Kreisvolkhochschule
Northeim

LANDKREIS NORTHEIM

Programmheft+ Frühjahr 2025

Zusätzliche Veranstaltungen im Frühjahr 2025

Herzlich willkommen

Dies ist der „Nachschlag“ zum KVHS-Programmheft
mit zusätzlichen Angeboten.
Wir nennen es darum Programmheft+.

Es erwartet Sie
Qigong,
Kulinarisches,
ClownSpielKunst,
Klangschalen,
Romanische Architektur,
Maschenzauber,
Finanzfragen
und Obstbaumschnitt.
und eine Terminverlegung: Barrierefreies Bauen

Kreisvolkshochschule Northeim
An der Schule 2
37574 Einbeck

Kontakt:
05551 7088210
www.kvhs-northeim.de

Gesundheit, Kochen & Genießen

Qigong am Vormittag

Die langsamen, harmonischen, fließenden Bewegungsübungen des Qigong können die eigene Energie- und Körperwahrnehmung stärken, dabei helfen Blockaden & Anspannung loszulassen, unsere Selbstheilungskräfte zu aktivieren und Elastizität, Kraft & Beweglichkeit fördern. Es werden einfache wirkungsvolle Bewegungen erlernt, - mit dem Schwerpunkt auf Gleichgewicht, Ruhe, Gelassenheit und Reinigung/Entschlackung und neuer Lebenskraft im Frühjahr.

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Jutta Elisa Kägeler
Montag, 17.3.2025, 10 bis 11.30 Uhr
4 Termine,
27,20 Euro
Kurs-Nr.: L3151U7X

Qigong am Nachmittag

Die langsamen, harmonischen, fließenden Bewegungsübungen des Qigong können die eigene Energie- und Körperwahrnehmung stärken, dabei helfen Blockaden & Anspannung loszulassen, unsere Selbstheilungskräfte zu aktivieren und Elastizität, Kraft & Beweglichkeit fördern. Es werden einfache wirkungsvolle Bewegungen erlernt, - mit dem Schwerpunkt auf, Gleichgewicht, Ruhe, Gelassenheit und Reinigung/Entschlackung und neuer Lebenskraft im Frühjahr.

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Jutta Elisa Kägeler
Montag, 17.3.2025, 17 bis 18.30 Uhr
4 Termine,
27,20 Euro
Kurs-Nr.: L3151U8X

Klangerlebnis - Ruhe und Klang mit tibetischen Klangschalen

Erlauben Sie sich eine kleine Auszeit vom Alltag und entspannen Sie im Frauenkreis zu den harmonischen Klängen von tibetischen Klangschalen. Erleben Sie, wie die wohltuenden Schwingungen Ihren Körper durchströmen. Körper, Geist und Seele können im Klang schnell zur inneren Balance zurückfinden und vorhandene Blockaden können sich lösen, sodass Sie neue Energie und Kraft aktivieren können. Bitte mitbringen: Yogamatte, Kissen, Wolldecke.

Northeim, Schaupenstiel 10-12
Gesa Herbst
Freitag, 7.3.2025, 19.15 bis 21.15 Uhr
3 Termine,
32,37 Euro
Kurs-Nr.: L3150P3X

Eine kulinarische Deutschlandreise

An diesem Abend kochen wir verschiedene bekannte Gerichte, die besonders ihre Region präsentieren: Schleswig-Holstein mit Sylter Heringstopf und Kartoffeln, Hessen mit Frankfurter "Grüne Soße", Thüringen mit Thüringer Rostbrätel und Kartoffelsalat, Baden-Württemberg mit Käsespätzle und Salat, Bayern mit Apfelstrudel und Vanillesoße.
Bitte mitbringen: Geschirrhandtuch, scharfes Messer, Behältnisse für Kostproben.

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Raum 109 (Küche), Haus I, EG,
-Eingang vom Hof-
Aloisia Tietz
Dienstag, 18.3.2025, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin,
26,60 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 11.3.2025
Kurs-Nr.: L3730E3X

Orientalische Brote und Aufstriche

Leckere Brotaufstriche im „Handumdrehen“ zubereitet! Wir bereiten Brotaufstriche aus verschiedenen Ländern zu und backen dazu eigene orientalische Brote. Ein Salat rundet das Ganze ab. Bitte mitbringen: Behältnisse für nicht verzehrte Speisen.

Katlenburg-Lindau, OT Lindau, Rhumetalschule, Küche, Schützenallee 12
Gesine Rode
Montag, 31.3.2025, 17.30 bis 20.30 Uhr
1 Termin,
26,60 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 24.3.2025
Kurs-Nr.: L3750J2X

Horizonterweiterer?

Sprechen Sie uns an, wenn Sie als Kursleitung tätig werden wollen.

Kultur und Gestalten

Maschenzauber
Häkel- und Strickclub

Handarbeiten wie häkeln oder stricken liegen wieder voll im Trend. Dieser Kurs richtet sich an alle, die ihre Kenntnisse auffrischen und/oder erweitern möchten. Eigene Projekte können gern mitgebracht werden. Ausprobieren können Sie auch z. B. kleine Figuren oder Schlüsselanhänger (Amigurumis), Filzpantoffeln oder versch. Techniken wie "Tunesisch häkeln". Bitte mitbringen: Häkel- oder Stricknadel und Wolle.

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullerser Straße 19, Raum 1, EG
Kathrin Reiners
Dienstag, 18.2.2025, 19 bis 20.30 Uhr
4 Termine,
32,37 Euro
Kurs-Nr.: L2138E1X

ClownSpielKunst
Eine Suche zwischen Sinn und UnSinn

Ein clowneskes Spiel entwickelt sich von einer klassischen Nummer zu einer Improvisation. Die klassische Nummer gibt Halt und Struktur, aber die Improvisation lässt uns fliegen. Die philosophisch-clownesken Fragen von Leistungsverweigerung als Sinnerfüllung, die Perspektivwechsel in unserem Leben zulassen und das Leben loslassen sind die Spielweisen des Clowns. Das Erleben der eigenen Endlichkeit in der Unendlichkeit ist nur durch Lachen erträglich- und dieses Lachen kann die ClownSpiel-Kunst erzeugen. Schwerpunkt: die Wichtigkeit des Innehaltens, der Pause, als die zentrale Stelle des Spielens, um die Komik zu erzeugen.
Bitte dicke Socken mitbringen.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Roger Koch
Samstag, 22.3.2025, 14 bis 18 Uhr
1 Termin,
24 Euro
Anmeldeschluss: 14.3.2025
Kurs-Nr.: L2041P1XK

Anmeldungen
telefonisch unter 05551 7088210
oder online unter
www.kvhs-northeim.de

Nachlesen oder im online-Anmeldevorgang bestätigen:
Die AGB
https://www.kvhs-northeim.de/info/kontakt/agb

Die Datenschutzbestimmungen
https://www.kvhs-northeim.de/kontakt/datenschutzerklaerung?Contrast=0&Fsize=17

Mehr Bildung, Begegnung
und Bewegung unter
www.kvhs-northeim.de

Romanische Architektur und Ausstattungsdetails im Harzumfeld

Im Umland des Harzes finden wir heute noch zahlreiche Bauten aus dem Mittelalter. Besonders die romanische Architektur mit der Liebfrauenkirche in Magdeburg, die Stiftskirchen von Hamersleben und Königslutter, die Klosterkirchen in Hildesheim, die Stiftskirche in Bad Gandersheim, die Klosterkirche in Göllingen und der Dom in Merseburg lagern sich ringartig um den Harz und markieren damit ungefähr das damalige wirtschaftliche, bischöfliche und kaiserliche Machtzentrum. Zunächst mit Magdeburg als Zentrum, dann mit Quedlinburg und schließlich Goslar spiegelt die mitteldeutsche romanische Architektur in exemplarischer Weise den Übergang wider von der Einheit zwischen Zentralgewalt und Kirche in der ottonischen Zeit zum Investiturstreit unter den Saliern bis zur Kirchenreform des 11. Jahrhunderts und der Verbreitung der sog. Hirsauer Bauschule. Das Seminar wird die Architektur und die Ausstattung von monumentalen Kirchen und Klosteranlagen vorstellen und an ihnen den immensen Formenreichtum in der Baugestalt, der Raumgliederung, der Wandbehandlung, dem Stützenapparat und dem plastischen Dekor untersuchen. Die Veranstaltung wird zusätzlich ergänzt durch eine Folge von Tagesexkursionen, die begleitend nach Absprache stattfinden. Quedlinburg zählt zum UNESCO-Weltkulturerbe.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.05
Johann Seehusen
Freitag, 28.2.2025, 15.30 bis 18.15 Uhr
4 Termine,
54,40 Euro
Kurs-Nr.: L2030P5X

Mensch & Umwelt

Finance for Beginners
Die eigenen Finanzen im Griff haben

In diesem Seminar werden Sie dabei unterstützt einen Überblick über die eigenen Finanzen zu erhalten und Verantwortung zu übernehmen. Es werden unter anderem Inhalte zu Geld, Sparen, Risiko, Geldanlage und Altersvorsorge vermittelt. Nach diesem Seminar sind Ihnen Begriffe aus der Finanzwelt wie Girokonto, Aktie, ETF, etc. und deren Bedeutung auf ihre Finanzen bekannt.
Bitte mitbringen: Pausensnack und Getränke, Notizblock und Stift.

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.01
Fabian Bittner
Samstag, 5.4.2025, 9 bis 12.45 Uhr
1 Termin,
25 Euro
Anmeldeschluss: 28.3.2025

Neuer Termin
Informationsveranstaltung zum barrierefreien Bauen im Landkreis Northeim

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.05
Beraterin Barrierefrei der Architektenkammer Niedersachsen
Mittwoch, 7.5.2025, 18 bis 19.30 Uhr
1 Termin,
gebührenfrei
Kurs-Nr.: L1156P1

Basisschulung Streuobstwiesenpflege, Teil 1 - Obstbaumschnitt Theorie und Praxis bei der Pflege von alten Obstbäumen

Nach dem Theorie-Teil geht es auf eine nahe Streuobstwiese und unter Anleitung der Kursleitung wird konkret geübt. Werkzeug wird gestellt, falls eigenes Werkzeug vorhanden ist, bitte mitbringen.
Bitte mitbringen: Mittagssnack.
Wetter- und Arbeitsgerechte Kleidung ist erforderlich.

Hardegsen, Muthaus
Samstag, 8.3.2025, 10 bis 16.45 Uhr
1 Termin,
gebührenfrei
Anmeldeschluss: 3.3.2025

gefördert von:
Niedersächsische Bingo-Umweltstiftung
www.bingo-umweltstiftung.de