 Euro
Anmeldeschluss: 1.9.2022
Kurs-Nr.: F2084A1

● Kompaktkurs Einführung in das Spiel auf der klassischen Gitarre nach Noten

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte, die das klassische Gitarrenspiel erlernen möchten. Die Konzertgitarre eignet sich hervorragend, um einstimmige oder mehrstimmige Musikstücke nach Noten zu spielen. Anhand einer bewährten Gitarrenschule (wird am Beginn des Kurses bekanntgegeben), werden wir in die Welt der klassischen Gitarre eintauchen. Der Unterricht wird in drei Unterrichtsblöcken durchgeführt. Bitte mitbringen: Gitarre mit Nylonsaiten, Gitarren-Stimmgerät, Schreibwerkzeug.

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Karl Brandenstein
Samstag, 17.9.2022, 15 bis 18 Uhr
Samstag, 15.10.2022, 15 bis 18 Uhr
Samstag, 12.11.2022, 15 bis 18 Uhr
3 Termine, 35,40 Euro
Anmeldeschluss: 11.9.2022
Kurs-Nr.: F2084U1

● Liedbegleitung auf der Gitarre für Anfänger*innen

Die Gitarre ist ein vielseitiges Instrument. In dem Kurs geht es erst einmal darum, die Grundlagen der Liedbegleitung zu erlernen. Am Beispiel einfacher deutscher und englischer Songs lernen Sie die Akkorde kennen und wechseln. Notenkenntnisse sind dafür nicht erforderlich.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 16
Hans-Georg König
Mittwoch, 14.9.2022, 17 bis 18.15 Uhr
10 Termine, 50,15 Euro
Anmeldeschluss: 9.9.2022
Kurs-Nr.: F2084P2

● Gitarrenkurs für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen

Dieser Kurs richtet sich an Anfänger*innen, die komplett neu beginnen sowie an alle, die bereits erste Grundkenntnisse des Gitarrenspiels besitzen. Der Gitarrenkurs vermittelt das Spielen der Gitarre als Solo- wie auch als Begleitinstrument. Es werden Akkorde, Zupfmuster und Anschlagstechniken erlernt und Lieder begleitet. Die ausgewählten Stücke umfassen einen weiten Bereich aus Pop,



Kulturf Forum
Seesen e.V.

06.10.2022 **Martin Zingsheim** - Comedy
Do. 20 Uhr, Aula „aber bitte mit ohne“

04.11.2022 **Matthias Deutschmann** - Kabarett
Fr. 20 Uhr, Aula „Mephisto-Consulting“

17.11.2022 **Robert Kreis** - Musik + Kabarett
Do. 20 Uhr, **Jacobson-Haus** „Ein Abend mit Robert Kreis“

02.02.2023 **Christoph Sieber** - Kabarett
Do. 20 Uhr, Aula „Mensch bleiben“

18.02.2023 **5. Seesener Lachnacht**
Sa. 20 Uhr, Aula „Ladies Special“ mit Ole Lehmann, Carmela de Feo, Dagmar Schönleber, Helene Mierscheid und Mia Pittroff

11.03.2023 **Brass Band Berlin**
Sa. 20 Uhr, Aula „Musik mit Witz, Charme & Frack“

20.04.2023 **Michael Hatzius**
Do. 20 Uhr, Aula „Die Echse“

12.05.2023 **Andreas Rebers** - Kabarett
Fr. 20 Uhr, Aula „rein geschäftlich“

06.06.2023 **Alfons** - Kabarett
Di. 20 Uhr, Aula „Wo kommen wir her? Wo gehen wir hin? Und gibt es dort genug Parkplätze?“

Fast alle Veranstaltungen um 20:00 Uhr in der Aula im Schulzentrum Seesen unter den jeweils geltenden Hygienevorschriften.

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



präsentiert vom
Beobachter

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

gefördert vom
**LANDSCHAFTS
VERBAND
SEESENER**

Rock, Folk, Klassik und der Liedermacherszene. Das Spielen nach Noten oder Tabulaturen wird erlernt bzw. fortgesetzt. Bereits nach der ersten Doppelstunde wird ein erstes Lied begleitet werden. Bitte mitbringen: Konzert- oder Western-Gitarre (keine E-Gitarre), Schreibblock, Notenständer, Fußbank.

Hardeggen, Weperschule

Weperstraße 3, Forum
Wolfgang Hoffmann
Mittwoch, 7.9.2022, 18 bis 19.30 Uhr
10 Termine, 59 Euro

Lehrbuch: Gitarre spielen - mein schönstes Hobby, Rolf Tönnes, Schott Verlag
ISBN 978-3-7957-17834

Anmeldeschluss: 1.9.2022

Kurs-Nr.: F2084H2

● **Gitarre für Fortgeschrittene**

Dieser Kurs richtet sich an alle Gitarrenspieler*innen, die bereits Kenntnisse haben (zum Beispiel aus dem letzten Semester) und diese ausbauen möchten. Es werden Stücke aus Pop, Rock, Folk, Klassik und der Liedermacherszene in Gruppen eingeübt. Liedvorschläge der Teilnehmenden werden, wenn möglich, berücksichtigt. Die dafür erforderlichen Anschlagstechniken, Zupfmuster und Fingerpickings werden gezeigt. Das Lagenspiel wird fortgesetzt und weitere neue Griffe (Barré) werden eingeübt. Kenntnisse der Musiktheorie sowie das Spielen nach Noten und/oder Tabulaturen werden vermittelt. Ziel des Kurses ist es, die Gitarre als Begleit- und Soloinstrument einsetzen zu können und über die ersten Grundkenntnisse hinaus, schon vielseitige und anspruchsvollere Stücke bzw. Techniken zu beherrschen. Bitte mitbringen: Konzertgitarre (keine E-Gitarre), Notenständer (falls vorhanden), Fußbank, Stift und Schreibblock.

Hardeggen, Weperschule

Weperstraße 3, Forum
Wolfgang Hoffmann
Montags, 05.09., 19.09., 26.09. 10.10., 07.11., 14.11., 21.11., 12.12., 19.12.2022, jeweils von 18 bis 19.30 Uhr

9 Termine, 53,10 Euro

Lehrbuch: Gitarre spielen - mein schönstes Hobby, Rolf Tönnes, Schott Verlag, Band 1, ISBN 10 3795717833

Anmeldeschluss: 1.9.2022

Kurs-Nr.: F2084H1

● **Liedbegleitung auf der Gitarre für (leicht) Fortgeschrittene**

Wir verfeinern die bisher gelernten Grundlagen der Liedbegleitung (deutsche und englische Songs) auf der Gitarre. Dazu werden neue Akkorde (inkl. Barrégriffe), Anschlag- und Zupftechniken erlernt. Liedvorschläge der Teilnehmer*innen werden berücksichtigt. Neue Gitarrist*innen, die die gängigen Akkorde flüssig spielen können und schon mal gezupft haben, sind herzlich eingeladen mitzumachen. Bitte mitbringen: Gitarre und Schreibzeug.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2

Haus I, Raum 344, 2. OG
-Eingang vom Hof-
Hans-Georg König
Mittwoch, 14.9.2022, 19 bis 20.15 Uhr
10 Termine, 50,15 Euro

Anmeldeschluss: 7.9.2022

Kurs-Nr.: F2084E1



● **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. Damit sind wir dann schnell in der Lage, einfache Lieder/Songs zu begleiten. Je nach Interesse der Teilnehmenden kann die Auswahl der Lieder (des Unterrichtsmaterials) flexibel gestaltet werden. Schlager, Rock, Pop, Volkslieder - alles ist möglich. Bitte mitbringen: Ukulele (soweit vorhanden) und Schreibzeug. Gegen eine geringe Gebühr sind auch Leihinstrumente verfügbar.

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 11
Hans-Georg Gloger
Montag, 7.11.2022, 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)

Anmeldeschluss: 1.11.2022

Kurs-Nr.: F2084U2

Große Kleinkunst und mehr



2. Halbjahr 2022

Tanzgaudi 7 Freitagabende

02. +16. +30. Sept
14. +28. Okt
11. +25. Nov | 20 - 21:45 Uhr
10 € pro Person und Abend
Anmeldung nicht erforderlich
Offene Gruppe für Anfänger und Fortgeschrittene



Workshop

Sa 10. Sept 10 - 18 Uhr und
So 11. Sept 10 - 14 Uhr
70 € - 140 € **Elisabeth Möller:**
Sprung in die eigene Größe
Anmeldeschluss 5.9. lilaluder@t-online.de

Comedy

Sa 17. Sept | 19 Uhr | 18 € erm. 16 €
Steptokokken: Die Reslienz-Revue
kontakt@steptokokken.de

Comedy

Sa 24. Sept | 19 Uhr | 18 € erm. 16 €
David Werker: Plötzlich seriös?!
info@davidwerker.de

Workshop Ab in die Pilze

So 25. Sept 11-16:30 Uhr | 25€ Kinder frei
Für Einsteiger und Fortgeschrittene
Anmeldeschluss 23.9.
weltbuehne@posteo.de

Kabarett

Sa 1. Okt | 19 Uhr | 18 € erm. 16 €
Angelika Beier: Höhepunkte zwischen Sex und 60
angel@beier-solo.de

Workshop

Mo 3. Okt | 10 - 18 Uhr | 50 € - 100 €
Elisabeth Möller: Stimme u. Bewegung
Anmeldeschluss 29.9.
lilaluder@t-online.de

Konzert

Sa 5. Nov | 19 Uhr | 18 € erm. 16 €
Weltmusik mit MABON

Gitarrenkonzert

So 13. Nov | 17 Uhr | 18 € erm. 16 €
Reentko Dirks: Gitarrenkonzert
www.reentko.com

Workshop

Sa 19. Nov | 10 - 18 Uhr und
So 20. Nov | 10 - 14 Uhr | 60 € - 120 €
Elisabeth Möller: Nach Hause kommen
Anmeldeschluss 14.11.
lilaluder@t-online.de

Zeichenkurs

Sa 26. Nov | 10 - 18 Uhr | 40 € - 80 €
Elisabeth Möller: Klecks dir DEINEN Vogel
Anmeldeschluss 15.11.
lilaluder@t-online.de

Musik-Comedy

Sa 3. Dez | 19 Uhr | 18 € erm. 16 €
Herzen in Terzen: Nur Engel singen schöner
www.herzen-in-terzen.de

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!

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

● 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 aktuelle Liedern ist alles im Programm. Gerne dürfen neue Lieder oder Lieblingslieder mitgebracht werden. Bitte mitbringen: Eigene Ukulele und vorhandenes Notenmaterial.

Norheim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 16
Sandra Schulze
Samstag, 17.9., 15.10., 12.11., 10.12.2022
und 14.1.2023, jeweils von 10 bis 11.30 Uhr
5 Termine, 29,50 Euro
Anmeldeschluss: 9.9.2022
Kurs-Nr.: F2084P1

Tasteninstrumente: Keyboard, Klavier

● Gitarre oder Keyboard für Anfänger*innen

Mit exakter Anleitung und angepasstem Lerntempo, je nach Vorkenntnissen, wird es... Lesen Sie weiter auf Seite 89

Bad Gandersheim, Oberschule,
Stettiner Str. 2, Gebäude rechts vom
Haupteingang, Raum 1.1.11 im OG
Anke Unglenk-Oltmanns
Donnerstag, 8.9.2022, 18 bis 18.45 Uhr und
9 weitere Termine und Uhrzeiten zu
90 Minuten nach Absprache
10 Termine, 56,05 Euro
Anmeldeschluss: 1.9.2022
Kurs-Nr.: F2084A1

NEU!

● Akkordeon für Fortgeschrittene

In diesem Fortgeschrittenen-Kurs für das Pianoakkordeon werden wir uns mit Intervallen, Synkopen, Terzbässen in Dur und Moll sowie zweistimmigem Spiel beschäftigen. Dabei spielen wir voraussichtlich u. a. La Paloma, Ich bin von Kopf bis Fuß auf Liebe eingestellt, Que sera se-

ra und eventuell Biscaya. Grundkenntnisse sowie ein wenig Erfahrung im einfachen Spiel mit rechter und linker Hand sind erforderlich. Bitte Schreibmaterial für Notizen mitbringen.

Bad Gandersheim, Oberschule,
Stettiner Str. 2, Gebäude rechts vom
Haupteingang, Raum 1.1.11 im OG
Florian Unglenk
Mittwoch, 21.9.2022, 19 bis 20.30 Uhr
10 Termine, 59 Euro
Anmeldeschluss: 14.9.2022
Kurs-Nr.: F2086A1



Tierpark Sababurg

Augenblicke, die man nie vergisst!

Eiche Nordische Welt

Wölfe Erlebnisswelt

Ganzjährig für Sie geöffnet!
Mitten im Naturpark Reinhardswald.

Telefon: 0 56 71 / 76 64 99 - 0
www.tierpark-sababurg.de

Hast Du Töne?

Für unsere Seele treffen wir immer den richtigen Ton! Studien haben ergeben, dass der Körper beim Singen schon nach 30 Minuten Glücks- und Motivationshormone ausschüttet. Die entspannen dann Körper und Geist und regen an. Außerdem werden während des Singens Lunge und Rumpfmuskulatur gestärkt. Mit unseren Gesangsangeboten (z. B. Popchor) folgen wir diesen positiven Nebeneffekten. Machen Sie mit. Sie sind herzlich eingeladen!

„KVHS macht gesünder!“

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 seit langem diese Erkenntnisse. Sachinformationen und Lernen werden mit allen Sinnen verknüpft, gelernt wird handlungsorientiert, auf die Gruppe bezogen und unter Berücksichtigung biografischer Anknüpfungspunkte... wichtige Voraussetzungen für die Lust auf das Abenteuer des lebenslangen Lernens.

Ihre Ansprechpartnerin:

N.N.

**Programmbereichsleitung
Gesundheit**

Tel: 05551 708 8215

Fax: 05551 708 8229

E-mail: sohst@landkreis-northeim.de

ENTSPANNUNGSMETHODEN

Entspannungsmethoden

● **Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen**

Innere Anspannung unterschiedlicher Ursachen geht häufig mit einer meist unbewussten Anspannung der Muskulatur einher. Dadurch können Verspannungszustände und psychosomatische Beschwerden entstehen. Die Progressive Muskelentspannung (PMR) wirkt dem Teufelskreis durch den bewussten Wechsel von Anspannung und Entspannung der Muskulatur entgegen. Der selbsterzeugten, aktiven und hinsichtlich Ort und Zeit flexibel herstellbaren Entspannung auf körperlicher Ebene folgt das Erleben von Ruhe und Gelassenheit. Sie lernen unter Anleitung und insbesondere durch Übung und Selbstanwendung die PMR kennen und erlangen die Grundlagen, um sie im Rahmen häuslicher Anwendungen selbstständig zu vertiefen. Spezielle Entspannungsübungen für besondere Anspannungsprobleme werden vermittelt. Hintergrundwissen über Anspannung und Veränderungsmöglichkeiten sowie die Wirkweisen des Verfahrens runden den Kurs ab. Neben eher lernorientierten Inhalten steht das Erleben von Entspannung im Mittelpunkt des Kurses. Bitte bequeme, warme Kleidung, eine Unterlage/Matte, eine Decke, ein kleines Kissen und Verpflegung mitbringen.

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.OG
Multifunktionsraum
Kerstin Stöbener
Samstag, 26.11.2022, 14 bis 18 Uhr
Sonntag, 27.11.2022, 14 bis 18 Uhr
2 Termine, 28 Euro
Anmeldeschluss: 21.11.2022
Kurs-Nr.: F3113E1

● **Pilates für Anfänger*innen**

Pilates ist ein Training zur Kräftigung der tiefliegenden Muskulatur. Bei dem Pilatetraining arbeiten wir besonders viel mit unserer Körperspannung und trainieren dabei hauptsächlich unsere Rumpfmuskulatur, also Bauch und Rücken (Beckenboden). Die Übungen sind sanft aber dennoch effektiv. So wird der Körper mit langsamen und kontrollierten Bewegungen bis in die tiefste Muskulatur gestärkt. Außerdem wird durch die Konzentration auf Übungen ein entspannter Effekt erzielt. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung. Bitte beachten Sie, dass der Kurs auch in den Ferien stattfindet.

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Helena Herbold
Dienstag, 11.10.2022, 16.45 bis 18.15 Uhr
8 Termine, 44,80 Euro
Anmeldeschluss: 4.10.2022
Kurs-Nr.: F3113U1

NEU!

● **Waldbaden - Achtsam im Wald**

Shinrin Yoku kommt aus Japan und heißt übersetzt "Waldbaden". In Japan ist das Waldbaden bereits als präventivmedizinische Maßnahme anerkannt. Der Waldaufenthalt stärkt nachweislich das Immunsystem und hilft den Blutdruck zu harmonisieren. Gezielte Übungen helfen den Wald mit allen Sinnen wahr zu nehmen, 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. Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung, gegebenenfalls lange Socken, um die Hose in die Socken stecken zu können (zum Mücken- und Zeckenschutz), Anti-Mückenspray, eine Sitzunterlage (ideal wäre eine Iso-/Yoga-Matte oder eine Picknickdecke mit Feuchteschutz), Verpflegung für unterwegs, Handy im ausgeschaltetem Zustand, gegebenenfalls etwas zum Schreiben.

Northeim, Treffpunkt: Dorfgemeinschaftshaus Denkershausen,
Stadtbergstraße 13 a
Mona Hichert
Samstag, 10.9.2022, 10 bis 13 Uhr
1 Termin, 16 Euro
Anmeldeschluss: 5.9.2022
Kurs-Nr.: F3120P1

Northeim, Treffpunkt: Dorfgemeinschaftshaus Denkershausen,
Stadtbergstraße 13 a
Mona Hichert
Freitag, 23.9.2022, 9 bis 12 Uhr
1 Termin, 16 Euro
Anmeldeschluss: 16.9.2022
Kurs-Nr.: F3120P2

Northeim, Treffpunkt: Dorfgemeinschaftshaus Denkershausen,
Stadtbergstraße 13 a
Mona Hichert
Samstag, 8.10.2022, 10 bis 13 Uhr
1 Termin, 16 Euro
Anmeldeschluss: 30.9.2022
Kurs-Nr.: F3120P3

● **Achtsamkeit in der Natur - Waldbaden**

Shinrin Yoku- Eintauchen in die Atmosphäre des Waldes. Wir schlendern, rasten, staunen und tauchen in die besondere Atmosphäre des Waldes ein. Das bewusste und achtsame Spazieren



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

im Wald bringt uns in den Zustand tiefer Entspannung und innerer Ruhe. Und ganz selbstverständlich üben wir uns im respektvollen Umgang mit dem Wald als Teil der Natur. Der Wald hat eine eigene Heilkraft. Das Waldbaden kann auf vielfältige Weise unterstützen, Stress abzubauen, den Schlaf zu verbessern, das allgemeine Wohlbefinden zu steigern, das Immunsystem zu stärken, die körpereigenen Abwehrkräfte zu fördern.

Ohne therapeutische Absicht, ohne tiefere Wissensvermittlung, ohne sportliche Herausforderung, dafür mit achtsamen Übungen und überraschenden Sinneserfahrungen. Sind sie neugierig und offen für Neues? Auch der herbstliche Wald hat seine besondere Ausstrahlung. Die Systemische Therapeutin und Beraterin Ilka Brodtmann ist zertifizierte Kursleiterin für Waldbaden - Achtsamkeit im Wald (DAWG) und lädt Sie ein, mit ihr einzelne Elemente des Waldbadens kennenzulernen. Bitte wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk für zwei bis drei Kilometer Wegstrecke (auch abseits der üblichen Wege) tragen - Handys haben Pause. Gestattungsverträge mit den Waldbesitzern liegen vor, die Teilnehmenden betreten den Wald auf eigene Verantwortung. Hunde dürfen nicht mitgebracht werden. Bei Starkregen, Sturmböen oder Gewitter findet die Veranstaltung nicht statt.

Kreiansen, Orxhäuser Wald (ca. einen km vom Treffpunkt entfernt)
Treffpunkt: "Ge(h)danken-Werkstatt" - Ilka Brodtmann, Orxhausen 15
Ilka Brodtmann
Dienstag, 13.9.2022, 17 bis 19.15 Uhr
1 Termin, 12 Euro
Anmeldeschluss: 6.9.2022
Kurs-Nr.: F3120K1

Kreiansen, Orxhäuser Wald (ca. einen km vom Treffpunkt entfernt)
Treffpunkt: "Ge(h)danken-Werkstatt" - Ilka Brodtmann, Orxhausen 15
Ilka Brodtmann
Mittwoch, 12.10.2022, 16 bis 18.15 Uhr
1 Termin, 12 Euro
Anmeldeschluss: 5.10.2022
Kurs-Nr.: F3120K2

● **NatürlichSein: Selbsterfahrungs- und Achtsamkeitsseminar**
Im Hier und Jetzt mit sich selbst im Kontakt sein. Entschleunigen, Innehalten, den eigenen Energieakku aufladen, Stress abhauen. Meditative Elemente, wie Wasser

und Luft gesellen sich zu achtsamen Sinnesübungen in natürlicher Umgebung. Ein uriger Bauwagen, ein kleiner Bach und die ländliche Umgebung bieten uns eine besondere Atmosphäre, drinnen wie draußen. Gönnen Sie sich unter Anleitung der Systemischen Therapeutin und Beraterin Ilka Brodtmann eine kurze Auszeit vom Alltag in kleiner Runde. Neugierig? Bitte wetterfeste, warme Kleidung und ein Sitzkissen mitbringen.

Einbeck, Ge(h)danken-Werkstatt, Bauwagen
Ilka Brodtmann
Samstag, 10.9.2022, 10 bis 13 Uhr
1 Termin, 15 Euro
Anmeldeschluss: 2.9.2022
Kurs-Nr.: F3120E1

● **Entspannungstechniken kennenlernen**

In der modernen Welt sind wir einer Vielzahl von Belastungen ausgesetzt. Doch Entspannung sollte ebenso zu unserem Alltag gehören wie Anspannung. Denn wir sind nur dann gut auf Stress vorbereitet, wenn wir uns regelmäßig körperlich entspannen, gedanklich abschalten und auf unsere Bedürfnisse achten. Diese Fähigkeiten kann man ebenso trainieren und intensivieren wie man einen Muskel durch Kraftübungen stärkt. Es gibt zahlreiche Verfahren, die uns auf unserer aktiven Suche nach Ruhe unterstützen, zum Beispiel

- Progressive Muskelentspannung nach Jacobson,
- Autogenes Training,
- Tiefenentspannung,
- Atemtechniken,
- Phantasieren,
- Bodyscan und
- Meditation.

In diesem Kurs geht es darum, Abstand

von der alltäglichen Hektik zu gewinnen, um wieder Ruhe und Ausgeglichenheit zu finden. Das Kennenlernen und Ausprobieren verschiedener Entspannungstechniken dient dabei der Entwicklung neuer Stressbewältigungsstrategien in unserem Alltag.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, kleines Kissen, Yoga-Matte, warme Socken.

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.OG
Multifunktionsraum
Andrea Plenge
Mittwoch, 28.9.2022, 18.30 bis 19.45 Uhr
10 Termine, 47,60 Euro
Anmeldeschluss: 21.9.2022
Kurs-Nr.: F3120E2

● **Stress abbauen - Verwöhn dich!**

Bist du gestresst? Ausgelaugt? Dann bist du hier gut aufgehoben. Ein Tag nur für dich! Um es dir gut gehen zu lassen und neue Kraft und Energie zu tanken, den Alltag mal draußen lassen und die Sonne in dein Herz aufnehmen, ausgiebig zu lachen und mit anderen Menschen gemeinsam Freude zu haben, in Bewegung zu kommen und zu spüren, wie es in dir wieder zu fließen beginnt. Bei verschiedenen Entspannungstechniken hast du die Möglichkeit, völlig loszulassen und zu genießen. Bitte mitbringen: Isomatte, Decke, bequeme Kleidung, dicke Socken und Verpflegung

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.OG
Multifunktionsraum
Sita Ringler
Samstag, 21.1.2023, 10 bis 15.15 Uhr
1 Termin, 19,60 Euro
Anmeldeschluss: 13.1.2023
Kurs-Nr.: F3136E1

apotheke

drogerie

im Marktkauf | Katrin Kanne

Ausgewählte Pflegeprodukte und mehr ...

Besuchen Sie uns im Internet:
shop-apotheke-norheim.de

Inh.: Katrin Kanne
Hillenser Straße 11
37154 Norheim
Tel (05551) 90 82 00

Wir sind für Sie da:
Mo - Sa: 8.30 - 20 Uhr

www.apotheke-norheim.de



● Einführung für neue Kursleiter*innen

Sie sind neue*r Kursleiter*in an der KVHS? Wir unterstützen Sie bei der Planung Ihres Unterrichts mit einem kurzen Überblick über Lehr- und Lerntechniken und bei der Organisation Ihres Kurses.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Stefanie Turano
Donnerstag, 25.8.2022, 16 bis 19 Uhr
1 Termin, kostenlos
Anmeldeschluss: 18.8.2022
Kurs-Nr.: F8000P1X

YOGA

Yoga - Kurse

● Online-Kurs: Büroyoga und -pilates

Langes Sitzen im Büro, Mangel an Zeit und andere Gründe führen dazu, dass wir uns nicht genug bewegen, mangelnde Fitness, Rücken- und Nackenbeschwerden haben, an Gewicht zunehmen sind die üblichen Probleme. Und genau da setzt Bürofiness ein: Bewegung im Büro mit Büroyoga und Büropilates mit Übungen im Sitzen, Stehen, auf dem Stuhl. Sie bekommen vor der Veranstaltung eine E-Mail mit einem Einladungslink geschickt. Bitte geben Sie dafür bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an.

Online-Kurs, Zoom-Meeting
Nadja Ziehn
Dienstag, 8.11.2022, 12.30 bis 13.15 Uhr
6 Termine, 16,80 Euro
Anmeldeschluss: 1.11.2022
Kurs-Nr.: F3132X1

NEU!

● Hatha Yoga für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

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 (Körperhaltungen), Pranayama (Atemlenkung), Entspannung, positives Denken und Meditationsübungen. Yoga kann zu mehr Ausgeglichenheit, Ruhe und Bewusstheit, Energie, Vitalität, Kraft und Beweglichkeit führen. Die Kurse sind für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Bitte bequeme Kleidung, Decke, Matte und kleines Kissen mitbringen.

Bad Gandersheim, Barfüßerkloster 10,
Zentrum für Salutogenese
Birte Funke
Mittwoch, 14.9.2022, 17 bis 18.30 Uhr
8 Termine, 72 Euro
Anmeldeschluss: 7.9.2022
Kurs-Nr.: F3132A1

Bad Gandersheim, Barfüßerkloster 10,
Zentrum für Salutogenese
Maren Randriamanampisoa
Donnerstag, 15.9.2022, 20 bis 21.30 Uhr
12 Termine, 108 Euro
Anmeldeschluss: 8.9.2022
Kurs-Nr.: F3132A2

Bodenfelde, Heinrich-Roth-Gesamtschule (IGS), Forum
Christine Kasten
Dienstag, 6.9.2022, 17.30 bis 19 Uhr
10 Termine, 56 Euro
Anmeldeschluss: 30.8.2022
Kurs-Nr.: F3132B1

Bodenfelde, Heinrich-Roth-Gesamtschule (IGS), Forum
Christine Kasten

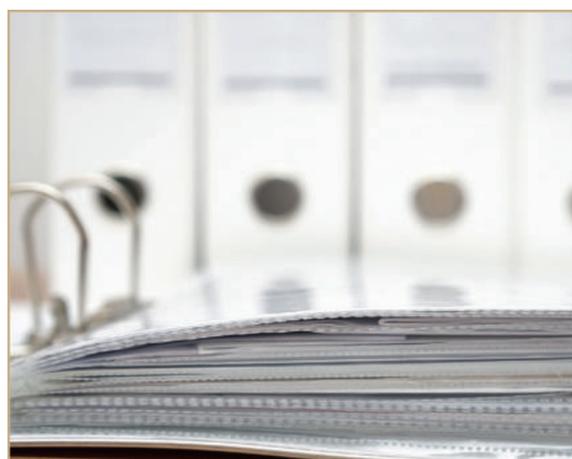


Dienstag, 6.9.2022, 19.15 bis 20.45 Uhr
10 Termine, 56 Euro
Anmeldeschluss: 30.8.2022
Kurs-Nr.: F3132B2

Einbeck, Hullersen
Huldersonakademie, Dorfstraße 10
Wolf-Dieter Gebhardt
Dienstag, 6.9.2022, 16 bis 17.30 Uhr
10 Termine, 90 Euro
Anmeldeschluss: 30.8.2022
Kurs-Nr.: F3132E1

Einbeck, Hullersen
Huldersonakademie, Dorfstraße 10
Wolf-Dieter Gebhardt
Dienstag, 6.9.2022, 17.45 bis 19.15 Uhr
10 Termine, 90 Euro
Anmeldeschluss: 30.8.2022
Kurs-Nr.: F3132E2

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Christine Kasten
Mittwoch, 7.9.2022, 17.30 bis 19 Uhr
10 Termine, 56 Euro
Anmeldeschluss: 31.8.2022
Kurs-Nr.: F3132U1



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



Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Christine Kasten
Donnerstag, 8.9.2022, 17.30 bis 19 Uhr
10 Termine, 56 Euro
Anmeldeschluss: 1.9.2022
Kurs-Nr.: F3132U2

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Christine Kasten
Donnerstag, 8.9.2022, 19.15 bis 20.45 Uhr
10 Termine, 56 Euro
Anmeldeschluss: 1.9.2022
Kurs-Nr.: F3132U3

● **Yoga in Sebexen**

Sind Sie häufig unkonzentriert, müde, lustlos? Dann sollten Sie es mal mit Yoga versuchen. Durch Konzentrations-, Atem- und Entspannungsübungen können Körper und Geist in Einklang gebracht werden. So hilft Yoga, neue Energie zu tanken, um den Stresssituationen des

Alltags bewusster begegnen zu können. Bitte eine Matte/Decke und ein kleines Kissen mitbringen.

Sebexen, Gandersheimer Straße 6,
Übungsraum Jordan,
Erika Jordan
Montag, 5.9.2022, 14.30 bis 16 Uhr
10 Termine, 56 Euro
Anmeldeschluss: 29.8.2022
Kurs-Nr.: F3132K1

Sebexen, Gandersheimer Straße 6,
Übungsraum Jordan,
Erika Jordan
Donnerstag, 8.9.2022, 14.30 bis 16 Uhr
10 Termine, 56 Euro
Anmeldeschluss: 1.9.2022
Kurs-Nr.: F3132K2

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. Sie kann Stress auflösen, negative Verhaltensweisen umformen, zu einem ausgeglichenen und gesünderen Lebensstil führen und dazu beitragen, dass wir das Leben schöner finden und mehr genießen können. Wir werden uns in diesem Kurs mit Hilfe von einfachen, meist ziemlich langsam und sehr bewusst ausgeführten Bewegungen in tiefe Entspannung begeben. Außerdem lernen wir Atemübungen und Selbstmassagen kennen, singen Mantras und genießen die Offenheit und den Reichtum der Erfahrung beim stillen Sitzen. Bitte mitbringen: Yoga- oder Isomatte, Meditationskissen, Decke, bequeme Kleidung, Stoppersocken und Vorfremde auf entspannte, inspirierende Abende.

Bad Gandersheim, Barfüßerkloster 10,
Zentrum für Salutogenese
Britta Hauenschild
Mittwoch, 21.9.2022, 19.30 bis 21 Uhr
10 Termine, 90 Euro
Anmeldeschluss: 14.9.2022
Kurs-Nr.: F3132A3

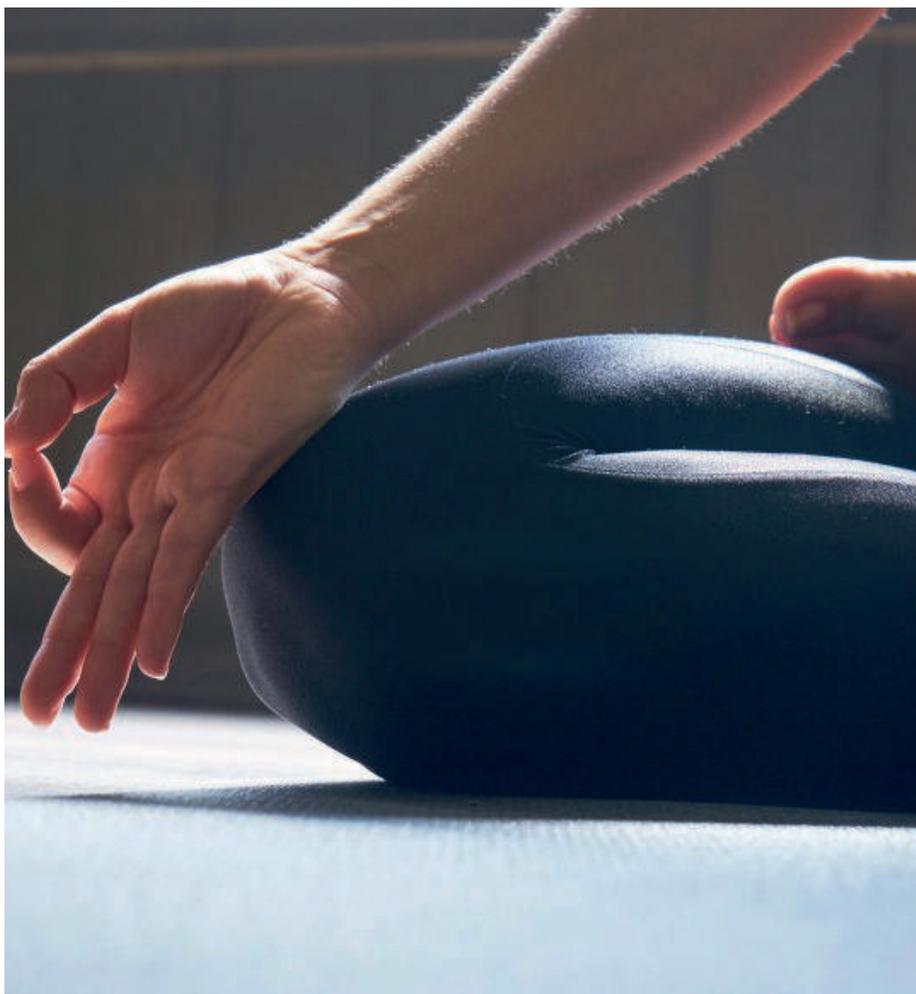
● **Hatha Yoga**

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. Yoga unterstützt die Fähigkeit sich körperlich und mental zu entspannen, mit Stress besser klar zu kommen, in belasteten Situationen gelassener zu reagieren und neue Energie zu mobilisieren. Bitte mitbringen: bequeme Sportbekleidung.

Dassel, Sporthalle der Harz-Weser-Werke gGmbH, Maschweg 17
Kathrin Worm

SCHUMANN
Zweithaarstudio, Friseur & Kosmetik
Mona Schumann - Inder Linde 24 - 37154 Hammenstedt / Northeim
Telefon: 05551 / 2147 - friseurteam-schumann.de

Anna-Lena Hausmann
Praxis für Osteopathie
Heilpraktikerin
Osteopathie für Babys, Kinder und Erwachsene
Akupunktur
www.osteopathie-hausmann.de info@osteopathie-hausmann.de
Göttinger Strasse 72, 37176 Nörten-Hardenberg Tel.:05503 7529854



● **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 reduzieren sollen. Durch die Kombination mit Schwingstäben langsamer Frequenz gleichen diese optimierten Übungen in kurzer Zeit Bewegungsmangel aus, fördern Konzentrations- und Koordinationsfähigkeit und führen zu tiefer Entspannung und Regeneration. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Matthias Dommich
Donnerstag, 15.9.2022, 18.45 bis 20.15 Uhr
10 Termine, 56 Euro
Anmeldeschluss: 9.9.2022
Kurs-Nr.: F3132P2

Montag, 7.11.2022, 18 bis 19 Uhr
10 Termine, 63 Euro
Anmeldeschluss: 31.10.2022
Kurs-Nr.: F3132D1

● **Yoga für Anfänger*innen**

Eine Einführung in die körperliche, psychische und energetische Wirkung des Yoga. Mit Körper-Übungen, Atem-Übungen und Tiefenentspannung. Du erlebst neue Lebensfreude, Kraft und Flexibilität! Bitte mitbringen: Yogamatte, Kissen, Decke.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Mona Hichert
Mittwoch, 7.9.2022, 18 bis 19.30 Uhr
6 Termine, 33,60 Euro
Anmeldeschluss: 5.9.2022
Kurs-Nr.: F3132P1

Gesünder durchs Jahr –
mit Ihrer KVHS!

Badespaß und Fitness pur im Hallenbad 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 GmbH 
Energie und Dienstleistungen für die Region

● **Yoga für einen entspannten Rücken**

Wer kennt das nicht, dass man sich nach einem langen Arbeitstag kaum noch drehen und wenden kann, Rücken und Nacken schmerzen? Durch sanfte, speziell auf die Rückenmuskulatur abgestimmte Yoga-Übungen und Entspannungstechniken lernen die Teilnehmenden, die Muskulatur zu entspannen und Fehlhaltungen zu korrigieren. Einfache, aber sehr wirkungsvolle Yoga-Haltungen verbunden mit Atemtechniken können schon nach relativ kurzer Zeit Beschwerden verringern. Der Kurs richtet sich vor allem an Anfänger*innen, die gern ein Paket von leicht erlernbaren Übungen mit nach Hause nehmen möchten, um Beschwerden im Rücken- und Nackenbereich vorzubeugen. Für Fortgeschrittene werden abwechslungsreiche Übungsvarianten gezeigt. Für Menschen mit akuten, schwerwiegenden Rückenproblemen (z. B. Bandscheibenvorfall) ist der Kurs nicht geeignet. Bitte mitbringen: eine Decke, ein kleines Kissen und warme dicke Socken.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Susanne Fricke
Dienstag, 6.9.2022, 19.30 bis 21 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Anmeldeschluss: 30.8.2022
Kurs-Nr.: F3132P3

● **Yoga für Eltern und Kinder Workshop**

Heutzutage bleibt oft nur wenig Zeit für gemeinsame Entspannung und Ruhemomente zwischen Eltern und Kindern. In diesem Workshop können Sie zusammen zur Ruhe kommen, etwas Gutes für sich tun, bei abwechslungsreichen Partnerübungen Freude haben und die eigene Beweglichkeit erfahren. Bei leichten Yogahaltungen können sich Eltern und Kinder gegenseitig Hilfestellung leisten. Danach geben schöne Fantasiereisen Raum für gemeinsames Entspannen. Auch Bewegungsspiele und Tanz gehören in diesen bunten Workshop. Geeignet für Kinder ab fünf Jahren in Begleitung eines Erwachsenen (Elternteil oder Großeltern). Elternteil und Kind bitte separat anmelden.
Bitte mitbringen: Decke, kleines Kissen, warme, dicke Socken.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Susanne Fricke
Samstag, 5.11.2022, 9.30 bis 13.30 Uhr
1 Termin, 15 Euro.
Die Kursgebühr gilt pro Person. Bitte melden Sie jeden Erwachsenen und jedes Kind einzeln an.
Anmeldeschluss: 31.10.2022
Kurs-Nr.: F3132P4K

● **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 vorhandene 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. Atem- und Entspannungsübungen sind in diesem Kurs ein wichtiger Bestandteil. Der Kurs ist nicht für Anfänger*innen geeignet. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke, ein Kissen, warme Socken und falls vorhanden einen Yogagurt mitbringen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Barbara Guichard
Mittwoch, 7.9.2022, 10.45 bis 12.15 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Anmeldeschluss: 2.9.2022
Kurs-Nr.: F3133P2

● **Yoga - sanft und effektiv**

Dieser Kurs ist gut für Menschen geeignet, die Yoga sanft üben und dabei Beweglichkeit und Kraft entwickeln wollen. In diesem Kurs wird viel Wert auf die bewusste Verbindung der Bewegung mit der Atmung gelegt. Das verbessert die Koordination, Konzentration und Wahrnehmung 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, einige Yogaerfahrungen werden vorausgesetzt.

Schädlingsbekämpfung
Süd-niedersachsen

Unsere Dienstleistungen

- Insektenbekämpfung
- für Wespen auch Beratung und Umsiedelung
- Schädnerbekämpfung (Ratten, Mäuse)
- Monitoring für Gastronomie- und Lebensmittelbetriebe
- Mardervergrämung und Prävention
- Waschbärenvergrämung und Prävention
- Taubenvergrämung
- Holz- und Bautenschutz
- Beratung vor Ort
- Beratung zu thermischen Verfahren der Holzschädlingsbekämpfung in der Möbelrestauration

Amtsweg 3
37170 Uslar

Telefon: 05571 - 911 24 14
Mobil: 0162 - 187 93 92
Fax: 05571 - 911 24 14 9

E-Mail: service@sbk-sns.de
Internet: www.sbk-sns.de

**immer erreichbar:
05571 - 911 24 14**

Zahnarztpraxis Matthias Pollok

Kieferorthopädie · Implantologie

Teichstraße 5-7 · 37154 Northeim · Tel. 055 51 - 6 66 50 · info@praxis-pollok.de
... Barrierefreier Zugang zur Praxis ...

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Barbara Guichard
Donnerstag, 8.9.2022, 10 bis 11.30 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Anmeldeschluss: 2.9.2022
Kurs-Nr.: F3133P3

● Lachyoga

Lachyoga, auch Hasya-Yoga, Lachen ohne Grund, genannt, besteht aus einer Kombination von Atem-, Dehn-, Klatsch- und natürlich Lachübungen. Lachen hat wissenschaftlich bewiesen äußerst positive Auswirkungen. Es ist das einfachste und effektivste Mittel gegen Stress und seine Folgen und führt zu Verbesserungen bei chronischen Schmerzzuständen, Bluthochdruck, depressiven Verstimmungen und vielen psychosomatischen Beschwerden. Außerdem fördert Lachyoga das soziale Miteinander und öffnet den Blick für kreative Betrachtungsweisen. In diesem Kurs lernen Sie Lachyoga und dessen Wirkung auf den Körper und die Psyche kennen. Dabei wird natürlich viel gelacht, dazu runden Bewegung, Gespräch und Kurzvortrag mit Anregungen für den Alltag das Angebot ab. Bitte bequeme Kleidung, eine leichte Decke, Isomatte, dicke Socken und Verpflegung für den persönlichen Bedarf mitbringen.

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.OG
Multifunktionsraum
Sita Ringler
Samstag, 19.11.2022, 10 bis 15.15 Uhr
1 Termin, 19,60 Euro
Anmeldeschluss: 14.11.2022
Kurs-Nr.: F3135E1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Inge Fischer
Sonntag, 18.9.2022, 14.30 bis 18 Uhr
1 Termin, 11,20 Euro
Anmeldeschluss: 12.9.2022
Kurs-Nr.: F3135P1

Yoga für ...

● Yoga für Senior*innen

Für mehr Wohlbefinden und Beweglichkeit, Positivität und Lebensfreude: Um im Alter gesund und beweglich zu bleiben, bedarf es altersgemäßer Aktivitäten - Yoga kann in jedem Alter praktiziert werden. In diesem Kurs werden bewusst sanfte Dehn- und Streckübungen in Verbindung mit dem Atem eingeübt, die die Muskulatur kräftigen und stärken, für eine bessere Aufrichtung sorgen und die Beweglichkeit der Gelenke erhalten. Spezielle Atemübungen vertiefen und verbessern die Atmung, was sich positiv auf die inneren Organe auswirkt. Durch bewusstes Anspannen wird Entspannung erfahren. Die Tiefenentspannung sorgt für ein Loslassen auf allen Ebenen. Konzentrations- und Meditationsübungen beruhigen den Geist und helfen, einen klaren Kopf zu bekommen. Der Kurs findet im Sitzen statt. Bitte bequeme Kleidung tragen. Der Kurs findet auch in den Herbstferien statt.

Bad Gandersheim, Barfüßerkloster 10,
Zentrum für Salutogenese
Maren Randriamanampisoa
Donnerstag, 15.9.2022, 10 bis 11.30 Uhr
10 Termine, 90 Euro
Anmeldeschluss: 8.9.2022
Kurs-Nr.: F3133A1

● 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 angeleitet, ihren Körper wahrzunehmen und seine Grenzen, aber auch seine Fähigkeiten zu erkennen. Auch Dehn-, Kraft- und Gleichgewichtsübungen werden berücksichtigt. Jede Yogastunde wird mit einer längeren Entspannungsphase beendet, die die Wirkung der Körperarbeit positiv beeinflusst und verstärkt. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke, ein Kissen, einen Yogagurt (falls vorhanden) und warme Socken mitbringen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Barbara Guichard
Mittwoch, 7.9.2022, 9 bis 10.30 Uhr
12 Termine, 67,20 Euro
Anmeldeschluss: 2.9.2022
Kurs-Nr.: F3133P1

● Yoga - ein Schnupperkurs am Mittag

Dieser Kurs ist für diejenigen gedacht, die nicht viel Zeit haben, Yoga gerne ausprobieren oder auffrischen wollen. In einer einstündigen Yogaeinheit wird außer auf 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. Die Stunde endet mit einer Entspannungseinheit, die die Wirkung der Einheit vertieft



**SCHWIMMEN
& RELAXEN.**

... zum Wohlfühlen!

50 m Schwimmbecken | Saunalandschaft
Wasserspielgarten für Kinder

**HALLENBAD
NORTHEIM**



und abrundet. Es wird den Teilnehmer*innen mit dieser Stunde die Möglichkeit gegeben, sich emotional und körperlich besser kennenzulernen, lockerer und beweglicher zu werden. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke, evtl. ein kleines Kissen und warme Socken mitbringen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Barbara Guichard
Donnerstag, 8.9.2022, 12 bis 13 Uhr
8 Termine, 30,80 Euro
Anmeldeschluss: 2.9.2022
Kurs-Nr.: F3133P4

QIGONG & TAIJI QUAN

Qigong

● Qigong

Qigong ist ein Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin. Die weichen und fließenden Bewegungen beziehen Körper und Geist gleichermaßen ein. Sie entspannen und energetisieren und wirken bei regelmäßiger Übung heilsam auf vielerlei Beschwerden. Neben dem vertiefenden Üben werden auch Wissen über die Traditionelle Chinesische Medizin und einige Akupressur-Übungen zur Selbsthandlung vermittelt.

Bad Gandersheim, Roswitha-Gymnasium, Bismarckstraße 17, Gebäude 3, Feierraum
Beate Volk-Krüger
Donnerstag, 22.9.2022, 17 bis 18.30 Uhr
10 Termine, 56 Euro
Anmeldeschluss: 15.9.2022
Kurs-Nr.: F3151A1



● Wanderung mit Qigong und Heilpflanzen

Wir erwandern die Lebensraumroute Eichenwald bei Lauenberg. Der Eichenhuetwald fasziniert mit altherwürdigen Eichen und großer Pflanzenvielfalt (nähere Info unter Lebensraumrouten Solling). An einigen Stellen halten wir für Qigong-Übungen und nehmen dabei die wohltuende Energie (das "Qi") der Natur und aktivieren mit den Übungen den eigenen Qi-Fluss.

Gezeigt werden Heilpflanzen und wie und wofür sie genutzt werden. Die Qigong-Übungen sind wirksam und einfach, so dass sie eigenständig weiter geübt werden können (das "Gong"). Wir machen eine Rast (gegebenenfalls Verpflegung mitbringen). Die Wanderung findet nur bei geeignetem Wetter statt. Nähere Informationen erhalten Sie bei der Kursleiterin unter Telefon 01520/2005059.

Dassel, Lauenberg, Benderweg, Abzweig Löwenburg (LRR-Markierung)
Jutta Elisa Kägeler
Samstag, 1.10.2022, 9.30 bis 13.15 Uhr
1 Termin, 14 Euro
Anmeldeschluss: 26.9.2022
Kurs-Nr.: F3151D1

● Das Immunsystem winterfest machen

Spätsommer und Herbst - sind die Jahreszeiten, um unser WeiQi, unsere Abwehrkraft zu aktivieren. Auf der Grundlage der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) lernen Sie Qigong-Übungen und Akupressur/Selbstmassage kennen und erfahren etwas über die entsprechende Ernährung und den Einsatz von Heilpflanzen und Hausmitteln, um das Immunsystem zu stärken.

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.OG
Multifunktionsraum
Jutta Elisa Kägeler

Samstag, 15.10.2022, 10 bis 13.45 Uhr
1 Termin, 14 Euro
Anmeldeschluss: 10.10.2022
Kurs-Nr.: F3151E1

● 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 Körper, auf Muskeln, Sehnen und Knochen ebenso wie auf die Funktion der inneren Organe. Es harmonisiert und balanciert unser Herz-Kreislauf-System, die Atmung, das Nervensystem. Wir lernen in den Bewegungsfolgen des Wudang Qi Gong eine natürliche aufrechte Haltung und üben, uns fließend und geschmeidig zu bewegen. Auch unsere Faszien (das Bindegewebe) werden geschmeidiger und elastischer, weil sich Verklebungen auf sanftem Wege lösen können. Dies hilft uns besonders, Verspannungen in der Halswirbelsäule und im Schulter-Nackengebiet sowie in der Brust- und Lendenwirbelsäule zu lösen. Die Übungen sind in jedem Alter erlernbar und helfen uns, aktive Entspannung zu erfahren. So lange das Wetter trocken und warm genug ist, üben wir draußen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Christine Solf
Dienstag, 13.9.2022, 10.15 bis 11.15 Uhr
7 Termine, 28 Euro
Anmeldeschluss: 6.9.2022
Kurs-Nr.: F3151P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Christine Solf
Dienstag, 13.9.2022, 11.30 bis 12.30 Uhr
7 Termine, 28 Euro
Anmeldeschluss: 6.9.2022
Kurs-Nr.: F3151P2

● Qigong am Vormittag

Qigong ist eine heilsame Energiearbeit, die in der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) einen wichtigen Platz einnimmt. Körper, Seele und Geist werden gleichermaßen angesprochen. Gesunderhaltung und Selbstheilung erfolgt im ganzheitlichen Sinn. Die langsamen, harmonischen und fließenden Bewegun-

Romano

K.JÄGER GmbH

• Sonnenschutz • Rolläden
 • Garagentore • Fenster
 • Haustüren

37154 Northeim
 Am Uhlenkamp 1
 Tel. (05551) 35 42

gen stärken die eigene Energie- und Körperwahrnehmung, helfen Blockaden und Anspannung loszulassen, aktivieren unsere Selbstheilungskräfte und fördern Beweglichkeit und Elastizität. Wir lernen einfache, wirkungsvolle Bewegungsformen kennen, die im Alltag mit kleinem Zeitaufwand regelmäßig geübt werden können. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und bei Bedarf Schuhe mit flexibler Sohle mit. Bei geeignetem Wetter findet der Kurs nach Absprache im Freien statt.

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12

Jutta Elisa Kägeler

Montag, 12.9.2022, 10 bis 11.30 Uhr

10 Termine, 56 Euro

Anmeldeschluss: 5.9.2022

Kurs-Nr.: F3151U1

● Qigong am späten Nachmittag

Qigong ist eine heilsame Energiearbeit, die in der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) einen wichtigen Platz einnimmt. Körper, Seele und Geist werden gleichermaßen angesprochen. Gesunderhaltung und Selbstheilung erfolgt im ganzheitlichen Sinn. Die langsamen,

harmonischen und fließenden Bewegungen stärken die eigene Energie- und Körperwahrnehmung, helfen Blockaden und Anspannung loszulassen, aktivieren unsere Selbstheilungskräfte und fördern Beweglichkeit und Elastizität. Wir lernen einfache, wirkungsvolle Bewegungsformen kennen, die im Alltag mit kleinem Zeitaufwand regelmäßig geübt werden können. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und bei Bedarf Schuhe mit flexibler Sohle mit. Bei geeignetem Wetter findet der Kurs nach Absprache im Freien statt.

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12

Jutta Elisa Kägeler

Montag, 12.9.2022, 17.15 bis 18.45 Uhr

10 Termine, 56 Euro

Anmeldeschluss: 5.9.2022

Kurs-Nr.: F3151U2

● Spätsommerliches Wander-Gehen mit Qigong

In spätsommerlicher Stimmung erwandern wir die Lebensraumroute Buchenwald am Bergsee Dellihausen (ca. fünf km, nähere Info unter Lebensraumrouten Solling) und halten an einigen

Stellen für Qigong-Übungen und nehmen dabei die wohltuende Energie (das "Qi") der Natur auf. Die Wasser-Kraft des Sees und der Bäche dort stärken unsere Lebensenergie. Die Qigong-Übungen sind wirksam und einfach, sodass sie eigenständig weiter geübt werden können (das "Gong"). Wir machen eine Rast (nach Wunsch Verpflegung mitbringen). Die Wanderung findet nur bei geeignetem Wetter statt. Nähere Informationen erhalten Sie bei der Kursleiterin unter Telefon 01520/20 050 59.

Uslar, Dellihausen, Treffpunkt Wanderparkplatz Bergsee

Jutta Elisa Kägeler

Samstag, 17.9.2022, 9.30 bis 13.15 Uhr

1 Termin, 14 Euro

Anmeldeschluss: 12.9.2022

Kurs-Nr.: F3151U3

● Qigong - eine Methode der traditionellen chinesischen Medizin (TCM)

Qigong ist ein wichtiger Bestandteil der TCM und eine Methode zur Gesunderhaltung und Selbstheilung. Der Kurs gibt Einblicke in das Verständnis der TCM, das in Qigong-Übungen, die Körper, Atem und Geist auf harmonische Weise verbinden, erfahrbar wird. In den Übungen wird die Lebenskraft durch gesunde Atmung, Entspannung und vorteilhafte Haltung ins Fließen gebracht. Blockaden werden gelöst. Bitte eine Decke und bequeme Kleidung mitbringen.

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12

Jutta Elisa Kägeler

Samstag, 12.11.2022, 10 bis 13.45 Uhr

1 Termin, 14 Euro

Anmeldeschluss: 7.11.2022

Kurs-Nr.: F3151U4

Taiji Quan

● Taiji Quan und Liu He Ba Fa für Fortgeschrittene

In diesem Kurs üben und vertiefen wir Bewegungsfolgen des Qigong, des Taiji-Qigong/Shiba Shi und des Liu He Ba Fa, das eine besondere Form des Taijis ist. Qigong und Taiji helfen uns, unsere Mitte zu finden, zur Ruhe zu kommen, Gelenke, Muskeln und Faszien zu dehnen und zu lockern und eine entspannte, aufrechte Haltung einzunehmen.



RADIOLOGIE NORTHEIM

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**

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Christine Solf
Montag, 12.9.2022, 18 bis 19.30 Uhr
7 Termine, 39,20 Euro
Anmeldeschluss: 5.9.2022
Kurs-Nr.: F3152P1

BEWEGUNG & KÖRPERERFAHRUNG

Körpererfahrung

NEU!

● **Japanisches Heilströmen - Sich selbst helfen mit Jin Shin Jyutsu**
Jin Shin Jyutsu ist eine jahrtausendealtes Wissen, das nach langer Vergessenheit Anfang des 20. Jahrhunderts durch Miro Murei in Japan wiederentdeckt und neu erforscht wurde. Seine japanisch-amerikanische Schülerin Mary Burmeister, hat diese Kunst Ende der 1940-er Jahre in den Westen gebracht und für uns in westliche moderne Vorstellungsarten „übersetzt“, sodass wir Jin Shin Jyutsu heute gut anwenden und begreifen können. Selbsthilfe mit Jin Shin Jyutsu ist das sanfte Auflegen der eigenen Hände über der Kleidung an bestimmten Körperstellen (Sicherheitsenergieschlösser). Durch diese Anwendungen, das „Strömen“, werden Energiebahnen im Körper angeregt und Blockaden können sich lösen. Sie erlangen wieder inneres Gleichgewicht, Gesundheit und Wohlbefinden. Aus dem

reichen Schatz des Jin Shin Jyutsu lernen Sie im Kurs sehr einfache im Sitzen oder Liegen anwendbare Handgriffe kennen. Im Alltag angewandt unterstützen Sie aktiv die Aufrechterhaltung Ihrer Gesundheit, wirken Stress entgegen und stärken Ihr Immunsystem. Bitte mitbringen, bzw. tragen: bequeme Kleidung, warme Socken, Schreibzeug, Snack und ein Getränk für die Pause.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Brigitte Conradi
Samstag, 15.10.2022, 13 bis 16.15 Uhr
Sonntag, 16.10.2022, 13 bis 16.15 Uhr
2 Termine, 22,40 Euro
Anmeldeschluss: 7.10.2022
Kurs-Nr.: F3152P2

Sportliche Bewegung

● **Tabata**
Bei Tabata handelt es sich um ein hochintensives Intervalltraining (HIIT), dessen Grundlage die Kombination aus Kraft- und Ausdauertraining bildet. Diese Trainingsmethode eignet sich für alle, die Körperfett verringern und ihre allgemeine Ausdauer verbessern möchten. Tabata besteht aus acht Intervallen von je vier Minuten. Innerhalb eines Intervalls gibt es einen ständigen Wechsel zwischen 20 Sekunden Belastungszeit und einer zehneckündigen Regeneration. Der Belastungszyklus beansprucht verschiedene große Muskelgruppen, wie z. B. Beine, Brust, Rücken, Bauch, etc.

Die intensiven Intervalleinheiten trainieren das gesamte Herz-Kreislauf-System, verbessern die maximale Sauerstoffaufnahme in der Muskulatur und sorgen insgesamt für eine höhere Leistungsfähigkeit. Tabata ist perfekt für alle, die im Job und in der Freizeit stark eingebunden sind und für Sport nur wenig Zeit im Alltag haben. Bitte Gymnastikmatte, Sportbekleidung und ausreichend zu trinken mitbringen.

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.OG
Multifunktionsraum
Dorina Münnig
Montag, 7.11.2022, 19 bis 20 Uhr
10 Termine, 39,20 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 1.11.2022
Kurs-Nr.: F3048E1K

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, gegebenenfalls in Gymnastikschuhen.

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.OG
Multifunktionsraum
Heidrun Frohme
Montag, 5.9.2022, 9.30 bis 11 Uhr
6 Termine, 38,40 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 30.8.2022
Kurs-Nr.: F3221E2K

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.OG
Multifunktionsraum
Heidrun Frohme
Montag, 14.11.2022, 9.30 bis 11 Uhr
6 Termine, 38,40 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 7.11.2022
Kurs-Nr.: F3221E3K



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

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.OG
Multifunktionsraum
Heidrun Frohme
Mittwoch, 16.11.2022, 16.30 bis 18 Uhr
6 Termine, 38,40 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 9.11.2022
Kurs-Nr.: F3221E4K

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.OG
Multifunktionsraum
Heidrun Frohme
Donnerstag, 17.11.2022, 16.30 bis 18 Uhr
6 Termine, 38,40 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 9.11.2022
Kurs-Nr.: F3221E5K

● **animoVida®**

Tanzen

Tanzen ist eine wunderbare Form, um in Bewegung zu kommen und Stress abzubauen. In diesem Kurs wechseln wir zwischen schnellen und langsamen Bewegungen. Wir tanzen alleine, zu zweit oder in der Gruppe. Tänzerische Erfahrung ist nicht erforderlich, aber Neugierde und Freude an der Bewegung zur Musik sollten mitgebracht werden. Das animoVida-Tanzen fördert die Körper-Wahrnehmung, stimuliert die Kreativität und stärkt das Selbstwertgefühl. Bitte mitbringen: Verpflegung, bequeme Kleidung, Isomatte oder Decke, Socken mit Noppen und jede Menge gute Laune.

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.OG
Multifunktionsraum
Sita Ringler

Samstag, 5.11.2022, 10 bis 15.15 Uhr
1 Termin, 19,60 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 28.10.2022
Kurs-Nr.: F3221E1K

● **Orientalischer Bauchtanz**

Sie wollten den Orientalischen Bauchtanz schon immer mal kennenlernen, aber nicht gleich einen ganzen Kurs buchen? An diesem Nachmittag wollen wir durch verschiedene Tanz- und Gymnastikübungen etwas für uns und unseren Körper tun, um wieder beweglicher zu werden. Zu arabischer Musik lernen wir die Grundlagen des orientalischen Tanzes kennen. 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, 2.9.2022, 16 bis 18.15 Uhr
1 Termin, 13,50 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 29.8.2022
Kurs-Nr.: F3221N1K

● **Orientalischer Tanz im Wasser und zu Land**

Wochenendkurs für Frauen

An diesem Wochenende wollen wir in angenehmer Atmosphäre die Seele baumeln lassen und uns Zeit für uns nehmen. 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

(z. B. Gymnastikhose), wenn vorhanden einen Schleier. Bei gesundheitlichen Einschränkungen, wie z. B. Bluthochdruck, neurologischen oder inneren Krankheiten sowie Herzbeschwerden sprechen Sie bitte vorher mit Ihrem Arzt.

Bad Sooden-Allendorf, Hardtstr. 7,
Waldhotel Soodener Hof
Beate Lau

Samstag, 12.11.2022, 15 bis 21 Uhr
Sonntag, 13.11.2022, 8 bis 15 Uhr
2 Termine, 204 Euro keine Ermäßigung möglich, inkl. 1 Übernachtung/EZ, Kurtaxe, Kaffee und Kuchen, Frühstück am Sonntag. Die An- und Abreise sind keine Leistungen der KVHS.
Anmeldeschluss: 10.10.2022
Kurs-Nr.: F3221W1K

● **Stressmanagement**

Wochenendkurs für Frauen

An diesem Wochenende wollen wir uns mit dem Themen Stressauslöser, der Vorbeugung und der Stressreduktion beschäftigen. Unter anderem lernen Sie den Orientalischen Tanz an Land und im Wasser kennen. Mit Bewegungs- und Entspannungsübungen genießen wir das kurzweilige Wochenende, um innere Ruhe zu finden und Kraft für neue Aufgaben zu schöpfen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Gymnastikhose, Tuch für die Hüfte, Badeanzug, Handtücher. Bei gesundheitlichen Einschränkungen, wie z. B. Bluthochdruck, neurologischen Erkrankungen sowie Herzbeschwerden sprechen Sie bitte vorher mit Ihrem Arzt.

Bad Sooden-Allendorf, Hardtstr. 7,
Waldhotel Soodener Hof
Beate Lau

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

Samstag, 8.10.2022, 15 bis 21 Uhr
 Sonntag, 9.10.2022, 8 bis 15 Uhr
 2 Termine, 204 Euro keine Ermäßigung
 möglich, inkl. 1 Übernachtung/EZ, Kurta-
 xe, Kaffee und Kuchen, Frühstück am
 Sonntag. Die An- und Abreise sind keine
 Leistungen der KVHS.
 Anmeldeschluss: 15.9.2022
Kurs-Nr.: F3220W1K

Gymnastik und 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 ge-
 arbeitet. Der Kurs trägt zur allgemeinen
 Fitness bei. Bitte Sportbekleidung,
 Isomatte o. ä. mitbringen.

Einbeck, Grundschule am Teichenweg,
 Teichenweg 26 - 28, Gymnastikraum
 Antje Leypoldt
 Donnerstag, 8.9.2022, 18 bis 19.30 Uhr
 16 Termine, 89,60 Euro
 (keine Ermäßigung möglich)
 Anmeldeschluss: 5.9.2022
Kurs-Nr.: F3231E1K

● **Hula-Hoop-Fitnesskurs**

Sie möchten Hula-Hoop lernen oder mit
 Ihrem Reifen noch mehr erlernen? Dann
 ist dieser Kurs genau der richtige für Sie.
 Der Hula-Hoop ist ein absolutes
 Multitalent. Er stärkt nicht nur die Pump-
 muskulatur, sondern trainiert außerdem
 Ihren Bauch und Taille, den Beckenboden
 und das Herz-/Kreislaufsystem.
 Körperwahrnehmung, Koordination und
 Gleichgewichtssinn werden geschult.
 Und natürlich macht es eine Menge
 Freude. Bitte mitbringen: Sportschuhe,

NEU!

enge Sportkleidung und etwas zu trinken.
 Der eigene Reifen kann gern mitgebracht
 werden.

Einbeck, Drüber, KVHS,
 An der Schule 2, 1.OG
 Multifunktionsraum
 Isabell Hartmann
 Donnerstag, 3.11.2022, 18.30 bis 19.15 Uhr
 5 Termine, 15 Euro
 (keine Ermäßigung möglich)
 Anmeldeschluss: 27.10.2022
Kurs-Nr.: F3231E2K

Katlenburg-Lindau, Dorfgemein-
 schaftshaus, Suteroder Str. 9
 Isabell Hartmann
 Donnerstag, 8.9.2022, 19 bis 19.45 Uhr
 5 Termine, 15 Euro
 (keine Ermäßigung möglich)
 Anmeldeschluss: 1.9.2022
Kurs-Nr.: F3231J1K

● **Gymnastik für ältere Frauen**

In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt auf
 Herz-Kreislauf-Training, außerdem auf
 Kräftigung und Stabilisierung der Mus-
 kulatur. Teilweise wird mit Kleingeräten
 im Stand oder auf der Matte trainiert. Der
 Kurs trägt zur Erhaltung und Verbesse-
 rung der Beweglichkeit und der
 körperlichen Fitness bei. Bitte mitbringen:
 Gymnastikschuhe und bequeme Kleidung.

Kalefeld, Schwimmbadstraße 11,
 Siedelstraße
 Gisela Höbelmann
 Mittwoch 7.9.2022, 18.30 bis 19.30 Uhr
 (Termin: 39,20 Euro
 (keine Ermäßigung möglich)
Kurs-Nr.: F3235I1K

● **Rücken- und Beckenbodentraining**

Kraftvolle Mitte und gesunder Rücken
 Gezieltes Muskeltraining und Übungen für
 das Zusammenspiel der Rücken-, Bauch-
 und Beckenbodenmuskulatur im Wechsel
 mit sanften Spür- und Dehnübungen
 helfen, kraftvoll und beweglich zu wer-
 den. Mit wachsendem Trainingserfolg
 können Sie Ihre Haltung verbessern und
 Beschwerden im Rücken-, Nacken- und
 Schulterbereich lösen. Wir trainieren in
 diesem Kurs Übungen aus dem Programm
 von Callen Pickney und Benita Cantieni.
 Ergänzende Übungen aus dem Shiatsu,
 Yoga und Kundalini Yoga kräftigen und
 dehnen die Energieleitbahnen und ver-
 bessern das allgemeine Wohlbefinden.
 Die Übungen sind für Menschen jeden
 Alters geeignet. Sie stärken den Aufbau
 der Rücken-, Bauch- bzw. Beckenboden-
 muskulatur, helfen nach der Geburt zur
 Rückbildung und sind fördernd zur Vor-
 beugung von Senkungen, Inkontinenz und
 Prostatabeschwerden. Bitte bequeme
 Kleidung tragen, Matte und Decke mit-
 bringen.

Nörten-Hardenberg, OT Angerstein
 Ev. Gemeindehaus, Kirchstraße 7
 Elke Kusum Hanstein
 Mittwoch, 21.9.2022, 16.30 bis 18 Uhr
 10 Termine, 90 Euro
 (keine Ermäßigung möglich)
 Anmeldeschluss: 14.9.2022
Kurs-Nr.: F3252N1K

Nörten-Hardenberg, OT Angerstein
 Ev. Gemeindehaus, Kirchstraße 7
 Elke Kusum Hanstein
 Mittwoch, 21.9.2022, 18.15 bis 19.45 Uhr
 10 Termine, 90 Euro
 (keine Ermäßigung möglich)
 Anmeldeschluss: 14.9.2022
Kurs-Nr.: F3252N2K

Natürlich gesund bleiben.



**Heilpraktiker
 Peter Witt**

Neustadt 24 - 37154 Northeim
 Tel.: 05551 - 9098980

www.naturheilpraxis-witt.de
www.hypnose-therapie-witt.de



Pilates

NEU!

● **Online-Kurs:
Büroyoga und -pilates**

Langes Sitzen im Büro, Mangel an Zeit und andere Gründe führen dazu, dass wir un... Lesen Sie weiter auf Seite 117

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Nadja Ziehn

Dienstag, 8.11.2022, 12.30 bis 13.15 Uhr

6 Termine, 16,80 Euro

Anmeldeschluss: 1.11.2022

Kurs-Nr.: F3132X1

Bewegung Outdoor

NEU!

● **Nordic Walking -
Bewegung die Spaß macht**

Nordic Walking ist ein Ausdauersport und hat viele positive gesundheitliche Aspekte. Richtig ausgeführt wirkt es auf die Fettverbrennung, entspannt den Schulter/Nackenbereich, aber auch den gesamten Körper. Die Sportart für jedes Alter fördert einen besseren Schlaf, regt das Herz-Kreislauf-System an, schont die Gelenke, sorgt für eine bessere Beweglichkeit. Wir werden langsam beginnen und uns von Stunde zu Stunde steigern. Dies geschieht fast unmerklich. Jede Nordic Walking Stunde beginnt mit dem Aufwärmen. Am Ende des Nordic Walking steht das Abwärmen des Körpers (Cool down) mit einigen Tai Chi Elementen. Nähere Informationen können ab 13.09.2022 bei der Kursleiterin unter Telefon 0163/3094586 erfragt werden. Treffpunkt ist immer der Haupteingang des KVHS Gebäudes in der Gerhard-Hauptmann-Str. 10 in Uslar. Bitte mitbringen: Nordic Walking Stöcke.

● **Fitnessgymnastik zur Stärkung
von Herz und Kreislauf**

In diesem Kurs wird der ganze Körper unter dem Gesichtspunkt 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 unter Telefon 05561/2370.

Bad Gandersheim, Grundschule

RoswithasträÙe 16, Turnhalle

Eingang vom rückseitigen Hof

Renate Tersch

Montag, 10.10.2022, 15.30 bis 16.30 Uhr

15 Termine, 56 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Kurs-Nr.: F3253A1K

● **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, Wierterstr. 4-6

Andreas Oppermann

Mittwoch, 31.8.2022, 18 bis 19 Uhr

19 Termine, 72,80 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Kurs-Nr.: F3253P1K

Fit in den Alltag –
mit Ihrer KVHS!



055 61/940-220

physio@einbecker-buergerspital.de

EBS-PHYSIOTEAM

Mit der medizinischen Kompetenz des Einbecker BürgerSpital

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.

Entspannende Massagen oder Krankengymnastik.
Nutzen Sie unser umfangreiches Physio-Angebot
auch ambulant!

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

Einbecker BürgerSpital GmbH | Andershäuser Str. 8
37574 Einbeck | Telefon: (05561) 940-0
www.einbecker-buergerspital.de/physiotherapie



EBS

Einbecker BürgerSpital

Uslar, KVHS-Haus,
Uslar, KVHS-Haus, Haupteingang
Manuela Niessing
Dienstag, 20.9.2022, 16.30 bis 17.15 Uhr
6 Termine, 16,80 Euro
Anmeldeschluss: 14.9.2022
Kurs-Nr.: F3151U5

Uslar, KVHS-Haus,
Uslar, KVHS-Haus, Haupteingang
Manuela Niessing
Dienstag, 15.11.2022, 16.30 bis 17.15 Uhr
6 Termine, 16,80 Euro
Anmeldeschluss: 9.11.2022
Kurs-Nr.: F3151U6

Uslar, KVHS-Haus,
Uslar, KVHS-Haus, Haupteingang
Manuela Niessing
Dienstag, 10.1.2023, 16.30 bis 17.15 Uhr
6 Termine, 16,80 Euro
Anmeldeschluss: 4.1.2023
Kurs-Nr.: F3151U7

● **Golf - Platzreifekurs**

Golf hat Sie schon immer fasziniert und Sie wollen sich in der ruhigen und schönen Natur vom Alltag entspannen?! Im Golfclub Leinetal/Einbeck lernen Sie systematisch das Golfspiel, um am Ende die Platzreife-Prüfung nach DGV-Standard zu bestehen. Das Training erfolgt in kleinen Gruppen und wird individuell auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten. Sie lernen die unterschiedlichen Schlagtechniken kennen und verbessern dadurch Ihre Auge-Hand-Koordination. Durch die Bewegung an der frischen Luft stärken Sie Ihr Herz-Kreislauf-System. Ihre Konzentrationsfähigkeit wird geschult, indem Sie üben, Ihren Bewegungsablauf auf ein Ziel zu fokussieren.
Bitte mitbringen: bequeme Freizeit-Kleidung und Outdoor-Sportschuhe. In der

Kursgebühr sind die zusätzlichen Kosten (Leihgebühr Golfausrüstung, Übungsbälle und Lehrmaterial Regelbuch) in Höhe von 64,90 € bereits enthalten. Die Platzreifeprüfung in Theorie und Praxis wird vom GuCC Leinetal/Einbeck e.V. abgenommen. Der Prüfungstermin ist unabhängig vom Kurs von jedem Teilnehmenden frei wählbar. Die Prüfungsgebühr hierfür beträgt 35 €.

Einbeck, Immensen, Golfstüberl
Am Holzgrund
Klaus Hartmann
Freitag, 9.9., 18 bis 21 Uhr,
Samstag, 10.9., 10 bis 13 Uhr,
Samstag, 17.9., 12 bis 15 Uhr,
Samstag, 1.10., 10 bis 13 Uhr,
Samstag, 15.10., 12 bis 15 Uhr,
Samstag, 22.10., 10 bis 13 Uhr
6 Termine, 156 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 2.9.2022
Kurs-Nr.: F3200E1K

Einbeck, Immensen, Golfstüberl
Am Holzgrund
Klaus Hartmann
Freitag, 23.9., 18 bis 21 Uhr,
Samstag, 24.9., 10 bis 13 Uhr,
Samstag, 8.10., 10 bis 13 Uhr,
Samstag, 15.10., 9 bis 12 Uhr,
Samstag, 29.10., 10 bis 13 Uhr,
Samstag, 5.11.2022, 10 bis 13 Uhr
6 Termine, 156 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 16.9.2022
Kurs-Nr.: F3200E3K

Einbeck, Immensen, Golfstüberl
Am Holzgrund
Klaus Hartmann

Freitag, 3.2.2023, 16 bis 19 Uhr
Samstag, 4.2.2023, 10 bis 13 Uhr
Samstag, 18.2.2023, 10 bis 13 Uhr
Samstag, 4.3.2023, 10 bis 13 Uhr
Samstag, 18.3.2023, 10 bis 13 Uhr
Samstag, 1.4.2023, 10 bis 13 Uhr
6 Termine, 156 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 27.1.2023
Kurs-Nr.: G3200E1K

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, 6.9.2022, 17.15 bis 18.15 Uhr
10 Termine, 49 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 30.8.2022
Kurs-Nr.: F3233E1K

Einbeck, ESV-Vereinsheim, Lönsweg 2
Ulrike Scheider-Neumann
Dienstag, 6.9.2022, 18.15 bis 19.15 Uhr
10 Termine, 49 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 30.8.2022
Kurs-Nr.: F3233E2K

Einbeck, ESV-Vereinsheim, Lönsweg 2
Ulrike Scheider-Neumann
Donnerstag, 8.9.2022, 18.30 bis 19.30 Uhr
10 Termine, 49 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 2.9.2022
Kurs-Nr.: F3233E3K

25 JAHRE
Golf und Country Club Leinetal
GuCC Einbeck e.V.
1997 - 2022

Golf und Country Club Leinetal Einbeck e.V. | Am Holzgrund, 37574 Einbeck | Email: info@golfclub-einbeck.de
Tel. (05561) 98 23 05 | www.golfclub-einbeck.de

RUND UM KÖRPER UND GESUNDHEIT

Wissen rund um die Gesundheit

● Ayurvedisch Fasten - Vortrag

Der Vortrag ist sowohl Teil der Vorbereitung für das ayurvedische Fasten selbst als auch generell eine Einführung in die ayurvedische Denkweise. Die Prinzipien dieser alten Tradition sind nach wie vor aktuell und können leicht und gewinnbringend in den Alltag integriert werden. Die Kursleiterin hat eine Ausbildung als Heilpraktikerin. Bitte etwas zu Schreiben mitbringen.

Bad Gandersheim, Heckenbeck, Methfesselstraße 37, Praxis Alemi
Heilpraktikerin Matina Alemi

Dienstag, 27.9.2022, 18.30 bis 20.45 Uhr

1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro

Anmeldeschluss: 20.9.2022

Kurs-Nr.: F3780A1

● Ayurvedisch Fasten - der Kurs

Fasten gehört seit Jahrtausenden zum Gesunderhaltungsprogramm der Menschheit. Diese Form des Fastens bietet einige angenehme Überraschungen, z. B. darf gegessen werden und sie enthält Wellness-Elemente wie die Öl-Selbstmassagen. Es können auch Menschen mit so genannten schwierigen Fastenkonstitutionen (z. B. sehr schlanke Menschen) mitmachen, weil wir uns im Ayurveda an den Konstitutionen orientieren. Im ayurvedischen Sinn ist das Ziel nicht vorrangig die Gewichtsabnahme, sondern die Normalisierung der Verdauung und des Stoffwechsels, die Entlastung des Körpers von Stoffwechselschlacken und das Erkennen der Verbindung zwischen unserem körperlichen und geistigen Zustand. Sie erhalten in diesem Kurs, der von einer Heilpraktikerin geleitet wird, Unterlagen mit dem nötigen Hintergrundwissen, ayurvedisches Massageöl, Gewürze in Bioqualität und einen Konstitutionstest. Die Kosten für die Materialien, Öle und Gewürze in Höhe von 15 Euro zahlen Sie bitte am ersten Kursabend an die Kursleitung. Wenn Sie eine Fastenzeit für sich in Betracht ziehen, so ist diese umso wertvoller, je mehr Zeit Sie für sich einplanen. Es wäre das Beste, Termine in dieser Zeit zu



bündnis gegen DEPRESSION in süd-niedersachsen

verringern und sich eventuell ganz oder teilweise Urlaub zu nehmen. Bitte mitbringen: ein sauberes Gefäß für 0,5 Liter Öl und bequeme Kleidung.

Bad Gandersheim, Heckenbeck, Methfesselstraße 37, Praxis Alemi
Heilpraktikerin Matina Alemi

Dienstag, 4.10.2022, 18.30 bis 20.45 Uhr

Dienstag, 11.10.2022, 18.30 bis 20 Uhr

Freitag, 14.10.2022, 18.30 bis 20 Uhr

Dienstag, 18.10.2022, 18.30 bis 20 Uhr

4 Termine, 32 Euro

(zzgl. 15 Euro Materialkosten direkt an die Kursleiterin)

Anmeldeschluss: 28.9.2022

Kurs-Nr.: F3780A2

Schwerpunktthema Depression

● Depression und Arbeit - reden wir

Beschäftigte, die über Jahre für ihr Engagement geschätzt wurden, scheinen plötzlich am Ende ihrer Kräfte zu sein: Konzentrationsprobleme, Motivationsverlust, Dünnhäutigkeit, Reizbarkeit, aber auch sozialer Rückzug können zu den äußerlich auffälligsten Veränderungen zählen. Ist der/die Mitarbeiter*in überfordert, überarbeitet oder aus anderen Gründen „gestresst“, so dass ihm etwas Entlastung und Erholung guttun würde? Oder sind die Veränderungen Anzeichen einer depressiven Erkrankung?

Helmut Platte, Oberarzt in der Paracelsus Roswithaklinik in Bad Gandersheim und engagiert im Bündnis gegen Depression in Südniedersachsen stellt interessante Zahlen und Fakten zum Thema vor und lädt Betroffene, Angehörige, Interessierte und professionelle Helfer*innen ein, die oben genannten und weitere Fragen zu diskutieren. Es besteht ebenfalls die Möglichkeit sich über Auslöser, Symptome, Möglichkeiten der Behandlung von Depressionen und darüber, was Betroffene und Angehörige tun können, auszutauschen. Eingeladen sind alle, Interessierte, Betroffene, Angehörige und professionelle Helfer*innen, um zusammenzukommen, einander zuzuhören, miteinander zu sprechen und auch voneinander zu lernen. Die Veranstaltung ist interaktiv geplant, Teilnehmende sind ausdrücklich eingeladen, eigene Erfahrungen, Meinungen und Ideen einzubringen. In Zusammenarbeit mit dem Bündnis gegen Depression in Südniedersachsen und der Gesundheitsregion Göttingen/Südniedersachsen. Die Veranstaltung ist gebührenfrei, eine Anmeldung ist erforderlich

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14

Helmut Platte

Montag, 12.9.2022, 19 bis 21.15 Uhr

1 Termin, kostenlos

Anmeldeschluss: 5.9.2022

Kurs-Nr.: F3820P1

● **Depression und Selbsthilfe**

Seit einigen Jahren stehen in der begleitenden Behandlung und Betreuung depressiv Erkrankter auch computergestützte bzw. onlinebasierte Angebote zur Verfügung. Einzelne der Online-Angebote sind bereits wissenschaftlich evaluiert, erste Ergebnisse klingen vielversprechend. Es ist davon auszugehen, dass internetbasierte Programme in der Behandlung von Menschen mit psychischen Erkrankungen eine zunehmend größere Rolle spielen werden. Helmut Platte, Oberarzt in der Paracelsus-Roswitha-Klinik in Bad Gandersheim und Mitarbeiter*innen stellen einige Angebote vor und diskutieren mit Ihnen diese neuen Möglichkeiten der Behandlung kritisch. Im zweiten Teil wird es in Zusammenarbeit mit Lisa Severitt von ZISS (Zentrale Informationsstelle Selbsthilfe im Landkreis Northeim) um die Bedeutung von Selbsthilfeangeboten gehen. Es wird u. a. vermittelt, wie Selbsthilfegruppen gegründet und unterstützt werden, wie sie funktionieren, wo Möglichkeiten und Grenzen der Selbsthilfe liegen, wo Selbsthilfegruppen im therapeutischen Zusammenhang einzugliedern sind und was „Junge Selbsthilfe“ sein kann. Eingeladen sind alle, Interessierte, Betroffene, Angehörige und professionelle Helfer*innen, um zusammenzukommen, einander zuzuhören, miteinander zu sprechen und auch voneinander zu lernen. Die Veranstaltung ist interaktiv geplant. Teilnehmende sind ausdrücklich eingeladen, eigene Erfahrungen, Meinungen und Ideen einzubringen. In Zusammenarbeit mit dem Bündnis gegen Depression in Südniedersachsen und der Gesundheitsregion Göttingen/Südniedersachsen. Die Veranstaltung ist gebührenfrei, eine Anmeldung ist erforderlich.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Helmut Platte
Dienstag, 27.9.2022, 19 bis 21.15 Uhr
1 Termin, kostenlos
Anmeldeschluss: 20.9.2022
Kurs-Nr.: F3820P2

● **Depression ist behandelbar**

Etwa jede vierte Frau und jeder achte Mann ist im Laufe des Lebens von einer Depression betroffen. Frauen erkranken also zwei bis dreimal so häufig an einer Depression als Männer. Depressionen sind selbst sehr vielgestaltig. Oft gehen Depressionen außerdem mit anderen psychischen Erkrankungen, wie z. B. Angststörungen, einher. Helmut Platte, Oberarzt in der Paracelsus-Roswitha-Klinik in Bad Gandersheim, informiert über Zusammenhänge von Ängsten und Depressionen, verschiedene Arten von Angststörungen (Agoraphobie, Panikstörung, Generalisierte Angststörung, soziale Phobien, Posttraumatische Belastungsstörung u. a.) sowie darüber, wo krankhafte Angst anfängt, wie Angststörungen festgestellt und behandelt werden können und was Betroffene selber tun können. Sebastian Stocker, Kunsttherapeut der Paracelsus-Roswitha-Klinik, leitet zu kunsttherapeutischen achtsamkeitsbasierten Entspannungsübungen an. Eingeladen sind alle, Interessierte, Betroffene, Angehörige und professionelle Helfer*innen, um zusammenzukommen, einander zuzuhören, miteinander zu sprechen und voneinander zu lernen. Die Veranstaltung ist interaktiv geplant. Teilnehmende sind ausdrücklich eingeladen, eigene Erfahrungen, Meinungen und Ideen einzubringen. In Zusammenarbeit mit dem Bündnis gegen Depression in Südniedersachsen

und der Gesundheitsregion Göttingen/Südniedersachsen. Die Veranstaltung ist gebührenfrei, eine Anmeldung ist erforderlich.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Helmut Platte, Sebastian Stocker
Montag, 10.10.2022, 19 bis 21.15 Uhr
1 Termin, kostenlos
Anmeldeschluss: 4.10.2022
Kurs-Nr.: F3820P3

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. AUDEA kreativ bietet die Möglichkeit: - sich mit den Veränderungen auseinanderzusetzen, um besser damit zurecht zu kommen, - Ihre Gedächtnisleistung länger zu erhalten und evtl. zu verbessern, - der Beratung - auch von Angehörigen, - über finanzielle Leistungen der Pflegeversicherung mehr zu erfahren, um diese besser zu nutzen, - über alltägliche Schwierigkeiten zu reden und individuelle Lösungen zu erarbeiten und umzusetzen, - in der Gruppe - durch gemeinsames Tun - die Freude am Leben zu erhalten. Das alles in einer entspannten und achtsamen Atmosphäre, in der Sie zu Wort kommen. Sie erhalten Antworten auf Ihre Fragen und können sich durch Verständnis getragen fühlen. Die Stunde kostet 15 Euro. Mit dem Betrag sind alle Kosten gedeckt. Ab Pflegegrad 1 können die Kosten von der Krankenkasse übernommen werden. Vor der ersten Teilnahme freuen wir uns auf ein Gespräch mit Ihnen, gerne auch bei Ihnen zu Hause. Infos unter Telefon 05571/7893. Jeden 1. und 3. Mittwoch von 16.30 bis 18.30 Uhr, kostenlose Beratungen mittwochs von 14 bis 16.30 Uhr, außer an Feier- und Brückentagen. Bitte telefonisch anmelden unter 05571/ 7893.



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

Uslar, KVHS-Haus,
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Hintereingang - durch den Garten -, Gruppenraum
Souterrain/AUDEA
Gabriele Kleinschmidt
Mittwoch, 7.9.2022, 16.30 bis 18.30 Uhr
10 Termine, kostenlos
Kurs-Nr.: F1032U3

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. Ziel des Kurses ist es, geistig aktiv und fit zu bleiben bzw. zu werden.

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Michael Kompert
Dienstag, 20.9.2022, 10 bis 11.30 Uhr
5 Termine, 32,50 Euro
Anmeldeschluss: 15.9.2022
Kurs-Nr.: F3411U1

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Michael Kompert
Mittwoch, 21.9.2022, 10 bis 11.30 Uhr
5 Termine, 32,50 Euro
Anmeldeschluss: 15.9.2022
Kurs-Nr.: F3411U2

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Michael Kompert
Dienstag, 8.11.2022, 10 bis 11.30 Uhr
5 Termine, 32,50 Euro
Anmeldeschluss: 3.11.2022
Kurs-Nr.: F3411U3

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2
Michael Kompert
Mittwoch, 9.11.2022, 10 bis 11.30 Uhr
5 Termine, 32,50 Euro
Anmeldeschluss: 3.11.2022
Kurs-Nr.: F3411U4

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 fünf Jahren. Die Anmeldegebühr gilt für einen Erwachsenen und ein Kind. Bitte mitbringen: Behältnisse für Kostproben, eventuell Schürze, Geschirrhandtuch, scharfes Messer.

Northeim, Erich-Kästner-Schule
Lehrküche, Sudheimer Straße 22
Aloisia Tietz
Samstag, 8.10.2022, 10.30 bis 13.30 Uhr
1 Termin, 32 Euro für ein Elternteil und ein Kind (incl. Lebensmittelkosten) (keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 30.9.2022
Kurs-Nr.: F3710P1K

● Pasta

Nudeln machen glücklich, schmecken unwiderstehlich und es gibt viele Möglichkeiten sie zuzubereiten. Wir kochen Pasta mit feiner Soße, raffiniert gefüllte Nudeln mit selbst zubereitetem Nudelteig. Bitte Behältnisse für Kostproben, Schürze, scharfes Messer und Geschirrhandtuch mitbringen.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Raum 109 (Küche), Haus I, EG,
-Eingang vom Hof-
Aloisia Tietz
Dienstag, 15.11.2022, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 27 Euro / ermäßigt 22,20 Euro
inklusive Lebensmittelkosten
Anmeldeschluss: 8.11.2022
Kurs-Nr.: F3750E1

Northeim, Erich-Kästner-Schule
Lehrküche, Sudheimer Straße 22
Aloisia Tietz
Mittwoch, 12.10.2022, 19 bis 22 Uhr
1 Termin, 27 Euro / ermäßigt 22,20 Euro
inklusive Lebensmittelkosten
Anmeldeschluss: 5.10.2022
Kurs-Nr.: F3750P1

NEU!

● Nachhaltig Kochen und Essen

Mit Kichererbsen und Linsen
Kichererbsen und Linsen liefern wertvolles pflanzliches Protein, Vitamine und Mineralstoffe und sind deshalb 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.

Northeim, Erich-Kästner-Schule
Lehrküche, Sudheimer Straße 22
Aloisia Tietz
Mittwoch, 5.10.2022, 19 bis 22 Uhr
1 Termin, 27 Euro / ermäßigt 22,20 Euro
inklusive Lebensmittelkosten
Anmeldeschluss: 28.9.2022
Kurs-Nr.: F3770P1

Tipps zu gesunder Ernährung –
bei Ihrer KVHS!

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

SAISONSTART
SEPTEMBER

www.kws.de

ZUKUNFT SÄEN
SEIT 1856

KWS



Saisonales und Regionales

NEU!

● **Kürbisküche - Fit und gesund durch den Herbst**
 Kürbis & Co - der kalorienarme Herbstgenuss 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 Kostproben sowie Getränke für den Eigenbedarf.

Bodenfelde, Heinrich-Roth-Gesamtschule (IGS), Küche
 Gesine Rode
 Mittwoch, 21.9.2022, 17.45 bis 20.45 Uhr
 1 Termin, 23 Euro / ermäßigte Gebühr: 19,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
 Anmeldeschluss: 14.9.2022
Kurs-Nr.: F3730B1

● **Herbst-Winterküche**
 Im Herbst/Winter schmecken Kohl, Knollen, Wurzeln und Hülsenfrüchte besonders gut. Wir kochen leckere Gerichte für die kalten Tage. Bitte Behältnisse für Kostproben, Geschirrhandtuch und scharfes Messer mitbringen.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
 Haus I, Raum 117, EG
 -Eingang vom Hof-
 Aloisia Tietz
 Dienstag, 1.11.2022, 18.30 bis 21.30 Uhr
 1 Termin, 27 Euro / ermäßigte Gebühr: 22,20 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
 Anmeldeschluss: 25.10.2022
Kurs-Nr.: F3730E1

● **Kürbisküche - Fit und gesund durch den Herbst**
 Kürbis & Co - der kalorienarme Herbstgenuss in köstlichen Variationen. Das Wörtchen "Co" bezieht sich auf die botanisch verwandte Zucchini. Es gibt Suppe, wir backen und kochen verschiedene Gerichte und bereiten einen Nachtisch zu. Bitte mitbringen: scharfes Messer, Behältnisse für Kostproben und Getränke.

NEU!

Katlenburg-Lindau, OT Lindau, Rhumetalschule, Küche, Schützenallee 12
 Gesine Rode
 Mittwoch, 28.9.2022, 17.45 bis 20.45 Uhr
 1 Termin, 23 Euro / ermäßigte Gebühr: 19,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
 Anmeldeschluss: 21.9.2022
Kurs-Nr.: F3730J1

Kreiensen, Greene, Haupt- und Realschule, Leinestraße 68, Küche
 (Klingel befindet sich neben dem Briefkasten rechts an der Eingangstür)
 Gesine Rode
 Montag, 26.9.2022, 17.45 bis 20.45 Uhr
 1 Termin, 23 Euro / ermäßigte Gebühr: 19,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
 Anmeldeschluss: 19.9.2022
Kurs-Nr.: F3730K1

NEU!

● **Ayurvedische Herbstküche**
 Richtig essen aus Liebe zu sich selbst sind Grundlagen der indischen und ayurved... Lesen Sie weiter auf Seite 113

Katlenburg-Lindau, OT Lindau, Rhumetalschule, Küche, Schützenallee 12
 Arjan Pal Singh
 Montag, 26.9.2022, 17.45 bis 21.30 Uhr
 1 Termin, 26 Euro / ermäßigt: 19,40 Euro (inkl. Lebensmittelkosten)
 Anmeldeschluss: 19.9.2022
Kurs-Nr.: F3750J1

Kochkulturen

NEU!

● **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 Kostproben sowie Getränke.

Kreiensen, Greene, Haupt- und Realschule, Leinestraße 68, Küche
 (Klingel befindet sich neben dem Briefkasten rechts an der Eingangstür)
 Gesine Rode
 Montag, 14.11.2022, 17.45 bis 20.45 Uhr
 1 Termin, 23 Euro / ermäßigte Gebühr: 19,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
 Anmeldeschluss: 7.11.2022
Kurs-Nr.: F3730K2

viNATURis
 Northeim

Öko-Kontrollstelle:
 GFRS
 Gesellschaft für
 Ressourcenschutz mbH
 DE-ÖKO-039 GFRS

Unverpacktes

Einkufen 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), Küche
Gesine Rode
Mittwoch, 16.11.2022, 17.45 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 23 Euro / ermäßigte Gebühr:
19,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 9.11.2022
Kurs-Nr.: F3730B2

● Indisches Fingerfood

Wer schon einmal in Indien war, hat erlebt, dass dort an jeder Straßenecke kleine Stände mit Fingerfood anzutreffen sind. Wir wollen in unserem Kurs gemeinsam Pakoras, Samosas, Tikkas, Bhuturas, Paronthas und dazu verschiedene Chutneys zubereiten. Dazu servieren wir Tee (Chai) und Mango Lassi. Diese Küche ist schnell und unkompliziert.

Nörten-Hardenberg, KGS Außenstelle Nörten-Hdbg., An der Bunte 2, Küche
Arjan Pal Singh

Mittwoch, 11.1.2023, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 23 Euro / ermäßigte Gebühr:
19,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 5.1.2023
Kurs-Nr.: F3750N1

● Indische vegane Küche

Vegane Küche verzichtet auf Lebensmittel tierischer Herkunft - auf Fleisch, Fisch, Milchprodukte. Wie gut es trotzdem schmecken kann, lernen Sie hier. Sie entdecken neue Produkte und Zubereitungsarten und lernen, auf welche Nährstoffe Sie bei veganer Zubereitung achten müssen. Wir kochen gemeinsam schmackhafte und gesunde Gerichte, die sich im Alltag leicht zubereiten lassen. Der Kurs richtet sich an Menschen, die begonnen haben, sich vegan zu 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 Behältnisse für nicht verzehrte Speisen mitbringen.

NEU!

Pro Klaus Hartmann

Golfen in Einbeck neu erlernen

Auf dem Platz des Golf und Country Club Leinetal Einbeck | Telefon 0163 1943618
Am Holzgrund 20 | Einbeck-Immensen
www.golfschule-haklmann.de

Kurse können u.a. direkt über die KVHS Northeim gebucht werden

oder sein Spiel verbessern

GOLFSCHULE HAKLMANN

PGA

Nörten-Hardenberg, KGS Außenstelle Nörten-Hardenberg, An der Bunte 2, Küche
Arjan Pal Singh
Mittwoch, 25.1.2023, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 23 Euro / ermäßigte Gebühr:
19,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 19.1.2023
Kurs-Nr.: F3750N2

● Indische vegetarische Küche

Vegetarische Küche verzichtet auf einige Lebensmittel tierischer Herkunft - auf Fleisch und Fisch. Wie gut es trotzdem schmecken kann, lernen Sie hier. Sie entdecken neue Produkte und Zubereitungsarten und lernen, auf welche Nährstoffe Sie bei vegetarischer Zubereitung achten müssen. Wir kochen gemeinsam schmackhafte und gesunde Gerichte, die sich im Alltag leicht zubereiten lassen. Der Kurs richtet sich an Menschen, die begonnen haben, sich vegetarisch zu 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 Behältnisse für nicht verzehrte Speisen mitbringen.

Moringen, Kooperative Gesamtschule, Waldweg 30, Lehrküche
Arjan Pal Singh
Mittwoch, 23.11.2022, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 23 Euro / ermäßigte Gebühr:
19,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 17.11.2022
Kurs-Nr.: F3770M1

Nörten-Hardenberg, KGS Außenstelle Nörten-Hardenberg, An der Bunte 2, Küche
Arjan Pal Singh
Mittwoch, 12.10.2022, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 23 Euro / ermäßigte Gebühr:
19,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 6.10.2022
Kurs-Nr.: F3770N1

● Orientalische Küche - die Würze des Fernen Ostens schmecken

Es erwartet Sie eine kulinarische Reise in ein Land aus 1001 Nacht. Die Rezepte begeistern mit aufregenden Gewürzen aus dem Orient. Lassen Sie sich überraschen. Bitte mitbringen: Scharfes Messer, Behältnisse für Kostproben und Getränke für den Eigenbedarf.

NEU!

Katlenburg-Lindau, OT Lindau, Rhu-
metalschule, Küche, Schützenallee 12
Gesine Rode
Freitag, 18.11.2022, 17 bis 20 Uhr
1 Termin, 23 Euro / ermäßigte Gebühr:
19,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 13.11.2022
Kurs-Nr.: F3730J3

● **Italienische Küche**

Pizza und Pasta gehören zu unserem all-
täglichen Speiseplan und werden gerne
gegessen. Die italienische Küche hat
aber noch viel mehr im Angebot. Sie
bietet für jeden Geschmack köstliche
Spezialitäten. Bitte Behältnisse für
Kostproben, scharfes Messer und
Geschirrtuch mitbringen.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 117, EG
-Eingang vom Hof-
Aloisia Tietz
Dienstag, 27.9.2022, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 27 Euro / ermäßigt: 22,20 Euro
(inklusive Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 20.9.2022
Kurs-Nr.: F3730E2

● **Antipasti und Tapas**

Italienische Vorspeisen und spanische
phantasievolle kleine Gerichte zur Feier
des Alltags: Die raffinierten Kleinigkeiten
sind meist gut vorzubereiten, schmecken
in vielen Fällen auch kalt und sind sehr
abwechslungsreich. Gemeinsam wollen
wir diese Köstlichkeiten kennenlernen
und zubereiten und bei einem Glas Wein
oder Sherry genießen. Bitte Behältnisse

für Kostproben, scharfes Messer und
Geschirrtücher mitbringen.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 117, EG
-Eingang vom Hof-
Aloisia Tietz
Dienstag, 20.9.2022, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 27 Euro / ermäßigte Gebühr:
22,20 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 13.9.2022
Kurs-Nr.: F3750E2

● **Italienisch Kochen - Antipasti**

Die Antipasti oder Vorspeisen sind
wahrscheinlich der modernste Teil der
italienischen Küche: kleine, schmackhaf-
te, aromatische Gerichte, die endlos
variiert und kombiniert werden können.
Sie sind nicht nur als Vorspeise, sondern
als Snack, als Teil eines Buffets oder als
eigenständige Mahlzeit geeignet. Dank
dieser Vielseitigkeit und auch, weil
Antipasti im Voraus zubereitet werden
können, sind sie für die Gästebewirtung
ideal. Wir kochen mit Knoblauch, frischen
Kräutern, Fisch und Meerestieren. Wir
arbeiten in Gruppen von jeweils zwei
Personen zusammen. Freude bei der
Zubereitung und dem anschließenden
gemeinsamen Essen soll natürlich nicht
zu kurz kommen. Bitte Schreibmaterial,
Klarsichthülle, Schürze, kleine Behälter
und ein bis zwei Geschirrtücher
mitbringen.

Kreiensen, Greene, Haupt- und Real-
schule, Leinestraße 68, Küche
(Klingel befindet sich neben dem Brief-
kasten rechts an der Eingangstür)
Petra Seipelt
Samstag, 12.11.2022, 18.30 bis 23 Uhr
1 Termin, 29 Euro / ermäßigte Gebühr:
23,60 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 6.11.2022
Kurs-Nr.: F3750K1

Ernährungsstile

● **Gesund und aktiv ins Alter**

Eine ausgewogene Ernährung hält fit
Die richtige Ernährung in Kombination mit
Bewegung trägt maßgeblich zur Erhal-
tung der Leistungsfähigkeit und des
Wohlbefindens bei. Wir kochen Gerichte,
die auf die speziellen Bedürfnisse der
Generation 60+ eingehen. Bitte Behältnis-
se für Kostproben mitbringen.

**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

Bad Gandersheim, Oberschule,
Stettiner Straße 2, Küche (Altbau)
Aloisia Tietz
Montag, 7.11.2022, 14 bis 17 Uhr
4 Termine, 100 Euro / ermäßigte Gebühr:
80,80 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 31.10.2022
Kurs-Nr.: F3770A1

NEU!

● **Insekten: Leckere, nachhaltige Proteinlieferanten der Zukunft**

Insekten essen? Klingt zunächst eher wenig verlockend. Dass sie hervorragende Protein-Lieferanten sind, mit einer sehr guten Öko-Bilanz, die zur Gesundung des Planeten beitragen können, ist wohl inzwischen allgemein bekannt. Weniger klar ist vielen, dass sie auch gut schmecken und vielfältig zu verarbeiten sind - und genau das wollen wir nach einer theoretischen Einführung an diesem Abend demonstrieren und probieren. Bringen Sie Neugier mit und lassen Sie sich überraschen!

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Dr. Nils Th. Grabowski, Wolfgang Schatz
Mittwoch, 12.10.2022, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 22 Euro / ermäßigte Gebühr:
18 Euro incl. Lebensmittelkosten
Anmeldeschluss: 4.10.2022
Kurs-Nr.: F1056P1

● **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. Bei Kohlenhydraten handelt es sich um Zucker, also um einen mächtigen Energielieferanten. Beim Menschen landet diese Energie leider allzu oft in Form von Fettzellen auf den Hüften. Deshalb völlig auf Kohlenhydrate zu verzichten sollte man allerdings nicht. Mit der Low-Carb-Ernährung finden Sie die gesunde Mitte. Wir kochen und backen verschiedene Gerichte. Bitte mitbringen: scharfes Messer, Behältnisse für Kostproben und Getränke für den Eigenbedarf.

Katlenburg-Lindau, OT Lindau, Rhumetalschule, Küche, Schützenallee 12
Gesine Rode

Mittwoch, 18.1.2023, 17.45 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 23 Euro / ermäßigte Gebühr:
19,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 11.1.2023
Kurs-Nr.: F3730J2

● **Ayurvedische Herbstküche**

Richtig essen aus Liebe zu sich selbst sind Grundlagen der indischen und ayurvedischen Ernährung. Ayurvedisch kochen ist ein Fest für die Sinne. Gewürze - Juwelen der ayurvedischen Küche! Mit diesem Essen kommt man gut durch die kalte Jahreszeit und kann allerlei Krankheiten vorbeugen (Arthrose, Rheuma etc.). Bitte mitbringen: zwei Geschirrtücher, Restebehälter.

Katlenburg-Lindau, OT Lindau, Rhumetalschule, Küche, Schützenallee 12
Arjan Pal Singh
Montag, 26.9.2022, 17.45 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 26 Euro / ermäßigte Gebühr:
19,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 19.9.2022
Kurs-Nr.: F3750J1

● **Ayurvedisch Fasten - Vortrag**

Der Vortrag ist sowohl Teil der Vorbereitung für das ayurvedische Fasten selbst ... Lesen Sie weiter auf Seite 107

Bad Gandersheim, Heckenbeck,
Methfesselstraße 37, Praxis Alemi
Heilpraktikerin Matina Alemi
Dienstag, 27.9.2022, 18.30 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 8 Euro / ermäßigt 4 Euro
Anmeldeschluss: 20.9.2022
Kurs-Nr.: F3780A1

● **Ayurvedisch Fasten - der Kurs**

Fasten gehört seit Jahrtausenden zum Gesunderhaltungsprogramm der Menschheit. Di... Lesen Sie weiter auf Seite 107

Bad Gandersheim, Heckenbeck,
Methfesselstraße 37, Praxis Alemi
Heilpraktikerin Matina Alemi
Dienstag, 4.10.2022, 18.30 bis 20.45 Uhr
Dienstag, 11.10.2022, 18.30 bis 20 Uhr
Freitag, 14.10.2022, 18.30 bis 20 Uhr
Dienstag, 18.10.2022, 18.30 bis 20 Uhr
4 Termine, 32 Euro
(zzgl. 15 Euro Materialkosten direkt an die Kursleiterin)
Anmeldeschluss: 28.9.2022
Kurs-Nr.: F3780A2

Afrikanisch kochen (Neu!)

Appetit auf afrikanisches Essen?
Die klassischen Zutaten in der afrikanischen bzw. kamerunischen Küche sind Maniok, Yams, Kochbananen (gebraten oder gekocht), Mais und Reis. Dazu gibt es Soßen oder Eintöpfe aus Gemüse und Erdnüssen. Typisch sind stark gewürzte Gerichte mit Fisch, Fleisch und afrikanisches BBQ. Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch und Behältnisse für Kostproben.

Bodenfelde, Heinrich-Roth-Gesamtschule (IGS), Küche
TrypheneTchonang
Mittwoch, 11.10.2022,
16.30 bis 19 Uhr
1 Termin,
20 Euro / ermäßigte Gebühr:
17,30 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 29.9.2022
Kurs-Nr.: F3750B1

● **Indische vegane Küche**

Vegane Küche verzichtet auf Lebensmittel tierischer Herkunft - auf Fleisch, Fisch...
Lesen Sie weiter auf Seite 111

Nörten-Hardenberg, KGS Außenstelle
Nörten-Hardenberg, An der Bunte 2,
Küche
Arjan Pal Singh
Mittwoch, 25.1.2023, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 23 Euro / ermäßigte Gebühr:
19,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 19.1.2023
Kurs-Nr.: F3750N2

● **Indische vegetarische Küche**

Vegetarische Küche verzichtet auf einige Lebensmittel tierischer Herkunft - auf ...
Lesen Sie weiter auf Seite 111

Moringen, Kooperative Gesamtschule,
Waldweg 30, Lehrküche
Arjan Pal Singh
Mittwoch, 23.11.2022, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 23 Euro / ermäßigte Gebühr:
19,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 17.11.2022
Kurs-Nr.: F3770M1

● **Indische vegetarische Küche**

Vegetarische Küche verzichtet auf einige Lebensmittel tierischer Herkunft - auf ...
Lesen Sie weiter auf Seite 111

Nörten-Hardenberg, KGS Außenstelle
Nörten-Hardenberg, An der Bünte 2,
Küche

Arjan Pal Singh

Mittwoch, 12.10.2022, 18.30 bis 21.30 Uhr

1 Termin, 23 Euro / ermäßigte Gebühr:

19,40 Euro (incl. Lebensmittelkosten)

Anmeldeschluss: 6.10.2022

Kurs-Nr.: F3770N1

Weinkunde

● **Die bedeutendsten Weinregionen der Welt**

Das Weinseminar gibt einen Überblick über die weltweit bekanntesten Weinregionen. Dabei wird ein kurzer Abriss über deren Geschichte, Klima und Besonderheiten gegeben. Eine Reihe von Weingütern wird in schönen Bildern vorgestellt. Es werden die unterschiedlichsten Weine besprochen - jeweils typisch für die angesprochene Region. So entsteht auch ein Bild von der Vielfalt unterschiedlicher Aromen, Weinstile, Weincharakterika. Dabei sind es oft nicht die großen Weinproduzenten, sondern gerade die kleineren bis mittelgroßen Winzer, die besonderen Wert auf die Herausarbeitung der Besonderheiten ihrer in ihrer Region hergestellten Weine legen. Insgesamt werden über zehn Wei-

ne verkostet und besprochen, darunter die unterschiedlichsten Traubensorten. Wenn der Abend nach 23 Uhr ausklingt, sollten alle Teilnehmenden einen gemütlichen Abend verbracht und eine Reihe neuer Weine kennen gelernt haben. Insbesondere wird aber auch die Fähigkeit des "Philosophierens über Wein" trainiert worden sein. Bitte beachten Sie, dass sich der Veranstaltungsort, das Wächterstübchen in Bad Gandersheim, etwa 130 Stufen über der Altstadt befindet.

Bad Gandersheim, Wächterstübchen

Treffpunkt: Treppe Rathaus

Norbert Braun

Samstag, 5.11.2022, 19.30 bis 23.15 Uhr

1 Termin, 36,66 Euro / ermäßigt 31,66 Euro

(incl. Weinkosten)

Anmeldeschluss: 30.10.2022

Kurs-Nr.: F3790A1

wir bauen ihr neues

bad
komplett *ezimmer*

barrierefrei

37154 Northeim
mittelweg 20
Tel.: 05551/8401

sero
handwerker-services
...die meister
handwerker



Nachhaltige Bildung – Kochen ist notwendig für alle
Bildung für nachhaltige Entwicklung fördert das Verständnis in der Bevölkerung, dass das eigene Handeln Folgen für alle, für die Gesellschaft und zukünftige Generationen mit sich bringt. Gerade der Bereich der Ernährung eignet sich in idealer Weise, um beispielhaft durch bewussten Einkauf und Umgang mit Lebensmitteln auch gesellschaftliche Verantwortung zu übernehmen. Zum Beispiel durch Müllvermeidung, durch regionale und saisonale Einkäufe und weniger Fleischkonsum.

Alle Kurse an der KVHS sind qualitätsgesichert. Uns ist es wichtig, dass Sie in unseren Kursen Ihre Gesundheit nachhaltig fördern und Ihre Gesundheitskompetenzen erweitern können. Wir verstehen den Begriff „Gesundheit“ in seiner ganzheitlichen Bedeutung - als Zusammenspiel von körperlichem, geistigem, seelischem und sozialem Wohlbefinden. Diese Ganzheitlichkeit versuchen wir stets mit einem fundierten und abwechslungsreichen Kursangebot abzubilden.

NEU!



● **Wie recherchiert man die Beteiligung von Familienmitgliedern während des Nationalsozialismus?**

Die Veranstaltung will Menschen anregen, sich mit der NS-Vergangenheit der eigenen Familie auseinander zu setzen und Hilfestellung dabei geben. Kolportierte Anekdoten über den Onkel bei der Wehrmacht und Sätze wie „Oma war immer gegen Hitler“ kennen wir alle. Die Zeit ist günstig, tradierten Familienlegenden auf den Grund zu gehen. Gerade heute lassen sich Werdegänge verwandter Personen im Nationalsozialismus oft detailliert nachvollziehen und belegen. Eine wichtige Quelle sind Archive: Dokumente aus der NS-Zeit sind heute meist gut zugänglich. In den vergangenen zwei Jahrzehnten entstanden viele Gedenkstätten und Museen im In- und Ausland zur Dokumentation von NS-Verbrechen, deren Opfer und Widerstand. Lokalhistoriker*innen vor Ort haben viele Informationen zusammengetragen. Eine weitere wichtige Quelle sind Zeitzeug*innen im Ausland. Noch hat man Gelegenheit, sie zu fragen. Auch das Internet ist zur Fundgrube für historische Informationen geworden. Sie bekommen vor der Veranstaltung eine E-Mail mit einem Einladungslink geschickt. Bitte geben Sie dafür bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an.

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Katrin Raabe, N.N.

Donnerstag, 20.10.2022, 18 bis 20.15 Uhr

1 Termin, kostenlos

Anmeldeschluss: 18.10.2022

Kurs-Nr.: F1000X1

● **Gemeinsam Kreativ**

Ein Angebot für Menschen, die aufgrund ihrer psychischen Disposition Schwierigkeiten in verschiedenen Lebensbereichen haben, aber Interesse mitbringen an kreativem Gestalten, Kommunikation und Austausch in geschütztem Rahmen. Ziel ist es, mit Spiel, Spaß und gemeinsamen Tun Ihre Kreativität zu fördern und schöne Sachen entstehen zu lassen. Hier können Sie viele verschiedene Kreativtechniken lernen:

1. Unterschiedliche Maltechniken
2. Holzarbeiten wie Brandmalerei, Laubsägearbeiten und Schnitzen
3. Basteln mit Pappe und Papier, Schachteln und Figuren, Fensterbilder, usw.
4. Pappmaché-Masken, Figuren und Gebrauchsgegenstände
5. Serviettentechnik auf Leinwand, Glas und Textilien
6. Häkeln und Stricken - auch für Linkshänder - und mehr.

Der Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich - nach vorherigem Gespräch mit der Kursleiterin, Telefon 05571/ 7893. Die Teilnahme ist gebührenfrei, nur die selbst verbrauchten Materialien müssen bezahlt werden. Je nach Corona-Lage findet der Kurs auch online statt.

Uslar, KVHS-Haus,

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Hintereingang - durch den Garten -, Gruppenraum Souterrain/AUDEA

Gabriele Kleinschmidt

Mittwoch, 7.9.2022, 16.30 bis 19 Uhr

10 Termine, kostenlos

jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat

Kurs-Nr.: F1032U4

● **Mit "Elefant" und "Eule" zu mehr Lernfreude**

Sie möchten den pädagogischen Alltag in Tagesstätten und/oder in der Schule bunt gestalten und dabei die Bewegung und die Konzentration sowie Lernfähigkeit bei den Kindern spielerisch fördern? Haben Sie sich schon einmal die Frage gestellt, was Überkreuzbewegungen bewirken und warum diese so wichtig sind oder warum das Zeichnen einer liegenden Acht und ein ausgeglichener Wasserhaushalt einfache Beispiele und effektive Methoden sind, um Lernfreude und Lernerfolg zu fördern? In diesem Workshop lernen Sie einige der 26 Brain Gym®-Übungen kennen und erfahren, wie Sie diese spielerisch in Ihren Berufsalltag einbauen können, um so die Lernfreude der Kinder zu steigern. Dieser Kurs richtet sich ausschließlich an pädagogisches Personal, die in Kindertagesstätten und Schule tätig sind. Bitte für die Veranstaltung bereitstellen: Eine Flasche Wasser (möglichst still). Sie bekommen vor der Veranstaltung eine E-Mail mit einem Einladungslink geschickt. Bitte geben Sie dafür bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an.

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Tobias Kaspar, Annika Honermeier

Samstag, 5.11.2022, 10 bis 13.15 Uhr

1 Termin, 24 Euro

Anmeldeschluss: 28.10.2022

Kurs-Nr.: F1060X1K

● **Jiddische Lieder singen und verstehen - eine Einführung**

Onlinekurs

Im Kurs wollen wir gemeinsam jiddische Lieder singen, darüber hinaus aber auch ein wenig die jiddische Sprache und die Besonderheiten des traditionellen jiddischen Gesangs kennenlernen. Ziel ist es, dass die Teilnehmer*innen eine Reihe bekannterer jiddischer Lieder singen und mit dem Text etwas anfangen können. Bei Interesse können wir auch weniger bekannte Lieder besprechen und singen. Eine Fortsetzung des Kurses ist möglich. Sie benötigen ein Smartphone, Rechner oder Tablet mit Mikrofon und Kamera. Sie bekommen vor dem Kurs einen Link mit der Einladung zum Kurs gemailt. Bitte geben Sie bei Ihrer Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse mit an.

Online-Kurs, GoToMeeting

Olaf Ruhl

Dienstag, 4.10.2022, 19 bis 20.30 Uhr

6 Termine, 36 Euro

Anmeldeschluss: 29.9.2022

Kurs-Nr.: F2080X1



● **Virtual Vocal POP 4 - Online**
 "Virtual Vocal POP", das virtuelle Chor-Projekt, geht im Wintersemester in die vierte Runde! Dieses Mal wird mit "Jingle Bell Rock" ein amerikanischer Weihnachtshit gesungen, der von Bobby Helms bereits in den 1950er-Jahren bekannt gemacht wurde. Auch in der vierten Auflage des Projekts werden die Teilnehmer*innen ihre Chorstimme (Sopran, Alt oder Bariton) zu Hause lernen, Hinweise zur Ausführung bekommen und auf eventuell stimmlich fordernde Passagen hingewiesen, um dann am Ende der Probenphase ihre Video- und Tonaufnahmen an den Kursleiter zu schicken. Aus diesen einzelnen Aufnahmen wird dann ein Chorvideo entstehen, in dem alle Aufnahmen übereinander gelegt und zusammengeführt werden. Anders als in den bisherigen Durchgängen, wird es in der aktuellen Ausgabe neben einem Start- und einem Abschluss-Treffen, die über Zoom stattfinden werden, keine festen Termine mehr geben, an denen alle Sänger*innen im Internet zusammenkommen, um dort zu proben. An die Stelle dieser Termine treten Video-Tutorials, die wöchentlich freigeschaltet werden und allen Teilnehmenden erlauben, ihre Proben dann durchzuführen, wenn sie Zeit dazu haben. Hiermit möchte die KVHS auf die sich entspannende Pandemie-Situation eingehen, die auch dazu führt, dass die Terminkalender der Menschen wieder voller und regelmäßige freie Zeiten seltener geworden sind. Um Feedback zum eigenen Probenstand zu erhalten, bekommen die Teilnehmenden dieses Mal die Möglichkeit, wöchentlich eine Auf-

nahme an den Kursleiter zu schicken, der eine individuelle Rückmeldung geben wird.

Zur Teilnahme am Projekt benötigt man ein Gerät zum Abrufen der wöchentlichen Videos auf YouTube (z. B. einen PC, ein Handy oder ein Tablet). Die Treffen zu Beginn und Abschluss werden über die Meeting-Software "Zoom" erfolgen. Zur Aufnahme des eigenen Gesangs und des Videos ist im einfachsten Fall ein Smartphone ausreichend. Die bisherigen Videos sind auf dem YouTube-Kanal des Kursleiters und der KVHS zu finden. Die Zahl der Sänger*innen für dieses Projekt ist auf 60 Personen begrenzt.

Folgende Termine sind geplant:

18.09.2022, 20 Uhr - Zoom-Meeting zum Projekt-Start

ab 19.09.2022 - wöchentlich je ein Probenvideo, dessen Link per E-Mail an alle Teilnehmenden verschickt wird

17.10.2022 - letzte der wöchentlichen Proben, danach Einreichen der Ton- und Videoaufnahmen

18.12.2022 - Präsentation des fertigen Videos in einem weiteren Zoom-Meeting und Verteilen des Links zum Video

Online-Kurs, Der virtuelle Kursraum wird bekannt gegeben.

André Wenauer
 Sonntag, 18.9.2022, 20 bis 21.30 Uhr
 Montag, 17.10.2022, 20 bis 21.30 Uhr
 Sonntag, 18.12.2022, 20 bis 21.30 Uhr

3 Termine, 15 Euro
 (keine Ermäßigung möglich)
 Anmeldeschluss: 16.9.2022
Kurs-Nr.: F2080X2K

● **Netzwerktreffen der Kontaktstelle Musik**

Vierteljährlich bietet die Kontaktstelle Musik unter dem Motto „Music is it!“ allen Musikakteur*innen aus der Region einen Termin zum gemeinsamen Austausch zum Teil mit Impulsen von außen an. Wir wollen u. a. miteinander ins Gespräch darüber kommen, welche Veranstaltungen, Projekte, Entwicklungsmöglichkeiten und Förderprogramme im musikalischen Sektor in Ihrem Verein, Ihrer Musikschule, Ihrem Ensemble, Ihrer Band oder ähnlichem anstehen oder zukünftig von Bedeutung sein könnten. Wie sehen Ihre Planungen für das Jahr 2022 im kulturellen Bereich aus?

Je nach Pandemielage wird der Kurs kurzfristig in einen virtuellen Raum

verlegt. Bitte geben Sie dazu bei der Anmeldung Ihre E-Mail Adresse an: Sie erhalten darüber die Einladung/ Zugangsdaten zur Online-Plattform.

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum U 14

Jessica Krause

Donnerstag, 29.9.2022, 19 bis 21 Uhr

Mittwoch, 7.12.2022, 19 bis 21 Uhr

2 Termine, kostenlos

Anmeldeschluss: 26.9.2022

Kurs-Nr.: F2089P1

**Online-Vortragsreihe:
 Kein Müll im Fluss**

Plastikmüll ist in eines der größten Umweltprobleme der heutigen Zeit. Schätzungen zufolge gelangten allein im Jahr 2016 weltweit 19 bis 23 Millionen Tonnen nicht nur in unsere Meere, sondern auch in unsere Seen und Flüsse. Bis 2030 könnte diese Menge bis auf jährlich 53 Millionen Tonnen ansteigen. Die Verschmutzung beginnt bereits im Binnenland. Die Ausmaße und Folgen für Pflanzen und Tiere, aber auch für uns Menschen sind schon jetzt dramatisch.

Was können wir dagegen tun?
 Welche neuen Technologien können uns dabei unterstützen?
 Wie sind die aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisse zu diskutieren? Diesen Fragen geht unsere Vortragsreihe nach. Sie sind herzlich dazu eingeladen.

Gerahmt wird diese Vortragsreihe vom World Cleanup Day (17.09.2022) und der Europäischen Woche der Abfallvermeidung (19. bis 27.11.2022). Mehr dazu unter www.wochederabfallvermeidung.de

Die Vortragsreihe ist eine Zusammenarbeit vom BUND Landesverband Niedersachsen e. V. und dem Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e. V.

NEU!

● **Online-Kurs:
Büroyoga und -pilates**

Langes Sitzen im Büro, Mangel an Zeit und andere Gründe führen dazu, dass wir uns nicht genug bewegen, mangelnde Fitness, Rücken- und Nackenbeschwerden haben, an Gewicht zunehmen sind die üblichen Probleme. Und genau da setzt Büروفitness ein: Bewegung im Büro mit Büroyoga und Büropilates mit Übungen im Sitzen, Stehen, auf dem Stuhl. Sie bekommen vor der Veranstaltung eine E-Mail mit einem Einladungslink geschickt. Bitte geben Sie dafür bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an.

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Nadja Ziehn

Dienstag, 8.11.2022, 12.30 bis 13.15 Uhr

6 Termine, 16,80 Euro

Anmeldeschluss: 1.11.2022

Kurs-Nr.: F3132X1

● **Französisch online für
Teilnehmer*innen mit zwei
bis 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 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 und legen Schreibutensilien bereit.

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Karin Ganßmann

Dienstag, 13.9.2022, 17.30 bis 19 Uhr

10 Termine, 56 Euro

Lehrbuch: Rencontres en français A1

(Klett-Verlag)

Anmeldeschluss: 6.9.2022

Kurs-Nr.: F4215X1

● **Italienisch online**

Wiederholung und Festigung

am Wochenende

Grundstufe A1/2

Dieser Online-Kurs ist für Teilnehmende, die schon einen Italienischkurs für Anfänger*innen besucht oder früher schon einmal Italienisch gelernt haben und jetzt wieder in diese schöne Sprache einsteigen und Ihre Grundkenntnisse auffrischen möchten. 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.

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Dr. Pasqualina Sorrentino

Samstag, 17.9.2022, 9 bis 15.30 Uhr

Sonntag, 18.9.2022, 9 bis 15.30 Uhr

2 Termine, 48 Euro

Lehrbuch: Allegro nuovo A1 Italienisch für Anfänger,

Kurs- und Übungsbuch mit Audios,

ISBN 978-3-12-525590-6

Anmeldeschluss: 9.9.2022

Kurs-Nr.: F4310X1

● **Italienisch online 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.

Online-Kurs, Zoom-Meeting

Dr. Pasqualina Sorrentino

Dienstag, 13.9.2022, 19.30 bis 21 Uhr

15 Termine, 90 Euro

Anmeldeschluss: 6.9.2022

Kurs-Nr.: F4320X1



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:

Die eigene Persönlichkeit stärken-Der emotionale Rucksack -Kurs-Nr.: F1074E1 und Kurs-Nr.: F1074P1 S.9

Kommunikation stärken - Kommunikation und Situation- Kurs-Nr.: F1074P7 S.11

Entspannungstechniken kennen lernen - Kurs-Nr.: F3120E2 S.96

Qualifizierung von Kindertagespflegepersonen Kurs-Nr.: F1060Z1K S.26

Qualifizierung von Leitungen von Kindertageseinrichtungen- Kurs-Nr.: F1060Z2K S.26

Qualifizierung zur Schulbegleitung - Kurs-Nr.: F1600Z1K S.27

Kursleiter/in werden?! -Kurs-Nr.: F8000X2 S.13

Bildungsurlaub Business English Stufe A2/B1 - Kurs-Nr.: F4100V1 S.48

Teilzeit - Bildungsurlaub Englisch Brush up your English - Grundstufe A2 - Kurs-Nr.: F4100V2 S.49

Bildungsurlaub Englisch -Brush up your English – Aufbaustufe B1+ - Kurs-Nr. G4100V1 S.49

Business English kompakt - an 2 Samstagen Stufe B1+ - Kurs-Nr.: F4147P2 S.56

MS-Office im modernen Büro - Kurs-Nr.: F5020P3 S.34

MS-Office: Tabellenkalkulation mit EXCEL Bildungsurlaub - Kurs-Nr.: F5022V1 S.35

MS-Office: Textverarbeitung mit Word Bildungswoche am Vormittag- Kurs-Nr.: F5020P1 S.33

Präsentieren mit PowerPoint - Kurs-Nr.: F5026P1 S.36

Die Bedienung von Smartphone/ Handy - Kurs-Nr.: F5013P1 S.31



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



*Angebote für Seniorinnen und Senioren
im Herbst/Winter 2022/2023*



MAN LERNT NIE AUS ...

In Zusammenarbeit mit dem Einbecker Seniorenrat sind von der Kreisvolkshochschule Northeim verschiedene Angebote für Seniorinnen und Senioren entwickelt worden. Diese interessanten und vielseitigen Veranstaltungen finden weiterhin auch in Einbeck statt.

*Haben Sie Fragen und Anregungen, wenden Sie sich bitte direkt an die **KVHS**. Ihre Ansprechpartner/innen finden Sie*

- in der KVHS-Geschäftsstelle über Telefon 0 55 51 / 70 88 210*
- über die Außenstellenleiterin Frau Karin Ganßmann in der Hullerser Str. 19, donnerstags von 10.30 – 12.30 Uhr (nicht in den Schulferien) unter 0 55 51 / 70 88 260 und außerhalb dieser Zeit telefonisch unter 0 55 61 / 79 80 903.*

*Ihr Ansprechpartner beim **Einbecker Seniorenrat** ist Lothar Dolle, Telefon 0 55 61 / 81 774*

Der Einbecker Seniorenrat ist bestrebt, unseren älteren Menschen neue Wege auch im Bereich des lebenslangen Lernens aufzuzeigen und sie in ihren Belangen zu unterstützen.



**Volksbank eG
in Einbeck**

...mehr Werte für Menschen

Bad Gandersheim

Freunde des Plattdeutschen	17
Rechtliche Betreuung im Ehrenamt	20
Gitarre oder Keyboard für Anfän- ger*innen	89
Akkordeon für Fortgeschrittene	91
Hatha Yoga für Anfänger*innen und Fortgeschrittene	95
Yoga	95
Kum Nye Yoga:	96
Entspannung und Heilung, Energie und Lebendigkeit	
Yoga für Senior*innen	99
Qigong	100
Fitnessgymnastik zur Stärkung von Herz und Kreislauf	105
Gesund und aktiv ins Alter	112
Ayurvedisch Fasten - Vortrag	107
Ayurvedisch Fasten - der Kurs	107
Die bedeutendsten	114
Weinregionen der Welt	
Englisch	54
English	56
MS-Office: WORD und EXCEL	35

Bodenfelde

Hatha-Yoga	95
Hatha-Yoga	95
Kürbisküche -	110
Fit und gesund durch den Herbst	
Indische Küche	111

Dassel

Hatha Yoga	96
Wanderung	100
mit Qigong und Heilpflanzen	
Schreiben, Lesen, Rechnen für Men- schen mit Beeinträchtigungen	42

Einbeck

Beth Shean in Israel: Stadt mit zwei Gesichtern	14
Auf den Spuren des Apostels Paulus in den antiken Metropolen Antalya und Perge	14
Die Stadt Betlehem und Stätten in ihrem Umland	15
nature writing und eine neue Nachhaltigkeitsperspektive	18



Von der Trüffelsuche zum Trüffelbau - auch als Kapitalanlage	18	Tabata	102
Lehm als moderner Baustoff	18	Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen	93
Hochsensibilität I	24	NatürlichSein: Selbsterfahrungs- und	94
Hochsensibilität II	24	Achtsamkeitsseminar	
Der emotionale Rucksack	9	Entspannungstechniken	94
Die Geheimnisse des Erfolgs!	11	kennenlernen	
Leichter leben im Garten	19	Yoga am Nachmittag	95
Gärtnern mit der Natur	19	Yoga am Abend	95
Rechtliche Betreuung im Ehrenamt	20	Lachyoga	99
Eintausendmal Lebensglück - Erin- nern, was zählt (... jetzt erst recht!)	74	Stress abbauen - Verwöhn dich!	94
Die ersten Pharaonen und das Ent- stehen der ägyptischen Hochkultur	71	Das Immunsystem winterfest machen	100
Weihrauch und Wein -	71	Golf - Platzreifekurs	106
Fernhandel mit Luxusgütern im pharaonischen Ägypten		Golf - Platzreifekurs	106
Mediterrané -	71	animoVida®	103
Kulturgeschichten um das Mittelmeer		Fitness-Tanz	102
Der Himmel so weit -	73	Fitness-Tanz	102
Landschaftsbilder		Fitness-Tanz	103
Das Gilgamesch-Epos	72	Fitness-Tanz	103
Pferdestärken - das Pferd bewegt die Menschheit	72	Fit mit Antje	104
Ölmalerei	78	Hula-Hoop-Fitnesskurs	104
Schmieden einer Bratpfanne	80	Bauch - Beine - Po	106
Schmieden eines Messers	80	Bauch - Beine - Po	106
Liedbegleitung auf der Gitarre für (leicht) Fortgeschrittene	90	Bauch - Beine - Po	106
Von der Digitalkamera auf den PC und dann	75	Herbst-Winterküche	110
Meine Digitalkamera	75	Italienische Küche	112
Porträtfotografie - es hat geblitzt	76	Pasta	109
		Antipasti und Tapas	112
		Deutsch Grundstufe A1/A2	67
		Deutsch	67
		Englisch für	51
		Frühaufsteher*innen - English for early birds	
		Englisch für	51
		'false beginners' ("falsche" Anfänger*innen)	

Englisch für Frühaufsteher*innen - English for early birds	50		
Englisch	51		
Englisch in the early evening - for best agers	52		
Englisch am Vormittag	52		
English in the evening	52		
English conversation in the morning	53		
Englisch Conversation	55		
Cambridge Certificate Course	56		
Französisch für Anfänger*innen	56		
Französisch am Vormittag Grundstufe A2+	57		
Französisch für Wiedereinsteiger*innen und Interessierte	57		
Italienisch für Fortgeschrittene	60		
Spanisch für Anfänger*innen	60		
Spanisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen aus einem Semester	60		
Spanisch - Grundstufe A1/4	61		
El mundo del español	62		
Spanisch	62		
Arabisch am Wochenende	62		
Neues Leben für alte PCs/Notebooks mit Linux	30		
EDV/PC und Internet	31		
EDV/PC und Internet	32		
EDV/PC und Internet für Generation 55+	32		
EDV/PC und Internet für Generation 55+	32		
MS-Office:	34		
Tabellenkalkulation mit EXCEL	34		
MS-Office: WORD und EXCEL	35		
MS-Office: WORD und EXCEL	35		
Lesen einmal anders - LEA Inklusiver Leseklub®	43		
Lesen in leichter Sprache	43		
Golf - Platzreifekurs	106		
Golf - Platzreifekurs	83		
Golf - Platzreifekurs	81		
Golf - Platzreifekurs	81		
Hardegsen			
Urban sketching - skizzieren im Freien	77		
Gitarre für Fortgeschrittene	90		
Gitarrenkurs für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen	89		
Zuschneiden und Nähen	83		
English Conversation	55		
Kalefeld			
Gymnastik für ältere Frauen	104		
Katlenburg-Lindau			
Hula-Hoop-Fitnesskurs	104		
Kürbisküche -	110		
Fit und gesund durch den Herbst	110		
Low Carb Küche - Genuss mit weniger Kohlenhydraten	113		
Orientalische Küche - die Würze des Fernen Ostens schmecken	111		
Ayurvedische Herbstküche	113		
Kreienzen			
Textiles Gestalten	82		
Achtsamkeit in der Natur - Waldbaden	93		
Achtsamkeit in der Natur - Waldbaden	94		
Yoga in Sebexen	96		
Yoga in Sebexen	96		
Kürbisküche - Fit und gesund durch den Herbst	110		
Indische Küche	110		
Italienisch Kochen - Antipasti	112		
English Discussion	54		
EDV/PC und Internet für Generation 55 +	32		
Moringen			
Indische vegetarische Küche	111		
Nörten-Hardenberg			
Schnitzschule für Kinder zwischen sechs und elf Jahren	28		
Wald hautnah erleben - Walderkundung mit der Försterin und dem Förster	20		
Wald hautnah erleben - Walderkundung mit der Försterin und dem Förster	20		
Orientalischer Bauchtanz	103		
Rücken- und Beckenbodentraining	104		
Rücken- und Beckenbodentraining	104		
Indisches Fingerfood	111		
Indische vegane Küche	111		
Indische vegetarische Küche	111		
Northheim			
Beth Shean in Israel: Stadt mit zwei Gesichtern	14		
Auf den Spuren des Apostels Paulus in den antiken Metropolen Antalya und Perge	15		
Die Stadt Betlehem und Stätten in ihrem Umland	15		
Land im Wandel:	16		
Geschichte Niedersachsens vom Mittelalter bis heute	16		
Insekten: Leckere, nachhaltige Proteinlieferanten der Zukunft	19		
Hochsensibilität I	24		
Kinder sind wunderbar!	24		
- Unterstützen statt erziehen	24		
Der emotionale Rucksack	9		
Souverän mit Ankertechniken und Selbstmotivation	9		
Menschen besser verstehen mit dem Ich-Zustandsmodell	9		
der Transaktionsanalyse	9		
Strokes - Unser ständiger Hunger nach Aufmerksamkeit!	9		
Sie selbst sind der Verfasser Ihrer Lebensgeschichte!	9		
Mit Zieltechniken	10		
den eigenen Weg gehen	10		
Kommunikation und Situation	11		
Magic Words®	10		
Die Geheimnisse des Erfolgs!	11		
Lerntechniken	11		
für Schule und Uni	11		
Schnitzschule für Kinder zwischen 6 und 11 Jahren	28		
Geologie und Vulkanologie des Hohen Meißner in Nordhessen	17		
Recht am Mittwoch:	21		
Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung	21		
Recht am Mittwoch:	21		
Testament und Erbrecht	21		
Rechtliche Betreuung im Ehrenamt	20		
Qualifizierung zur Schulbegleitung	26		
Fachkraft Inklusion	27		
Fachkraft Kleinstkindpädagogik	28		
Ein Leben für die Musik und Poesie - Der Poet Federico García Lorca	63		
Szenen aus "Der kleine Prinz" - Ein Märchen mit Gitarrenmusik in vorweihnachtlicher Zeit von Antoine de Saint-Exupéry	63		



Juan Ramón Jiménez und der kleine Esel Platero - Ein Märchen für Nachdenkliche und ein Höhepunkt der spanischen Literatur	63	Baglama Unterricht	89	Pasta	109
Gruppe Literatur	75	Eine musikalische Reise mit Liedern aus Spanien und Lateinamerika	63	Nachhaltig Kochen und Essen	109
Der Himmel so weit - Landschaftsbilder	73	Zusammen Ukulele spielen	91	Depression und Arbeit - reden wir	107
Die Welt Alexanders des Großen	73	Liedbegleitung auf der Gitarre für Anfänger*innen	89	Depression und Selbsthilfe	108
Workshop für Acrylmalerei	78	Netzwerktreffen der Kontaktstelle Musik	85	Depression ist behandelbar	108
Offenes Mal-Atelier	78	Kreatives Nähwochenende	83	Deutsch als Fremdsprache	67
Malerei und Zeichnung für Anfänger*innen und Fortgeschrittene	76	Kreatives Nähwochenende	83	Deutsch Grundstufe A2/1	67
Malerei und Zeichnung für Anfänger*innen und Fortgeschrittene	76	Kreatives Nähwochenende	85	Deutsch	67
Arbeitskreis	77	Ultralearning - wie man sich in kürzester Zeit unglaubliche Fähigkeiten aneignen kann!	25	Deutsch-Test für Zugewanderte A2-B1	67
Aquarellmalerei am Vormittag	77	Waldbaden - Achtsam im Wald	93	Einbürgerungstest	67
Arbeitskreis Aquarellmalerei am Vormittag	77	Waldbaden - Achtsam im Wald	93	Einbürgerungstest	68
Ölmalerei	78	Waldbaden - Achtsam im Wald	93	Englisch für den Urlaub für Anfänger*innen	50
Holzschnitzen	82	Yoga für Anfänger*innen	97	Englisch für Teilnehmende mit zwei Semestern Vorerfahrung	50
Arbeiten mit Ton	79	Marma-Yoga®	97	Englisch für Teilnehmende mit sechs Semestern Vorerfahrung	51
Arbeiten mit Ton	80	Yoga für einen entspannten Rücken	98	Englisch am Vormittag	52
Arbeiten mit Ton	80	Yoga für Eltern und Kinder	98	Englisch	52
Themenwoche Keramik - Die Tonplastik	80	Yoga für Frühaufsteher*innen	99	Englisch	52
Ausstellungseröffnung: Steine, Skulpturen und Malerei	17	Mit Yoga zu mehr Beweglichkeit	98	English Lunch - Englische Konversation zu Mittag	53
Blues Harp - Workshop	85	Yoga - sanft und effektiv	98	Business English kompakt - an zwei Samstagen	54
Popchor	86	Yoga - ein Schnupperkurs am Mittag	99	Englisch	54
Lateinamerikanisches Trommeln	88	Lachyoga	99	English conversation in the morning	55
"Merengue Haitiano" aus Cuba	88	Qigong am Vormittag	100	English conversation in the morning	56
KVHS-Orchester	86	Qigong am Vormittag	100	Französisch -	57
Baglama Unterricht	88	Taiji Quan und Liu He Ba Fa für Fortgeschrittene	101	Dänisch für Anfänger*innen für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen	62
Baglama Unterricht	89	Japanisches Heilströmen - Sich selbst helfen mit Jin Shin Jyutsu	102	Cours de conversation française	58
		Fitnessgymnastik für Herz und Kreislauf	105	Italienisch mit Muße - Kompakt am Wochenende für Anfänger*innen	58
		Eltern-Kind-Kochen	109	Giro d'Italia - Emilia-Romagna	59
				Giro d'Italia - Nelle Marche	59
				Italienisch für Fortgeschrittene	59
				Spanisch für Teilnehmende mit Vorkenntnissen aus einem Semester	60
				Spanisch für Anfänger*innen	60
				Spanisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen aus einem Semester	61
				Spanisch für Nachteulen	61
				Latein für Fortgeschrittene	62
				Russisch für Anfänger*innen mit wenigen Vorkenntnissen aus einem Semester	62
				Norwegisch Nytt fra Norge	62
				Etwas mehr Privatsphäre bitte!	30
				EXCEL - Schnupperstunde	31
				EDV/PC und Internet	31
				Einstieg in die Bedienung von PC und Laptop - Frauenkurs	32

Die Bedienung von Smartphone/ Handy	31
EDV/PC und Internet für Generation 55	32
+	
EDV/PC und Internet für Generation 55	32
+	
EDV/PC und Internet für Generation 55	33
+	
EDV/PC und Internet für Generation 55	33
+	
Sicherer surfen mit Firefox	33
EDV-Workshop für Frauen	33
MS-Office:	33
Textverarbeitung mit Word	
MS-Office am Vormittag -	33
EDV im modernen Büro:	
MS-Office im modernen Büro	34
MS-Office: Tabellenkalkulation mit EXCEL	34
MS-Office: Tabellenkalkulation mit EXCEL	34
MS-Office: Tabellenkalkulation mit EXCEL	34
MS-Office: WORD und EXCEL	35
MS-Office für Fortgeschrittene: Se- rienbriefe	35
MS-Office für Fortgeschrittene: Flyer, Faltblätter und Broschüren	36
Präsentieren mit PowerPoint	36
Von der Digitalkamera zum guten Foto - Bildbearbeitung	36
GIMP 3 -	36
Einführung in das kostenlose Bildbearbeitungsprogramm	
Tastaturschreiben:	30
Zehn Finger an fünf Tagen	
Lesen und Schreiben	42
von Anfang an	
Finanzielle Grundbildung - Rechnen im Alltag	42
Einführung für neue Kursleiter*innen	13
Ihr Weg zum Hauptschul- und Real- schulabschluss	41

Uslar

Beth Shean in Israel: Stadt mit zwei Gesichtern	14
Auf den Spuren des Apostels Paulus in den antiken Metropolen Antalya und Perge	15
Die Stadt Betlehem und Stätten in ihrem Umland	15
Filzen für Menschen mit Behinderung	21
Malen für Menschen mit Behinderungen	22
AUDEA Kreativ	108



Gemeinsam Kreativ	22
Hochsensibilität I	24
Rechtliche Betreuung im Ehrenamt	20
Aquarellmalerei und	77
Mischtechniken für Anfänger*innen	
Aquarellmalerei und Mischtechniken für Anfänger*innen	78
Aquarellmalerei und Mischtechniken für Anfänger*innen	78
Acrylmalerei und Anderes	78
Acrylmalerei und Anderes	79
Tonarbeiten	79
Tonarbeiten	79
Töpfern für Anfänger*innen	79
Tiere in der klassischen Musik - Klas- sik entdecken	85
Harmonielehre I -	85
Die Basics für das Musizieren	
Kompaktkurs Einführung in das Spiel auf der klassischen Gitarre nach Noten	89
Ukulele für Anfänger*innen und Fortgeschrittene	90
Grundkurs Digitalfotografie	76
Schwärmer Weißstickerei für Anfänger*innen und Fortgeschrittene	82
Pilates für Anfänger*innen	93
Hatha-Yoga	95
Hatha-Yoga	96
Hatha-Yoga	96
Qigong	100
Qigong am späten Nachmittag	101

Spätsommerliches	101
Wander-Gehen mit Qigong	
Qigong -	101
eine Methode der traditionellen chinesischen Medizin (TCM)	
Nordic Walking -	105
Bewegung die Spaß macht	
Nordic Walking - Bewegung die Spaß macht	106
Nordic Walking - Bewegung die Spaß macht	106
Neuer Schwung für graue Zellen	109
Neuer Schwung für graue Zellen	109
Neuer Schwung für graue Zellen	109
Neuer Schwung für graue Zellen	109
Englisch	50
English in the morning	53
English Refresher Course	54
in the late afternoon	
Französisch - Aufbaustufe B1/1	57
Französisch Aufbaustufe B2	58
Spanisch - Grundkurs A1/2	61
EDV/PC und Internet - auf Wunsch mit dem eigenen Laptop	32
Tastaturschreiben: 10 Finger an 5 Tagen	30

Bildnachweis

Eckhard Senger (KVHS) – Seiten:
3, 5 (3), 12, 13, 17, 19, 20, 32, 36,
42, 44, 49, 53, 54, 58, 59, 60, 61, 62,
63, 64, 67, 72, 79, 81, 82, 85, 86, 89,
110, 113 (2), 115, 120, 122, 123.

Adobe Stock: 41, 50, 51, 52, 55,
56, 57, 88, 90, 94, 96, 99, 104, 105,
114.

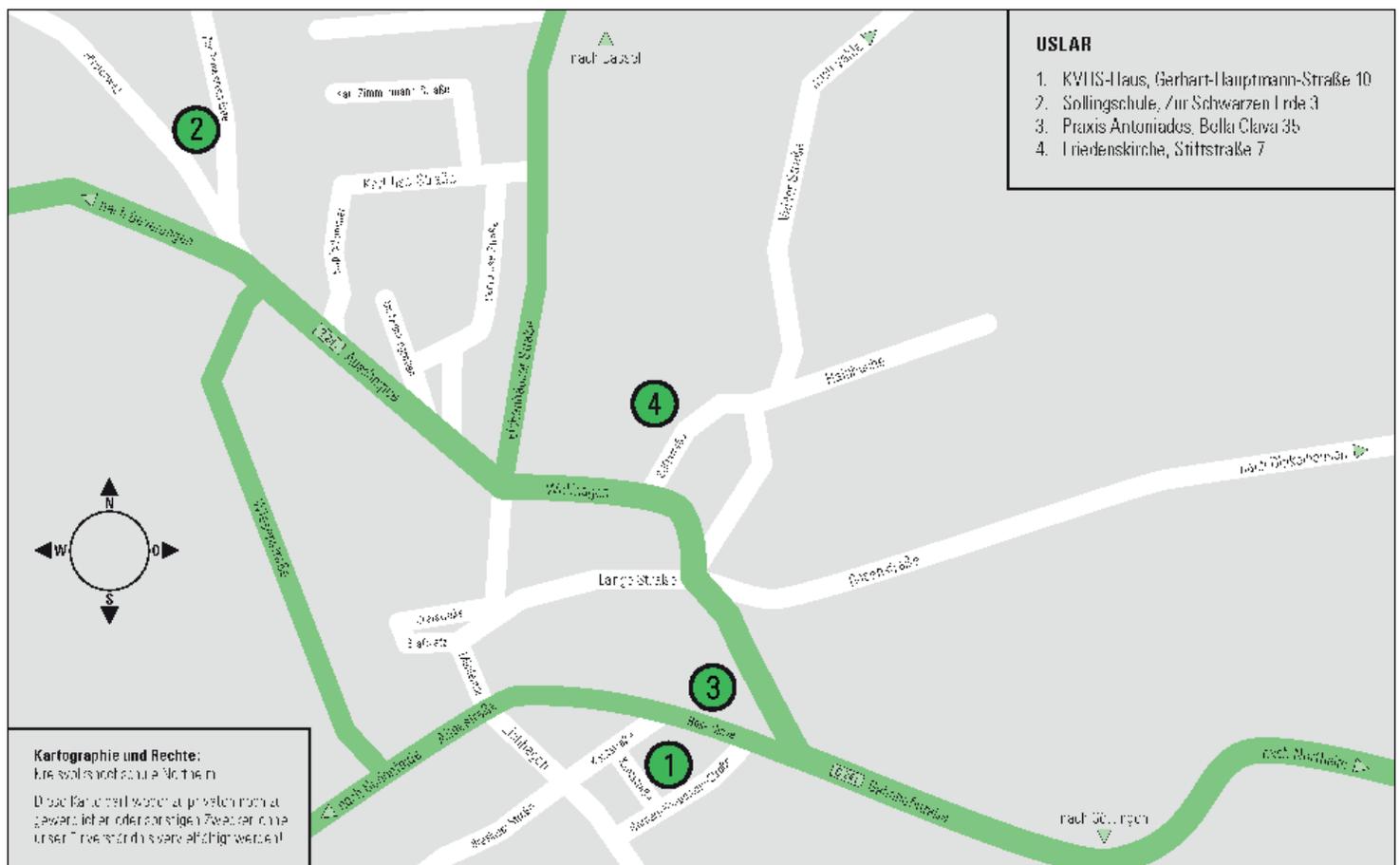
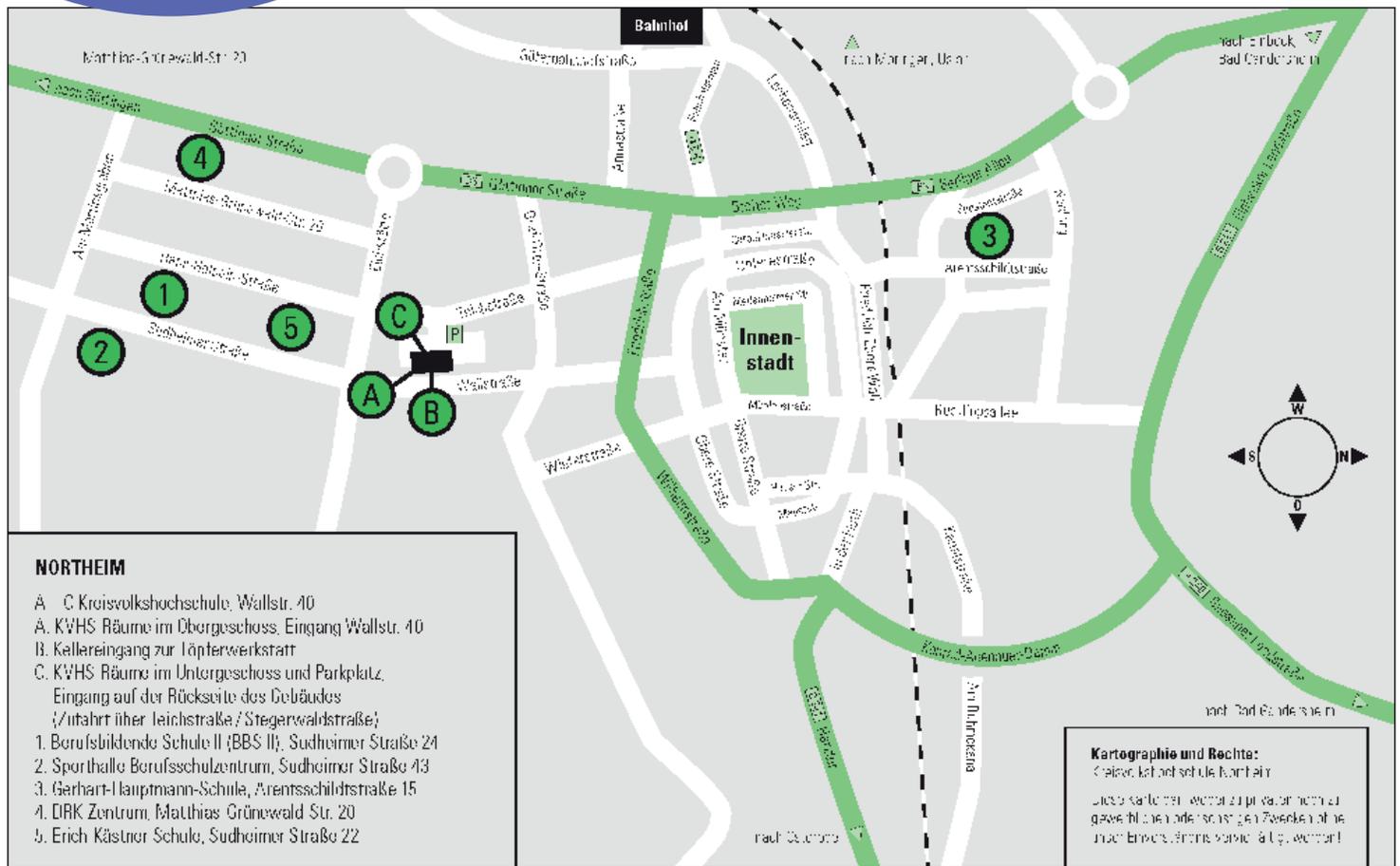
Rechtefrei: 10, 18, 25, 27, 42, 63,
77, 112, 116 (2).

Landkreis Northeim: 3

Christof Jauernig: 74

Andreas Rimkus: 80

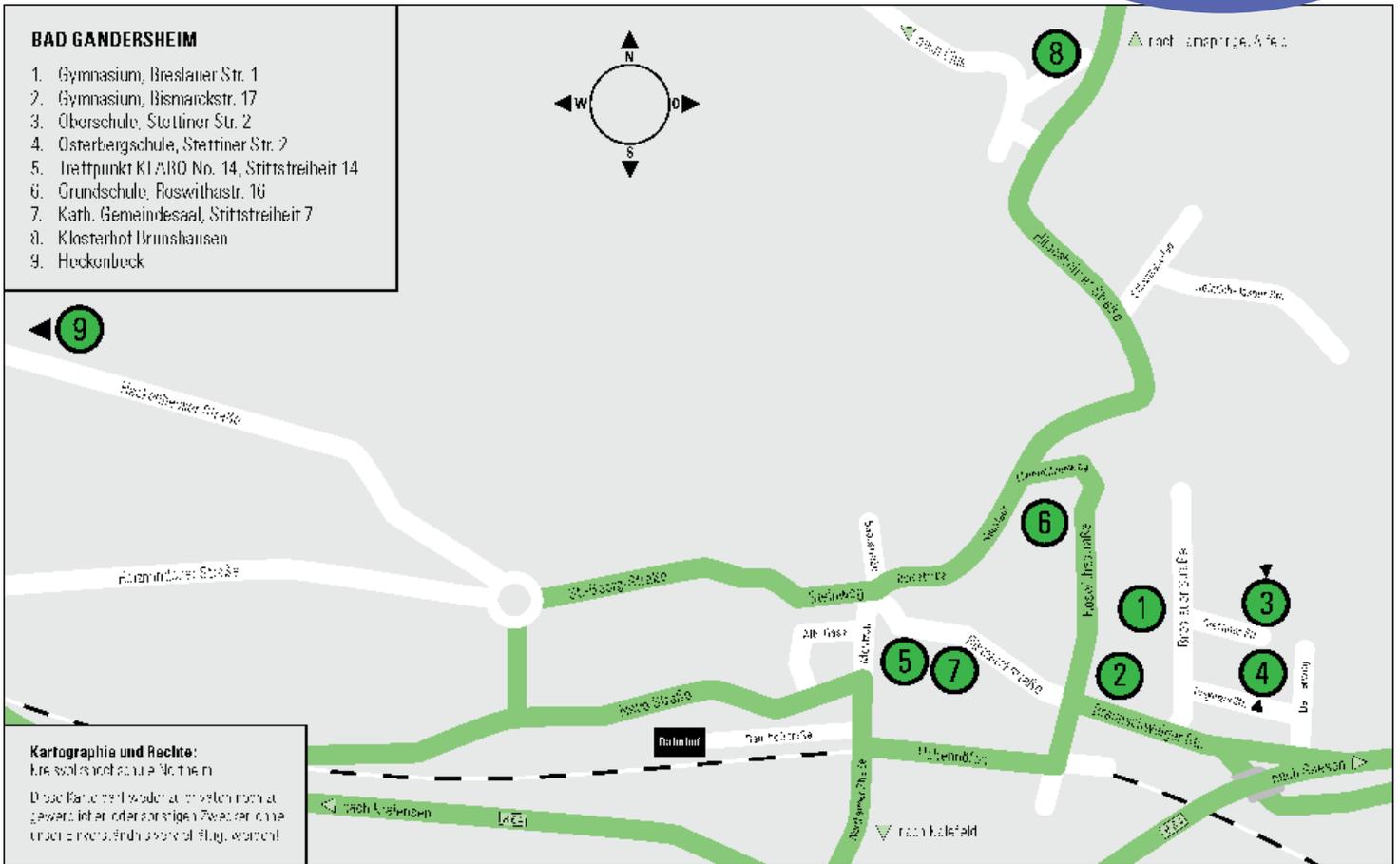
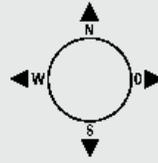
Schauburg: 47



Alle Unterrichtsstätten finden Sie online bei den Kursinformationen unter www.kvhs-northeim.de

BAD GANDERSHEIM

1. Gymnasium, Breslauer Str. 1
2. Gymnasium, Bismarckstr. 17
3. Oberschule, Stettliner Str. 2
4. Osterbergschule, Stratiner Str. 2
5. Treffpunkt KLARO No. 14, Strittstreiheit 14
6. Grundschule, Roswithastr. 16
7. Kath. Gemeindesaal, Strittstreiheit 7
8. Klosterhof Brunshausen
9. Heckenbeck

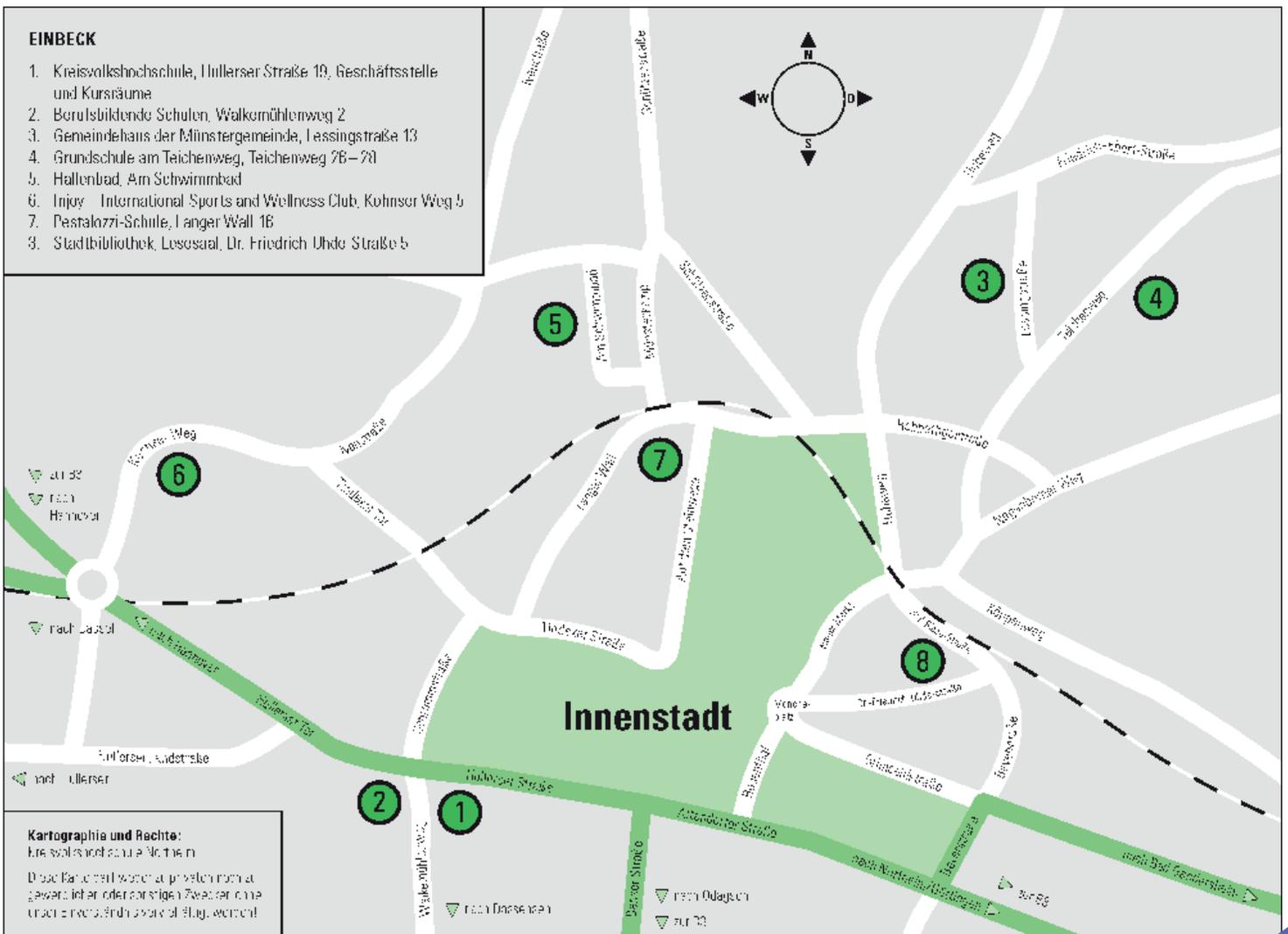
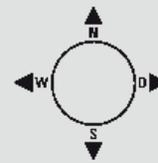


Kartographie und Rechte:

Kreisvolkshochschule Völklingen
 Diese Karte darf weder als Ersatz noch als
 gewerblicher oder sonstiger Zwecker ohne
 unsere schriftliche Genehmigung verwendet

EINBECK

1. Kreisvolkshochschule, Hüllerser Straße 19, Geschäftsstelle und Kursräume
2. Berufsbildende Schulen, Walkmühlenweg 2
3. Gemeindehaus der Mühlstergemeinde, Lessingstraße 13
4. Grundschule am Teichenweg, Teichenweg 7B-7D
5. Hallenbad, Am Schwimmbad
6. Injoy - International Sports and Wellness Club, Kohnser Weg 5
7. Pestalozzi-Schule, Langer Wall 1B
8. Stadtbibliothek, Lesesaal, Dr. Friedrich Uhde Straße 5



Kartographie und Rechte:

Kreisvolkshochschule Völklingen
 Diese Karte darf weder als Ersatz noch als
 gewerblicher oder sonstiger Zwecker ohne
 unsere schriftliche Genehmigung verwendet

LEITBILD der Kreisvolkshochschule des Landkreises Northeim

Identität und Aufgaben

Die Kreisvolkshochschule ist die kommunale Erwachsenenbildungseinrichtung im Landkreis Northeim. Ihre Bildungsangebote stehen allen gleichermaßen offen. Sie fördern die persönliche, allgemeine und berufliche Entwicklung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Voraussetzungen. Die Kreisvolkshochschule bietet ein flächendeckendes Angebot an. Dabei arbeitet sie auch mit anderen Institutionen zusammen.

Grundsätze und Ziele

Die Kreisvolkshochschule arbeitet überparteilich und weltanschaulich neutral. Im Rahmen der kommunalen Daseinsvorsorge ermöglicht sie eine bessere Teilhabe am kulturellen, gesellschaftlichen und beruflichen Leben durch Bildung und trägt damit zur Verwirklichung von Chancengleichheit bei.

Sie fördert mit und in ihren Veranstaltungen die Werte der demokratischen Gesellschaft. Dies geschieht auf der Grundlage von Toleranz und der Zielsetzungen der Aufklärung.

Sie trägt zur Steigerung der Lebensqualität der Teilnehmenden bei, indem sie Lernangebote macht, die der persönlichen, sozialen und beruflichen Weiterentwicklung dienen.

Durch Kompetenzvermittlung in beruflichen Weiterbildungen ermöglicht sie den Erhalt von Arbeit bzw. die Eingliederung in Arbeit.

Kunden

Als Kunden versteht die Kreisvolkshochschule alle Teilnehmer/innen und Interessierten. Sie entwickelt darüber hinaus Angebote für die Bedarfe neuer potentieller Kunden und Kundengruppen. Als Kunden versteht sie auch Kooperationspartner, örtliche Institutionen, Vereine, öffentliche Auftraggeber und Unternehmen.

Gelungenes Lernen

Die Angebote der Kreisvolkshochschule ermöglichen es, Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten zu erwerben und zu vertiefen. Sie sollen ein selbstständiges Urteilsvermögen fördern, zur geistigen Auseinandersetzung anregen und so zur Bewältigung persönlicher und beruflicher Herausforderungen beitragen.

Das Ziel der Kreisvolkshochschule ist die Zufriedenheit der Teilnehmer/innen mit dem Lernprozess und dem Lernergebnis. Sie betrachtet das Lernen als gelungen, wenn die Handlungskompetenz und Reflexionsfähigkeit der Teilnehmenden gefördert wird und wenn die individuellen Lernziele der Teilnehmenden erreicht werden.

Damit dies gelingen kann, schafft die Kreisvolkshochschule die erforderlichen Grundvoraussetzungen. Dies sind vor allem folgende:

- der Einsatz und die Weiterbildung qualifizierter Kursleiter/innen
- eine sorgfältige Auswahl von Veranstaltungsthemen und -formen und
- die Schaffung der organisatorischen und materiellen Voraussetzungen.

Ressourcen: Personal und Infrastruktur

Zur Erfüllung ihrer Aufgaben steht der Kreisvolkshochschule qualifiziertes haupt- und nebenberufliches Personal zur Verfügung. Dazu gehören pädagogische Mitarbeiter/innen, Verwaltungsmitarbeiter/innen, Außenstellenleiter/innen und Kursleiter/innen. Um einen reibungslosen Ablauf von Verwaltungs- und Bildungsprozessen zu gewährleisten, bildet sich das Personal regelmäßig weiter.

Die hauptberuflichen pädagogischen Mitarbeiter/innen entwickeln das Programm der Kreisvolkshochschule. Sie beraten und unterstützen die nebenberuflichen Kursleiter/innen. Diese steuern den Unterrichtsprozess, wobei sie die individuellen Voraussetzungen der Lernenden berücksichtigen und deren Lernprozess begleiten.

Die Kreisvolkshochschule verfügt über eigene Unterrichtsräume in Einbeck, Northeim, Uslar und Katlenburg. Dort sorgt sie für eine erwachsenengerechte, sachgemäße Ausstattung und eine angenehme Atmosphäre. Zusätzlich nutzt sie Räume in Schulen des Landkreises und der Gemeinden.

Fähigkeiten und Leistungen

Die Kreisvolkshochschule entwickelt ein vielseitiges und öffentlich gefördertes Bildungsangebot. Das Spektrum des Angebotes umfasst Sprachen und Integration, Gesundheitsbildung, kulturelle und politische Bildung, Pädagogik, Umwelt und Gesellschaft, Grundbildung und den Zweiten Bildungsweg sowie berufliche Bildung und EDV-Kurse.

Die Kreisvolkshochschule hat das Ziel, alle Bevölkerungsgruppen im gesamten Landkreis zu erreichen und steht ihnen mit ihrem Beratungs- und Bildungsangebot flächendeckend zur Verfügung. Veranstaltungen - auch für besondere Zielgruppen -, Vorträge, Kurse und Lehrgänge werden in zentralen Orten des Landkreises angeboten.

Die Kreisvolkshochschule informiert die Bevölkerung über das Bildungsangebot zweimal jährlich mit einem Programmheft, auf ihrer Homepage www.kvhs-northeim.de, einer eigenen App, gezielten Mitteilungen in der örtlichen Presse sowie mit einem regelmäßig erscheinenden Newsletter.

Die Kreisvolkshochschule betreut die Teilnehmenden u. a. durch persönliche Beratungen, Einstufungstests und Informationsveranstaltungen und informiert sie über finanzielle Fördermöglichkeiten. Die Kursorganisation von der Beratung über die Anmeldung bis zur Bezahlung ist teilnehmerorientiert und wird kontinuierlich weiterentwickelt.

Stand: 03/2019

Allgemeine Geschäftsbedingungen der Kreisvolkshochschule 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, d.h. Sie erhalten keine Anmeldebestätigung.

(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, per Fax oder Online ist verbindlich. Nur bei der Online-Anmeldung erhalten Sie automatisch eine Eingangsbestätigung per Email. Hinweis für Online-Anmeldungen: Ein Widerrufsrecht besteht gemäß § 312 b Absatz 3 Nr. 6 BGB nicht. Ansonsten bestätigen wir Ihre Anmeldung nicht!

(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 beigelegt 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.

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 Ihre Namen, E-Mailadressen und – soweit angegeben – Telefonnummern, 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 Jahren 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.**

Stand: 06/2020

Modernisierte Saunawelt: Schöner, größer, besser

Entdecken Sie die neue

Kaminlounge, die Vier-Jahreszeiten-, Panorama- oder Klassik-Sauna, die Saunabar mit Außenterrasse, die Dampfsauna, die vielen Erlebnis- und Eventduschen sowie die bequemen Pendelliegen und Wasserbetten.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Montags
ganztagig
Damensauna
in allen
Bereichen

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



© bastia.de 10/2021

AUTO DIENST
**DIE MARKEN-
WERKSTATT**

IMMER FÜR SIE DA!

REPARATUREN AN ALLEN FAHRZEUGEN

- Kundendienst
- Hauptuntersuchung
- Auspuffdienst
- Inspektionen
- Reifen und Räder
- Unfallinstandsetzung
- Sofortreparatur/Express-Service
- Gebrauchtwagen
- Neu- und Jahreswagen
- Hol- und Bringservice
- Ersatzwagenservice
- Altfahrzeugentsorgung
- Plaketten-Service
- Sicherheits-Check
- Pflege-Service
- Smart Repair
- Reifeneinlagerung
- Glasreparatur
- Notdienst
- ... und vieles mehr

ad AUTO DIENST KÖNIG
 Autohaus König
 Inh. Heinz-Otto König e.K.
 Hauptstr. 3, 37589 Echte
 Tel. (0 55 53) 99 33-0
 Mail info.service@autos-von-koenig.de
www.autos-von-koenig.de

ad AUTO DIENST
 DIE MARKEN-
 WERKSTATT

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

ANMELDUNG 05.2021

Sie können sich auch online unter www.kvhs-northeim.de 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:
KVHS Northeim OT Drüber An der Schule 2 37574 Einbeck per Brief, Scan/E-Mail an info@kvhs-northeim.de oder Fax 05551 708-8229	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. <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. <input type="checkbox"/> 30% als Schüler/in, Student/in, Auszubildende/r, Praktikant/in, Rentner/in, Behinderte/r oder Bundesfreiwilligendienstleistende/r. <input type="checkbox"/> 50% als Arbeitslose/r oder ALG II-Empfänger/in. <input type="checkbox"/> Sonstiger Grund gemäß schriftlichen Antrag.

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.

Aktuelle Informationen erhalten Sie durch unseren Newsletter, den Sie auf unserer Homepage www.kvhs-northeim.de bestellen können.

Ich wünsche mir zukünftig folgendes Angebot: _____

Ich bin in meiner Mobilität eingeschränkt und melde mich wegen der Raumorganisation umgehend unter der Rufnummer 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 _ | _ II _ | _ | _

Name der Bank: _____

Datum, Unterschrift kontoinhabende Person