

Ravenna

Die byzantinische Schönheit Seite 28

An die Knäuel, fertig, los!

Stricken und Häkeln sind kein Oma-Hobby mehr Seite 48

Zusammen schmeckt's besser!

Wie das Kochen Menschen verbindet Seite 64



Das komplette Kursprogramm Frühjahr/Sommer 2026



**Programmhighlights 2025/2026
Stadthalle Northeim**



**Förderverein
Stadthalle Northeim e.V.**

www.Foerderverein-Stadthalle-Northeim.de · www.stadthalle-northeim.de

21.11. | 20 Uhr

TRATSCH IM TREPPENHAUS

Ohnsorg Theater | Kulturkreis

Wer kennt sie nicht – liebe Nachbarn, die stets den neuesten Klatsch und Tratsch parat haben, wobei sie es mit der Wahrheit nicht immer so genau nehmen. Ein solches Exemplar ist Meta Boldt! Das Ohnsorg-Theater und umbreit Entertainment zeigen anlässlich des 80. Geburtstags von Heidi Mahler den Lustspielklassiker mit Heidi Mahler in ihrer Paraderolle als Meta Boldt.



27.02. | 20 Uhr GELD. GIER. MACHT. DER FALL CUM EX

Schauspiel um den Finanzskandal | Kulturkreis

Die leitende Bankangestellte Lena eröffnet ihrem Mann Emil in der Neujahrsnacht 2012, dass ihr bestimmte Geschäfte Ihrer Bank unseriös vorkommen. Der gemeinsame Freund Lambert, von Beruf Steueranwalt, klärt Lena auf, dass Steuerbetrug in ungeheurem Ausmaß längst zu den „normalen“ Geschäften vieler Banker und Fonds gehört. Der Staat wird mit dem Geschäftsmodell „Cum-Ex“ aus purer Geldgier systematisch um Milliarden betrogen.



30.01. | 20 Uhr

KLANGRAZZIA

Musikalische Kriminalkomödie | Kulturkreis

Siegmond von Treiber, Steuerfahnder und verbales Sperrfeuer des Finanzamtes, trifft auf ein Streichquartett namens „Meier und die Geier“. Diese Herren sind steuerlich durch ausgeprägte Säumigkeit aufgefallen, gewissermaßen eine „Ver-Hoinessung“ des Staates, was dazu führt, dass ihre Instrumente von Treiber und seiner Hilfskraft kurzerhand beschlagnahmt werden. Derart ihres wahren Mediums beraubt, müssen die „Geier“ auf A-Cappella-Gesang umsteigen. Zeitgleich versuchen sie ihre finanzielle Situation zu klären.



06.03. | 20 Uhr

DIE DREIGROSCHENOPER

Musiktheater | Kulturkreis

Zwei Größen der Londoner Halbwelt treten gegeneinander an: Auf der einen Seite Jonathan Peachum, der das Betteln in der Großstadt zu einem lukrativen Geschäft gemacht hat. Auf der anderen Seite Macheath, genannt Mackie Messer, der Bandenchef, der dank bester Kontakte zur Polizei als völlig unbescholtener gilt. Als Peachums Tochter Polly Macheath heiratet, tritt der Streit offen zu Tage.



ALLE 4 KULTURKREIS-VERANSTALTUNGEN ALS ABO BUCHEN

Anfragen per Tel. 05551/966435 oder direkt an abo@foerderverein-stadthalle-northeim.de
Einzelkarten-VVK-Stellen vor Ort in Northeim sind u.a.: Buchhandlung Grimpé · HNA und die Tourist-Information Northeim

Einzelkarten-VVK online: reservix.de

Veranstalter:

Förderverein Stadthalle Northeim e.V.
in Zusammenarbeit mit der Stadt Northeim
QR-Code sannen und Infos erhalten.



HEUTE NULL BOCK

**UNSER ERSTES
ALKOHOLFREIES
BOCKBIER.**



einbecker.de

@einbeckerbrauhaus
 @einbecker_brauhaus

ECHT. EINBECKER.





Liebe Leserinnen und Leser,

als Landrätin freue ich mich, Ihnen das neue Programmheft Frühjahr/Sommer 2026 unserer Kreisvolkshochschule präsentieren zu können.

In einer Zeit, in der sich unsere Welt rasant verändert und wir täglich mit neuen Herausforderungen konfrontiert werden, ist die KVHS mehr denn je ein unverzichtbarer Zukunftsort für unsere Gesellschaft.

Unsere KVHS verbindet dabei geschickt Bewährtes mit Innovation: Während klassische Angebote wie Sprachkurse und Gesundheitsprogramme ihre zeitlose Relevanz behalten, erweitert sie ihr Portfolio kontinuierlich um zukunftsweisende Themen – von KI-Kursen bis hin zu nachhaltigen Lebensstilen. Diese Balance aus Beständigkeit und Wandel macht sie zu einem verlässlichen Lernpartner.

Die Volkshochschule schafft Wissen – und Wissen ist Macht. Macht, um Fake News von Fakten zu unterscheiden, komplexe Zusammenhänge zu verstehen und fundierte Entscheidungen zu treffen. In Zeiten von Klimawandel, Digitalisierung und gesellschaftlichen Umbrüchen brauchen wir Menschen, die kritisch denken und anpassungsfähig bleiben.

Hier entsteht Resilienz – die Fähigkeit, Krisen zu bewältigen und gestärkt daraus hervorzugehen: Die VHS bereitet Sie auf die Zukunft vor.

Nutzen Sie diese Chance! Investieren Sie in sich selbst und in unsere Gemeinschaft.

Northeim, im Dezember 2025
Mit herzlichen Grüßen

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Astrid Klinkert-Kittel".

Astrid Klinkert-Kittel
Landrätin

Titelfoto: Mats Krause; Sommerakademie KVHS Northeim 2025



Kreisvolkshochschule Northeim

An der Schule 2
37574 Einbeck - Drüber



Kontakt:

Tel.: 05551/ **708 - 8210**

Deutsch & Integration: 05551/708-8211

Fax: 05551/708-8229

info@kvhs-northeim.de

www.kvhs-northeim.de

Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag 8.30 - 12.30 Uhr

Dienstag und Donnerstag 14.00 - 16.00 Uhr sowie nach Absprache

Mittwoch geschlossen



Programmbereiche

Mensch & Umwelt

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

Pädagogik

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

Digitales & Berufliche Bildung

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

Grundbildung

Kathrin Knöchelmann, 05551/708-8228, kknoechelmann@landkreis-northeim.de

Fremdsprachen

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

Deutsch & Integration

Kathrin Knöchelmann, 05551/708-8228, kknoechelmann@landkreis-northeim.de

Deutschunterricht:

Paula Chmielewska-Podyma, 05551/708-8216, pchmielewskapodyma@landkreis-northeim.de

Sina-Christin Sander, 05551/708-8215, ssander@landkreis-northeim.de

Kultur & Gestalten

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

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

Malerei & Nähen: Stefanie Turano, 05551/708-8222, sturano@landkreis-northeim.de

Gesundheit

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

Kochen

Kathrin Knöchelmann, 05551/708-8228, kknoechelmann@landkreis-northeim.de

Allgemeine Informationen

Leiter der Kreisvolkshochschule

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

Verwaltungsleiterin

Martina Bergolte, 05551/708-8213, mbergolte@landkreis-northeim.de

Verwaltung/Informationen

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

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

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

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



Vorwort

Ihre Kreisvolkshochschule

Mensch & Umwelt

- 7 Aktiv in der Volkshochschule
- 7 Geschichte & Zeitgeschichte
- 8 Plattdeutsch für Alle
- 8 Reiselust & Länderkunde
- 9 Geologie & Astronomie
- 10 Haus & Garten
- 10 Ehrenamtliche Betreuung
- 10 Recht im Alltag
- 12 Geldanlage
- 13 Lesen, Schreiben & Mathematik
- 14 Inklusion und Kurse für Menschen mit Behinderungen

Pädagogik

- 16 Berufliche Qualifizierung in pädagogischen Berufen
- 16 Pädagogik & Psychologie

Digitales

- 19 Tastschreiben
- 19 PC & Internet - Grundstufe
- 19 PC & Internet - Workshops
- 20 Office Anwendungen
- 21 E-Mail & Vernetzung
- 23 PC- & Internetsicherheit
- 23 Linux
- 23 Fotografie
- 24 Social Media
- 25 Grafik & Bildbearbeitung
- 26 Projektmanagement
- 26 Künstliche Intelligenz

Sprachen

- 29 Englisch
- 32 Französisch
- 34 Italienisch
- 35 Spanisch
- 37 Russisch
- 37 Dänisch
- 37 Latein
- 37 Arabisch
- 38 Japanisch
- 38 Kursleitung werden?!

Deutsch & Integration

- 43 Grundstufe
- 43 Aufbaustufe
- 44 Zertifikatsprüfungen & Tests

Bildungsurlaub

Kultur & Gestalten

- 49 Archäologie, Architektur & Kunstgeschichte
- 49 Fotografie
- 50 Graffiti
- 50 Malen & Zeichnen
- 50 Aquarellmalerei
- 51 Ölmalerei
- 52 Acrylmalerei & Sonstiges
- 53 Steinbildhauerei & Plastiken
- 53 Ton & Keramik
- 55 Schmieden
- 55 Textiles Gestalten
- 57 Musik
- 57 Musiktheorie
- 57 Chor & Orchester
- 58 Rhythmus/Percussion
- 58 Saiteninstrumente: Gitarre, Ukulele & Streicher

Sommerakademie

Kochen & Genießen

- 65 Basics in der Küche
- 66 Saisonale & Regionale
- 66 Kochkulturen
- 68 Backen
- 68 Ernährungsstile

Gesundheit

- 70 Entspannungsmethoden
- 71 Outdoor
- 72 Yoga
- 77 Qigong
- 79 Bewegung & Körpererfahrung
- 83 Rund um Körper & Gesundheit

Außenstellen

- 86 Bad Gandersheim
- 86 Bodenfelde
- 86 Dassel
- 86 Einbeck
- 86 Hardegsen
- 86 Kalefeld
- 86 Katlenburg-Lindau
- 86 Kreiensen
- 86 Nörten-Hardenberg
- 87 Northeim
- 87 Uslar

AGB

Datenschutz

50 Jaohre „Frünne det Plattduitsche an runnen Dische“



„Auk in Süden von Hannouwer werd noch Platt e'kürt. Un dütt Platt het Ostfälisch Platt“. Moine Lüttchen spreket kein Platt, dat diu'ert meck !“

Ostfälisch Plattduitsch, auk ostfälisch Nedderduitsch e'ennt, weerd fast nur noch von wennigen, meist älteren Minschen im ländlichen Bereich un tou Huise gesprochen. Aober da gift et seit 1976 ainen KVHSKurs „Frünne det Plattduitsche an runnen Dische. Düt is nui balle 50 Jaohre her un woi hopet, dat et noch etliche Jaohre so woiergaht.

Ne „waohre“ Geschichte:
Wie Günter F. die Polizei röppt.



Günter F., en älteren Mannsminnsche uit Harsum in Landkreise Hilmessen was gerade up'n Wech in't Bedde. Da sächt siene Frue tou ühne: „Diu häst dat Licht inne Garage brennen loaten“. Günter gaht darup'hen in'en Wintergarden, ümme dat Licht in'ne Garage uit tou maken. Dabei süüht hei, dat inne Garage Inbrejkers wären, ümme wat tou klauen. Hei geiht int Hius tourügge un röppt de Polizei an. De Poliziste fraoge öhne, off denn die Inbrejkers bei öhne in't Wohnhuis wären. Hei antwure: „Nee, aber da sind Inbrejkers inne Garage, deij meck justamente beklauen willt“. De Poliziste säh: „Alle Einsatzwagen sind zurzeit beschäftigt. Schließen sie die Türen zum Wohnhaus ab. Sobald eine Funkstreife zur Verfügung steht, schicke ich diese sofort bei ihnen vorbei“. Günter säh: „Na dat is aberst nicht guit“. Hei legte up und tähle bet drittig. Dann reip hei wi'er bei de Polizei an: „Hallo, eck hebbe just bei ühne anne'roupen, weil de Inbrekers allerhand Soaken ut miene Garage klauen wollen. Seij brüiket seck jetze nich mehr tou beeilen, eck hebbe grade baide erschuten“. Danah legte hei up. Kaine feif Minuten later dropen 6 Insatzwagens vun de Polizei, ain Hubschrauber, ain Sondereinsatzkommando, feif Löschwagens vun de Fuerwehr, ein Rettungssanitäter un ein Krankenwagen an Hiuse von Günter in. Beide Inbrejkers wören up frische Tat fest'enuhmen. Ain vun de Polizisten säh dan tou Günter: „Sie haben doch gesagt, sie hätten die Einbrecher erschossen“. Günter antwure: „Un seij hebbet doch e'sächt et wäre niemand verfügbar.“.

Kurse

Freunde des Plattdeutschen
am Runden Tisch

Kurs N1100A1

Text: Helmut Heuer

Übersetzung und Kursgeschichte online unter www.kvhs-northeim.de

Seite 8

Mensch & Umwelt

Kontakt:
Martin Heuer
 Programmberichtsleiter
Mensch & Umwelt
Tel: 05551/708-8219
mheuer@landkreis-northeim.de



Aktiv in der Volkshochschule

● Kursleiter*in werden!?

Ein Job für Herz & Hirn

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

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

Diese kostenlose Beratung dient dem gegenseitigen Kennenlernen und der Entscheidungsfindung.

Kurs-Nr.: N8000X1

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.

Stefanie Turano

Donnerstag, 5.3.2026, 16 bis 18 Uhr

1 Termin, kostenlos

NEU!

● EU-Kurzzeitstipendien für Kursleitende und Kursteilnehmende

Die KVHS informiert über Fördermöglichkeiten

Über das Förderprogramm Erasmus plus (Erasmus+) können Sie sich als Lehrende oder Kursteilnehmende in der Erwachsenenbildung durch Kurse, Schulungen bzw. Auslandsaufenthalte mit Bildungscharakter weiterbilden. Die EU unterstützt

dies für die Dauer von 5 bis 30 Tagen. Möglich ist es in allen EU-Ländern zzgl. Island, Liechtenstein, Norwegen, Nordmazedonien, Serbien, Türkei (leider nicht in GB).

○ WWW

Kurs-Nr.: N8000X2

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.

Martin Heuer

Mittwoch, 25.2.2026, 16 bis 18 Uhr

1 Termin, kostenlos

Anmeldeschluss: 24.2.2026

Geschichte & Zeitgeschichte

● Land im Wandel: Geschichte Niedersachsens vom Mittelalter bis heute

Sie möchten sich gern genauer mit den historischen Wurzeln Niedersachsens beschäftigen? Durch Vorträge, Diskussionen und eine abschließende Exkursion erhalten Sie nicht nur Überblickskenntnisse der wechselvollen Geschichte unseres Bundeslandes seit dem 8. Jahrhundert, sondern anhand Ihrerseits gewählter Themenschwerpunkte auch detailliertes Wissen zur Landesgeschichte. Ort und Zeitpunkt des Außentermins wird in Absprache mit Ihnen festgelegt.

Kurs-Nr.: N1015P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.12

Arne Radtke-Delacor

Mittwoch, 28.1.2026, 19.15 bis 20.45 Uhr

6 Termine, 44,20 Euro

● Aufsätze und Betrachtungen zu Musik und Judentum (und die Welten um sie herum)

Dieses Buch ist ein Porträt des kulturellen Universums des Komponisten und Musikwissenschaftlers Dr. Jean Goldenbaum. Es enthält sowohl Schriften zu seiner Weltanschauung in Bezug auf Kunst, Religion, Philosophie, Politik und Gesellschaft als auch einige seiner Artikel, die aus seiner Forschung als Experte für jüdische Musik resultierten.

○ WWW

Kurs-Nr.: M1010P1

Northeim, Treffpunkt wird per E-Mail mitgeteilt.

Jean Goldenbaum

Mittwoch, 21.1.2026, 18 bis 20.15 Uhr

1 Termin, kostenlos

Anmeldeschluss: 14.1.2026

Volkshochschulen sind wichtige Bildungs- und Austauschorte für den Klimaschutz. Mit der kostenlosen Webinar-Reihe „Klima und Wir“ laden wir alle Interessierten ein, praxisnahes Wissen zu Klimawandel, Nachhaltigkeit und umweltbewusstem Handeln zu sammeln. Mit verständlichen Einblicken und alltags-tauglichen Tipps laden Expert*innen zum Mitdenken und Handeln ein. vhs goes green 2 - Der Beitrag der Volkshochschulen zu einem treibhausgasneutralen Deutschland. Vortrag mit anschließender moderierter Diskussion unter Einbeziehung von Publikumsfragen. Ihre Anmeldung zu den einzelnen Veranstaltungen erfolgt über die KVHS Northeim. Die Teilnahme ist kostenfrei. Sie erhalten einen Zugangslink per E-Mail. Sie benötigen einen internetfähigen PC/Laptop und den entsprechenden Internetzugang. Alle Teilnehmenden sind in der Veranstaltung nicht sichtbar.

● Klima und Konsum - Marret Bähr

Marret Bähr zeigt, wie alltägliche Konsumententscheidungen Klima und Umwelt beeinflussen und wie wir bewusst, nachhaltig und verantwortungsvoll einkaufen können. Die Referentin zeigt praxisnahe Tipps für einen klimafreundlichen Alltag und motiviert zum Umdenken.

Kurs-Nr.: N1002X4

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.

Dienstag, 27.1.2026, 18 bis 19.30 Uhr
1 Termin, kostenlos

Plattdeutsch für Alle

● Freunde des Plattdeutschen am Runden Tisch

Fortsetzung der 1976 begonnenen Arbeit zum Erhalt und zur Pflege der plattdeutschen Sprache, des plattdeutschen Schriftguts und plattdeutschen Brauchtums. Mitmachen können alle, die daran interessiert sind. Es handelt sich hierbei um eine lockere Gesprächsrunde am runden Tisch, wie es auch schon der Programmname aussagt. Also geben Sie sich einen Ruck und schauen mal herein, vielleicht auch nur mal zu einem Schnupperabend.

○ WWW

Kurs-Nr.: N1100A1

Bad Gandersheim, Roswitha-Gymnasium, Breslauer Str. 1, Gebäude 6 (Seiteneingang), Raum 6.006

Helmut Heuer

Mittwoch, 28.1.2026, 18.45 bis 21 Uhr

10 Termine, kostenlos

Reiselust & Länderkunde

NEU!

● Wwoofing - was ist das denn?

Leben und Lernen auf ökologischen Höfen in aller Welt

Worldwide Opportunities on Organic Farms = Leben und Lernen auf ökologischen Höfen in aller Welt

Es scheint unfassbar, was seit der Gründung aus dem gemeinnützigen Verein Wwoof wurde: Von helfenden Freunden wochenends auf einem biologisch wirtschaftendem Hof in England zu einem weltweit agierenden Verein.

○ WWW

Kurs-Nr.: M1156P2X

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 16

Freitag, 9.1.2026, 19.30 bis 21.45 Uhr

1 Termin, kostenlos

Anmeldeschluss: 6.1.2026

Particke Elektroanlagen

Ihr kompetenter Partner für Photovoltaikanlagen

Merianblick 1

37154, Northeim

www.PartickeElektroanlagen.de

05551/ 9972777

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



Der Kinderschutzbund
Kreisverband Northeim



Ehrenamtliche gesucht! Engagieren Sie sich
für Kinder und Familien!

Sie haben Herz und Zeit?

Helfen Sie ganz konkret im Alltag als Familienpat*innen

Schenken sie zugewandte Freizeit und Lebenserfahrung als Wunschgroßeltern

Unterstützen Sie Angebote des Kinderschutzbundes Northeim

Sprechen Sie uns an! Ihre Ansprechpartnerin: Hannah Stieglitz hannah.stieglitz@kinderschutzbund-northeim.de familientreff@kinderschutzbund-northeim.de

0175 - 7150460 05551 - 917 9036



Geologie & Astronomie

● Astronomie

Eine Reise durch Raum und Zeit

Haltestationen der astronomischen Reise:

- Unsere Welt
- Unsere Erkenntnis
- Unsere Erde
- Unsere Sonne
- Unser Sonnensystem
- Unsere Galaxie mit ihren Sternen
- Unsere Galaxie im Universum
- Unser Universum

Die unvorstellbar großen und kleinen Größen hier auf der Erde und auch im Universum wollen wir durch Bilder und Grafiken veranschaulichen. Medien wie Filmsequenzen und einfach zu bedienende Computerprogramme unterstützen uns dabei.

⌚ WWW

Kurs-Nr.: N1105P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 20

Eingang Rückseite des Gebäudes

Olaf Mädiger

Mittwoch, 4.2.2026, 18.30 bis 20 Uhr

8 Termine, 54,40 Euro

● Geologischer Aufbau des Hildesheimer-Wald-Sattels um Bad Salzdetfurth

Südlich von Hildesheim befindet sich eine waldreiche Hügellandschaft, die ins Leinebergland überleitet. Diese Hügel bestehen vor allem aus Schichten des Buntsandsteins, des Muschelkalks und des Keupers, zusammen also der Trias aus dem Erdmittelalter (Mesozoikum). Die aufgebogenen Schichten verlaufen in einer langen, schmalen sichelförmigen Struktur mit umlaufendem Streichen in Form eines Sattels, dem Hildesheimer-Wald-Sattel.

⌚ WWW

Kurs-Nr.: N1156P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Mathias Oehlke

Dienstag, 14.4.2026, 19 bis 20.30 Uhr

6 Termine, 74,80 Euro



Caritas-Centrum Northeim

Familienbüro

Beratung für Schwangere und Familien • Mutter-Kind-Kuren
Familienerholung • Erziehungslotsen

Caritex-Laden

Second-Hand: Textilien und Haushaltsartikel

Familienzentrum mobil

Bodenfelde • Dassel • Kalefeld • Katlenburg-Lindau • Moringen

Quartiersprojekt Northeim

Gut leben im Quartier zwischen Eisenbahn und Rhume

ZISS

Selbsthilfekontaktstelle für den Landkreis Northeim

Breiter Weg 2 • 37154 Northeim • 0 55 51 / 99 68 30
familienbuero@caritas-suedniedersachsen.de



Caritasverband
Südniedersachsen e.V.



Sozialstation
Bad Gandersheim Kalefeld gGmbH

Tagespflege:
Albert-Rohloff-Str. 4
37581 Bad Gandersheim
Telefon: 05382 / 95816-50
www.tagespflege-bad-gandersheim.de
info@sozialstation-bad-gandersheim.de

Nutzen Sie unsere Erfahrung aus über 25 Jahren Tätigkeit in der ambulanten Pflege

Ambulanter Pflegedienst:
Marienstr. 8
37581 Bad Gandersheim
Telefon: 05382 / 93279-0
www.sozialstation-bad-gandersheim.de
tagespflege@sozialstation-bad-gandersheim.de

**kompetent
hilfsbereit
gemeinnützig**

Haus & Garten

● Mit dem Honigdieb durch das Bienenjahr – 5 unter 50

Bienenhaltung erfreut sich in den letzten Jahren einer zunehmenden Beliebtheit. Neben der Honiggewinnung im eigenen Garten, motiviert auch das Naturerlebnis zur Entschleunigung. In 5 Unterrichtseinheiten werden in insgesamt 25 Stunden folgende Inhalte behandelt:

- Das Leben im Bienenvolk
- Grundsätzliches und Anpassung des Brutraums im Frühjahr
- Anpassung des Brutraums im April
- Schwarmtrieb und Honigraum
- Honiggewinnung

u. v. a. m.

○ WWW

Kurs-Nr.: N1156J2

Katlenburg-Lindau, Katlenburg, oberhalb der Burgbergschule
Helmut Schröder, u.a.
Samstag, 28.3.2026, 14 bis 17 Uhr
5 Termine, 68 Euro

● Mit dem Rad zum Biber

Lange wurde er auf der Roten Liste gefährdeter Säugetiere geführt. Der Europäische Biber (Castor fiber) ist das größte Nagetier Europas und hat die Flüsse Oder, Rhume und Söse im Gemeindegebiet Katlenburg-Lindau zurück erobert. Seine Rückkehr führt zu mehr Artenvielfalt und verbessertem Hochwasserschutz, stellt bisweilen allerdings auch den Menschen vor neue Herausforderungen.

○ WWW

Kurs-Nr.: N1156J3

Katlenburg-Lindau, Treffpunkt wird bekannt gegeben
Helmut Schröder
Donnerstag, 23.4.2026, 12.45 bis 16.30 Uhr
1 Termin, 17 Euro

Ehrenamtliche Betreuung

● In der Ehrenamtlichen Betreuung tätig werden

Aufgaben und Rechtliches

Sie interessieren sich für die ehrenamtliche Betreuung oder Sie sehen die Aufgabe auf sich zukommen oder Sie möchten ihre derzeitige ehrenamtliche oder

familiäre Verantwortung im Rahmen einer Vollmacht oder rechtlichen Betreuung sicher ausüben?

○ WWW

Kurs-Nr.: N1500P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Sascha Keßler
Mittwoch, 4.3.2026, 18 bis 19.30 Uhr
1 Termin, kostenlos

Recht im Alltag

● Recht am Mittwoch: Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Eine Vorsorgevollmacht 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.

Kurs-Nr.: N1500P3

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Kay-Niklas Elsaesser
Mittwoch, 25.2.2026, 19 bis 21.15 Uhr
1 Termin, kostenlos
Telefonische Reservierung erwünscht.

● 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.

Kurs-Nr.: N1500P2

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Kay-Niklas Elsaesser
Mittwoch, 11.3.2026, 19 bis 21.15 Uhr
1 Termin, kostenlos
Telefonische Reservierung erwünscht.

Kay-Niklas Elsaesser, LL.M.

Rechtsanwalt und Notar
Fachanwalt für Familienrecht



www.elsaesser-llm.de

E-Mail: info@elsaesser-llm.de

Göttinger Straße 27 • 37154 Northeim

Tel. +49(0) 55 51/997984-0 • Fax: +49(0) 55 51/997984-4

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

● **Selbstbestimmt vorsorgen:
Vorsorgevollmacht und
Patientenverfügung praxisnah
erklärt**

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung können Ihnen und Ihren Angehörigen Sicherheit und Klarheit in Lebenssituationen geben, in denen Sie selber nicht handeln können. Eine Vorsorgevollmacht ermöglicht es Ihnen, Personen zu bevollmächtigen, in Ihrem Namen zu handeln. In einer Patientenverfügung bestimmen Sie vorab, wie Sie medizinisch behandelt werden möchten. Erfahren Sie, wie Sie frühzeitig für den Ernstfall vorsorgen.

⌚ **WWW**

Kurs-Nr.: N1500E1

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

Karen Pollok

Donnerstag, 23.4.2026, 18 bis 19.30 Uhr
1 Termin, kostenlos

Telefonische Reservierung erwünscht.
Anmeldeschluss: 16.4.2026

● **Erben und Vererben -
Testamente richtig gestalten**

Bei Erbschaften und Nachlässen gibt es viele wichtige Aspekte zu beachten. Es wird erklärt, wer Erbe sein kann und welche Schritte bei einem Erbfall zu unternehmen sind. Sie erfahren auch, welche Möglichkeiten es gibt, ein Testament zu erstellen und den eigenen Nachlass zu gestalten.

Kurs-Nr.: N1500E2

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

Karen Pollok

Donnerstag, 23.4.2026, 19.45 bis 21.15 Uhr
1 Termin, kostenlos

Telefonische Reservierung erwünscht.
Anmeldeschluss: 16.4.2026

KANZLEI AM WIETER
Rechtsanwälte & Notarin
Bürogemeinschaft

Thomas Pollok Karen Pollok LL.M.
Rechtsanwalt Rechtsanwältin mit
Fachanwalt für Familienrecht Tätigkeitsschwerpunkt
und Verkehrsrecht Arbeitsrecht und Notarin

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

planungsgruppe lange

Ideen | Konzepte | Planung | Umsetzung

pg - lange
architektur consulting gmbh

häuserstraße 1 fon: 05551 98 220 info@pg-lange.de
37154 northeim fax: 05551 98 2222 www.pg-lange.de

Geldanlage

● Geld clever anlegen für Anfänger*innen

Wie lege ich mein Geld sinnvoll an? In diesem Kurs erhalten Sie einen verständlichen Einstieg in die Welt der Geldanlage - von den Grundlagen bis zur sicheren Finanzplanung. Sie lernen im Ersten Teil, warum es Sinn macht zu investieren, welche Anlageformen es gibt, aktiv vs. passiv und was ein ETF ist.

Kurs-Nr.: N1031P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 20

Eingang Rückseite des Gebäudes

Fabian Bittner

Samstag, 14.3.2026, 9 bis 12.45 Uhr

1 Termin, 32,50 Euro

Anmeldeschluss: 8.3.2026

● Geld clever anlegen für Anfänger*innen - Teil 2

Wie lege ich mein Geld sinnvoll an? In diesem Kurs erhalten Sie einen verständlichen Einstieg in die Welt der Geldanlage - von den Grundlagen bis zur sicheren Finanzplanung. Sie lernen im Ersten Teil, warum es Sinn macht zu investieren, welche Anlageformen es gibt, aktiv vs. passiv und was ein ETF ist.

Kurs-Nr.: N1031P2

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 20

Eingang Rückseite des Gebäudes

Fabian Bittner

Samstag, 21.3.2026, 9 bis 12.45 Uhr

1 Termin, 32,50 Euro

Anmeldeschluss: 15.3.2026



**KZ-Gedenkstätte
Moringen**

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

Im Frühjahr 2026 ist die

Streuobstwiese

ein Schwerpunktthema. Angebote zu

- Obstbaumschnitt
- Blühbiotop und
- Schafe bei der Wiesenpflege

finden Sie ab Januar auf unserer **Homepage** und im **Newsletter**.

LEHNEN SIE SICH ENTSpannt ZURÜCK

WIR VERWALTEN IHRE IMMOBILIE FÜR SIE !



WWW.WOHNENINNORTHEIM.DE

Am Bleichewall 3

37154 Northeim

Telefon (0 55 51) 98 18-0

Lesen, Schreiben & Mathematik

● Schreiben, Lesen, Rechnen für Menschen mit Beeinträchtigungen

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

Kurs-Nr.: N7310D1K

Dassel, Lüthorst

Cafe "Haus Wildwiese"

Günter Ehling

Mittwoch, 28.1.2026, 17 bis 17.45 Uhr

12 Termine, 5 Euro

● Ihr Weg zum Hauptschul- oder Realschulabschluss - Infoabend

Bildungswege verlaufen nicht immer gradlinig. Wer einen Schulabschluss erwerben und beruflich weiterkommen möchte, investiert in seine Zukunft. Sie haben ihre Schulpflicht erfüllt und Sie möchten den Hauptschulabschluss oder den Realschulabschluss erreichen? Hier informieren wir Sie über den vorbereitenden Unterricht und den Prüfungsablauf.

➲ **WWW**

Kurs-Nr.: N6070Z11

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 16

Mittwoch, 10.6.2026, 18 bis 20.15 Uhr

1 Termin, kostenlos

»DAS SCHÖNSTE GESCHENK IST DIE GEMEINSAME ZEIT«



Alten- und Pflegeheim der
Inneren Mission Northeim gGmbH



Wir haben uns zur Mission gemacht, Pflege und Betreuung auf höchstem Niveau in persönlicher Atmosphäre anzubieten. Dabei setzen wir auf gegenseitige Wertschätzung. Unsere Tagespflege bietet die Möglichkeit, den Tag in einer geselligen Runde zu verbringen und individuelle Unterstützung zu erhalten.

Sie haben Fragen? (05551) 963-3

Mehr Infos: innere-mission-northeim.de

Rohde's Gartenpflanzen

Pflanzen und Deko für Ihren Garten

Fon: 05554 / 404 Fax: 05554 / 2179
www.rohdes-gartenpflanzen.de

Hollenstedter Str. 3 37186 Moringen
info@rohdes-gartenpflanzen.de

Unsere Öffnungszeiten:

Mo. Di. Do. Fr.: 09:00 -12:00 Uhr Sa.: 09:00 -13:00 Uhr
14:00 -18:00 Uhr Mi.: geschlossen

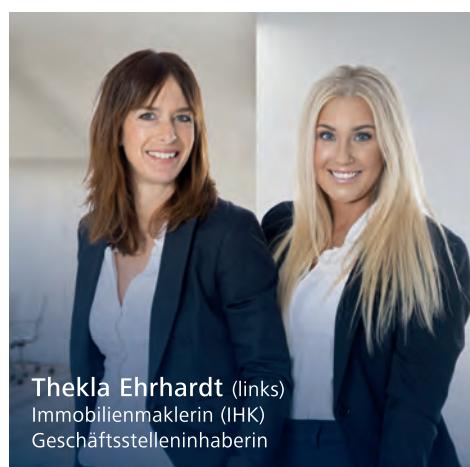


Rohde's Gartenservice

GalaBau, Floristik & mehr...

Hollenstedter Str. 3 37186 Moringen
info@baumschule-rohde.de

Fon: 05554 / 434 Fax: 05554 / 2179
www.rohdes-gartenservice.de



Thekla Ehrhardt (links)
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

Inklusion und Kurse für Menschen mit Behinderungen

● Gemeinsam Kreativ

Ein Angebot für Menschen, die aufgrund ihrer psychischen Disposition Schwierigkeiten in verschiedenen Lebensbereichen haben, aber Interesse mitbringen an kreativem Gestalten, Kommunikation, Austausch in geschütztem Rahmen. Ziel ist es, Ihre Kreativität zu fördern und verschiedene Techniken kennenzulernen. Infos gibt es bei Fr. Kleinschmidt, Tel.: 05571/7893. Die selbst verbrauchten Materialien müssen bezahlt werden.

Kurs-Nr.: N1032U1

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Hintereingang durch den Garten, Gruppenraum Souterrain/AUDEA
Gabriele Kleinschmidt
jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat
10 Termine, kostenlos

● Malen für Menschen mit Behinderungen

In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit Farben und wie daraus Bilder entstehen. Bitte mitbringen: Malsachen, Schreibzeug, Schere, Papier. Es können Materialkosten entstehen. Diese können am ersten Kurstag bei der Kursleiterin bezahlt werden. Aufgrund der Fördersituation können einige Teilnehmer*innenplätze mit Menschen ohne Behinderungen besetzt werden. Bitte sprechen Sie uns an.

○ WWW

Kurs-Nr.: N1032U2

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Ute Engelhardt
samstags, 28.02., 21.03., 25.04.,
23.05., 13.06. und 04.07.2026,
jeweils von 10 bis 15 Uhr
6 Termine, kostenlos

Kurs-Nr.: N1032U3

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Ute Engelhardt
sonntags, 01.03., 22.03., 26.04., 24.05.,
14.06. und 05.07.2026,
jeweils von 10 bis 17 Uhr
6 Termine, kostenlos

Kurs-Nr.: N1032U4

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Ute Engelhardt
Montag, 2.2.2026, 9.30 bis 12.30 Uhr
12 Termine, kostenlos

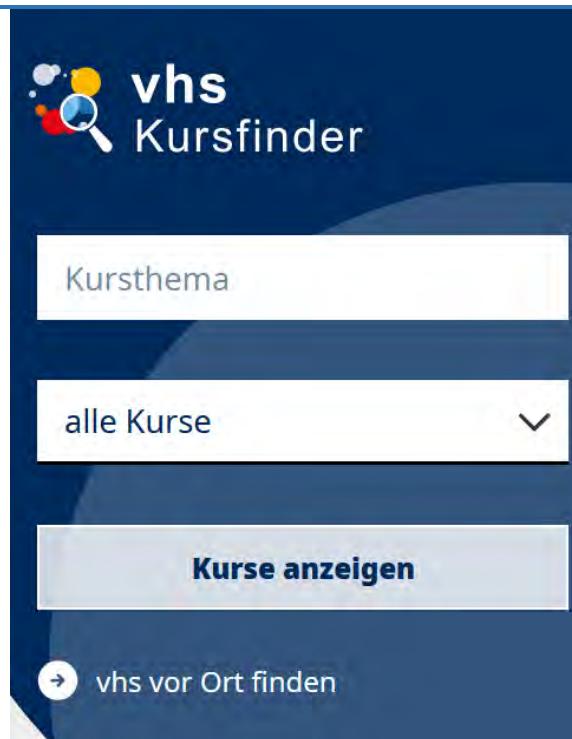
Kurs-Nr.: N1032U6

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Ute Engelhardt
Montag, 18.5.2026, 9.30 bis 12.30 Uhr
6 Termine, kostenlos

Schau mal, was die anderen machen!

Die Kurse der
Nachbarvolkshochschulen
mit dem Kursfinder
entdecken unter

www.volkschule.de



→ vhs vor Ort finden



**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.

**ASTRID
GRUPE-TAUFMANN**

Rechtsanwaltskanzlei
Fachanwältin
für Familienrecht
Mediatorin



● 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 oder jemanden brauchen, bei dem Sie Verständnis und Rat finden. Sie erhalten Antworten auf Ihre Fragen. Die Stunde kostet 15 Euro, damit sind alle Kosten gedeckt. Ab Pflegegrad 1 können die Kosten von der Krankenkasse übernommen werden. Info: 05571/7893.

Kurs-Nr.: N1032U7

Uslar, KVHS-Haus,
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Hintereingang durch den Garten, Gruppenraum Souterrain/AUDEA

Gabriele Kleinschmidt
jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat
10 Termine, kostenlos

Beratung: mittwochs von 14 bis 16.30 Uhr, außer an Feier- und Brückentagen. Bitte telefonisch anmelden: 05571/7893

● Filzen für Menschen mit Behinderung

In diesem Kurs wollen wir gemeinsam filzen. Zum Beispiel Taschen, Stulpfen, Sitzkissen, Hausschuhe, Hüllen für Wärmflaschen. Die Wolle hat verschiedene Farben. Durch die verschiedenen Farben sind die Gegenstände bunt und unterschiedlich. Jede*r muss noch das Material bezahlen. Bitte mitbringen (falls vorhanden): Noppenfolie, 1 Kernseife, 1 Frotteehandtuch, eine kleine Waschschüssel. Die Wolle kann von der Kursleiterin erworben werden.

Kurs-Nr.: N1032U8

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Paula Rabius
freitags: 14 bis 18 Uhr und
samstags: 10 bis 16 Uhr
06./07.02.; 06./07.03.; 17./18.04.; 29./30.05.;
19./20.06. und 03./04.07.2026
12 Termine, kostenlos



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:

Tel.: 0511 28009-166

GDA Göttingen
Charlottenburger Straße 19
37085 Göttingen
www.gda.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 unten:

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

0551.5213937 / 0551.5213930

Wir freuen uns auf Deine Bewerbung!



Gefördert vom:



Pädagogik

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



Berufliche Qualifizierung in pädagogischen Berufen

● Aufbauseminar: Systemische Prinzipien in Alltag und Beruf

Bildungsurlaub

Dieser Bildungsurlaub bietet die Möglichkeit, ihre systemischen Kenntnisse und Fähigkeiten zu vertiefen und gezielt durch ausgewählte Methoden und Techniken weiterzuentwickeln. Im Fokus stehen die Anwendbarkeit systemischer Prinzipien im Alltag sowie ein Methodentag, an dem die Aufstellungsarbeit durchgeführt wird. Dieses Angebot richtet sich an Teilnehmende, die bereits über grundlegende Kenntnisse im Bereich der Systemik verfügen.

Kurs-Nr.: N1600P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Ellen Bünger

Montag, 9.2.2026, 9 bis 17 Uhr

5 Termine, 240 Euro

Anmeldeschluss: 8.1.2026

Pädagogik & Psychologie

● Betzavta-Workshop

Miteinander demokratisch

Wie treffen wir Entscheidungen? Im ergebnisorientierten Workshop lernen Sie unterschiedliche Formen demokratischer Entscheidungsfindung kennen. Gemeinsam bearbeiten und reflektieren Sie Übungen, die zum Nachdenken über das Miteinander anregen - abwechslungsreich, emotional und mit Spaß.

Kurs-Nr.: N1510P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.12

Nick Hartmann, Lenny Tegtmeier

Samstag, 9.5.2026, 9 bis 17 Uhr

1 Termin, 34 Euro

● Basiswissen Psychologie: Menschliches Verhalten besser verstehen

Im Alltag treffen wir auf Verhaltensweisen, die uns fremd oder unverständlich erscheinen. Die Psychologie untersucht das Zusammenspiel von Denken, Fühlen und Handeln und zeigt, wie kognitive und unbewusste Prozesse unser Verhalten prägen. Ziel ist, andere und uns selbst besser zu verstehen und ein grundlegendes psychologisches Denken zu entwickeln.

Kurs-Nr.: N1510P2

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Nick Hartmann

Samstag, 23.5.2026, 9 bis 16 Uhr

1 Termin, 30,60 Euro

● Resilienz erlangen

Überall Krise, Krise, Krise. Wie behalten wir den Kopf über Wasser?

Resilienz bedeutet, die Fähigkeit zu haben, trotz Belastungen gesund zu bleiben und Krisen gut zu meistern. Resilienz hilft dem Menschen in einem gesunden Gleichgewicht zu bleiben, oder es (wieder) zu finden. Wir werden in diesem Kurs die Säulen der Resilienz kennenlernen und wie wir an ihnen wachsen können. Ein Teil der Unterrichtseinheiten wird in der Natur stattfinden, bitte entsprechende Kleidung tragen und ein Getränk mitbringen.

Kurs-Nr.: N1600P2K

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.12

Anke Fürsten

Freitag, 29.5.2026, 17 bis 20 Uhr

Freitag, 5.6.2026, 17 bis 20 Uhr

Freitag, 12.6.2026, 17 bis 20 Uhr

3 Termine, 66 Euro

Anmeldeschluss: 22.5.2026

Neue pädagogische Lehrgänge ab Herbst 2026!

Ab Herbst starten an der Volkshochschule neue praxisorientierte Lehrgänge für pädagogische Tätigkeiten:

- Pädagogische Mitarbeitende an Grundschulen: Unterstützung von Lehrkräften im Unterricht und bei schulischen Projekten.
- Assistenzkräfte für Menschen mit Behinderung: Begleitung und Förderung im Alltag.

Interessierte können sich jetzt schon unverbindlich melden.

Sobald die Terminpläne feststehen, informieren wir Sie über die Infotermine und Kursstarts.

Infos: sturano@landkreis-northeim.de

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Windows 10 Supportende: Alternativen für ältere PCs

Am 14. Oktober 2025 endete Microsofts kostenloser Support für Windows 10. Millionen PCs erhalten keine Sicherheitsupdates mehr, was sie anfälliger für Cyberangriffe macht. Besonders betroffen sind Nutzer älterer Hardware, die nicht die strengen Anforderungen für Windows 11 erfüllt.

Microsofts Systemanforderungen für Windows 11 sind jedoch größtenteils willkürlich gewählt. Die Beschränkung auf Prozessoren nach 2017 erfolgt nicht nach tatsächlicher Leistungsfähigkeit, sondern nach Generationen. Selbst leistungsstarke 8-Kern-Prozessoren mit 3,5 GHz aus 2016 gelten als „ungeeignet“, obwohl sie Windows 11 problemlos bewältigen. Diese künstliche Sperre dient primär dem Verkauf neuer PCs.

Die Folge: Eine massive Elektroschrott-Welle. Experten schätzen, dass bis zu 500 Millionen funktionsfähige Geräte vorzeitig entsorgt werden. Dies widerspricht Microsofts eigenen Nachhaltigkeitszielen und verschwendet wertvolle Ressourcen in Zeiten von Chipmangel und Klimawandel.

Microsoft bietet zwar erweiterte Sicherheitsupdates (ESU) bis Oktober 2026 an, jedoch nur für Nutzer mit einem kostenpflichtigen Abo. Für PCs, die Windows 11-Anforderungen wie TPM 2.0 oder Secure Boot nicht erfüllen, gibt es dennoch Lösungen: Registry-Hacks können diese Prüfungen umgehen. Durch Erstellen der Schlüssel „BypassTPMCheck“ und „BypassSecureBootCheck“ in „HKEYLOCALMACHINE\SYSTEM\Setup\LabConfig“ lässt sich Windows 11 ohne Hardwareprüfung installieren.

Als nachhaltige Alternative bietet sich Linux an. Distributionen wie Linux Mint oder Ubuntu sind besonders benutzerfreundlich für Windows-Umsteiger. Sie laufen problemlos auf älterer Hardware und bieten eine vertraute Bedienoberfläche. Das auf Ubuntu Linux basierende Zorin OS imitiert sogar das Windows-Design und erleichtert den Umstieg erheblich.

Jörg Hüddersen



Digitales

Opensource Alternativen zu MS-Windows, MS-Office und Google

Kurs N5000E1

Seite 23

Digitales

Kontakt:
Jörg Hüddersen
 Programmberichtsleiter
 Digitales

Tel: 05551/708-8212
jhueddersen@landkreis-northeim.de



Tastschreiben

● Tastaturschreiben für alle ab 10 Jahren

An 5 Terminen können Sie lernen, blind mit 10 Fingern auf der Tastatur zu schreiben. Die Finger finden die richtige Taste ohne Hinsehen und Sie sehen beim Schreiben nur noch auf den Text. Dieses bildet die Grundlage für schnelles und fehlerfreies Schreiben am PC.

Bitte bringen Sie einen Kugelschreiber und Buntstifte in den Farben rot, blau, gelb und grün mit.

Kurs-Nr.: N5071P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
 Ulrike Berghahn
 Mittwoch, 18.2.2026, 18.15 bis 19.45 Uhr
 5 Termine, 46 Euro

PC & Internet - Grundstufe

● PC-Selbsthilfegruppe - Fragen und Antworten rund um PC und Handy

Dieser Kurs bietet praktische Lösungen für Problem-Themen rund um PC und Handy: Parallel zu Einführungen von PC-Problemen legen die Teilnehmenden ihre Wünsche frei als Kursinhalte fest. Begleitet von einem erfahrenen Dozenten werden Themen aus den Bereichen PC-Hardware, Windows, PC-Anwendungsprogramme, Internetnutzung u. Smartpho-

ne-Bedienung erarbeitet. Ein Einstieg in den lfd. Kurs ist jederzeit möglich. Bitte eigenen Laptop u. Handy mitbringen.

Kurs-Nr.: N5032P2

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum 0.12
 Olaf Mädiger
 Mittwoch, 4.2.2026, 16 bis 18.15 Uhr
 9 Termine, 81,60 Euro

PC & Internet - Workshops

● Homepage - den eigenen Internet-Auftritt einfach erstellen!

Dieser Kurs bietet praktische Lösungen zur Erstellung und Pflege einer eigenen Homepage mit WordPress: Parallel zu einer detaillierten Einführung in die Grundlagen und den Aufbau einer Website werden wir eine Homepage erstellen. Es werden keine PC-Kenntnisse vorausgesetzt. Bitte eigenen Laptop mitbringen, sofern vorhanden.

Kurs-Nr.: N5030P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum 0.12
 Olaf Mädiger
 Donnerstag, 12.2.2026, 18.30 bis 20.00 Uhr
 9 Termine, 61,20 Euro

● Hausautomatisierung - einfach in den eigenen vier Wänden verstehen!

Dieser Kurs bietet praktische Lösungen zur Einrichtung und Pflege einer eigenen Hausautomatisierung: Parallel zu einer detaillierten Einführung werden wir eine Vielzahl praktischer Automatisierungsbeispiele (Lampen, Heizung, Raumklima, Energieverbrauch, ...) kennenlernen. Alle bei den Kursteilnehmenden auftretenden Fragen werden berücksichtigt und ausführlich beantwortet.

Kurs-Nr.: N5030P2

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum 0.12
 Olaf Mädiger
 Mittwoch, 5.2.2026, 17 bis 18.30 Uhr
 9 Termine, 61,20 Euro

VGH 

Robert Lorenz
 Hauptvertreter
 Versicherungsfachmann (IHK)
 Sedanstr. 19 37154 Northeim
 Tel. 05551-97800 Mobil 0170-8976553
robert.lorenz@vgh.de
www.vgh.de/robert.lorenz

Öffnungszeiten
 Mo-Fr 09:00-12:30 Uhr Mo, Di, Do 14:00-17:00 Uhr
 Terminvereinbarungen jederzeit auch außerhalb der Öffnungszeiten möglich!

 Finanzgruppe

● Mikrokontroller Arduino - Einfach verstehen!

In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden Handhabung und Einsatz von Arduino Mikrokontrollern von Grund auf interaktiv an praktischen Beispielen. Dabei werden notwendige Grundkenntnisse aus der Informatik und Elektronik vermittelt. Ziel des Kurses ist die Möglichkeit selbstständiger Arduino-Experimente zu Hause oder auf der Arbeit. Bitte mitbringen: Laptop (Windows/Linux) mit USB-Schnittstelle, DIN A4-Heft kariert, Stifte schwarz, blau, rot.

Kurs-Nr.: N5032P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.12
Olaf Mädiger
Donnerstag, 12.2.2026, 16.00 - 17.30 Uhr
9 Termine, 91,80 Euro

● EDV-Workshop für Frauen mit Vorkenntnissen

Die Kursgruppe erarbeitet selbstgesteuert Problemlösungen für den Umgang mit Windows-PCs. Themengebiete könnten sein:

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

Für diesen Kurs sind PC-Grundkenntnisse erforderlich, es kann mit dem eigenen Laptop gearbeitet werden.

Kurs-Nr.: N5015P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.12
Ulrike Berghahn
Montag, 23.2. bis Freitag 27.2.2026,
jeweils 9 bis 11.15 Uhr
5 Termine, 92 Euro
Anmeldeschluss: 16.2.2026

Office Anwendungen

● MS Excel zur effektiven Datenvisualisierung

PivotTables und -Charts sowie dynamische Dashboards

- Graphical User Interface (GUI) und Funktionen
- Laden oder Transformieren einzelner Tabellen
- Import diverser Datenquellen mit Beziehungen

- Cloud- oder webbasierte Datenanalyse „live“
- BONUS: Praktische Anwendungsfälle (Use Cases)

Kurs-Nr.: M5005X16K

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.
Thorsten H. Bradt
Mittwoch, 17.12.2025, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 38 Euro
Anmeldeschluss: 11.12.2025

● Prezi - Dynamische Präsentationen

- Arbeitsbereiche und Werkzeuge
- Strategien zum visuellen Storytelling
- Konzeption dynamischer Präsentationen
- Gestaltgesetze und Typografie im Detail
- Best Practices zur Datenvisualisierung

Kurs-Nr.: M5006X1K

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.
Thorsten H. Bradt
Dienstag, 20.1.2026, 13.30 bis 15 Uhr
1 Termin, 19 Euro

● .MS Word – effiziente Textverarbeitung mit KI-Unterstützung

- Nutzung von ChatGPT zur Textoptimierung und Ideenfindung
- Automatische Verbesserung von Grammatik, Stil und Lesbarkeit
- Integration von KI in die Dokumentenerstellung und -bearbeitung
- Unterstützung bei der Strukturierung komplexer Dokumente
- Effizienzsteigerung durch KI-gestützte Textvorschläge und -anpassungen

Kurs-Nr.: M5006X2K

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.
Thorsten H. Bradt
Mittwoch, 21.1.2026, 10.30 bis 12 Uhr
1 Termin, 19 Euro



Noch nicht bereit für die kalte Jahreszeit?

Gönnen Sie sich Wohlfühlmomente in Ihrer privaten Wellnessoase mit Außen- oder Innensauna. Ihr kleiner Luxus für die anstehenden kühlen Abende.

Lütjes Feld 2 | 37154 Northeim
+49 (0) 5554 8911 | info@krech-zaun.de | www.krech-zaun.de

● MS Excel – effiziente Tabellenkalkulation mit KI-Unterstützung

- KI-gestützte Erstellung von Formeln und Berechnungen
- Beschleunigung Datenanalyse und Identifikation von Mustern
- Diagramme und Berichte mit KI-gesteuerten Empfehlungen
- Optimierung und Automatisierung von Arbeitsabläufen
- Schnellere und präzisere Auswertung größerer Datenmengen

Kurs-Nr.: M5005X1K

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.

Thorsten H. Bradt

Dienstag, 16.12.2025, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 38 Euro
Anmeldeschluss: 10.12.2025

Kurs-Nr.: M5005X1K

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.

Thorsten H. Bradt

Dienstag, 16.12.2025, 18.30 bis 21.30 Uhr

1 Termin, 38 Euro

Anmeldeschluss: 10.12.2025

Bonus: Methoden zum Zeit- und Aufgabenmanagement

Hinweis: In diesem Online-Kurs werden beide Varianten der grafischen Benutzeroberfläche von MS Outlook berücksichtigt: Outlook Classic und Outlook New.

Kurs-Nr.: N5006X7K

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.

Thorsten H. Bradt

Dienstag, 21.4.2026, 10.30 bis 12 Uhr
2 Termine, 38 Euro

● MS Outlook Modul I Organisation und Kommunikation

- Die Benutzeroberfläche sowie wesentliche Outlook-Optionen
- Ordnerstrukturen, Notizen und MS 365-Apps zur Organisation
- Kompatibilität mit MS OneNote in der Teamarbeit
- Kundenzentrierte Kommunikation nach DIN 5008
- Etablierte und innovative Workflows im Büromanagement

Hinweis: In diesem Online-Kurs werden beide Varianten der grafischen Benutzeroberfläche von MS Outlook berücksichtigt: Outlook Classic und Outlook New.

Kurs-Nr.: N5006X6K

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.

Thorsten H. Bradt

Dienstag, 14.4.2026, 10.30 bis 12 Uhr
2 Termine, 38 Euro

● MS Outlook Modul III - Kundenbeziehungsmanagement

- Einzel- und Gruppenkontakte als Listen
- Teilen von Kontakten in der Teamarbeit
- Einsatz von personalisierten Vorlagen Templates
- Nutzung von Schnellbausteinen und Objekten
- Essentials zum Kundenbeziehungsmanagement

Hinweis: In diesem Online-Kurs werden beide Varianten der grafischen Benutzeroberfläche von MS Outlook berücksichtigt: Outlook Classic und Outlook New.

Kurs-Nr.: N5006X8K

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.

Thorsten H. Bradt

Dienstag, 28.4.2026, 10.30 bis 12 Uhr
2 Termine, 38 Euro

● MS Outlook Modul II - Zeit- und Aufgabenmanagement

- Kalender-Modul - Erstellen und Zuweisen von Terminen
- Aufgaben-Modul - Anlegen und Verwalten von Vorhaben
- Strategische Verknüpfung von Terminen und Aufgaben
- Optimierung und Automatisierung von Workflows

E-Mail & Vernetzung

● MS Outlook – „Full Power“-Workflows

Strategien zur Steigerung der Arbeitsproduktivität

- „Going Backstage“ - Konfiguration der Outlook-Optionen
- E-Mail-Postfach und -Korrespondenz - Regeln und QuickSteps
- Szenarien zur Anpassung des Kundenbeziehungsmanagements
- Konsequente Optimierung von Aufgaben- und Zeitmanagement
- BONUS: Outlook im Umfeld von MS 365 (Produktivitätscloud)

Emre Uzun

Schadenaufnahme



0173 6126053

Neustadt 3
37154 Northeim

www.mkfzsv.de

meinkfzsachverständiger

emre-uz61@hotmail.de

WEITER

KOMMST DU
MIT UNS!



JEDER
SCHULABSCHLUSS
MÖGLICH!



Der Deutsche
Schulpreis 2020
Preisträger

BBS
EINBECK

WIR
WOLLEN'S
WISSEN.

PC- & Internetsicherheit

● Etwas mehr Privatsphäre bitte!

Wir wollen uns damit befassen, welche digitalen Spuren wir hinterlassen und wie wir diese sinnvoll minimieren können. Neben allgemeinen Regeln wollen wir uns genauer mit dem Schutz der Privatsphäre im Browser Firefox und einigen kleineren Hilfsprogrammen zum Schutz der Privatsphäre beschäftigen.

Kurs-Nr.: N5006P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)
Ulrike Berghahn
Mittwoch, 4.2.2026, 19 bis 21.15 Uhr
Mittwoch, 11.2.2026, 19 bis 21.15 Uhr
2 Termine, 27,60 Euro

Linux

● Opensource Alternativen zu MS-Windows, MS-Office und Google

Ihr PC ist nicht mehr fit für Windows 11? Office 365 ist Ihnen zu teuer? Werden Sie unabhängig von großen US-Konzernen! Dieser Kurs zeigt Ihnen den einfachen Umstieg auf kostenlose Open-Source-Alternativen. Sie lernen, Linux anstelle von Windows und Libre- oder OpenOffice statt MS Office zu nutzen - sicher, kostenlos und datenschutzfreundlich. Wagen Sie den Wechsel in die Welt der freien Software!

Kurs-Nr.: N5000E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullenser Straße 19, Raum 1, EG
Rudolf Wimmer
Freitag, 13.3.2026, 19 bis 21.15 Uhr
1 Termin, 13,80 Euro
Anmeldeschluss: 8.3.2026

Fotografie

● Forum F - Fotografie

Fotostammtisch der KVHS Northeim

Das Forum richtet sich an alle, die ihre fotografischen Kenntnisse ausbauen und sich in einer offenen Gruppe austauschen möchten. Neben Input zu Technik, Gestaltung und Bildbearbeitung stehen gemeinsames Fotografieren, kurze Workshops und Exkursionen auf dem Programm.

Themenwünsche der Teilnehmenden fließen ein. Laufender Kurs; der Einstieg ist jederzeit möglich.

Kurs-Nr.: N1080E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullenser Straße 19, Raum 5, UG
Horst Gabriel
Sonntag, 22.2.2026, 15 bis 18 Uhr
6 Termine, kostenlos

● Meine Digitalkamera, Technik und Bedienung in Praxis und Theorie

Einführungskurs für Besitzer von Digitalkameras aller Marken. Sie lernen, Ihre Kamera zu bedienen, die wichtigsten Funktionen zu nutzen und typische Fehler zu vermeiden. Außerdem lernen Sie den richtigen Umgang mit dem Blitz. Der Kurs schließt mit einem Einblick in die Auswahl von geeignetem Zubehör. Bitte eigene Kamera mit aufgeladenem Akku, Ladegerät und Bedienungsanleitung mitbringen.

Kurs-Nr.: N2111E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullenser Straße 19, Raum 2, EG
Frank Watermann
Samstag, 11.4.2026, 10 bis 16 Uhr
Sonntag, 12.4.2026, 10 bis 16 Uhr
2 Termine, 54,40 Euro
Anmeldeschluss: 5.4.2026

● Urbaner Fotowalk in Göttingen - Die Kunst der Fotografie entdecken

Dieser praxisorientierte Fotografie-Kurs richtet sich an alle, die ihre fotografischen Fähigkeiten in einer urbanen

Umgebung verbessern möchten. Gemeinsam erkunden wir die Stadt Göttingen und erlernen dabei die Grundlagen der Fotografie, die Bildgestaltung und kreative Techniken für bessere Fotos. Bitte mitbringen Sie Ihre eigene Kamera mit (DSLR, Systemkamera oder fortgeschritten Kompaktkamera) mit voll geladenem Akku.

Kurs-Nr.: N2111S1

Göttingen, Treffpunkt am Gänseliesel
Horst Gabriel
Samstag, 11.4.2026, 12 bis 16 Uhr
1 Termin, 17 Euro
Anmeldeschluss: 5.4.2026

● Sinnliche Porträtfotografie für Frauen

Fotos von Frauen für Frauen: Jede Frau ist schön! Gemeinsam erobern wir die Technik und erstellen gegenseitig schöne Porträtfotos. Das Fotografieren von sinnlichen Porträtfotos steht hierbei im Vordergrund. Selbst mit einfachen Mitteln und Aufwand lassen sich wunderbare Ergebnisse erzielen. Wir fotografieren im Studio und bei schönem Wetter auch draußen. Bei diesem Workshop lernen Sie ihre Kamera besser kennen.

Kurs-Nr.: N2111E2

Einbeck, Fotostudio Mischke,
Marktstraße 40
Sabine Mischke
Sonntag, 31.5.2026, 10 bis 16 Uhr
1 Termin, 37,20 Euro
Anmeldeschluss: 24.5.2026

The advertisement features the TU Clausthal logo and the text "TU Clausthal". Below it, a large image shows a person paddleboarding on a lake with trees in the background. Overlaid text reads "DIE UMWELT IM BLICK", "STUDIEREN FÜR EINE", and "NACHHALTIGE ZUKUNFT". At the bottom left, there is a paragraph about circular economy and sustainability. On the bottom right, there is a QR code and social media links for "Folgt uns auf" (Follow us on) with icons for Facebook, Instagram, and YouTube, and the website "www.tu-clausthal.de".

Die Technische Universität Clausthal steht für Circular Economy: Weg von der Wegwerfgesellschaft hin zur nachhaltigen Kreislaufwirtschaft.

Folgt uns auf
[Facebook](#) [Instagram](#) [YouTube](#)
www.tu-clausthal.de

Social Media

● Adobe InDesign und Photoshop – Social-Media-Posts

Visueller Content für Instagram, Pinterest & Co.

- Einzigartigkeit und Kreativität in der Gestaltung
- Qualitative Anpassungen und optimale Formate
- Nachhaltiges Branding durch Farbschemen
- Kundeninteraktion durch Erlebnisidentität
- BONUS: Reels sowie animierte Grafiken mit PS

Kurs-Nr.: M5005X14K

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.

Thorsten H. Bradt

Samstag, 13.12.2025, 9.30 bis 17 Uhr

1 Termin, 85,50 Euro

Anmeldeschluss: 5.12.2025

● Social Media Grundlagen – Überblick & Einstieg

Soziale Netzwerke wie Facebook, Instagram oder LinkedIn gehören für viele zum Alltag. Doch wie funktionieren diese Plattformen eigentlich? Dieser Kurs bietet einen verständlichen Überblick über Chancen, Herausforderungen und erste Schritte im Umgang mit Social Media für Unternehmen, Selbstständige und Vereine. Bitte mitbringen: Notizblock, Zugang zu eigenen Profilen (falls vorhanden).

Kurs-Nr.: N5005P1K

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.12

Indra Zahner

Montag, 9.2.2026, 18 bis 19.30 Uhr

4 Termine, 27,20 Euro

Kurs-Nr.: N5005P6K

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.12

Indra Zahner

Samstag, 25.4.2026, 10 bis 15 Uhr

1 Termin, 20,40 Euro

● WhatsApp Business effizient nutzen

WhatsApp Business ist ein einfaches und kostenloses Tool zur Kundenkommunikation. In diesem Kurs richten wir gemeinsam die App ein, zeigen Kataloge, Autoantworten und wichtige Hinweise zur sicheren Nutzung. Bitte vorbereiten: Smartphone mit WhatsApp Business.

Kurs-Nr.: N5005X2K

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.

Indra Zahner

Mittwoch, 11.2.2026, 17.30 bis 20.30 Uhr

1 Termin, 13,60 Euro

● Reels mit System – Kurzvideos selbst erstellen

Kurzvideos boomen - ob auf Instagram, Facebook oder TikTok. In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie Videos professionell planen, aufnehmen und bearbeiten. Bitte mitbringen: Smartphone, evtl. Ladegerät, Canva-Login

Unsere Region steckt voller Energie.

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

www.EAM.de

Tel. 0561 9330-9330

Positive Energie aus der Mitte

EAM

● LinkedIn-Grundlagen für Unternehmen und Solo-Selbstständige

LinkedIn ist das Netzwerk für berufliche Sichtbarkeit. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihr Profil professionell aufbauen und gezielt Netzwerken. Bitte vorbereiten: LinkedIn-Zugang.

Kurs-Nr.: N5005X3K

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.

Indra Zahner

Montag, 9.3.2026, 17.30 bis 19 Uhr

2 Termine, 13,60 Euro

● Google Unternehmensprofil: Besser gefunden werden

Das Google Unternehmensprofil (ehemals Google My Business) ist ein kostenloses Tool für bessere Sichtbarkeit in der Region. Sie lernen, wie Sie Ihr Profil professionell einrichten, optimieren und aktiv nutzen - auch ohne Website. Bitte vorbereiten: Google-Zugangsdaten.

Kurs-Nr.: N5005X4K

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.

Indra Zahner

Montag, 16.3.2026, 17.30 bis 20.30 Uhr

1 Termin, 13,60 Euro

● Instagram für Unternehmen

Sie möchten Instagram professionell nutzen? In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie ein ansprechendes Profil aufbauen, Inhalte planen und Reichweite erzielen - Schritt für Schritt. Bitte vorbereiten: Zugang zu Instagram.

Kurs-Nr.: N5005X7K

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.

Indra Zahner

Montag, 18.5.2026, 18 bis 19.30 Uhr

2 Termine, 13,60 Euro

Grafik & Bildbearbeitung

● Kreativität entfesseln mit Canva

Gestalten Sie Social Media Beiträge, Flyer oder Präsentationen ganz einfach selbst. Canva bietet Vorlagen und viele kreative Möglichkeiten - auch ohne Designkenntnisse. Bitte mitbringen: Eigener Laptop, Canva-Login.

Kurs-Nr.: N5005P5K

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.12

Indra Zahner

Montag, 13.4.2026, 17.30 bis 20 Uhr

2 Termine, 20,40 Euro

● Adobe InDesign – der umfassende Profi-Kurs

- Allgemeine sowie medienspezifische Voreinstellungen
- ID-basierte und individuell angepasste Gestaltungsraster
- „Full Power“-Workflows zur Produktivitätssteigerung
- Konsistentes Farbmanagement zum verbindlichen Publishing
- Best Practices zur Entwicklung individueller Design-Templates

Kurs-Nr.: N5006X4K

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.

Thorsten H. Bradt

Samstag, 31.1.2026, 9 bis 16.30 Uhr

1 Termin, 85,50 Euro

● Bildbearbeitung mit GIMP

Einführung in die Bearbeitung digitaler Fotos mit dem kostenlosen, aber mächtigen Programm GIMP. Sie erlernen wichtigsten Grundschritte zur Bildoptimierung wie die Einstellung von Helligkeit, Kontrast, Schärfe und Farbsättigung sowie das Entfernen störender Bildelemente wie z.B. Personen im Hintergrund und andere Retuschefunktionen. Gern können Sie eigene Bilder zum Üben mitbringen. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Bitte USB-Stick mitbringen.

Kurs-Nr.: N5052E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullenser Straße 19, Raum 2, EG

Frank Watermann

Samstag, 7.3.2026, 10 bis 16 Uhr

Sonntag, 8.3.2026, 10 bis 16 Uhr

2 Termine, 69 Euro

Anmeldeschluss: 1.3.2026

● GIMP - Einführung in das kostenlose Bildbearbeitungsprogramm

Einführung in die Bearbeitung digitaler Fotos mit dem kostenlosen, aber mächtigen Programm GIMP. Sie erlernen wichtigsten Grundschritte zur Bildoptimierung wie die Einstellung von Helligkeit, Kontrast, Schärfe und Farbsättigung sowie das Entfernen störender Bildelemente wie z.B. Personen im Hintergrund und andere Retuschefunktionen. Gern können Sie eigene Bilder als Übungsmaterial mitbringen. Vorkenntnisse in Bildbearbeitung sind nicht nötig.

Kurs-Nr.: N5052P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)

Ulrike Berghahn

Montag, 9.2.2026, 18.30 bis 20.45 Uhr

5 Termine, 69 Euro

NEU!

● Quantum-GIS

Quantum-GIS ist ein kostenloses Geografisches Informationssystem mit dem Sie räumliche Daten erfassen, analysieren und bewerten können. Sie erhalten einen Einstieg in das System, erfahren wie Sie kartografische Grundlagen einbinden können, Ihre Daten darstellen und analysieren können.

Kurs-Nr.: N5052P2

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)

Ulrike Berghahn

Mittwoch, 8.4.2026, 18.30 bis 20.45 Uhr

5 Termine, 69 Euro

Projektmanagement

● MS Project im klassischen Projektmanagement (mit „KI-Hacks“)

Planung, Steuerung und Überwachung von Vorhaben

- Projektplan und Gant-Diagramm - Vorgänge und ihre Abfolge
- Netzplan, Projektziele, Meilensteine sowie Pufferzeiten (Reserven)
- Zuteilung von Ressourcen - Steuerung und Überwachung
- Berichte u. a. zur Visualisierung des Projektfortschritts im Team
- Der Projektstrukturplan (PSP) / Work Breakdown Structure (WBS)

Kurs-Nr.: N5006X9K

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.

Thorsten H. Bradt

Samstag, 6.6.2026, 9 bis 16.30 Uhr

1 Termin, 85,50 Euro

Künstliche Intelligenz

● Künstliche Intelligenz sicher und effizient einsetzen

Der Kurs vermittelt die nötigen Kompetenzen für die berufliche Anwendung von KI gemäß EU AI-Act für Systeme mit geringem Risiko. Praktische Übungen zu Chatbots, Bilderstellung & Co. vermitteln Sicherheit im Umgang mit aktuellen KI-Anwendungen. Das Abschlusszertifikat weist den Erwerb der Kompetenzen nach Art. 4 AI-Act für KI-Systeme mit geringem Risiko nach.

Kurs-Nr.: N5067P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 20,

Eingang Rückseite des Gebäudes

Olaf Mädiger

Donnerstag, 25.2.2026, 18 bis 20.30 Uhr

5 Termine, 69 Euro

● Künstliche Intelligenz kompetent im Beruf einsetzen

Die EU schreibt den Erwerb von KI-Kompetenzen für die berufliche Anwendung vor. Dieser Kurs vermittelt die notwendigen Kenntnisse für KI-Systeme mit geringem Risiko: Nach einer allgemeinen Einführung stehen die Risikoklassen nach dem AI-Act der EU und die praktische Anwendung am Beispiel von ChatGPT im Fokus. Das Abschlusszertifikat weist den Erwerb der Kompetenzen nach Art. 4 AI-Act für KI-Systeme mit geringem Risiko nach.

Kurs-Nr.: N5068P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U20,

Eingang Rückseite des Gebäudes

Olaf Mädiger

Donnerstag, 11.2.2026, 18 bis 20.30 Uhr

1 Termin, 13,80 Euro



<https://www.vhs-lernportal.de>



Es ist kostenlos.

Nutzen Sie Smartphone, Tablet oder PC.

Lernen Sie, wann und wo Sie möchten.

Auszeichnungen motivieren beim Lernen.

www.bbs1-northeim.de

*Lass
dich
locken*



und komm zu uns nach Northeim! Fit in die Zukunft mit der Europa-Schule BBS 1 Northeim

Vielseitig, innovativ, menschlich

- + seit jetzt über 175 Jahren

Wir sind international aufgestellt

- + Zusatzqualifizierung Europakaufmann/-frau
- + Zusatzqualifizierung Chinakaufmann/-frau
- + Europäisches Wirtschaftsdiplom (EBBD)
- + Chinesisch als zweite Fremdsprache im Beruflichen Gymnasium

und mit Schülerunternehmen ganz nah an der realen Arbeitswelt

- + Vielzahl verschiedener Schülerunternehmen
- + Referenzschule für andere Bildungseinrichtungen

BERUFSSCHULE

Wirtschaft und Verwaltung
Gesundheit

1-JÄHRIGE UND 2-JÄHRIGE BERUFSFACHSCHULE WIRTSCHAFT

BERUFSEINSTIEGSCHULE

FACHOBERSCHULE

Wirtschaft
Verwaltung und Rechtspflege

BERUFLICHES GYMNASIUM WIRTSCHAFT

FACHSCHULE BETRIEBSWIRTSCHAFT in Kooperation mit der Arnoldi-Schule Göttingen



Berufsbildende Schulen I Northeim

Europa-Schule · Sudheimer Straße 36-38 · 37154 Northeim · Telefon (0 55 51) 98 44-0 · E-Mail verwaltung@bbs1-northeim.de

Mit unseren Kursleiter*innen in der Welt zu Hause



Sternenhimmel im Mausoleum der Galla Placidia



Salina di Cervia

Italienisch

Italienisch-Kurse finden Sie auf Seite 34 und 35

Ich liebe es, Ravenna zu besuchen, mit seinen prächtigen byzantinischen Bauwerken und Mosaiken, die als UNESCO-Weltkulturerbe gewürdigt werden. Das Mausoleum der Galla Placidia zum Beispiel besticht durch seine schlichte Fassade, doch im Inneren birgt prachtvolle Mosaiken auf dunkelblauem Grund, die mit Sternmustern leuchten.

Wenn ich durch die Altstadt schlendere, freue ich mich nicht weniger auf die Gastfreundschaft und Wärme der Menschen als auf die kulinarischen Genüsse der Romagna, wie die klassische Piadina mit Rucola und cremigem Squacquerone.

Nur wenige Kilometer von Ravenna entfernt liegt die Adriaküste mit ihren weiten Stränden, die voller Leben sind, und der Möglichkeit, bei Bootsausflügen mit etwas Glück Delfine zu sehen.

Dann ist da noch die Salina di Cervia. Sie führt nicht nur einen traditionellen Salzgewinnungsprozess fort, sondern ist auch ein einzigartiges Ökosystem, das vielen Vogelarten, darunter Flamingos, Avocetten und andere Watvögel, als Heimat dient.

Ravenna mit seiner Kunst und Geschichte, die Salina mit ihrem Licht, dem Rosa des Wassers, den Spiegelungen und der Nähe zur Natur – das sind Orte, an die ich immer wieder zurückkehren möchte.

Dr. Elisabetta Abate, Italienisch-Dozentin der KVHS

Sprachen

Kontakt:
Stefanie Turano
 Programmberichtsleiterin
 Sprachen
Tel: 05551/708-8222
sturano@landkreis-northeim.de



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 Erfolgsergebnisse für sich verbuchen! Gemeinsam finden wir mit Sicherheit den passenden Sprachkurs für Sie. Die Beratung ist kostenfrei. Bitte melden Sie sich zum Termin an.

Kurs-Nr.: M4099P2

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.11

Niki Wray

Dienstag, 20.1.2026, 17 bis 20 Uhr

1 Termin, kostenlos

Anmeldeschluss: 19.1.2026

Englisch Grundstufe A1

● Englisch

Grundstufe A1/2

Möchten Sie Ihre Englischkenntnisse auffrischen oder neu starten? Dieser Kurs richtet sich an Anfängerinnen und Anfänger, die ihre Sprachfähigkeiten auf angenehme und praxisnahe Weise verbessern möchten. Mit einer englischen Muttersprachlerin lernen Sie, Ihren Wortschatz zu erweitern, sich sicherer in der Kommunikation zu fühlen und die Grammatik besser zu beherrschen.

Kurs-Nr.: N4105P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.08

Niki Wray

Dienstag, 27.1.2026, 16.30 bis 18 Uhr

12 Termine, 81,60 Euro

Lehrbuch: Wird im Kurs mitgeteilt!

NEU!

● Onlinekurs - Englisch für Anfänger*innen A1/1

In Dialogen und Gruppenarbeit üben Sie mit einer Muttersprachlerin die Grundzüge der englischen Sprache, ebenso das aktive Sprechen und das Hörverständnis für Alltagssituationen.

Kurs-Nr.: N4105X1

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.

Nehanda Helmker

Montag, 9.2.2026, 17 bis 18.30 Uhr

12 Termine, 81,60 Euro

Lehrbuch: Let's Enjoy English - Band A1.1

ISBN 978-3-12-501630-9

Anmeldeschluss: 5.2.2026

● Englisch: A new start

Anfänger*innenkurs mit wenigen Vorerfahrungen - Grundstufe A1/3

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmende, die bereits Vorkenntnisse haben z. B. aus drei Semestern oder vor längerer Zeit etwas Englisch gelernt haben. Im Mittelpunkt stehen das Sprechen und Hörverstehen in Alltagssituationen. In kurzen ansprechenden Dialogen sowie Lese- und Hörtexten werden Ihr Ausdrucksvermögen und Ihre Grammatikkenntnisse erweitert. So come along and join us.

Kurs-Nr.: N4126E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullenser Straße 19, Raum 3, 2. OG

Gisela Hundertmark

Donnerstag, 12.2.2026, 17.30 bis 19 Uhr

10 Termine, 68 Euro

Lehrbuch: Network Now A1

(Klett-Verlag), ISBN: 978-3-12-606588-7

Englisch Grundstufe A2

● Englisch Lunch

Grundstufe A2/1 - für Teilnehmende mit 5 Semestern Vorerfahrung

Sie haben englische Grundkenntnisse, aber es ist schon eine Weile her, dass Sie Englisch gesprochen haben? Anhand des Lehrbuchs werden Inhalte besprochen, Vokabular und Grammatik erläutert, so dass Sie mit der Sprache wieder vertraut werden.

Kurs-Nr.: N4125E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 2, EG

Anke Kronauer

Freitag, 6.2.2026, 14 bis 15.30 Uhr

10 Termine, 68 Euro

Lehrbuch: Network Now A2.1, ISBN

978-3-12-606591-7 (Klett-Verlag)

● Englisch

Grundstufe A2

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.

Kurs-Nr.: N4126P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 20

Eingang Rückseite des Gebäudes

Gunhild Schuchart-Kattih

Mittwoch, 28.1.2026, 15 bis 16.30 Uhr

15 Termine, 102 Euro

Lehrbuch: Network Now A2/2 (Klett Verlag)

● Englisch

Grundstufe A2

Refresherkurs mit einer englischen Muttersprachlerin. In diesem Kurs können Sie Ihren Wortschatz erweitern, Hemmungen abbauen auf Englisch zu kommunizieren und sicherer in der Grammatik werden.

Kurs-Nr.: N4127P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.08

Niki Wray

Dienstag, 27.1.2026, 18.10 bis 19.40 Uhr

12 Termine, 81,60 Euro

● Englisch

Grundstufe A2/3

Haben Sie schon Grundkenntnisse in Englisch? In diesem Kurs werden Sie mit Hilfe einer Engländerin, eines Lehrbuchs und Audiodateien Ihre Sprache und Ihr Hörverstehen erweitern und neue Grammatik üben. Das Ziel ist, dass Sie selbstsicher in verschiedenen Situationen Englisch sprechen können.

Kurs-Nr.: N4135E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 3, 2. OG

Pamela Pohl

Montag, 26.1.2026, 10.30 bis 12 Uhr

12 Termine, 81,60 Euro

Lehrbuch: Network Now A2.1

Kino-Kooperation KVHS Northeim – Einbecker Lichtspielfreunde e.V.

In Zusammenarbeit mit den Einbecker Lichtspielfreunden e.V. zeigen wir im Neu-Deli in Einbeck herausragende Filme in der Originalsprache mit deutschen Untertiteln und einer Einführung auf Deutsch vor dem Film:

Mi., 14.01.26, 19:30 Uhr

Moby Dick

Literaturverfilmung nach Herman Melville

Großbritannien 1956

mit Gregory Peck,
Orson Wells
englisch OmU

Eintritt 8.- € / 5.- € erm.



Di., 27.01.26, 19:30 Uhr

Internationaler Tag des Gedenkens
an die Opfer des Holocaust

La vita è bella

(Das Leben ist schön)

Italien 1997

mit Roberto Benigni
italienisch OmU

Eintritt frei !



Mi., 11.03.26, 19:30 Uhr

Sense and Sensibility

(Sinn und Sinnlichkeit)

Literaturverfilmung nach Jane Austen,
USA 1997, mit Emma Thompson,
Alan Rickman, Kate Winslet, Hugh Grant
englisch OmU

Eintritt 8.- € / 5.- € erm



Mi., 22.04.26, 19:30 Uhr

La vie d'Adèle (Blau ist eine warme Farbe)
Frankreich, Belgien, Spanien 2013
mit Léa Seydoux, Adèle Exarchopoulos
französisch OmU

Eintritt 8.- € / 5.- € erm.

Mi., 03.06.26, 19:30 Uhr

When Harry Met Sally

(Harry & Sally)

USA 1989

mit Billy Crystal, Meg Ryan
englisch OmU



Sie finden das Neu-Deli in der Münsterstraße 12a in Einbeck

● English in the morning

Stufe A2/B1

By reading and discussing a wide variety of topics based on articles taken from the magazine "Spotlight" we brush up and improve our comprehension, conversation and reading skills. It is also a good way to learn some new vocabulary and revise some grammar points. So, just come along and join the lively course.

Kurs-Nr.: N4147U1

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 7

Marianne Stimpel

Donnerstag, 29.1.2026, 9.30 bis 11 Uhr

12 Termine, 81,60 Euro

Englisch Aufbaustufe B1

● Englisch

Aufbaustufe B1

In diesem Kurs können Sie Ihre Englischkenntnisse erweitern und in Alltagssituationen das Sprechen und Verstehen üben. Kurze Texte aus Zeitungen, der Literatur und der Musik ergänzen das Lehrwerk.

Kurs-Nr.: N4149A1

Bad Gandersheim, Gymnasium

Bismarckstraße 17, Gebäude 3

Dr. Birgit Bödeker

Dienstag, 27.1.2026, 17.45 bis 19.15 Uhr

12 Termine, 81,60 Euro

Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben.

● English Refresher Course in the late afternoon

Aufbaustufe B1

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

Kurs-Nr.: N4149U1

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 7

Marianne Stimpel

Montag, 26.1.2026, 17.30 bis 19 Uhr

12 Termine, 81,60 Euro

Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben!

● English for "Best Agers"

Grundstufe B1/1

Sie verfügen über ein solides Basiswissen in der englischen Sprache. Sie möchten Ihre Sprachfähigkeiten ausbauen und sicherer werden? Anhand eines Lehrbuchs, Texten aus Spotlight und freien Themen werden wir freies Sprechen üben und dabei den Wortschatz erweitern. Themen wie Reisen, Essen gehen, Einkaufen, etc. werden berücksichtigt. Grammatische Themen werden aufgegriffen und gefestigt.

Kurs-Nr.: N4150E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullenser Straße 19, Raum 1, EG

Angelika Müller

Dienstag, 10.2.2026, 15 bis 16.30 Uhr

15 Termine, 102 Euro

Lehrbuch: Network Now B1.1

(Klett-Verlag), ab Lektion 2

● Englisch

Aufbaustufe B1

In diesem Kurs werden mithilfe des Lehrwerks Network Now Grammatikgrundlagen wiederholt u. vertieft, die Kommunikationsfähigkeit trainiert u. das Hörver-

stehen geschult. Wichtig sind das freie Sprechen u. die korrekte Aussprache.

Kurs-Nr.: N4150P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 16

Gunhild Schuchart-Kattih

Montag, 26.1.2026, 19 bis 20.30 Uhr

15 Termine, 102 Euro

Lehrbuch: Network Now, Band B1.1 (Klett-Verlag)

● Englisch am Vormittag

Aufbaustufe B1

In diesem Kurs werden mithilfe des Lehrwerks Network Now Grammatikgrundla-gen wiederholt und vertieft, die Kommunikationsfähigkeit trainiert und das Hörverstehen geschult. Wichtig sind das freie Sprechen und die korrekte Aussprache.

Kurs-Nr.: N4150P2

Northeim, Kreisvolkshochschule,

Wallstraße 40, Raum U 13

Gunhild Schuchart-Kattih

Dienstag, 10.2.2026, 9 bis 10.30 Uhr

15 Termine, 102 Euro

Lehrbuch: Network Now, Band B1.1 (Klett Verlag)



**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.



Englisch Aufbaustufe B2

● Englisch

Aufbaustufe B1/B2

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

Kurs-Nr.: N4167P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.08

Niki Wray

Donnerstag, 29.1.2026, 17 bis 18.30 Uhr

12 Termine, 81,60 Euro

Lehrbuch: Key B2/1 (Cornelsen-Verlag)

● 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 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!

Kurs-Nr.: N4180H1

Hardegsen, Weperschule

Weperstraße 3

Gunhild Schuchart-Kattih

Dienstag, 17.2.2026, 19.30 bis 21 Uhr

10 Termine, 68 Euro

Englisch Conversation

Aufbaustufe B2

Embrace the English language and join the conversation class. Here you can speak freely, practice what you know, widen your vocabulary and improve your fluency. We read and discuss contemporary topics, articles and short stories. We also learn more about the English culture. The goal, from the native speaker teacher, is that you will become confident in speaking and understanding English on many levels.

Kurs-Nr.: N4185E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullenser Straße 19, Raum 1, EG

Pamela Pohl

Donnerstag, 29.1.2026, 18.30 bis 20 Uhr

12 Termine, 81,60 Euro

● English conversation in the morning

Aufbaustufe B2

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

Kurs-Nr.: N4185P1

Northeim, Kreisvolkshochschule,

Wallstraße 40, Raum U 13

Gunhild Schuchart-Kattih

Mittwoch, 4.2.2026, 9 bis 10.30 Uhr

15 Termine, 102 Euro

Kurs-Nr.: N4185P2

Northeim, Kreisvolkshochschule,

Wallstraße 40, Raum U 13

Gunhild Schuchart-Kattih

Donnerstag, 5.2.2026, 9 bis 10.30 Uhr

15 Termine, 102 Euro

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 this course. Apart from practising reading, speaking and listening skills we also improve our vocabulary and grammar.

Kurs-Nr.: N4185A1

Bad Gandersheim, Gymnasium

Bismarckstraße 17, Gebäude 3

Dr. Birgit Bödeker

Donnerstag, 29.1.2026, 18 bis 19.30 Uhr

12 Termine, 81,60 Euro

Französisch

Französisch Grundstufe A1

● Französischkurs für Anfänger*innen

Grundstufe A1/2

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte, die bereits Basiskenntnisse in der Sprache haben. Es handelt sich um einen Fortsetzungskurs aus dem vorangegangenen Semester. Natürlich werden zu Beginn zur Auffrischung Wiederholungssequenzen angeboten. Das Hauptaugenmerk liegt auf dem Sprechen der Sprache und der Wortschatz wird sich stetig erweitern.

Kurs-Nr.: N4205E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullenser Straße 19, Raum 1, EG

Claudia Stolte

Mittwoch, 28.1.2026, 18.30 bis 20 Uhr

12 Termine, 81,60 Euro

Lehrbuch: "rencontres A1", ISBN

978-3-12-529647-3



HEESE

Bedachungen GmbH · Dachdeckermeister Michael Heese

Ihr Spezialist rund ums Haus

- Haussanierung
- Innenausbau
- Dachfenster
- Flachdachsanierung
- Schornsteinsanierung
- Dachein-/Umdeckung
- Klempnerarbeiten aller Art
- Naturschiefer-/Betonarbeiten
- 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

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

● Französisch für Anfänger*innen mit 2 Semestern Vorerfahrung

Grundstufe A1/4

In diesem Kurs vermittelt eine Muttersprachlerin die Grundlagen der französischen Sprache in einer abwechslungsreichen Art, bestehend aus Konversation, etwas Grammatik und Wortschatz. Zusätzlich zum Lehrwerk werden auch viele Infos über Landeskunde, Musik und Gastronomie vermittelt. Wagen Sie den Schritt. Fremdsprachen lernen ist eine gute Übung für das Gehirn.

Kurs-Nr.: N4210P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 16

Patricia Grabes

Donnerstag, 19.2.2026, 17.15 bis 18.45 Uhr

10 Termine, 68 Euro

Lehrbuch: Chapeau A1/3 (Hueber Verlag), Unité 10

● Französisch für Teilnehmer*innen mit ca. 3 Semestern Vorerfahrung

Grundstufe A1+

Sie möchten Ihre Französischkenntnisse vertiefen? Dann könnte dieser Kurs für Sie passen.

Kurs-Nr.: N4230E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullenser Straße 19, Raum 1, EG

Claudia Stolte

Mittwoch, 28.1.2026, 17 bis 18.30 Uhr

12 Termine, 81,60 Euro

Lehrbuch: "Rencontres A1", ISBN 978-3-12-529647-3

Französisch Grundstufe A2

● Französisch

Grundstufe A2/3

In diesem Kurs werden Wortschatz und Grammatikkenntnisse wiederholt und mit dem Lehrwerk Chapeau A2 gearbeitet.

Kurs-Nr.: N4225P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 16

Patricia Grabes

Freitag, 13.2.2026, 15 bis 16.30 Uhr

10 Termine, 68 Euro

Lehrbuch: Chapeau A2 (Hueber-Verlag), Unité 8

● Online Französischkurs für Teilnehmer*innen mit 4 bis 5 Semestern Vorerfahrung

Grundstufe A2/3

In diesem Kurs üben Sie direkt von zu Hause aus die Grundlagen der französischen Sprache durch Sprechen, Hören und Lesen. Auch Landeskunde und Grammatik kommen nicht zu kurz.

Kurs-Nr.: N4235X1

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.

Karin Ganßmann

Dienstag, 10.2.2026, 17.30 bis 19 Uhr

10 Termine, 68 Euro

Lehrbuch: Das Buch Rencontres en français A2 (Klett-Verlag) muss am ersten Kurstag noch nicht vorhanden sein.

Nähere Angaben im Kurs. Bitte Schreibmaterial bereitlegen.

● Französisch am Vormittag mit leichter Konversation

Grundstufe A2+/B1

In diesem Kurs gibt es eine Mischung aus Grammatik und Wortschatzerweiterung, die den Teilnehmer*innen ermöglicht, das Sprechen, Lesen und Verstehen zu trainieren. Teilnehmer*innen mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

Kurs-Nr.: N4246E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullenser Straße 19, Raum 1, EG

Patricia Grabes

Montag, 16.2.2026, 9.30 bis 11 Uhr

10 Termine, 68 Euro

Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben!

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.

Kurs-Nr.: N4282U1

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 2

Brigitte Baumgartner

Donnerstag, 5.2.2026, 19 bis 20.30 Uhr

10 Termine, 68 Euro

Padur

Beratung · Planung · Ausführung · Service

www.padur.de

Padur Sanitär GmbH

Fachbetrieb für
Sanitär- und Heizungstechnik

Heinrichstraße 1 · 37154 Northeim

Tel. (05551) 34 63 · Fax 661 18

info@padur.de · www.padur.de

MEDECKE

BAD HEIZUNG KLIMATECHNIK

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

● Cours de conversation française

Aufbaustufe B2

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

Kurs-Nr.: N4285P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 16

Patricia Grabes

Mittwoch, 18.2.2026, 16.30 bis 18 Uhr

10 Termine, 68 Euro

Italienisch

Italienisch Grundstufe A1

● Italienisch und Italien zum Kennenlernen

In diesem Schnupperkurs lernst du nicht nur die typischen Urlaubssätze, sondern erlebst Italienisch als lebendige Sprache voller Geschichten. Wir sprechen über Unterschiede zwischen Nord und Süd, lachen über witzige Anekdoten und Redewendungen, entdecken die Bedeutung von Gesten und lassen uns von italienischer Musik tragen.

Kurs-Nr.: N4305P2

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.08

Stefano Turano

Samstag, 31.1.2026, 9 bis 12 Uhr

1 Termin, 13,60 Euro

● Italienisch für die Reise - für Anfänger*innen mit ersten Vorkenntnissen

Wochenendkurs

Grundstufe A1/1

Dieser Kurs ist für Teilnehmende, die bereits einen Wochenendkurs besucht haben. Sie wollen nach Italien fahren und möchten Italienisch lernen? Dann ist dieser Wochenendkurs genau das Richtige für Sie: Ein leichter Einstieg in die italienische Sprache. Dabei konzentrieren sich die Inhalte auf das, was Sie für die sprachliche Bewältigung der wichtigsten Urlaubssituationen benötigen. Buon viaggio! Gute Reise!

Kurs-Nr.: M4305P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.08

Maren Gläser

Samstag, 24.1.2026, 9.30 bis 13.45 Uhr

Sonntag, 25.1.2026, 9.30 bis 13.45 Uhr

2 Termine, 34 Euro

Anmeldeschluss: 18.1.2026

● Italienisch für die Reise - für Anfänger*innen mit einigen Vorkenntnissen

Wochenendkurs

Grundstufe A1/2

Sie wollen nach Italien fahren und möchten Italienisch lernen? Dann ist dieser Wochenendkurs genau das Richtige für Sie. Dabei konzentrieren sich die Inhalte auf das, was Sie für die sprachliche Bewältigung der wichtigsten Urlaubssituationen benötigen. Buon viaggio!

Kurs-Nr.: N4305P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Maren Gläser

Samstag, 6.6.2026, 9.30 bis 13.45 Uhr

Sonntag, 7.6.2026, 9.30 bis 13.45 Uhr

2 Termine, 34 Euro

Anmeldeschluss: 7.6.2026

● Teilzeit-Bildungsurlaub Italienisch für Anfänger*innen

Grundstufe A1/1

Lust auf Italien? In dieser Woche tauchen Sie kompakt in die klangvolle Sprache und Kultur Italiens ein. Sie lernen erste Wörter, Redewendungen und Grundlagen

NEU!

der Grammatik um sich im Alltag verständigen zu können. Ideal für alle, die Italien lieben und neu anfangen möchten.

Kurs-Nr.: N4300V1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 20

Eingang Rückseite des Gebäudes

Elisabetta Abate

Montag, 26.1.2026, 9 bis 12.30 Uhr

5 Termine, 85 Euro

Anmeldeschluss: 22.12.2025

Freunde der italienischen Sprache aufgepasst!

Ob Sie Anfänger*in sind oder schon fortgeschritten Italienisch sprechen – die Volkshochschule plant Kurse auf allen Niveaustufen mit einer Muttersprachlerin!

Melden Sie sich gern unverbindlich bei uns, wenn Sie Italienisch lernen oder Ihre Kenntnisse auffrischen möchten. Wir stufen Sie gerne ein, damit Sie in den richtigen Kurs kommen. Sobald genügend Interessent*innen zusammenkommen, informieren wir Sie über den passenden Kursstart.

Kontakt:

sturano@landkreis-northeim.de

Benvenuti – wir freuen uns auf Sie!



PLANEN SIE MIT UNS IHRE SANIERUNG!



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



**MÖNNIG
BAU**

seit 1924

Tel. 05552-99300

www. moennig-bau.de

● **Italienisch für Anfänger*innen mit 3 Semestern Vorerfahrung**

Grundstufe A2

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer*innen, die Interesse haben, die italienische Sprache zu lernen. Wir werden grundlegende Grammatik erlernen und wie Sie einfache Konversation über sich selbst, Ihre Interessen und den Alltag führen.

Kurs ist jeweils zwei Termine online und alle 3 Wochen in Präsenz. Das erste Treffen findet in Präsenz in der KVHS, Wallstraße 40 in Northeim statt.

Kurs-Nr.: N4315P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.11

Elisabetta Abate

Dienstag, 10.2.2026, 15.30 bis 17 Uhr

15 Termine, 102 Euro

● **Teilzeit-Bildungsurlaub**

Italienisch

*Training und Wiederholung für Anfänger*innen mit wenigen Vorkenntnissen z. B. aus 3 bis 4 Semestern*

Grundstufe A1/3

Buongiorno! Diese Bildungsurlaubswoche bringt Schwung in Ihre Italienischkenntnisse.

Anhand alltagsnaher Themen werden Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben trainiert. Ideal für alle, die von einer Italienerin mehr über Italien erfahren und Sicherheit in der Sprache gewinnen möchten.

Kurs-Nr.: N4300V2

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.01

Elisabetta Abate

Montag, 23.3.2026, 9 bis 12.30 Uhr

5 Termine, 85 Euro

Anmeldeschluss: 22.2.2026



AUTOTECHNIK
Vertriebs-GmbH

Autoersatzteile und Zubehör

37603 Holzminden, Nordstraße 2, Tel. (0 55 31) 6 08 09
37154 Northeim, Fuchsbäumer Weg 4, Tel. (0 55 51) 90 950 60
www.rz-autotechnik.de



Glasbau **LUDEWIG**

E-Mail: info@glasbau-ludewig.de

Inh. Kay Ludewig • Glasermeister

Glaserei • Glashandlung • Holz- u. Kunststoff-Fenster

37154 Northeim • Am Mühlenanger 36

Tel.	(0 55 51) 83 74	Glasschleiferei
Fax	(0 55 51) 6 29 59	Ganzglastüranlagen
Mobil	(01 72) 5 63 19 89	Bildereinrahmungen

37574 Einbeck • Rosental 16

Tel.	(0 55 61) 33 28	Glasplatten und Spiegel
		Plexiglas und Kunststoffe
		Blei- und Messingverglasung

Spanisch

Spanisch Grundstufe A1

● **Spanisch**

Grundstufe A2

Für Teilnehmer*innen, die Vorerfahrung haben (z. B. aus 4 bis 6 Semestern).

Kurs-Nr.: N4405E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 2, EG

Cornelia Heise

Montag, 2.3.2026, 17.30 bis 19 Uhr

12 Termine, 81,60 Euro

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1

(Klett Verlag)

ISBN 978-3-12-514671-6

● **Spanisch**

Grundstufe A1/3

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmende, die bereits etwas Vorerfahrung, beispielsweise aus zwei Semestern Spanisch haben.

Kurs-Nr.: N4415E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 2, EG

Cornelia Heise

Montag, 9.2.2026, 19 bis 20.30 Uhr

15 Termine, 102 Euro

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1

(Klett Verlag)

ISBN 978-3-12-514671-6

● **Spanisch - Grundstufe A1+**

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

Kurs-Nr.: N4425E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule

Hullerser Straße 19, Raum 2, EG

Cornelia Heise

Mittwoch, 11.2.2026, 17 bis 18.30 Uhr

15 Termine, 102 Euro

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1

(Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-514671-6

● Spanisch für Anfänger*innen mit geringen Vorkenntnissen

Grundstufe A1/3

Lernen Sie Spanisch mit Freude und "con gusto"! In diesem Kurs tauchen wir in Alltag und Reisen ein: einkaufen, in der Bar bestellen, Städte beschreiben, nach Wegen fragen oder ein Hotel buchen. Schritt für Schritt üben wir, Vorlieben zu äußern, Erfahrungen zu teilen und sicher zu kommunizieren - und lernen dabei die Panamericana von Nicaragua bis Ecuador kennen. Geeignet für Teilnehmende mit Vorerfahrungen, z. B. 2 Semester Spanisch.

Kurs-Nr.: N4430P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.08

M. Teresa Pineda Perez

Mittwoch, 28.1.2026, 19 bis 20.30 Uhr

8 Termine, 54,40 Euro

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1

(Klett-Verlag), ab Lektion 5,

ISBN: 978-3-12-514671-6

● Spanisch

Grundstufe A1/1 - 14-tägig

Spanien erleben - Spanisch erlernen - alle 2 Wochen treffen wir uns zu "Spanisch-Kompakt". Sie sind von Spanien fasziniert und möchten gerne die Sprache neu erlernen? Hier ist viel Zeit für Dialoge, Audio- und Lesetexte, Grammatik und auch das Kennenlernen von Land und Leuten.

Kurs-Nr.: N4430P3

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 20

Eingang Rückseite des Gebäudes

Anke Kronauer

Freitag, 6.2.2026, 17 bis 19 Uhr

7 Termine, 64,60 Euro

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1

(Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-514671-6

Spanisch Grundstufe A2

● Spanisch für Teilnehmende mit Vorkenntnissen aus 4 Semestern

Grundstufe A2/1 - 14-tägig

Spanien erleben - Spanisch erlernen - alle 2 Wochen treffen wir uns zu "Spanisch-Kompakt". Sie sind von Spanien fasziniert und möchten gerne 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.

Kurs-Nr.: N4430P2

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 20

Eingang Rückseite des Gebäudes

Anke Kronauer

Freitag, 6.2.2026, 15 bis 17 Uhr

7 Termine, 64,60 Euro

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2

(Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-514682-2

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



Hotel Schere

37154 Northeim · Breite Straße 24

Telefon 0 55 51 / 9 69 - 0

www.hotel-schere.de · mail@hotel-schere.de

Ernst Kasten

www.fahrschule-kasten.de

Fahrschule aller Klassen!

MOFA ■ MOTORROLLER ■ MOTORRAD
PKW ■ LKW ■ BUS

ab 16 Jahre:

Jetzt Motorrad-
führerschein machen!
Bei uns mit der
handlichen **KTM DUKE 125 - ABS**



Unsere Filialen

- Nörten-Hardenberg • Vetterweg 8
Unterricht: DI und DO 18.00 - 19.30 Uhr
- Northeim • Holzhäuserstr. 29
Unterricht: MO und MI 18.30 Uhr - 20.00 Uhr

Telefonisch jederzeit erreichbar unter
(05503) 49102 oder 0172 5600370

Spanisch Aufbaustufe B2**● El mundo del español****Spanisch Aufbaustufe B2**

En este curso podrás mejorar tus conocimientos del idioma español entrenando tanto las destrezas receptoras (escuchar y leer) como las destrezas productivas (hablar y escribir). Los participantes podrán elegir los temas a tratar.

Kurs-Nr.: N4485E1**Einbeck**, Kreisvolkshochschule

Hullenser Straße 19, Raum 2, EG

Anke Kronauer

Dienstag, 10.2.2026, 19 bis 20.30 Uhr

8 Termine, 54,40 Euro

Spanisch Oberstufe C1**● Spanisch****Oberstufe C1**

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

Kurs-Nr.: N4487E1**Einbeck**, Kreisvolkshochschule

Hullenser Straße 19, Raum 2, EG

Cornelia Heise

Mittwoch, 11.2.2026, 18.30 bis 20 Uhr

10 Termine, 68 Euro

Russisch**● Russisch für Anfänger*innen**

Wir wollen uns nicht nur das „befürchtete“ russische Alphabet und die Aussprache aneignen, sondern auch Einblicke in russische Traditionen und Bräuche gewinnen. Einfache Sprachmittel aus dem Bereich Familie, Beruf und Reisen werden von der ersten Stunde an geübt.

Kurs-Nr.: N4601P1**Northeim**, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 22

Eingang Rückseite des Gebäudes

Dr. Olga Liebich

Donnerstag, 29.1.2026, 17.15 bis 18.45 Uhr

12 Termine, 81,60 Euro

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

Sie fahren gerne nach Dänemark in den Urlaub und möchten Dänisch lernen? Wir werden das Sprechen in Alltagssituationen üben und auch das Hörverstehen schulen. Der Kurs richtet sich an alle, die keine oder sehr geringe Vorkenntnisse haben.

Kurs-Nr.: N4221E1**Einbeck**, Kreisvolkshochschule

Hullenser Straße 19, Raum 5, UG

Lene Garus-Jochumsen

Donnerstag, 5.2.2026, 19.30 bis 21 Uhr

12 Termine, 81,60 Euro

Arabisch**● Arabisch am Wochenende****Grundstufe A1+**

Dieser Kurs richtet sich an alle Interessierten, die bereits etwas 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.

Kurs-Nr.: N4895E1**Einbeck**, Kreisvolkshochschule

Hullenser Straße 19, Raum 3, 2. OG

Hana Diab

Samstag, 14.2.2026, 9 bis 12 Uhr

7 Termine, 95,20 Euro

Lehrbuch: Salam!, Lektion 11, (Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-52883-5-5

Latein**● Latein für Fortgeschrittene****Plinius der Ältere - Autor einer antiken "Wikipedia"**

Plinius der Ältere hat in einer monumentalen Enzyklopädie das antike Wissen über die Natur zusammengetragen - präzise und oft auch zum Schmunzeln: Die Giraffe nannte er "camelopardalis", weil er darin eine Mischung zwischen dem Kamel und dem Leoparden sah. Manche heutige Redewendungen gehen auf ihn zurück: So z.B. "cum grano salis" und "in vino veritas", auch die "Eselsbrücke" und "Schuster bleib bei deinen Leisten".

Kurs-Nr.: N4523P1**Northeim**, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 19

Eingang Rückseite des Gebäudes

Hartmut Büscher

Montag, 9.2.2026, 17 bis 18.30 Uhr

12 Termine, 108 Euro



Japanisch

● Japanisch intensiv an 5 Samstagvormittagen

Grundstufe A2/1

Dieser Japanisch Kurs von einer Japanerin und einem Deutschen ist geeignet für Teilnehmer*innen mit einigen Vorkenntnissen.

Kurs-Nr.: M4900P5

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.08

Thomas Ortelt, Eiko Ortelt

Samstag, 10.1., 17.1.2026, 10-13 Uhr und
7.3., 14.3., 21.3.2026, 10-11.30 Uhr

5 Termine, 98 Euro

Lehrbuch: Marugoto: Japanese Language and Culture, Elementary 1 A2 Rikai", ISBN 978-4-384-05755-3

Anmeldeschluss: 4.1.2026

● Japanisch zum Kennenlernen

Ein ungezwungener Erstkontakt mit der japanischen Sprache in Wort, Schrift und Anekdoten angeboten von einer Muttersprachlerin und einem Deutschen, der die Sprache gelernt hat. Bitte einen Stift für das Ausprobieren von Schriftzeichen mitbringen.

Kurs-Nr.: N4900P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.08

Thomas Ortelt

Samstag, 6.6.2026, 10 bis 13 Uhr

1 Termin, 13,60 Euro

Anmeldeschluss: 31.5.2026

● Japanisch intensiv an 5 Samstagvormittagen

Grundstufe A2/2

Dieser Japanisch Kurs von einer Japanerin und einem Deutschen ist geeignet für Teilnehmer*innen mit einigen Vorkenntnissen.

Kurs-Nr.: N4900P3

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.08

Thomas Ortelt, Eiko Ortelt

Samstag, 18.4., 25.4.2026, 10-13 Uhr und
13.6., 20.6., 27.6.2026, 10-11.30 Uhr

5 Termine, 98 Euro

Lehrbuch: Marugoto: Japanese Language and Culture, Elementary 1 A2 Rikai", ISBN 978-4-384-05755-3

Anmeldeschluss: 12.4.2026

Kursleitung werden?!

● Kursleiter*in werden?!

Ein Job für Herz & Hirn

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

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

Diese kostenlose Beratung dient dem gegenseitigen Kennenlernen und der Entscheidungsfindung.

Kurs-Nr.: N8000X1

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.

Stefanie Turano

Donnerstag, 5.3.2026, 16 bis 18 Uhr

1 Termin, kostenlos



Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen

Wir orientieren unseren Unterricht am „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen“.

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

Die Niveaustufen sind:

A1 und A2: elementare Sprachkenntnisse

B1 und B2: selbstständiges Anwenden der Sprache

C1 und C2: kompetenter Umgang mit der Sprache

Wenn Sie nicht wissen, wo sich mit Ihren Vorkenntnissen befinden, rufen Sie mich an, Stefanie Turano: 05551/708-8222.
Ich unterstütze Sie gerne bei der Einstufung.

 Kompetente 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

Weiterbildung für Kursleitende in Santiago de Compostela mit Erasmus+



Santiago de Compostela liegt im Nordwesten Spaniens in Galicien und ist als Ziel vieler Pilger aus unterschiedlichsten Ländern bekannt. Der Stadtwohnung ein ganz besonderer Zauber inne. Diesen Zauber durfte auch ich dank des Erasmus+ Programms für Lehrkräfte an der KVHS erleben.

Im Rahmen eines einwöchigen Sprachkurses für Lehrkräfte vertieften wir unsere Spanischkenntnisse und erarbeiteten zahlreiche Materialien, die sich direkt im Unterricht einsetzen lassen.

Natürlich waren nicht nur der Unterricht, sondern auch die Kultur und die Geschichte der Stadt Teil des Programms. Santiago fasziniert! Die im Herzen der Stadt gelegene Kathedrale beeindruckt und vermittelt eine ganz besondere Atmosphäre. Es ist nicht verwunderlich, dass so viele Menschen sich von ihr angezogen fühlen. Wir haben auch einen Teil des Jakobswegs gemacht, der landschaftlich sehr schön ist. In der Innenstadt Santiagos pulsiert das Leben. Egal, ob man durch die Labyrinthartigen kleinen Gassen schlendert oder an einem der vielen Plätze verweilt, die überall zu finden sind.

Santiago ist definitiv eine Reise wert, und ich freue mich darauf, all meine Erfahrungen und neuen Impulse in den Unterricht einfließen zu lassen.

Anke Kronauer,
Spanisch-Dozentin der KVHS



Kofinanziert von der
Europäischen Union



Kathedrale von Santiago de Compostela

Aktiv in der KVHS

EU-Kurzzeitstipendien für Kursleitende und Kursteilnehmende. Die KVHS informiert über Fördermöglichkeiten
Kurs N8000X2

Seite 7

Spanisch-Kurse finden Sie
auf den Seiten 35 bis 37

WISSEN LIVE

vhs.öffnet horizonte

Hochkarätige Vorträge aus Wissenschaft und Gesellschaft digital verfolgen und anschließend live diskutieren
- das bietet vhs.wissen live! Kooperationspartner sind u.a. Max-Planck-Gesellschaft, Börsenverein des Deutschen Buchhandels, Wissenschaftskolleg zu Berlin, Deutsche Akademie der Technikwissenschaften

Montag, 02.02.2026, 19.30 bis 21 Uhr
Zwischen Superorganismus und Polizeistaat: Konflikte und Konfliktlösung in den Staaten sozialer Insekten

Prof. Dr. Jürgen Heinze
Kurs-Nr.: N1000X01

Montag, 23.02.2026, 19.30 bis 21 Uhr
**Im Wettlauf mit dem Gehirn:
Ist künstliche Intelligenz schon intelligent?**
Prof. Dr. Moritz Helmstaedter

Kurs N1000X02

Dienstag, 24.02.2026, 19.30 bis 21 Uhr
Fehlerhafte Menschen und Maschinenfehler. Warum wir eine Error Literacy brauchen

Prof. Dr. Martina Heßler
Kurs N1000X03

Sonntag, 01.03.2026, 19.30 bis 21 Uhr **Jim Knopf, die Halbdrachen und die deutsche Geschichte**

Prof. Dr. Julia Voss
Kurs N1000X04

Mittwoch, 04.03.2026, 19.30 bis 21 Uhr

**Die Frau als Mensch.
Am Anfang der Geschichte**

Ulli Lust

Kurs N1000X05

Mittwoch, 11.03.2026, 19.30 bis 21 Uhr
Kunst im Ohr – Ein Livestream für alle Sinne

Von München nach Hamburg –
vom Museum zu Ihnen

Kurs N1000X06

Montag, 16.03.2026, 19.30 bis 21 Uhr
**Jenseits der Banken und fern vom Staat.
Über Geld und Freiheit im Zeitalter der Kryptowährungen**

Prof. Dr. Aaron Sahr
Kurs N1000X07



Mittwoch, 25.03.2026, 19.30 bis 21 Uhr
**Antisemitismus -
Was gibt es da zu erklären?**
Prof. Dr. Jan Philipp Reemtsma
Kurs N1000X08

Mittwoch, 01.04.2026, 19.30 bis 21 Uhr
Roma Eterna. Kunst und Kultur im Rom der Nachkriegszeit: Zwischen Trümmern, Widerstand und Erneuerung
Dr. Lisa Hockemeyer
Kurs N1000X09



Donnerstag, 02.04.2026, 19.30 bis 21 Uhr
Benvenuto Cellini. Ein Künstlerleben
Prof. em. Dr. Andreas Beyer
Kurs N1000X10

Donnerstag, 16.04.2026, 19.30 bis 21 Uhr
**Die Gletscher:
Von der letzten Eiszeit bis morgen**
Dr. Andrea Fischer
Kurs N1000X11

Mittwoch, 22.04.2026, 19.30 bis 21 Uhr
**Warum nicht lösen?
Über den Sinn von Zufallsentscheidungen**
Prof. Dr. Barbara Stollberg-Rilinger
Kurs N1000X12

Mittwoch, 29.04.2026, 19.30 bis 21 Uhr
Die Kelten
Prof. Dr. Bernhard Maier
Kurs N1000X13

Montag, 18.05.2026, 19.30 bis 21 Uhr
In der Nähe: Vom politischen Wert einer ostdeutschen Sehnsucht
Dr. Simon Strauß
Kurs N1000X14

Dienstag, 09.06.2026, 19.30 bis 21 Uhr
Cahokia: Eine präkolumbische indigene Hochkultur in Nordamerika
Prof. Dr. Michael Hochgeschwender
Kurs N1000X15

Donnerstag, 18.06.2026, 19.30 bis 21 Uhr
Bauchentscheidungen: Die Intelligenz des Unbewussten und die Macht der Intuition
Prof. Dr. Gerd Gigerenzer
Kurs N1000X16

Dienstag, 23.06.2026, 19.30 bis 21 Uhr
Zukunft der industriellen Produktion in Deutschland
Dr. Björn Sautter
Kurs N1000X17

Dienstag, 23.06.2026, 19.30 bis 21 Uhr
Musik, Wissenschaft und Technik - eine harmonische Reise durch zwei Jahrhunderte
Prof. Dr. Myles W. Jackson
Kurs N1000X18



Samstag, 19.30 bis 21 Uhr
Das Veranstaltungsdatum war bis zum Redaktionsschluss noch nicht bekannt.
Bitte informieren sie sich auf unserer Internetseite.

Die Wiederkehr der Imperien
Prof. Dr. Herfried Münker
Kurs N1000X19

Weitere Infos und Anmeldung: www.kvhs-northeim.de

Besser ankommen



Deutsch lernen in der KVHS

In Deutschland leben viele Menschen, die eine andere Sprache sprechen. Für das Leben in Deutschland ist Deutsch lernen sehr wichtig, weil vieles leichter wird. Wer Deutsch spricht, kann besser mitmachen. Zum Beispiel in der Schule, im Beruf oder im Sportverein.

Sie wollen...

- ...mit dem Nachbarn reden?
- ...beim Arzt erklären, was weh tut?
- ...Formulare verstehen und ausfüllen?
- ...einen Beruf finden?
- ...Kinder in der Schule unterstützen?
- ...neue Freunde finden?

Dann kommen Sie in unsere Deutschkurse.

Die KVHS hilft Ihnen beim Deutschlernen.

Es gibt Integrationskurse und Kurse für Anfänger und für Fortgeschrittene. Wir haben Kurse in Northeim, Einbeck, Uslar und Bad Gandersheim. Die Lehrer erklären langsam, freundlich und geduldig. Im Kurs sprechen, lesen, hören und schreiben Sie viel. Sie üben Gespräche, zum Beispiel beim Einkaufen oder im Amt. Auch Prüfungen für A2/B1 Zertifikate können Sie bei uns machen.



**Deutschlernen ist manchmal schwer.
Aber: Es lohnt sich!
Wir helfen Ihnen dabei.
Haben Sie keine Angst.
Wir freuen uns auf Sie.**

Kontakt/Infos:
info@kvhs-northeim.de
oder
05551 708-8211

Deutsch & Integration

Kontakt:

Annette Marquard
 Verwaltung Deutsch & Integration
Tel: 05551/708-8211
 amarquard@landkreis-northeim.de

Kathrin Knöchelmann
 Programmberichtsleiterin
 Deutsch & Integration
Tel: 05551/708-8228
 kknoechelmann@landkreis-northeim.de



Grundstufe

● Deutsch als Fremdsprache

Grundstufe A1/1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnissen. Sie sollten jedoch alphabetisiert sein. Am Ende des Kurses können Sie sich in einfachen Alltags- und Gesprächssituationen verständigen.

Kurs-Nr.: N4005P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum 0.08
 Elisabetta Abate
 Mittwoch, 11.2.2026, 9 bis 10.30 Uhr
 15 Termine, 102 Euro

● Deutsch als Fremdsprache

Grundstufe A2/1

Sie haben Grundkenntnisse in Deutsch A1? In diesem Kurs vertiefen Sie Ihren Wortschatz und Ihre Grammatik, lernen Alltagssituationen sicher zu meistern und verbessern Ihr Sprechen, Hören und Schreiben. Perfekt, um Ihre Deutschkenntnisse auf das nächste Level zu bringen. Jetzt teilnehmen und weiterlernen!

Kurs-Nr.: N4005E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule
 Hullenser Straße 19, Raum 3, 2. OG
 Sabine Mischke
 Dienstag, 27.1.2026, 18 bis 19.30 Uhr,
 2 x wöchentlich,
 30 Termine, 204 Euro

Aufbaustufe

● Deutsch als Fremdsprache

Aufbaustufe B1

In diesem Kurs vertiefen Sie Ihre Deutschkenntnisse ab Niveau A2. Geübt werden Hören, Lesen, Schreiben und freies Sprechen. Auch Wortschatz und Grammatik werden erweitert. Mit vielfältigen Materialien wie Lehrbuch, Zeitungsartikeln, kurzen Filmen und Spielen wird das Sprechen gefördert. Bitte Schreibheft, Kugelschreiber und Bleistift mitbringen.

Kurs-Nr.: N4030P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum 0.08
 Elisabetta Abate
 Montag, 9.2.2026, 9 bis 12.30 Uhr
 15 Termine, 238 Euro

● Deutsch als Fremdsprache

Aufbaustufe B1/B2

In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit zu vielen Themen zu sprechen und Ihre Deutschkenntnisse weiter zu entwickeln. Wenn Sie Vorkenntnisse der Stufe A2 haben, sind Sie hier richtig und können Ihre Kenntnisse in Richtung B2 im freien Sprechen, Lesen und Schreiben trainieren. Sie erfahren auch viel über das Leben in Deutschland, die Geschichte, die kulturellen Aspekte und die politische Landschaft.

Kurs-Nr.: N4030E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule
 Hullenser Straße 19, Raum 5, UG
 Claudia Stolte
 Dienstags und donnerstags von
 17 bis 18.30 Uhr
 15 Termine, 136 Euro
 Lehrbuch: "Die neue Linie 1", B1.1,
 ISBN 978-3-12-607254-0

Zertifikatsprüfungen & Tests

● Deutschtest zum A2/B1

Zertifikat inklusive Prüfungsvorbereitung

Sie benötigen ein B1 Zertifikat zur Einbürgerung oder für andere Zwecke? Dieser Kurs beinhaltet sowohl die Telc A2/B1 Deutschprüfung, als auch die passende Prüfungsvorbereitung. An drei aufeinanderfolgenden Donnerstagen lernen Sie das Prüfungsformat und die Besonderheiten kennen. Zudem trainieren Sie anhand eines Modelltests. Die Prüfung kann nur in Verbindung mit der Vorbereitung gebucht werden.

Kurs-Nr.: N4052P1K

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Donnerstag, 26.2.2026, 15 bis 18 Uhr

Donnerstag, 5.3.2026, 15 bis 18 Uhr

Donnerstag, 12.3.2026, 15 bis 18 Uhr

Freitag, 13.3.2026, 8.30 bis 17.30 Uhr

4 Termine, 253,80 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 13.2.2026

Kurs-Nr.: N4052P2K

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Donnerstag, 4.6.2026, 15 bis 18 Uhr

Donnerstag, 11.6.2026, 15 bis 18 Uhr

Donnerstag, 18.6.2026, 15 bis 18 Uhr

Freitag, 19.6.2026, 8.30 bis 17.30 Uhr

4 Termine, 253,80 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 21.5.2026

● Einbürgerungstest für Einwohner*innen des Landkreises Northeim

Dieses Zertifikat benötigen Sie, wenn Sie die deutsche Staatsbürgerschaft beantragen. Üben können Sie hier: <https://oet.bamf.de>.

Lesen Sie vor der Anmeldung bitte genau die Einbürgerungsbedingungen unter www.bamf.de.

Sollten Sie nicht aus dem Landkreis Northeim kommen, melden Sie sich bei Ihrer VHS vor Ort. Interessent*innen aus dem Landkreis Northeim können sich hier anmelden: info@kvhs-northeim.de.

Kurs-Nr.: N4053P1K

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Ulrike Berghahn

Montag, 16.3.2026, 11 bis 12 Uhr

1 Termin, 25 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 9.2.2026

Kurs-Nr.: N4053P2K

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Ulrike Berghahn

Montag, 22.6.2026, 11 bis 12 Uhr

1 Termin, 25 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 18.5.2026

Beratungstermine Deutschkurse

ab Februar 2026

• KVHS Northeim

(Wallstraße 40):

jeden 1. und 3. Montag im Monat, 9:00 bis 12:00 Uhr

• KVHS Einbeck

(Hullerser Str. 19):

jeden 2. und 4. Montag im Monat, 9:00 bis 12:00 Uhr

• KVHS Uslar

(Gerhart-Hauptmann-Str. 10):

jeden 1. und 3. Dienstag im Monat, 14:00 bis 16:00 Uhr

Bitte zum Termin mitbringen:

• Pass

• Berechtigung/Verpflichtung zum Integrationskurs (wenn vorhanden)

• SGB II – Bescheid (wenn vorhanden)

Infos unter 05551 / 708 -8211
oder per Email an: info@kvhs-northeim.de



Weiterbildung in Kooperation 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:

• N1600P2K	Resilienz erlangen	29.05.2026	Seite 17
• N5015P1	EDV-Workshop für Frauen mit Vorkenntnissen	23.02.2026	Seite 20
• N5006X6K	MS Outlook, Modul I Organisation Kommunikation	14.04.2026	Seite 21
• N5006X7KMS	Outlook, Modul II Zeit u. Aufgabenmanagement	21.04.2026	Seite 21
• N5005X3K	LinkedIn-Grundlagen für Unternehmen u. Solo-Selbständige	09.03.2026	Seite 25
• N5005X7K	Instagram für Unternehmen	18.05.2026	Seite 25
• N5005P5K	Kreativität entfesseln mit Canva	20.04.2026	Seite 25
• N5052E1	Bildbearbeitung mit GIMP	07.03.2026	Seite 25
• N5067P1	KI sicher und effizient einsetzen	05.03.2026	Seite 26
• N5068P1	KI kompetent im Beruf einsetzen	19.02.2026	Seite 26
• N3120E5/E6	Entspannung, Techniken lernen	20.05.2026	Seite 70

Bitte beachten Sie auch die verschiedenen Bildungsurlaube auf den Seiten 46 und 47.

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



● Aufbauseminar: Systemische Prinzipien in Alltag und Beruf

Bildungsurlaub

Dieser Bildungsurlaub bietet die Möglichkeit, ihre systemischen Kenntnisse und Fähigkeiten zu vertiefen und gezielt durch ausgewählte Methoden und Techniken weiterzuentwickeln. Im Fokus stehen die Anwendbarkeit systemischer Prinzipien im Alltag sowie ein Methodentag, an dem die Aufstellungsarbeit durchgeführt wird. Dieses Angebot richtet sich an Teilnehmende, die bereits über grundlegende Kenntnisse im Bereich der Systemik verfügen.

Kurs-Nr.: N1600P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Ellen Bünger

Montag, 9.2.2026, 9 bis 17 Uhr

5 Termine, 240 Euro

Anmeldeschluss: 8.1.2026

● SOMMERAKADEMIE: Schmieden

Qualifikation Kulturtechnikpfleger/in Modul Schmieden - Bildungsurlaub

Wir führen Sie in die Grundtechniken des Schmiedens ein. Dann können eigene Ideen umgesetzt werden. Gebrauchsgegenstände, Gartenobjekte oder archaischer Schmuck entstehen. Eigenes Material oder Schrott kann mitgebracht werden. Gestellt werden Handschuhe und Schutzausrüstung. Arbeitskleidung und feste Schuhe sind mitzubringen.

Kurs-Nr.: N2200H1K

Stefan Kunze, Mario Boden

Montag, 06.07. bis Freitag, 10.07.2026,

jeweils 9 bis 17 Uhr

5 Termine, 390 Euro (keine Ermäßigung möglich). In der Gebühr sind 2 kg Material und 35 Euro Nutzungsentgelt für die erforderlichen Geräte enthalten. Weiteres Material kann im Kurs hinzugekauft werden.

Anmeldeschluss: 31.5.2026

● SOMMERAKADEMIE: Steinbildhauen mit Thüster Kalkstein - Bildungsurlaub

Qualifikation Kulturtechnikpfleger/in Modul Steinmetzarbeiten / Steinbildhauerarbeiten

Durch Abtragen eine Form zu erarbeiten, ist eine ganz andere Erfahrung, als diese mit Ton aufzubauen. Das allmähliche Hervortreten aus dem rohen Block geht einher mit der Vertiefung der Beziehung zum Material und dem Arbeiten selbst. Am Anfang lässt man sich vom "Zufall" der Form des Steines leiten oder wählt einen möglichst passenden Stein. Wir lernen den Stein und die Werkzeuge kennen. Etwas später stehen Formüberlegungen im Vordergrund.

Kurs-Nr.: N2200H3K

Dieter Homeyer

Montag, 06.07. bis Freitag, 10.07.2026,
jeweils 9 bis 17 Uhr

5 Termine, 330 Euro (keine Ermäßigung möglich). In der Gebühr sind 20 Euro Materialkosten enthalten. Weiteres Material kann im Kurs hinzugekauft werden.

Anmeldeschluss: 31.5.2026

● SOMMERAKADEMIE : The Ladies Sing

Workshop-Woche für Frauenchor - Bildungsurlaub. Zur Stärkung des Ehrenamts in ländlicher Region

Fünf Tage lang wird es in den Räumen der Sommer-Akademie in Hardegsen grooven und swingen, mal mit, mal ohne Instrumente. Dabei werden die wichtigsten Stile und Musikgenres abgedeckt, unter anderem mit Songs von Revolverheld oder Bruno Mars.

Neben den Songproben im Chor werden wir Abstecher in die Bereiche Body-Percussion und Choreographie unternehmen. Chorerfahrung und Notenkenntnisse sind von Vorteil.

Kurs-Nr.: N2200H4K

André Wenauer, Inke Petruszek

Montag, 06.07. bis Freitag, 10.07.2026,
jeweils 9 bis 17 Uhr

5 Termine, 345 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 31.5.2026

● Bildungsurlaub - Gesunde und zielführende Ernährung

Im Spannungsfeld von Beruf, Freizeit und Familie

Diese Bildungswöche vermittelt wertvolle Kenntnisse über gesunde Ernährung, die alltagstauglich, genussvoll und individuell sind. Sie lernen, wie Sie Ernährung bewusst in Ihren Alltag integrieren können, trotz voller Termine und familiärer Herausforderungen. Durch Theorie und praktische Übungen entwickeln Sie ein Verständnis für ausgewogene Essgewohnheiten und den Weg zu mehr Balance und Wohlbefinden.

Kurs-Nr.: N3500V1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Ellen Bünger

Montag, 26.1.2026, 9 bis 16.30 Uhr

Dienstag, 27.1.2026, 9 bis 16.30 Uhr

Mittwoch, 28.1.2026, 9 bis 16.30 Uhr

Donnerstag, 29.1.2026, 9 bis 16.30 Uhr

Freitag, 30.1.2026, 9 bis 16.30 Uhr

5 Termine, 240 Euro

Anmeldeschluss: 22.12.2025

NEU!**● Teilzeit-Bildungsurlaub
Italienisch für Anfänger*innen****Grundstufe A1/1**

Lust auf Italien? In dieser Woche tauchen Sie kompakt in die klangvolle Sprache und Kultur Italiens ein. Sie lernen erste Wörter, Redewendungen und Grundlagen der Grammatik um sich im Alltag verständigen zu können. Ideal für alle, die Italien lieben und neu anfangen möchten.

Kurs-Nr.: N4300V1**Northeim**, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 20

Eingang Rückseite des Gebäudes

Elisabetta Abate

Montag, 26.1.2026, 9 bis 12.30 Uhr

5 Termine, 85 Euro

Anmeldeschluss: 22.12.2025

**● Teilzeit-Bildungsurlaub
Italienisch**

*Training und Wiederholung für Anfänger*innen mit wenigen Vorkenntnissen
z. B. aus zwei bis 3 Semestern -*

Grundstufe A1/3

Buongiorno! Diese Bildungsurlaubswoche bringt Schwung in Ihre Italienischkenntnisse.

Anhand alltagsnaher Themen werden Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben trainiert. Ideal für alle, die von einer Italienerin mehr über Italien erfahren und Sicherheit in der Sprache gewinnen möchten.

Kurs-Nr.: N4300V2**Northeim**, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.01

Elisabetta Abate

Montag, 23.3.2026, 9 bis 12.30 Uhr

5 Termine, 85 Euro

Anmeldeschluss: 22.2.2026



An die Knäuel, fertig, los!



Stricken und Häkeln sind kein Oma-Hobby mehr

Es entspannt, macht glücklich und wirkt wie eine Yoga-Session für Körper und Geist. Die rhythmischen Bewegungen bauen Stress ab, senken den Blutdruck, fördern einen tieferen Schlaf, trainieren Konzentration sowie Gedächtnis und können Demenzrisiken reduzieren. Ganz nebenbei stärkt Handarbeit dein Selbstbewusstsein, weil du stolz auf Selbstgemachtes bist!

Im Netz gibt es unzählige Anleitungen. Schnapp dir Freunde, Bekannte oder eine Strick-/Häkelgruppe und habt gemeinsam Spaß!

Nachhaltige Makeup-Pads häkeln:

Material: reines Baumwollgarn (Lauflänge 80–100 m/50 g), Häkelnadel (Stärke 2,5 oder 3)

Anleitung:

1. 4 Luftmaschen, mit Kettenmasche zum Kreis schließen.
2. 3 Luftmaschen, 11 Stäbchen in den Kreis, Kreis mit Kettenmasche schließen.
3. 3 Luftmaschen, jedes Stäbchen der Vorreihe verdoppeln, Kreis mit Kettenmasche schließen.
4. 3 Luftmaschen, jedes zweite Stäbchen verdoppeln, Kreis mit Kettenmasche schließen. Faden abschneiden, vernähen. Fertig!

Nachhaltige Spültücher im Perlmusterr stricken (26 x 26 cm):

- 61 Maschen aufnehmen
- In jeder Reihe abwechselnd eine rechte, eine linke Masche bis zur gewünschten Größe
- Maschen abketten, Fäden vernähen. Fertig!

Nach so viel Übung kannst du dich an größere Projekte wagen: Schal, Tücher, Decken oder Pullis in deinem eigenen Stil. Wir bieten Dir an der Volkshochschule Kurse an, die Dir den Einstieg erleichtern.

Viel Freude beim Stricken und Häkeln!

Martina Bergolte, Mitarbeiterin der KVHS



Stricken und Häkeln

Kurse zum textilen Gestalten
finden Sie auf den Seiten 55 und 56

Kultur & Gestalten

Kontakt:

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

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

Stefanie Turano
Programmbereichsleiterin
Malerei & Nähen
Tel: 05551/708-8222
sturano@landkreis-northeim.de

Archäologie, Architektur & Kunstgeschichte

● Der Totentempel Ramses` III. von Medinet Habu

Architektur, Kult und neueste Grabungsergebnisse

Den Schwerpunkt der Veranstaltung bildet die detaillierte Darstellung des am besten erhaltenen Totentempel-Komplexes, derjenige Ramses' III. (Medinet Habu) in Luxor - mit seinen Reliefs und den vielfältigen Nebenanlagen, den festungsartigen Mauern und Toren, Schiffsanlegestellen, Priesterwohnhäusern, Palastanlagen sowie Waren- und Getreidespeichern.

⌚ [WWW](#)

Kurs-Nr.: N2029E1K

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullenser Straße 19, Raum 2, EG
Prof. Dr. Albrecht Endruweit
Donnerstag, 30.4.2026, 17 bis 19 Uhr
5 Termine, 58,50 Euro

● Das Einhorn - Fabeltier in der Kunst

Wie kein anderes Tier hat das Einhorn die Phantasie angeregt. Seit Jahrhunderten ist es in vielen Kulturen belegt und erscheint in der christlichen und außereuropäischen Kunst, in der Naturwissenschaft und der Medizin. Seine Faszination hält bis heute an.

Gezeigt werden Werke aus einem Zeitraum von etwa 4.000 Jahren, darunter vor allem Gemälde, Zeichnungen, Skulpturen und Gobelins.

Kurs-Nr.: N2030E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullenser Straße 19, Raum 2, EG
Maren Gläser
Donnerstag, 5.3.2026, 10 bis 12.15 Uhr
4 Termine, 54 Euro

Kurs-Nr.: N2030P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum 0.08
Maren Gläser
Freitag, 6.3.2026, 10 bis 12.15 Uhr
4 Termine, 54 Euro

● Idensen - eine romanische Kirche und ihre Ausmalung

Südlich des Steinhuder Meeres liegt die kleine, um 1130 erbaute Grabkirche des Bischofs Sigward von Minden, die seit ihrer Erbauung nur unwesentliche Veränderungen erfahren hat. Sie überrascht nicht nur mit ihrer an östlichen Vorbildern orientierten Gewölbeanlage und der lebhaften plastischen Gliederung der Wände, sondern verfügt als besondere Attraktion sogar noch über ihre zeitgenössische Ausmalung.

⌚ [WWW](#)

Kurs-Nr.: N2030P2

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40
Johann Seehusen
Freitag, 20.2.2026, 15.15 bis 16.45 Uhr
4 Termine, 27,20 Euro

Fotografie

● Urbaner Fotowalk in Göttingen - Die Kunst der Fotografie entdecken

Dieser praxisorientierte Fotografie-Kurs richtet sich an alle, die ihre fotograf... Lesen Sie weiter auf Seite 23

Kurs-Nr.: N2111S1

Göttingen, Treffpunkt am Gänseiesel
Horst Gabriel
Samstag, 11.4.2026, 12 bis 16 Uhr
1 Termin, 17 Euro
Anmeldeschluss: 5.4.2026

Graffiti

● Einstieg in die Welt des Schablonengraffiti **NEU!**

Die meisten Arbeiten z. B. von Banksy entstehen mit der Schablonen-Technik. Diese Technik ist einfach zu erlernen, bietet aber trotzdem spektakuläre Ergebnisse. Nach einem kurzen theoretischen Einstieg in die Welt sogenannten französischen Graffiti, werden eigene Schablonen erstellt und mittels Sprühdose auf Leinwände gebracht. Material bringt der Dozent mit.

Kurs-Nr.: N2051P8

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Kristian Thiemann
Samstag, 30.5.2026, 13 bis 16 Uhr
1 Termin, 24,20 Euro (incl. 10 Euro Materialkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 3.5.2026

Malen & Zeichnen

● Malerei und Zeichnung für Anfängende und Fortgeschrittene

Perspektiven, Landschaften und menschliche Figur können mit Materialien wie Zeichenkohle, Pastellkreide, Buntstifte, lavierte Federzeichnungen mit China-Tusche, Aquarellfarben, Acrylfarben, mal transparent oder pastos aufgetragen, gemalt werden. So entstehen immer wieder neue, überraschende Ergebnisse, die motivieren, weiter zu experimentieren.
Mal- und Zeichenmaterial kann im Kurs erworben werden.

Kurs-Nr.: N2051P4

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09
Renate Dieckmann
Mittwoch, 4.2.2026, 18 bis 20.30 Uhr
6 Termine, 71 Euro

Kurs-Nr.: N2051P5

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09
Renate Dieckmann
Mittwoch, 15.4.2026, 18 bis 20.30 Uhr
6 Termine, 71 Euro

Aquarellmalerei

● Aquarell am Vormittag

Die Transparenz des Aquarells mit seinen vielfältigen Ausdrucksmöglichkeiten übt einen großen Reiz auf uns aus. Wir werden die klassischen Techniken des Lasierens, der Nass-in-Nass-Malerei sowie der Granuliertechnik erproben und vertiefen. Bitte mitbringen: 2 Wassergläser (eines extra für sauberes Wasser), eine Unterlage, einen Lappen, Aquarellfarben, Papier und Pinsel mit. Materialien können bei der Kursleiterin erworben werden.

Kurs-Nr.: N2051A1

Bad Gandersheim, Kloster Brunshausen, Räume des Kunstkreises
Birgit Goertz
Freitag, 20.3.2026, 9.45 bis 12 Uhr
7 Termine, 74,55 Euro
Anmeldeschluss: 12.3.2026



● Aquarell-Malerei

In diesem Kurs lernen Sie - egal ob Anfänger*in oder Fortgeschrittene*r Schritt für Schritt den Umgang mit Farben, Pinseln und verschiedenen Aquarelltechniken. Bitte mitbringen: Aquarell-Papier, Aquarellfarben (Kasten oder Tuben), versch. Pinsel (z.B. Rundpinsel Gr. 6-12, Flachpinsel), Mischpalette oder Teller, 2 Wasserbehälter, Küchenrolle oder Lappen, Bleistift und Radiergummi.

Kurs-Nr.: N2051E1

Einbeck, Kreisvolkshochschule
Hullenser Straße 19, Raum 1, EG
Tsai-Hsia Juan
Sonntag, 8.3.2026, 9.30 bis 12 Uhr
6 Termine, 71 Euro
Anmeldeschluss: 1.3.2026

● Aquarellmalerei am Vormittag

Anhand Ihrer eigenen Bildthemen und Motive (evtl. auch aus den vorherigen Kursen) erhalten Sie beim Erarbeiten Ihrer Aquarellbilder begleitende Unterstützung von der Kursleiterin. Bitte bringen Sie Ihr Aquarellmaterial und Ihre eigenen Motive mit.

Kurs-Nr.: N2051P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Irene Pregizer
Dienstag, 3.3.2026, 9.30 bis 12.30 Uhr
7 Termine, 99,40 Euro
Anmeldeschluss: 24.2.2026

Ölmalerei

● Offenes Malatelier

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

Kurs-Nr.: N2051P2

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Brigitte Graver
Montag, 26.1.2026, 14.30 bis 17.30 Uhr
18 Termine, kostenlos

● Ölmalerei

Einführung in das Medium Öl in der Malerei. Sie erhalten Einblicke in die Stillleben-Malerei. Anschließend wird individuelle Unterstützung bei der Auswahl und Ausarbeitung eigener Motive angeboten. Der Kurs ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene geeignet. Eine Materialliste können Sie bei der KVHS per Mail erfragen: grode@landkreis-northeim.de

Kurs-Nr.: N2051P7

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Silke Sauritz
Donnerstag, 12.2.2026, 18 bis 21 Uhr
6 Termine, 85,20 Euro
Anmeldeschluss: 5.2.2026

SPIELZEIT → 2025/26



DER VORVERKAUF HAT BEGONNEN!

Karten und Infos
0551.49 69-300
www.dt-goettingen.de

der dt
theater
goettingen

www.scheele-druck.de

Scheele-Druck

DRUCKHAUS
Jahnstr. 2 · Einbeck
neben dem PS.Speicher

Echte Einbecker seit 1932

Acrylmalerei & Sonstiges

NEU!

● Farbstark ins neue Jahr - Ihr Motto 2026 in Acryl spachteln

Starten Sie kreativ ins Jahr 2026! Mit Spachtel und Acrylfarben gestalten Sie einen ausdrucksstarken Hintergrund und setzen darauf Ihr persönliches Jahresmotto in einfacher Handlettering-Technik um. Es entstehen farbstarke Arbeiten, die als künstlerische Motivation für das Jahr dienen. Die Materialliste können Sie im Internet auf der Homepage der KVHS unter der Kursnummer finden oder bei der KVHS erfragen.

Kurs-Nr.: N2051P3

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Iris Wilhelm-Hirr
Samstag, 21.2.2026, 10 bis 14 Uhr
1 Termin, 17,75 Euro
Anmeldeschluss: 15.2.2026

● Acrylmalerei Intensivwoche

Entdeckungsreise in die Abstraktion - Farbe, Rhythmus, Struktur

Sie erproben verschiedene Methoden wie Spachteln, Abklatsch, Linien und Mark-Making und arbeiten mit einer klaren Begrenzung: „3 Farben & 3 Techniken“. So entwickeln Sie Schritt für Schritt eine eigene Bildsprache und gestalten farbstarke, rhythmische Serien. Für Anfänger*innen mit Grundkenntnissen und Fortgeschrittene geeignet. Eine Materialiste finden Sie auf der Homepage der KVHS unter der Kursnummer oder auf Anfrage bei der KVHS.

Kurs-Nr.: N2051P6

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 20
Eingang Rückseite des Gebäudes
Iris Wilhelm-Hirr
Montag, 9.2.2026 bis Freitag, 13.2.2026,
jeweils 9 bis 12.30 Uhr,
5 Termine, 85 Euro
Anmeldeschluss: 2.2.2026

● Acrylmalerei und Anderes

Dieser Malkurs lädt dazu ein, verschiedene Techniken und Material auszuprobieren, das vor Ort zur Verfügung steht. Die Kursteilnehmer*innen erlernen Maltechniken rund um das Porträt, wie das Mischen von Hauttönen oder Maltechniken der Landschaftsmalerei. Dieser Kurs ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Malutensilien können mitgebracht oder vor Ort erworben werden.

Kurs-Nr.: N2051U1

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Karin Vickermann
Donnerstag, 19.2.2026, 15 bis 17.15 Uhr
6 Termine, 63,90 Euro
Anmeldeschluss: 9.2.2026

Kulturring Einbeck

TABALUGA UND LILLI (Musical)

Sa., 08.11.2025, 17 Uhr (Einlass: 16 Uhr), Wilhelm-Bendow-Theater
Veranstalter: Why Not Events



DAY OF DANCE – Angie B's Dancecrews

Sa., 15.11.2025, 14 Uhr (Einlass 13:30 Uhr);
Wilhelm-Bendow-Theater, Veranstalter: Angie B's Dancecrews
⚠ Tickets erhältlich beim Veranstalter

SIMON UND GARFUNKEL – Tribute Show

Sa., 29.11.2025, 20 Uhr (Einlass: 19 Uhr), Wilhelm-Bendow-Theater
Veranstalter: Seventh Avenue Arts International UG

FEUERWEHRMANN SAM – Abenteuer auf der Dinoinsel (Kinderstück ab 2 Jahren)

So., 07.12.2025, 15 Uhr (Einlass: 14:30 Uhr),
Wilhelm-Bendow-Theater, Veranstalter: Kulturring Einbeck

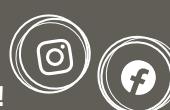
Präsentiert
vom
Kulturring
Einbeck

SHANTY-CHOR EINBECK – Träume am Kai

Fr., 12.12.2025, 18:30 Uhr (Einlass: 17:30 Uhr),
So., 14.12.2025, 15 Uhr (Einlass: 14 Uhr),
Wilhelm-Bendow-Theater, Veranstalter: Shanty-Chor Einbeck e.V.
⚠ Tickets erhältlich beim Veranstalter

Stadt Einbeck • Kulturring
Marktstr. 13 (Eickesches Haus) • 37574 Einbeck
Tel.: (0551) 916556 • kulturring@einbeck.de
Tickets und Infos: www.einbeck-tourismus.de/kulturring

Folgt uns!



>JETZT<
online buchen!
↗



Änderungen vorbehalten.

AUSSERDEM:

FLOW – Tanzschule Kerstin Baufeldt | 06.–08.03.2026
Jürgen von der Lippe – „Sextext sextett“ | 15.03.2026
The 12 Tenors – Songs of Eternity | 11.04.2026
Aladin – Musik-Kinderstück | 18.04.2026

Steinbildhauerei & Plastiken

● Steinbildhauerei für Anfängende und Fortgeschrittene

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

Kurs-Nr.: N2065P4

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09

Renate Dieckmann

Freitag, 5.6.2026, 18.30 bis 19.15 Uhr
(Vorbesprechung)

Donnerstag, 18.6.2026, 18 bis 21 Uhr

Freitag, 19.6.2026, 18 bis 21 Uhr

Samstag, 20.6.2026, 10 bis 17 Uhr

Sonntag, 21.6.2026, 10 bis 16.15 Uhr

Montag, 22.6.2026, 18 bis 21 Uhr

Dienstag, 23.6.2026, 18 bis 21 Uhr

7 Termine, 120,70 Euro

Anmeldeschluss: 29.5.2026

● SOMMERAKADEMIE:

Steinbildhauen mit Thüster Kalkstein - Bildungsurlaub

Qualifikation Kulturtechnikpfleger/in
Modul Steinmetzarbeiten /

Steinbildhauerarbeiten

Durch Abtragen eine Form zu erarbeiten,
ist eine ganz andere Erfahrung, als dies...

Lesen Sie weiter auf Seite 46

Kurs-Nr.: N2200H3K

Dieter Homeyer

Montag, 06.07. bis Freitag, 10.07.2026,
jeweils 9 bis 17 Uhr

5 Termine, 330 Euro (keine Ermäßigung
möglich). In der Gebühr sind 20 Euro Ma-
terialkosten enthalten. Weiteres Material
kann im Kurs hinzugekauft werden.

Anmeldeschluss: 31.5.2026

Ton & Keramik

● Themenwoche Keramik - Die Tonplastik

Eine Woche intensives Arbeiten an einer
Tonplastik in angenehmer Werkstatt-At-
mosphäre. Es werden Anregungen gege-
ben, eine eigene Form zu finden, sei es
eine realistische Darstellung oder eine
abstrahierte Arbeit. Während des Entste-

hungsprozesses werden die Proportionen
und ihre Bedeutung für eine Plastik be-
sprochen sowie Linien, die ein Volumen
umgeben, erkannt. Die unterschiedliche
Wirkung geschlossener und durchbro-
chener Formen wird deutlich.

Kurs-Nr.: M2065P4

Renate Dieckmann

Montag, 12.01. bis Freitag 16.01.2026, je-
weils 18 bis 21 Uhr, Samstag, 17.01.2026,
10 bis 16 Uhr

6 Termine, 100,20 Euro

Anmeldeschluss: 5.1.2026

● Arbeiten mit Ton

für Anfängende und Fortgeschrittene

Gestaltendes Arbeiten ist Schwerpunkt
dieses Kurses. Neben Plastiken und Re-
liefs entstehen überwiegend Gefäße in
ruhiger, gestaltender Arbeit (Aufbautech-
nik). Traditionelle sowie zeitgenössische
Formen und Arbeitsweisen werden vor-
gestellt, können nachempfunden und er-
arbeitet werden. Außerdem besteht für
Fortgeschrittene die Möglichkeit, experi-
mentell eigene Wege zu entdecken.

Kurs-Nr.: N2065P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09

Renate Dieckmann

Montag, 9.2.2026, 18 bis 21 Uhr

10 Termine, 146 Euro

Kurs-Nr.: N2065P2

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09

Renate Dieckmann

Dienstag, 10.2.2026, 9 bis 12 Uhr

10 Termine, 146 Euro

Kurs-Nr.: N2065P3

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstr. 40, Töpferwerkstatt, Raum U 09

Renate Dieckmann

Donnerstag, 12.2.2026, 18.30 bis 21.30 Uhr

10 Termine, 146 Euro



Hotel - u. Spezialitäten

Restaurant Rodetal

Jörg Rüsseler e. Kfm.

Rodetal 1

37176 Nörten-Hardenberg

Post: 37120 Bovenden

Telefon: 05594/95220

info@rodetal.de

Öffnungszeiten finden Sie auf:

rodetal.de



EINE TOLLE GESCHENKIDEE

Noch auf der Suche nach einem vielseitigen Geschenk oder einer kleinen Aufmerksamkeit für Freunde, Bekannte oder Mitarbeiter?
Verschenken Sie jetzt ein Stück Heimat: Mit dem Stadtgutschein
für Northeim!

Als Gutscheinkarte oder online erhältlich und
in aktuell 42 Northeimer Geschäften einlösbar.

www.stadtgutschein-northeim.de

**HIER GIBT ES
STADTGUTSCHEINE:**

KSN Geschäftsstellen,
Northeim Touristik, Francke
Wohn- und Tischkultur,
die Vinothek
und online zum
Ausdrucken

**NOM
WMT**

NORTHEIMER GESELLSCHAFT FÜR
WIRTSCHAFTSFÖRDERUNG,
MARKETING UND TOURISMUS MBH

● Tonarbeiten

. Der Kurs spricht Anfänger*innen und Fortgeschrittene an, die Spaß an der kreativen Arbeit mit Ton haben. Mit und ohne Töpferscheibe können die Teilnehmer*innen den Umgang mit Ton erlernen oder ihre Erfahrungen vertiefen. Nach einer ersten Einführung können ganz nach eigenen Wünschen und Vorstellungen oder nach Anleitung Gefäße, Figuren und andere Gegenstände geformt werden. Die Materialbeschaffung wird bei der Vorbereitung beim ersten Termin besprochen.

➲ WWW

Kurs-Nr.: N2065U1

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Rüdiger Gold
Samstag, 14.2.2026, 17 bis 17.45 Uhr
Samstag, 21.2.2026, 16 bis 19 Uhr
Sonntag, 22.2.2026, 9.30 bis 11.45 Uhr
Sonntag, 15.3.2026, 15.30 bis 18.30 Uhr
4 Termine, 45,80 Euro
Anmeldeschluss: 4.2.2026

Kurs-Nr.: N2065U2

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Rüdiger Gold
Samstag, 23.5.2026, 17 bis 17.45 Uhr
Samstag, 30.5.2026, 16 bis 19 Uhr
Sonntag, 31.5.2026, 9.30 bis 11.45 Uhr
Samstag, 20.6.2026, 15.30 bis 18.30 Uhr
4 Termine, 45,80 Euro
Anmeldeschluss: 13.5.2026

● Töpfern für Anfänger*innen

In diesem Kurs wollen wir Gebrauchs- und Ziergegenstände aus Ton modellieren. Sie erlernen die Tonverarbeitung, das Glasieren und Dekorieren in verschiedenen Techniken. Es fallen Materialkosten an, die bei der Kursleiterin zu entrichten sind. Bitte mitbringen: Handtuch, Teigroller, Zeitungspapier, kleines Küchenmesser oder spitzes Skalpell.

Kurs-Nr.: N2065U3

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Ute Engelhardt
Freitag, 13.03.2026 von 14 bis 18 Uhr,
Samstag, 14.03.2026 von 10 bis 15 Uhr
Freitag, 27.03.2026 von 14 bis 18 Uhr
(glasieren)
3 Termine, 64,40 Euro

Kurs-Nr.: N2065U4

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Ute Engelhardt
Freitag, 08.05.2026 von 14 bis 18 Uhr,
Samstag, 09.05.2026 von 10 bis 15 Uhr
Freitag, 22.05.2026 von 14 bis 18 Uhr (glasieren)
3 Termine, 64,40 Euro

● Töpfern für Fortgeschrittene

Frostfeste Gartendekorationen, selbstgemachte Figuren oder Gefäße aus Ton verleihen dem Garten oder Balkon eine besondere Note!

Gerne können Sie Ihre eigenen Ideen umsetzen oder sich von der Kursleiterin beraten lassen. Wir brennen bei 1250 Grad und Sie sollten bereits Erfahrung im Um-

gang mit Ton haben! Die Materialkosten für Ton und Glasuren bitte bei der Kursleiterin vor Ort bezahlen.

Kurs-Nr.: N2065U5

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 3
Ute Engelhardt
Freitag, 10.04.2026 von 14 bis 18 Uhr
Samstag 11.04.2026 von 10 bis 15 Uhr,
Freitag 24.04.2026 von 14 bis 18 Uhr
3 Termine, 67,80 Euro



Kulturförum
Seesen e.V.

Programm 2025

27.09.2025

Sa. 20 Uhr, Aula

11.10.2025

Sa. 20 Uhr, Aula

24.10.2025

Fr. 20 Uhr, Aula

Brass Band Berlin "Spaß mit Brass"

7. Seesener Lachnacht

Vocaldente "Let's be Gatsby"

Weitere Veranstaltungen sind in Vorbereitung!

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

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

präsentiert von
Beobachter
www.kulturförum-seesen.de
www.facebook.com/kulturförum.seesen

gefördert vom
LANDSCHAFTSVERBAND
BRANDENBURG



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

www.mitzkat.de

Schmieden**● Schmieden macht glücklich?!**

In diesem Kurs können kleine Kunstwerke für den Garten, einen Schürhaken für den Ofen oder ein besonderes Messer für die Küche geschmiedet werden. Der Schmiedekurs findet im „LUHU“ (Nachbau einer afrikanischen Schmiede) in Springe statt. Bitte Arbeitshandschuhe aus Leder, festes geschlossenes Schuhwerk sowie lange Hose mitbringen. Zzgl. ca. 25 € für Material und Schmiedekohle, das vor Ort gezahlt wird. Fahrgemeinschaften sind möglich.

Kurs-Nr.: N2063S1K

Sonderveranstaltung, Schmiedeparadies

Andreas Rimkus

Samstag, 9.5.2026, 9 bis 15 Uhr

Sonntag, 10.5.2026, 9 bis 15 Uhr

2 Termine, 180 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 3.5.2026

**● SOMMERAKADEMIE:
Schmieden**

Qualifikation Kulturtechnikpfleger/in

Modul Schmieden - Bildungsrurlaub

Wir führen Sie in die Grundtechniken des Schmiedens ein. Dann können eigene Idee... Lesen Sie weiter auf Seite 46

Kurs-Nr.: N2200H1K

Stefan Kunze, Mario Boden

Montag, 06.07. bis Freitag, 10.07.2026, jeweils 9 bis 17 Uhr

5 Termine, 390 Euro (keine Ermäßigung möglich). In der Gebühr sind 2 kg Material und 35 Euro Nutzungsentgelt für die erforderlichen Geräte enthalten. Weiteres Material kann im Kurs hinzugekauft werden.

Anmeldeschluss: 31.5.2026

Textiles Gestalten**● Textiles Gestalten**

Sticken, Stricken, Häkeln oder kleine Patchworkarbeiten: Entdecken Sie Ihre Kreativität wieder und lernen Sie neue Handwerkstechniken dazu. Bei der Vorbesprechung werden Anregungen gegeben und auf Ihre Wünsche eingegangen. Bitte bringen Sie vorhandenes Material oder unvollendete Arbeiten mit.

Kurs-Nr.: N2138K1

Kreiensen, Greene, Haupt- und Realschule, Leinestraße 68

Susanne Nüsse

Donnerstag, 29.1.2026, 18 bis 19 Uhr und ab 5.2.2026, 6x von 18 bis 20 Uhr

7 Termine, 61,20 Euro



„ES WAR STINKLANGWEILIG IM LAGER FRIEDLAND.“

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 & Grenzdurchgangslager
- Thematische Sonderführungen & buchbare Führungen (auch fremdsprachlich Arabisch, Englisch, Farsi, Russisch u.a.)
- Neue Dauerausstellung „SHELTER“ in der Nissenhütte



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

● Zuschneiden und Nähen

Dieser Kurs richtet sich an alle, die den Umgang mit der Nähmaschine erlernen wollen. In einer Vorbesprechung wird geklärt, welches Kleidungsstück hergestellt oder ob vorhandene Kleidung abgeändert werden soll. Bringen Sie dazu bitte Schreibzeug, evtl. vorhandene Modehefte, Schnittmuster und Ihre eigene Nähmaschine mit.

Kurs-Nr.: N2144H1

Hardegsen, Weperschule

Weperstraße 3

Ingrid Dupré

Dienstag, 27.1.2026, 19 bis 21.15 Uhr

11 Termine, 112,20 Euro

● Nähen am Samstag

In diesem Kurs können Sie den Umgang mit der Nähmaschine, das richtige Einfädeln, Lesen von Schnittmustern, Zuschneiden und Nähen erlernen. 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 und ein Lineal. Nähmaschinen können mitgebracht werden, sind aber auch vorhanden.

Kurs-Nr.: N2144P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 24

Eingang Rückseite des Gebäudes

Sylvia Bizon

Samstag, 21.2.2026, 10 bis 16 Uhr

Samstag, 28.2.2026, 10 bis 16 Uhr

2 Termine, 54,40 Euro

Anmeldeschluss: 16.2.2026

● Kreatives Nähwochenende

In diesem Kurs lernen Sie den Umgang mit der Nähmaschine, das richtige Einfädeln, Lesen von Schnittmustern, Zuschneiden und Nähen. Bitte mitbringen: Stift , wenn vorhanden Nähutensilien wie Nadeln, Kreide - und natürlich ein Nähprojekt (dem Niveau entsprechend) samt Zutaten, Schnitt und Stoff mit passendem Nähgarn sowie ein Lineal. Nähmaschinen können mitgebracht werden, sind aber auch vorhanden.

Kurs-Nr.: N2144P2

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.12

Ellen Deilke

Freitag, 6.2.2026, 16.30 bis 21 Uhr

Samstag, 7.2.2026, 10 bis 16.30 Uhr

2 Termine, 47,60 Euro

Anmeldeschluss: 30.1.2026

Kurs-Nr.: N2144P3

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.12

Ellen Deilke

Freitag, 20.3.2026, 16.30 bis 21 Uhr

Samstag, 21.3.2026, 10 bis 16.30 Uhr

2 Termine, 47,60 Euro

Anmeldeschluss: 13.3.2026



Musik**● Netzwerktreffen der Kontaktstelle Musik**

Vierteljährlich bietet die Kontaktstelle Musik unter dem Motto „Music is it!“ allen Musikschaenden aus der Region einen Termin zum gemeinsamen Austausch an. Wir wollen miteinander ins Gespräch kommen, welche Veranstaltungen, Projekte, Entwicklungsmöglichkeiten und Förderprogramme im musikalischen Sektor in Ihrem Verein, Ihrer Musikschule, Ihrem Ensemble, Ihrer Band in 2026 anstehen. Wie sehen Ihre Planungen im kulturellen Bereich aus?

Kurs-Nr.: M2080P2

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Jessica Krause

Dienstag, 16.12.2025, 19 bis 21.30 Uhr

1 Termin, kostenlos

● Blues Harp - Workshop

Die Mundharmonika - und gerade die sogenannte "Blues Harp" - ist ein faszinierendes Musikinstrument. Im Workshop erlernen Sie Grundtechniken, die Sie zuhause leicht nachspielen und variieren können. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Eigene Instrumente (Blues Harp, Big River Harp, Pro Harp, Special 20 o.ä.) bitte in C-Dur mitbringen oder vor Ort eine passende Mundharmonika für 35 Euro erwerben.

Kurs-Nr.: N2080P2

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Dieter Kropf

Freitag, 24.4.2026, 14.30 bis 21.15 Uhr

1 Termin, 54 Euro

Anmeldeschluss: 17.4.2026

Musiktheorie

NEU!

● Musiktheorie und -praxis I

Noten, Tonleitern, Tonabstände, Dreiklänge, Akkordreihen, bis hin zum geheimnisvollen Geschöpf namens Quintenzirkel. Die Grundlagen der Musiktheorie vom Notenlesen bis zu einfachen Kompositionssübungen sind hier mit Kopf, Herz und Hand zu erlernen. Bringen Sie, wenn

möglich, Ihr eigenes Musikinstrument mit. Denn wir werden das frisch Gelernte auf dem eigenen Instrument erkunden und mit Spielübungen am Instrument vertiefen.

Kurs-Nr.: M2080P7

Northeim, Thomas-Mann-Schule,

Musikraum

Christoph Siska

Samstag, 17.1.2026, 11 bis 16.15 Uhr

1 Termin, 24,85 Euro

Lehrbuch: Elementare Musiklehre
(Christian Nowak),

ISBN 978-3-86849-369-6

Anmeldeschluss: 11.1.2026

Chor & Orchester**● KVHS-Orchester**

Das KVHS-Orchester ist ein Orchester für alle Instrumentalisten, die gerne in einer größeren Gruppe musizieren möchten. Besonders eingeladen sind Laienmusiker*innen, die so ihre Instrumentalkenntnisse frisch halten möchten. Die Zusammenarbeit mit Solist*innen oder Chören ist auch möglich. Der Schwierigkeitsgrad richtet sich nach den technischen Möglichkeiten der Mitspielenden zwischen leicht & mittelschwer. Anmeldungen sind jederzeit möglich.

Kurs-Nr.: N2080P1

Northeim, Gymnasium Corvinianum,
Mensa, Wieterstr. 3

Heinz Weyhing

Mittwoch, 28.1.2026, 18 bis 19.30 Uhr

23 Termine, kostenlos

● Popchor

Der bestehende Popchor wird sein Repertoire erweitern und neue Songs kommen hinzu. Ein bis zwei Auftritte sind in Vorbereitung! Wir freuen uns immer über neue Stimmen. Anmeldungen sind auch während des Semesters möglich.

Kurs-Nr.: N2080P3

Northeim, Oberschule, Aula,

Arentsschildstr. 15 a

Matthias Hofmann

Montag, 9.2.2026, 19.15 bis 20.45 Uhr

16 Termine, 62,50 Euro

Vielfalt in Bewegung

2. Halbjahr 2025

Schamanische Reisen* - nach innen lauschen / Workshop Doris Breckner
So 17.8. / 10-13 Uhr / 15-30 €
Sa 11.10/ 18-21 Uhr / 15-30 €

25 Jahre Weltbühne Jubiläum

Sa 23.8. / 11 Uhr / Eröffnung
So 24.8. / 10 Uhr / Dorffrühstück
So 24.8. / 16 Uhr / Mit-Tanz-Konzert
Mo-Mi./25.-27.8./15-18 Uhr / Ausstellung Weltbühne früher und heute
Do 28.8./19 Uhr/ NDR Filmdok 2016
Fr 29.8./19:30 Uhr/Offene Musikbühne

Kabarett Nessi Tausendschön
Sa 30.8. / 19:30 Uhr / 26 € erm. 20 €

Speeddating* Meet your lover!
Fr 5.9. / 19:30 Uhr / 15 €

Schreibzeit Elisabeth Möller Worksh.
Fr 12.9. / 17-19:30 Uhr / Hutspende

Offener Tanzkurs / Fr 20 Uhr/ je 10 €
12.+26.9.;10.10.;7+22+28.11.;12.12.

Konzert Peter Gansen Quartett
Sa 13.9. / 19:30 Uhr / 22 € erm. 18 €

Afrikanische Trommeln Armin Wenk
Sa 20.9./15-19 Uhr/35-45€ Workshop

Weltspiel* interkulturelle Woche
So 21.9./11-13 Uhr für Kinder
14-17 Uhr für Jugendl., Erwa.

Theater der Befreiung* Elis. Möller
Do 25.9. / 17:30-21 Uhr / 30-60 €

Ab in die Pilze* Gereon Schoplik
So 28.9. / 10-16:30 Uhr / 25 € Ki frei

Frieden und Konfliktbearbeitung
Fr 3.10. / 14-17 Uhr / Hutspende
Frauke Siedenburg, Jugend willkomm.

Full moon open stage*
Sa 4.10.+6.12./19:30 Uhr/ Hutspende

Konzert & Comedy Marie Diot
Fr 31.10. / 19:30 Uhr / 22 € erm. 18 €

Playback Theater Hajü Artus
Sa 1.11. Workshop

Vegane Kochkunst* selbst erleben
Fr 7.11.+5.12./16-21:30 Uhr/ je 68 €

Doppelkopf Turnier*
Sa 8.11. / 11-16 Uhr / 8 €

Buchfin-Figurentheater
So 9.11. / 15 Uhr / 8 € Ki 5 €

Balfolk L'air Inconnu
Fr-So 14.-16.11. Konzert+Workshop

Wandelmut*- konkret werden
Sa 22.11./ 10:30-18:30 Uhr/Workshop

Gitarrenworkshop Reentko+Sönke
Sa 29.11. / 12-16:30 Uhr

Gitarrenkonzert Reentko+Sönke
Sa 29.11. / 19:30 Uhr / 22 € erm. 18 €

Wutkraft* u. Stimmarbeit/H.Breithaupt
Sa 6.12. / 10-17 Uhr / 90 €

Comedy, Kabarett Nagelritz
Sa 13.12. / 19:30 Uhr / 22 € erm. 18 €

***Anmeldung bitte 6 Tage vorher**

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

Rhythmus/Percussion

● Trommelkurs für Anfänger*innen

Rhythmen aus Cuba, Brasilien & Co.
Trommelbegeisterte Menschen sind herzlich eingeladen, in die Welt der einzigartigen und faszinierenden Trommelrhythmen Lateinamerikas einzutauchen. Wir spielen auf Congas, den cubanischen Handtrommeln, auch Glocken und andere Small-Percussion-Instrumente sowie Basstrommeln (Surdo, Rebolo) werden zum Einsatz kommen. Nach einer Einführung in die Spieltechnik der Instrumente ergibt sich fast von selbst ein mitreißender Groove!

Kurs-Nr.: N2080P1K

Northeim, Theater der Nacht

Obere Straße

Kathrin Bogislav

Dienstag, 14. und 21.04.2026,
jeweils 17.30 bis 21 Uhr

2 Termine, 72 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 7.4.2026

Saiteninstrumente: Gitarre, Ukulele & Streicher

● Baglama Unterricht

Der Baglama-Kurs richtet sich an alle, die Interesse an traditioneller türkischer Musik haben und das anatolische Musikinstrument lernen wollen.

Vermittelt werden die Grundlagen des Spielens auf einer Baglama von den ersten Noten bis zu kompletten Melodien und Stücken. Ziel des Kurses ist gemeinsam zu musizieren & die türkische Volksmusik kennenzulernen. Anmeldungen erfolgen über Herrn Turgay unter 0176/21546930 oder per Email an feyzo1976@hotmail.com

Kurs-Nr.: N2080P4

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)

Faysal Turgay

Sonntag, 1.2.2026, 12 bis 14 Uhr

20 Termine, kostenlos



The banner features a red background with three bright spotlights at the top. The text "STADTHALLE OSTERODE" is centered below the lights. Below this, there are three smaller images of bands: "KISS Forever Band" (Tribute to KISS), "MAYBEPOP" (Schöner Schein), and "Die Schlagzeugmafia" (Backstreet Noise - Die Show). Each band's name and performance date are listed below their respective images.

Band	Performance	Date
KISS Forever Band	Tribute to KISS	Sa., 26.09.2025
MAYBEPOP	Schöner Schein	Do., 11.12.2025
Die Schlagzeugmafia	Backstreet Noise - Die Show	Fr., 30.01.2026

Tickets and Infos zu diesen und weiteren Veranstaltungen:

 05522 / 91680-10  info.stadthalle@osterode.de

 **Theaterkasse**
der Stadthalle Osterode  



2. Spielzeit 2025
Nestwärme

15.8.–24.8.
9. Festival mit Hand & Fuß
und die 9. Deutsche Figurentheaterkonferenz

7.9. Lagerfeuerotz
Konzert mit Jens Burger & Micha Rohrbeck

9.10. Kuscheltierimpro

30.10. Die schrägen Vögel
Konzertreihe: Masken & Musik

15.11. Die Märchennacht

21.12. Diva Sofie Krog Teater

31.12. Silvesternacht

... und natürlich wieder viele Familien- und Erwachsenen-Inszenierungen
sowie Kurse im Saloncafé für Figurenbau, Malerei, und Musik. Ebenfalls
gibt es das Literaturcafé, Wohnzimmertheater und Musik im Saloncafé.

www.theater-der-nacht.de

● Gitarre oder Keyboard für Anfänger*innen

Mit exakter Anleitung und angepasstem Lerntempo, je nach Vorkenntnissen, wird es allen möglich, auf dem Keyboard oder der Gitarre Lieder zu spielen. Musikalische Vorerfahrung & Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Noten werden im Kurs vermittelt. Bitte zum ersten Termin Instrument und Schreibzeug mitbringen. Bei Fragen im Vorfeld wenden Sie sich direkt an die Kursleiterin Fr. Unglenk-Oltmanns, Tel. 0152 29044882.

Kurs-Nr.: N2084A1

Bad Gandersheim, Roswitha-Gymnasium, Bismarckstraße 17, Gebäude 3
Anke Unglenk-Oltmanns
Donnerstag, 29.1.2026, 18 bis 19.30 Uhr
10 Termine, 71 Euro
Anmeldeschluss: 22.1.2026

● Gitarrenkurs für Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an alle Gitarrenspieler*innen, die bereits Kenntnisse haben und diese ausbauen möchten. Es werden Stücke aus Pop, Rock, Folk, Klassik und der Liedermacherszene eingeübt. Die dafür erforderlichen Anschlagtechniken, Zupfmuster und Fingerpickings werden gezeigt.

Bitte mitbringen: Konzertgitarre (keine E-Gitarre), Notenständer (falls vorhanden), Fußbank, Stift und Schreibblock.

Kurs-Nr.: N2084H2

Hardegsen, Weperschule
Weperstraße 3, Forum
Wolfgang Hoffmann
Montag, 26.1.2026, 18 bis 19.30 Uhr
10 Termine, 71 Euro
Lehrbuch: Gitarrenschule (Empfehlung, nicht Voraussetzung): Gitarre spielen - mein schönstes Hobby, Rolf Tönnes, Schott Verlag ISBN 978-3-7957-17834

● Aufbaukurs Gitarre

Dieser Kurs richtet sich an Gitarrenspieler*innen, die den Anfänger*innenkurs besucht haben oder einen ähnlichen Stand besitzen. Einsteiger*innen sind willkommen. Der Kurs baut auf Grundkenntnisse auf und vermittelt das Spielen der Gitarre als Solo- u. Begleitinstrument. Es werden Stücke aus Pop, Rock, Folk und Klassik mit den passenden Spieltech-

niken erlernt. Bitte mitbringen: Konzert- oder Westerngitarre (keine E-Gitarre), Notenständer, Fußbank.

● WWW

Kurs-Nr.: N2084H1

Hardegsen, Weperschule
Weperstraße 3, Forum
Wolfgang Hoffmann
Mittwoch, 4.2.2026, 18 bis 19.30 Uhr
10 Termine, 71 Euro
Lehrbuch: Gitarre spielen - mein schöNSTES Hobby, Rolf Tönnes, Schott Verlag, ED 9475D, ISMN 979-0-001-20797-3, ISBN 978-3-7957-1783-4. (Empfehlung)

● Gitarrenforum

Dieses Angebot richtet sich an Gitarrenspieler*innen, die Interesse haben, in einer Gemeinschaft zu musizieren & zu singen. Jede*r kann eigene "Favoritentücke" mitbringen (Pop, Rock, Folk, Klassik). Durch gegenseitiges Austauschen der Lieder u. Spieltechniken können dabei alle profitieren. Das Forum findet einmal monatlich kostenlos statt u. geplant. Bitte mitbringen: Konzert-/ Westerngitarre (keine E-Gitarre), Kapodaster, Stimmgerät.

Kurs-Nr.: N2084H3

Hardegsen, OT Gladebeck, Pfarrhaus Wolfgang Hoffmann
Donnerstag, 05.02., 05.03., 09.04., 07.05. und 04.06.2026, jeweils 18 bis 19.30 Uhr 5 Termine, kostenlos

● Liedbegleitung mit der Gitarre - Workshop

Sie können die Grundakkorde auf der Gitarre gut wechseln, haben vielleicht auch schon gezupft und suchen neue Anregungen? Workshop heißt hier, dass die Teilnehmer*innen eigene Liedvorschläge mitbringen können, die wir versuchen uns - je nach Geschmack und Kenntnisstand - anzueignen. Das gemeinsame Musizieren steht dabei im Vordergrund. Über neue (Quer-)Einsteiger*innen freuen wir uns sehr. Bitte mitbringen: Gitarre, Kapodaster & Schreibzeug.

Kurs-Nr.: N2084E1

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 344, 2. OG
-Eingang vom Hof-
Hans-Georg König
Donnerstag, 5.2.2026, 19 bis 20.15 Uhr
10 Termine, 71,82 Euro

Antik & Kunsthändler Trollmann

Der Fachbetrieb mit jahrelanger Erfahrung!

Wir kaufen zu fairen Preisen auf!

- Alte Möbel
- Porzellan
- Sammeltassen
- Ölgemälde
- Bronzefiguren
- Münzen jeglicher Art
- Musikinstrumente
Akkordeon, Geige, Gitarre etc.
- Silberbesteck
- Hirschgeweih
- Römergläser
- Armbanduhren
Rolex, Breitling, Cartier etc.
- Bücher
- Schreibmaschinen
- Wanduhren
- Standuhren
- Nähmaschinen
- Taschenuhren
- Bernstein schmuck
- Bruchgold
- Silberschmuck
- Modeschmuck
- Millitaria
Orden, Ehrenabzeichen etc.
- Puppen
- Teddybären

Antik & Kunsthändler Trollmann

Rudolf-Winkelstr. 1a • 37079 Göttingen
E-Mail: antik-kunst-trollmann @web.de
Tel.: 0551 / 64015 Mobil: 0157 / 87180397

Weitere kostenlose Schätzungen und Hausbesuche an.



● Ukulele für Einsteigende und Wiedereinsteiger*innen

Teil 3

Wer wollte nicht schon immer mal Ukulele spielen? Hier besteht die Möglichkeit, es (wieder) zu erlernen. Mit einfachen Liedern begleiten wir uns auf der beliebten Ukulele. Wir erlernen die Basisakkorde und Grundschlagtechnik. Bitte mitbringen: eigene Ukulele und erste Vorkenntnisse.

Kurs-Nr.: N2084P2

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 16
Sandra Weiß
Samstag, 07.2., 7.3., 11.4., 9.5., 13.6. und
22.8.2026, jeweils 11.45 bis 12.45 Uhr
6 Termine, 28,40 Euro

● Zusammen Ukulele spielen für Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an alle, die schon einmal 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 bis zu aktuellen Liedern ist alles dabei. Gerne dürfen neue Lieder oder Lieblingslieder mitgebracht werden. Bitte mitbringen: eigene Ukulele und vorhandenes Notenmaterial.

Kurs-Nr.: N2084P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 16
Sandra Weiß
Samstag, 7.2., 7.3., 11.4., 9.5., 13.6. und
22.8.2026, jeweils 10 bis 11.30 Uhr
6 Termine, 42,60 Euro

● Ukulele für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Der Workshop ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene gleichermaßen interessant! Themen sind: Liedbegleitung mit einfachen Akkorden, Melodiespiel mit einfachen Liedern / Songs für Anfänger*innen. Fingerstyle und Solospiel auf der Ukulele für fortgeschrittene Spie-

ler*innen! Im Rahmen des Workshops werden auch die Lehrbücher „Ukulele spielen mein schönstes Hobby“ Band 1 und 2 vorgestellt, welche vor Ort käuflich erworben werden können.

Kurs-Nr.: N2084U1

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 11
Hans-Georg Gloger
Samstag, 14.3.2026, 10 bis 14 Uhr
1 Termin, 17,75 Euro

Musikschule Leinetal
Sandra Weiß



Flöte, Ukulele, Gitarre
Marienstein 24a 37176 Nörten-Hardenberg
05503 / 53 85 49



Kulturelle talentCAMPus-Projekte fördern junge Talente



Im Landkreis Northeim bieten talentCAMPus-Projekte jungen Menschen kreative Entfaltungsmöglichkeiten. Für Kinder und Jugendliche werden Workshops organisiert, die sich auf Kunst, Musik, Zirkus und Theater konzentrieren.

Diese Wochenprojekte, die in Zusammenarbeit mit der Kreisvolkshochschule und kulturellen Institutionen und den Jugendpflegen landkreisweit stattfinden, fördern nicht nur die kulturell künstlerische Entwicklung, sondern auch wichtige soziale Fähigkeiten wie Teamarbeit und Selbstvertrauen. Die Kinder und Jugendlichen erhalten eine Woche lang die Gelegenheit, eigene Ideen umzusetzen und in der Gruppe zu arbeiten. Unsere Angebote stärken die kulturelle Bildung und bieten jungen Menschen die Chance, ihre Talente zu entdecken und weiterzuentwickeln.

Die Fördermittel werden von der Bundesregierung im Rahmen von „Kultur macht stark“ bereitgestellt.

2025 fanden diese Projektwochen statt:

In den Osterferien 2025

Zirkuswoche in Einbeck

Kreativ im Frühlingswald in Dassel und Kalefeld

Was fliegt denn da? Kreativ Gestalten mit Naturmaterialien in Fredelsloh für Northeim, Moringen und Hardegsen

Steine und Kunst - Kreativ mit Stein und Mosaik in Northeim

Musik und Nanas verzaubern Kreiensen

In den Sommerferien 2025

Zirkuswochen in Nörten-Hardenberg, Kalefeld und Einbeck

Kreativ Gestalten mit Naturmaterialien in Fredelsloh für Moringen, Dassel, Nörten-Hardenberg, Hardegsen und in Bad Gandersheim

Masken und Musik in Einbeck

Malerei entdecken in Kreiensen

Kreativ im Wald in Einbeck

Theater-Projekt „Wir sind Helden“ in Northeim

Projekt: Feuer - Wasser - Erde - Luft - Künste in Northeim

Kultur macht STARK
Bündnisse für Bildung

GEFÖRDERT VOM

Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

BURG HARDEG

SOMMER AKADEMIE

2026



© MK-Agrar-Bilder

© MK-Agrar-Bilder

**● SOMMERAKADEMIE:
Schmieden**

Bildungsurwahl Qualifikation Kulturtechnikpfleger/in Modul Schmieden

Beim Schmieden wird das harte und starre Eisen im Feuer weich und formbar. Dieser Prozess fasziniert Menschen seit 3000 Jahren. Wir führen Sie in die Grundtechniken des Schmiedens ein. Dann können eigene Ideen umgesetzt werden. Gebrauchsgegenstände, Gartenobjekte oder archaischer Schmuck entstehen. Eigenes Material oder Schrott kann mitgebracht werden. Arbeitskleidung und feste Schuhe sind mitzubringen. Gestellt werden Handschuhe und Schutzausrüstung.

⌚ [WWW](#)

Kurs-Nr.: N2200H1K

Stefan Kunze, Mario Boden

Montag, 06.07. bis Freitag, 10.07.2026,
jeweils 9 bis 17 Uhr

5 Termine, 390 Euro (keine Ermäßigung möglich). In der Gebühr sind 2 kg Material und 35 Euro Nutzungsentgelt für die erforderlichen Geräte enthalten. Weiteres Material kann im Kurs hinzugekauft werden.

Anmeldeschluss: 31.5.2026

● SOMMERAKADEMIE :The Ladies Sing

Workshop-Woche für Frauenchor - Bildungsurwahl zur Stärkung des Ehrenamts in ländlicher Region

Ein erdiger, grooviger Chorsound geht nicht ohne Bass? Geht ja wohl.

Fünf Tage lang wird es in den Räumen der Sommer-Akademie in Hardegsen grooven und swingen, mal mit, mal ohne Instrumente. Und dass Pop und Jazz auch nur mit Sopran und Alt funktionieren kann, werden wir im Seminar beweisen. Dabei werden die wichtigsten Stile und Musikgenres abgedeckt, unter anderem mit Songs von Revolverheld oder Bruno Mars.

⌚ [WWW](#)

Kurs-Nr.: N2200H4K

André Wenauer, Inke Petruszek

Montag, 06.07. bis Freitag, 10.07.2026,
jeweils 9 bis 17 Uhr

5 Termine, 345 Euro

(keine Ermäßigung möglich)

Anmeldeschluss: 31.5.2026

● SOMMERAKADEMIE: Köpfe in Zeichnung und Malerei

Experiment in Farbe und Struktur

Über spielerische und experimentelle Übungen nähern wir uns den Themen Farbe und Struktur. Ausflüge in die Kunstgeschichte von den alten Meistern bis hinein in die Moderne werden uns Anregung sein. Im Mittelpunkt steht das Erfassen vom Kopf eines Menschen und Gesicht und deren Interpretation. Wer möchte, ist eingeladen, sich mit der Anatomie und den Proportionen, der Ganzheit des Kopfes (Auge/Nase/Mund/Ohr) - auseinander zu setzen und über das Naturstudium in die Abstraktion zu gehen. Möglich sind: Mischtechnik - Stifte/Kohle/ Öl- und Pastellkreiden/Oilstick/Acryl/Aquarell/Feder und Tuschen.

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene.

Anne Brömmel hat an der Hochschule für Kunst und Design „Burg Giebichenstein“ studiert. Von Anfang an bewegt sie sich in ihrer Kunst zwischen der Zeichnung, der Malerei und der Plastik. Neben ihrer eigenen künstlerischen Arbeit begleitet sie seit Jahren Menschen in ihrem Kunst machen und Schöpferisch-Sein.

Lehrtätigkeiten an der Kunsthochschule in Halle/ Grundlagen/Aktstudium, Gastdozentur an der Leonardo Kunstakademie Salzburg, Dozentur für freie Malerei in Hamburg, Kunstabrik Hannover, Boesner. Zahlreiche Kunstprojekte an Schulen, der Musikhochschule für Musik, Theater und Medien, Hannover, künstlerische Fortbildungen für Lehrer, Heilpädagogen und Kunsttherapeuten.

⌚ [WWW](#)

Kurs-Nr.: N2200H2K

Anne Brömmel

Montag, 06.07. bis Freitag, 10.07.2026,
jeweils 9 bis 17 Uhr

5 Termine, 290 Euro (keine Ermäßigung möglich). In der Gebühr sind 20 Euro Materialkosten enthalten. Eigenes Material kann gerne mitgebracht werden. Weiteres Material kann im Kurs hinzugekauft werden.

Anmeldeschluss: 31.5.2026

**● SOMMERAKADEMIE:
Steinbildhauen mit Thüster
Kalkstein**

Bildungsurwahl Qualifikation Kulturtechnikpfleger/in Modul Steinmetzarbeiten / Steinbildhauerarbeiten

Durch Abtragen eine Form zu erarbeiten, ist eine ganz andere Erfahrung, als diese mit Ton aufzubauen. Wie bei anderen intensiven Arbeiten geht auch das allmähliche Hervortreten aus dem rohen Block einher mit der Vertiefung der Beziehung zum Material und dem Arbeiten selbst. Am Anfang lässt man sich vom "Zufall" der Form des Steines leiten oder wählt nach eigener Vorstellung einen möglichst passenden Stein. Wir lernen den Stein und die Werkzeuge kennen.

⌚ [WWW](#)

Kurs-Nr.: N2200H3K

Dieter Homeyer

Montag, 06.07. bis Freitag, 10.07.2026,
jeweils 9 bis 17 Uhr

5 Termine, 330 Euro (keine Ermäßigung möglich). In der Gebühr sind 20 Euro Materialkosten enthalten. Weiteres Material kann im Kurs hinzugekauft werden.

Anmeldeschluss: 31.5.2026

Zusammen schmeckt's besser!



Wie das Kochen Menschen verbindet

In unseren Kochkursen nehmen wir Sie mit auf eine genussvolle Reise rund um den Globus. Mit im Gepäck sind Kochlöffel, Gewürze und natürlich auch neue Begegnungen. Denn Kochen verbindet nicht nur Kulturen, sondern auch Menschen – besonders dann, wenn das Miteinander im Alltag manchmal fehlt.

Aktuell wird immer deutlicher, dass sich viele Menschen zunehmend einsamer fühlen, sei es durch veränderte Lebenssituationen, den Auszug der Kinder oder den Verlust sozialer Kontakte. Nicht nur bei Jugendlichen führt die zunehmende Digitalisierung unseres Alltags oft dazu, dass echte Begegnungen seltener werden. Ein Kochkurs kann hier weit mehr sein als nur Lernen: Er ist ein Ort der Begegnung, des Austauschs und des gemeinsamen Genießens. Zusammen etwas schneiden, rühren, lachen und am Ende gemeinsam essen – das schafft Nähe und neue Bekanntschaften, die auch über das Kursende hinaus bestehen können.

Ob selbstgemachte italienische Pasta, indische Gerichte oder afrikanische Geschmackserlebnisse – die internationale Küche öffnet Türen zu anderen Ländern, aber auch zu den Menschen neben uns. Im Kurs entdecken Sie nicht nur neue Rezepte, sondern erleben gemeinsam den wertvollen Austausch, gegenseitige Unterstützung und die besondere Verbundenheit, die aus einer gemeinsamen Leidenschaft fürs Kochen entsteht.

Unsere kulinarischen Kursangebote stillen also nicht nur den Appetit und das Bedürfnis, Neues zu lernen, sondern auch das Bedürfnis nach Gemeinschaft. Denn wer gemeinsam kocht, isst nicht allein.



Kochen & Genießen

Eltern-Kind-Kochen Kurs N3710E1, P1,P2, P3	Seite 65
Indisches Grillabend Kurs N3750N2	Seite 67
Nachhaltig Kochen und Essen Kurs M3770E2X	Seite 68

Kochen & Genießen

Kathrin Knöchelmann

Programmbereichsleitung

Kochen & Genießen

Tel: 05551/708-8228

kknoechelmann@landkreis-northeim.de



Basics in der Küche

● Eltern-Kind-Kochen

Frische und gesunde Küche für große und kleine Köche, die Freude am Kochen haben. Wir kochen einfache, leckere und gesunde Gerichte, die leicht zuhause nachzukochen sind. Geeignet für Kinder ab 5 Jahren. Die Anmeldegebühr gilt für einen Erwachsenen und ein Kind. Bitte mitbringen: Behältnisse für Kostproben, evtl. Schürze, Geschirrhandtuch, scharfes Messer.

Kurs-Nr.: N3710P3

Northeim, Erich-Kästner-Schule

Lehrküche, Sudheimer Straße 22

Aloisia Tietz

Samstag, 21.3.2026, 10.30 bis 13.30 Uhr

1 Termin, 45,13 Euro für ein Elternteil und ein Kind (incl. Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)

Anmeldeschluss: 15.3.2026

Kurs-Nr.: N3710P1

Northeim, Erich-Kästner-Schule

Lehrküche, Sudheimer Straße 22

Aloisia Tietz

Samstag, 25.4.2026, 10.30 bis 13.30 Uhr

1 Termin, 45,13 Euro für ein Elternteil und ein Kind (incl. Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)

Anmeldeschluss: 19.4.2026

Kurs-Nr.: N3710P2

Northeim, Erich-Kästner-Schule

Lehrküche, Sudheimer Straße 22

Aloisia Tietz

Mittwoch, 10.6.2026, 18.30 bis 22.15 Uhr

1 Termin, 26,60 Euro (incl. 13 Euro

Lebensmittelkosten, die nicht
ermäßigbar sind)

Anmeldeschluss: 3.6.2026

● Saucen

Wir kochen einen Gemüsefond und bereiten daraus köstliche Saucen. Eine helle Grundsoße bildet die Basis für verschiedene Saucen, wie z.B. Bechamelsauce, Käsesauce, Pilzsoße, die sehr lecker zu Kartoffeln, Nudeln, Gemüse und Fleisch schmecken. Bitte Behältnisse für Kostproben, scharfes Messer und Geschirrhandtuch mitbringen!

Kurs-Nr.: N3710E2

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2

Haus I, Raum 117, EG

-Eingang vom Hof-

Aloisia Tietz

Dienstag, 2.6.2026, 18.30 bis 22.15 Uhr

1 Termin, 26,60 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)

Anmeldeschluss: 26.5.2026

Kurs-Nr.: N3710E1

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2

Haus I, Raum 117, EG

-Eingang vom Hof-

Aloisia Tietz

Samstag, 9.5.2026, 10.30 bis 13.30 Uhr

1 Termin, 45,13 Euro für ein Elternteil und ein Kind (incl. Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)

Anmeldeschluss: 3.5.2026

● Hausmannskost

Wir kochen und genießen herzhafte Gerichte aus der deutschen Küche. Eintopf, Gulasch, Rinderrouladen, Rotkohl, Spätzle, Knödel, Salate und als Dessert eine Karamelcreme. Bitte Behältnisse für Kostproben, Geschirrhandtuch und scharfes Messer mitbringen.

Kurs-Nr.: N3730E2

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 117, EG
-Eingang vom Hof-
Aloisia Tietz
Dienstag, 5.5.2026, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 26,60 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 28.4.2026

Kurs-Nr.: N3730P2

Northeim, Erich-Kästner-Schule
Lehrküche, Sudheimer Straße 22
Aloisia Tietz
Mittwoch, 18.3.2026, 19 bis 22 Uhr
1 Termin, 26,60 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 11.3.2026

Saisonales & Regionales

● Heilkräuter kennenlernen und verwenden

Das Frühjahr ist ideal zum Sammeln und Verwenden von (Heil-)Kräutern - jetzt ist ihre Vitalkraft am stärksten. Unser Körper sehnt sich nach frischer Energie. Wir bestimmen Kräuter und lernen sie kennen: Was, wann und wo wird geerntet? Inhaltsstoffe, Wirkung, Anwendung und Zubereitung werden vermittelt. Für Tinkturen bitte Schneidbrett, Messer und kleine Gläschchen mitbringen.

Kurs-Nr.: N3730H1

Hardegsen, Weperschule
Weperstraße 3
Jutta Elisa Kägeler
Dienstag, 19.5.2026, 17.15 bis 19.30 Uhr
1 Termin, 13,20 Euro (incl. 3 Euro für Alkohol zum Ansetzen der Tinkturen, nicht ermäßigbar)

Kochkulturen

● Indische Küche

In Indien gibt es nicht nur eine Vielfalt an Gewürzen, sondern auch eine Vielfalt bei der Zubereitung der Speisen. Alle Gerichte können wir farbenfroh und pikant, scharf oder milder, in jedem Fall würzig zubereiten. Die Auswahl der Gemüse richtet sich nach den Jahreszeiten. Als Beilagen lernen wir die Brotzubereitung kennen, stellen Chutneys her und reichen Reisgerichte. Bitte mitbringen: Restbehälter, Schürze, zwei Geschirrtücher, ein Messer.

Kurs-Nr.: N3730N1

Nörten-Hardenberg, KGS Außenstelle Nörten-Hdbg., An der Bünte 2, Küche Arjan Pal Singh
Mittwoch, 6.5.2026, 18 bis 21 Uhr
1 Termin, 26,60 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 29.4.2026

● Indische Snacks & Fingerfood

Snacks für zwischendurch - einfach, schnell und lecker ist Fingerfood aus Indien. Frittiertes Gemüse oder Teigtaschen mit Fleisch und Gemüse, warm oder kalt, sind exotisch, genussvoll und leicht zuzubereiten. Haben Sie Lust, Onion Bhajia, Pakoras, Samosas, Rotis und Tikkas, dazu würzig scharfe oder milde Chutneys/Dips und ein Mangolassi auszuprobieren? Rasawath aharak! Bitte mitbringen: scharfes Messer und Behältnisse für nicht verzehrte Speisen.

Kurs-Nr.: N3730U1

Uslar, Sollingschule, Zur Schwarzen Erde 3, Lehrküche Gesine Rode
Freitag, 13.2.2026, 17 bis 20 Uhr
1 Termin, 26,60 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 30.1.2026

● Griechische Küche

Die griechische Küche ist mediterran und herhaft. Mit einer jahrhundertealten Tradition wurde die griechische Küche sowohl von der östlichen als auch der westlichen Kultur beeinflusst. Wir kochen bekannte Klassiker wie Moussaka, Kefedes, Tzatziki. Bitte Behältnisse für Kostproben, scharfes Messer und Geschirrhandtuch mitbringen.

Kurs-Nr.: N3750P2

Northeim, Erich-Kästner-Schule Lehrküche, Sudheimer Straße 22 Aloisia Tietz
Mittwoch, 29.4.2026, 19 bis 22 Uhr
1 Termin, 26,60 Euro / ermäßigte Gebühr: 22,20 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 22.4.2026

Kurs-Nr.: N3750E3

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2 Haus I, Raum 117, EG
-Eingang vom Hof-
Aloisia Tietz
Dienstag, 19.5.2026, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 26,60 Euro / ermäßigte Gebühr: 22,20 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 12.5.2026

● Pasta

Nudeln machen glücklich, schmecken unverzueglich 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.

Kurs-Nr.: N3750P1

Northeim, Erich-Kästner-Schule Lehrküche, Sudheimer Straße 22 Aloisia Tietz
Mittwoch, 15.4.2026, 19 bis 22 Uhr
1 Termin, 26,60 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 8.4.2026

Kurs-Nr.: N3750E2

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2 Haus I, Raum 117, EG
-Eingang vom Hof-
Aloisia Tietz
Dienstag, 21.4.2026, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 26,60 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 14.4.2026

● Pasta - Workshop

Frische Nudeln selbst gemacht

Teil 1: Ravioli & Co.

Wir bereiten verschiedene Nudelteige mit und ohne Ei zu und stellen frische Ravioli und Tortellini mit verschiedenen Füllungen (Fisch, Fleisch, Gemüse, Käse) und Soßen selbst her. Ein italienischer Nachtisch rundet das Ganze ab. Freuen Sie sich auf einen italienischen Abend inklusive Getränke (Wein, Wasser, Schorle, Bier). Bitte mitbringen: Scharfes Messer und Behältnisse für nicht verzehrte Speisen.

Kurs-Nr.: N3750J2

Katlenburg-Lindau, OT Lindau,
Rhumetalschule, Küche, Schützenallee 12
Gesine Rode
Donnerstag, 19.3.2026, 17.30 bis 21.15 Uhr
1 Termin, 26 Euro (incl. 9 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 12.3.2026

Kurs-Nr.: N3750U1

Uslar, Sollingschule,
Zur Schwarzen Erde 3, Lehrküche
Gesine Rode
Freitag, 6.3.2026, 17 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 26 Euro (incl. 9 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 27.2.2026

Kurs-Nr.: N3750K1

Kreiensen, Greene, Haupt- und Realschule, Leinestraße 68, Küche
(Klingel befindet sich neben dem Briefkasten rechts an der Eingangstür)
Gesine Rode
Freitag, 24.4.2026, 17 bis 20.45 Uhr
1 Termin, 26 Euro (incl. 9 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 17.4.2026

● Indische Küche - Rund um Paneer

Paneer ist eine Art Frischkäse, der aus Kuhmilch hergestellt wird. Für Vegetarier*innen ist er ein Genuss. Wir stellen selber Käse her und verarbeiten diesen dann zu einem vegetarischen Gericht, wie z.B. Paneer Paalak, Paneer Mater Curry, Shahai Paneer oder Paneer Pakore. Bringen Sie bitte ein Leinentuch und einen größeren Topf mit. Wir wollen zusammenkommen und gemeinsam kochen.

Kurs-Nr.: N3750N1

Nörten-Hardenberg, KGS Außenstelle
Nörten-Hdbg., An der Bünte 2, Küche
Arjan Pal Singh
Mittwoch, 29.4.2026, 18 bis 21 Uhr
1 Termin, 26,60 Euro
Anmeldeschluss: 22.4.2026

● Indischer Grillabend

In diesem Kurs werden verschiedene Fleischsorten, Fisch und Gemüse eingelegt, gegrillt oder im Ofen gebraten. Mit diversen selbst zubereiteten Saucen und Dips bietet sich damit ohne größeren Aufwand eine Bereicherung für die heimische Küche an. Ebenfalls im Kurs enthalten: schnell und einfach zubereitete Nachspeisen. Versorgen Sie sich bitte selbst mit geeigneten Getränken. Bitte Schürze, 2 Geschirrtücher und Behältnisse für Reste mitbringen.

Kurs-Nr.: N3750N2

Nörten-Hardenberg, KGS Außenstelle
Nörten-Hdbg., An der Bünte 2, Küche
Arjan Pal Singh
Mittwoch, 10.6.2026, 18 bis 21 Uhr
1 Termin, 26,60 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 3.6.2026

● Afrikanische Frikadelle

In diesem Kurs möchte ich mit Ihnen afrikanische Frikadelle mit Hackfleisch, aromatischen Kräutern, Gemüsen und afrikanischen Gewürzen zubereiten. Die Rezepte sind einfach und schnell sowie besonders lecker. Kommen Sie mit auf eine kulinarische Reise. Bitte mitbringen: scharfes Messer, Restbehälter für nicht verzehrte Speisen, Getränk.

Kurs-Nr.: N3750U2

Uslar, Sollingschule,
Zur Schwarzen Erde 3, Lehrküche
Tryphéne Tchonang
Donnerstag, 26.2.2026, 16.30 bis 18.45 Uhr
1 Termin, 23,20 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 18.2.2026

● Afrikanisches Erdnussgericht mit Gewürzen

Die Küche Afrikas umfasst viele Variationen und Raffinessen - ein typisches, beliebtes Gericht ist die Erdnusssoße. Sie wird mit Hähnchen, afrikanischen Gewürzen und Kochbananen gekocht. Wir wollen in unserem Kurs gemeinsam dieses Gericht zubereiten - es könnte auch

Ihre neue Lieblingsspeise werden! Lust auf ein afrikanisches Gericht? Sie sind herzlich willkommen, die Küche Afrikas näher kennenzulernen. Bitte mitbringen: Messer und Dose

Kurs-Nr.: N3750U3

Uslar, Sollingschule,
Zur Schwarzen Erde 3, Lehrküche
Tryphéne Tchonang
Donnerstag, 23.4.2026, 16.30 bis 19.30 Uhr
1 Termin, 13,60 Euro
Anmeldeschluss: 15.4.2026

● Afrikanisches Fingerfood

Pili Pili

In Afrika essen wir gerne mit den Fingern, deshalb ist Fingerfood sehr beliebt. In unserem Kurs möchte ich mit Ihnen u.a. Teigtaschen gefüllt mit Hackfleisch, Gemüse und afrikanischen Gewürzen machen. Dieses Rezept ist schnell und einfach zuzubereiten und besonders lecker.

Kurs-Nr.: N3750U4

Uslar, Sollingschule,
Zur Schwarzen Erde 3, Lehrküche
Tryphéne Tchonang
Donnerstag, 21.5.2026, 16.30 bis 18.45 Uhr
1 Termin, 23,20 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 14.5.2026

● Afrikanische Hauptgerichte

Poulet DG

Die Küche Afrikas umfasst so viele Variationen und Raffinessen - ein typisches, beliebtes Gericht ist Poulet DG: Es wird mit Hähnchen, Gemüse, afrikanischen Gewürzen und Kochbananen gekocht. Wir wollen in unserem Kurs gemeinsam dieses Gericht zubereiten - es könnte auch Ihre neue Lieblingsspeise werden! Lust auf ein afrikanisches Gericht? Sie sind herzlich willkommen, die Küche Afrikas näher kennenzulernen.

Kurs-Nr.: N3750U5

Uslar, Sollingschule,
Zur Schwarzen Erde 3, Lehrküche
Tryphéne Tchonang
Donnerstag, 18.6.2026, 16.30 bis 19.30 Uhr
1 Termin, 26,60 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 11.6.2026

Backen

● Kekse und Muffins

Gebäck im Kleinformat schmeckt köstlich zu Kaffee und Tee oder als Mitbringsel zur Party oder zum Picknick. Wir backen verschiedene Kekssorten und Muffins, die wir anschließend bei Kaffee und Tee genießen. Bitte Geschirrhandtuch und Behältnisse für Kostproben mitbringen.

Kurs-Nr.: N3730E1

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 117, EG
-Eingang vom Hof-
Aloisia Tietz
Dienstag, 3.3.2026, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 20,60 Euro /ermäßigte Gebühr:
19,20 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 24.2.2026

Kurs-Nr.: N3730P1

Northeim, Erich-Kästner-Schule
Lehrküche, Sudheimer Straße 22
Aloisia Tietz
Mittwoch, 11.3.2026, 19 bis 22 Uhr
1 Termin, 20,60 Euro /ermäßigte Gebühr:
19,20 Euro (incl. Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 4.3.2026

● Backen ohne Zucker und Mehl

Entdecken Sie die Welt des Backens ohne herkömmlichen Zucker und Mehl und mit vollem Geschmack. Wir backen Brote, Quiche und Kuchen mit kohlenhydratarmen oder -freien Nussmehlen. Bitte mitbringen: Behältnisse für nicht verzehrte Speisen.

Kurs-Nr.: N3770J1

Katlenburg-Lindau, OT Lindau, Rhumetalschule, Küche, Schützenallee 12
Gesine Rode
Dienstag, 10.2.2026, 17.30 bis 20.30 Uhr
1 Termin, 26,60 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 3.2.2026

Ernährungsstile

● Nachhaltig kochen und essen

Mit Kichererbsen und Linsen

Kichererbsen und Linsen liefern wertvolle Proteine, Vitamine und Mineralstoffe. Sie sind vielseitig, gesund, nahrhaft und sind daher für eine nachhaltige Ernährung gut geeignet. Aus Kichererbsen lassen sich lecker Hummus, Falafel, Salat zubereiten. Die verschiedene Sorten an Linsen, wie Tellerlinsen, Kaviarlinsen, rote Linsen erweitern unseren Speiseplan. Bitte Behältnisse für Kostproben, scharfes Messer und Geschirrhandtuch mitbringen.

Kurs-Nr.: M3770E2X

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2
Haus I, Raum 117, EG
-Eingang vom Hof-
Aloisia Tietz
Dienstag, 20.1.2026, 18.30 bis 21.30 Uhr
1 Termin, 26,60 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 13.1.2026

● Indische vegetarische Küche

Vegetarische Küche verzichtet auf Lebensmittel tierischer Herkunft - auf Fleisch & Fisch. Wir kochen schmackhafte, gesunde Gerichte, die sich leicht zubereiten lassen. Der Kurs richtet sich an Menschen, die sich vegetarisch ernähren, den Konsum tierischer Produkte reduzieren möchten oder an Laktoseintoleranz bzw. unter hohen Cholesterinwerten leiden. Bitte mitbringen: Schürze, zwei Geschirrtücher, Wok & Behältnisse für nicht verzehrte Speisen

Kurs-Nr.: M3770N1

Nörten-Hardenberg, KGS Außenstelle Nörten-Hdbg., An der Bünte 2, Küche Arjan Pal Singh
Mittwoch, 7.1.2026, 18 bis 21 Uhr
1 Termin, 28,60 Euro (incl. 15 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 31.12.2025

Kurs-Nr.: N3770N1

Nörten-Hardenberg, KGS Außenstelle Nörten-Hdbg., An der Bünte 2, Küche Arjan Pal Singh
Mittwoch, 27.5.2026, 18 bis 21 Uhr
1 Termin, 26,60 Euro
Anmeldeschluss: 20.5.2026

● Indische vegetarische Küche

Die indische Küche ist eine unerschöpfliche Quelle vegetarischer Köstlichkeiten. Die raffinierten Gewürzmischungen (Masala) begeistern jede*n Feinschmecker*in. In diesem Kurs werden Sie eine Vielzahl indischer Gemüsegerichte kennenlernen, die einfach nachzukochen sind. Bitte mitbringen: scharfes Messer und Behältnisse für nicht verzehrte Speisen.

Kurs-Nr.: N3750J1

Katlenburg-Lindau, OT Lindau, Rhumetalschule, Küche, Schützenallee 12
Gesine Rode
Mittwoch, 22.4.2026, 17.30 bis 20.30 Uhr
1 Termin, 26,60 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 16.4.2026

● Bildungsurlaub - Gesunde und zielführende Ernährung

Im Spannungsfeld von Beruf, Freizeit und Familie

Diese Bildungswoche vermittelt wertvolle Kenntnisse über gesunde Ernährung, die alltagstauglich, genussvoll und individuell sind. Sie lernen, wie Sie Ernährung bewusst in Ihren Alltag integrieren können, trotz voller Termine und familiärer Herausforderungen. Durch Theorie und praktische Übungen entwickeln Sie ein Verständnis für ausgewogene Essgewohnheiten und den Weg zu mehr Balance und Wohlbefinden.

Kurs-Nr.: N3500V1

Northeim, Kreisvolkshochschule Wallstraße 40, Raum U 14
Ellen Bünger
Montag, 26.1.2026, 9 bis 16.30 Uhr
Dienstag, 27.1.2026, 9 bis 16.30 Uhr
Mittwoch, 28.1.2026, 9 bis 16.30 Uhr
Donnerstag, 29.1.2026, 9 bis 16.30 Uhr
Freitag, 30.1.2026, 9 bis 16.30 Uhr
5 Termine, 240 Euro
Anmeldeschluss: 22.12.2025



● **Yoga und Indische vegetarische Küche**

Yoga kann helfen, Körper & Geist in Einklang zu bringen, ausgeglichen, wach und ... Lesen Sie weiter auf Seite 76

Kurs-Nr.: N3750E1

Einbeck, Drüber, Leinetalschule,

An der Schule 2, Lehrküche

Arjan Pal Singh

Sonntag, 21.6.2026, 18 bis 21 Uhr

1 Termin, 45,60 Euro (incl. 15 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)

Anmeldeschluss: 14.6.2026

● **Hülsenfrüchte - der vegetarische Eiweißkick**

Ob als cremiger Aufstrich mit selbstgebackenem Brot, knackiger Salat oder würziges Hauptgericht, Hülsenfrüchte sind wahre Verwandlungskünstler in der Küche. Längst mehr als nur Beilage punkten Linsen, Kichererbsen & Co. mit wertvollen Inhaltsstoffen, wie pflanzlichem Eiweiß, Ballaststoffen und Vitaminen. Bitte Beihältnisse für Kostproben, scharfes Messer und Geschirrhandtuch mitbringen.

Kurs-Nr.: N3770P3

Northeim, Erich-Kästner-Schule
Lehrküche, Sudheimer Straße 22
Gesine Rode

Freitag, 20.2.2026, 17 bis 20 Uhr

1 Termin, 26,60 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 13.2.2026

Kurs-Nr.: N3770E2

Einbeck, BBS, Walkemühlenweg 2

Haus I, Raum 117, EG

-Eingang vom Hof-
Gesine Rode

Freitag, 13.3.2026, 17 bis 20 Uhr

1 Termin, 26,60 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 6.3.2026

● **Low Carb Küche - Gesund und fit mit weniger Kohlenhydraten**

Schlank genießen! Abnehmen wie von selbst! Mit der englischen Abkürzung "Low Carb" (zu Deutsch: Kohlenhydrat-arm) ist eine Ernährung gemeint, bei der die Aufnahme von Kohlenhydraten reduziert wird. Mit der Low-Carb-Ernährung

finden Sie ein gesundes Mittelmaß. Wir kochen und backen verschiedene Gerichte. Bitte mitbringen: scharfes Messer, Beihältnisse für nicht verzehrte Speisen

Kurs-Nr.: N3770P2

Northeim, Erich-Kästner-Schule
Lehrküche, Sudheimer Straße 22
Gesine Rode

Donnerstag, 26.2.2026, 17 bis 20 Uhr

1 Termin, 26,60 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 19.2.2026

Kurs-Nr.: N3770P1

Northeim, Erich-Kästner-Schule
Lehrküche, Sudheimer Straße 22
Gesine Rode

Freitag, 27.2.2026, 17 bis 20 Uhr

1 Termin, 26,60 Euro (incl. 13 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 20.2.2026

Gesundheit

Kontakt:

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



Entspannungsmethoden

● Entspannung mit und durch eine Klangreise

Tauchen Sie ein in die Welt der Klänge und erleben Sie eine tiefe Entspannung. Sie werden umgeben von harmonischen Klängen von Klangschalen, Oceandrum, Rasseln, Trommel und anderen Instrumenten. Die sanften Schwingungen können helfen, Stress abzubauen, den Geist zur Ruhe zu bringen und neue Energie zu tanken. Lassen Sie sich auf einer meditativen Reise in eine tiefe Entspannung tragen. Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung, Decke & Kissen.

Kurs-Nr.: M3120E3X

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Andrea Plenge
Mittwoch, 17.12.2025, 18.30 bis 20 Uhr
Mittwoch, 21.1.2026, 18.30 bis 20 Uhr
2 Termine, 13,60 Euro
Anmeldeschluss: 10.12.2025

● Entspannung, Techniken kennenlernen

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

Kurs-Nr.: N3120E1

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Andrea Plenge
Mittwoch, 4.2.2026, 18.30 bis 19.45 Uhr
10 Termine, 57,80 Euro

Kurs-Nr.: N3120E2

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Andrea Plenge
Mittwoch, 4.2.2026, 20 bis 21.15 Uhr
10 Termine, 57,80 Euro

Kurs-Nr.: N3120E3

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Andrea Plenge
Freitag, 6.2.2026, 18.30 bis 20 Uhr
Freitag, 27.2.2026, 19 bis 20.30 Uhr
2 Termine, 13,60 Euro
Anmeldeschluss: 30.1.2026

Kurs-Nr.: N3120E4

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Andrea Plenge
Freitag, 13.2.2026, 18.30 bis 20 Uhr
Freitag, 13.3.2026, 18.30 bis 20 Uhr
2 Termine, 13,60 Euro
Anmeldeschluss: 6.2.2026

Kurs-Nr.: N3120E5

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Andrea Plenge
Mittwoch, 20.5.2026, 18.30 bis 19.45 Uhr
6 Termine, 34 Euro

Kurs-Nr.: N3120E6

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Andrea Plenge
Mittwoch, 20.5.2026, 20 bis 21.15 Uhr
6 Termine, 34 Euro

Outdoor**● Spaziergang mit Alpakas**

Schon einmal ein Alpaka persönlich getroffen? Bei einem Spaziergang kann diesem besonderen Tier näher gekommen werden und viel Interessantes über Alpakas und einem selbst herausgefunden werden. Ein guter Weg zu lernen, mit sich selbst, Tieren und der Natur gut umzugehen - im entspannten Spaziertempo. Es gibt 3-4 Tiere in einer Gruppe bis zu 10 Personen. Bei Sturm/ Gewitter findet das Angebot nicht statt. Bitte wetterfeste Kleidung tragen.

Kurs-Nr.: M3120E2K

Einbeck, Hubweg (am Hotel vorbei) bis Ende großer Parkplatz
Sina Wedekind
Sonntag, 4.1.2026, 14 bis 16.15 Uhr
1 Termin, 12,20 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 28.12.2025

Kurs-Nr.: N3120D1K

Dassel, Treffpunkt Parkplatz
Erholungsheimstr. 12
Sina Wedekind
Sonntag, 1.2.2026, 14 bis 16.15 Uhr
1 Termin, 12,20 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 26.1.2026

Kurs-Nr.: N3120U1K

Uslar, Eschershausen, Treffpunkt: Bei der alten Tankstelle, Kreuzung Meinte-Henneckenbergsweg
Sina Wedekind
Sonntag, 15.3.2026, 14 bis 16.15 Uhr
1 Termin, 12,20 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 9.3.2026

Kurs-Nr.: N3120E1K

Einbeck, Hubweg (am Hotel vorbei) bis Ende großer Parkplatz
Sina Wedekind
Sonntag, 12.4.2026, 15 bis 17.15 Uhr
1 Termin, 12,20 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 6.4.2026

Kurs-Nr.: N3120P1K

Northeim, Treffpunkt Ende Weinbergsweg bei Schranke, Wilhelmswiese
Sina Wedekind
Sonntag, 3.5.2026, 15 bis 17.15 Uhr
1 Termin, 12,20 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 27.4.2026

Kurs-Nr.: N3120P2K

Northeim, Treffpunkt Ende Weinbergsweg bei Schranke, Wilhelmswiese
Sina Wedekind
Sonntag, 7.6.2026, 15 bis 17.15 Uhr
1 Termin, 12,20 Euro
(keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 1.6.2026

● Die Woche abschließen im Wald - Waldbaden

In Japan ist Shinrin Yoku (Waldbaden) bereits als präventivmedizinische Maßnahme anerkannt. Der Waldaufenthalt kann das Immunsystem stärken und den Blutdruck harmonisieren. Gezielte Übungen können helfen, den Wald mit allen Sinnen wahrzunehmen, um zu entschleunigen, zur Ruhe zu kommen und in Verbindung zu treten mit der Natur und sich selbst. Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung (Zwiebelprinzip), Mückenschutz, Sitzunterlage, kl. Snack, Getränk.

Kurs-Nr.: N3120P1

Northeim, Treffpunkt Grillplatz "Jägerslust", Wieterwald
Mona Hichert
Freitag, 29.5.2026, 17.45 bis 20 Uhr
1 Termin, 14,30 Euro
Anmeldeschluss: 24.5.2026

apotheke



im Marktkauf · Katrin Kanne

Inh.: Katrin Kanne
Hillerser Straße 11
37154 Northeim
Tel (05551) 90 82 00

Wir sind für Sie da:
Mo - Sa: 8.30 - 20 Uhr



www.apotheke-northeim.de

Ausgewählte Pflegeprodukte und mehr ...

Besuchen Sie uns im Internet:
shop-apotheke-northeim.de



**SCHWIMMEN.
RELAXEN.**
... zum Wohlfühlen!

50 m Schwimmbecken | Saunalandschaft
Wasserspielgarten für Kinder

**HALLENBAD
NORTHEIM**

NomSF

Northeimer Sport und Freizeit GmbH

Arentsschildtstraße 2 | 37154 Northeim | Telefon: 05551 6005-680 | www.hallenbad-northeim.de

Yoga

Yoga - Kurse

● Yoga

Yoga ist ein altes, ganzheitliches, praktisches Übungssystem aus Indien. Ziel ist es, Körper, Geist & Seele zu harmonisieren. Sie lernen Asanas (Körperstellungen), Pranayama (Atemlenkung), Entspannung, pos. Denken und Meditationsübungen. Yoga kann zu mehr Ausgeglichenheit, Ruhe & Bewusstheit, Energie, Vitalität, Kraft & Beweglichkeit führen. Bitte bequeme Kleidung, Decke, Matte, kleines Kissen mitbringen.

Kurs-Nr.: N3132A1

Bad Gandersheim, Barfüßerklöster 10, Zentrum für Salutogenese
Maren Randriamanampisoa
Donnerstag, 19.2.2026, 20 bis 21.30 Uhr
10 Termine, 96,60 Euro
Anmeldeschluss: 12.2.2026

● Stärkendes Mittagsyoga

Wir starten mit aufwärmenden Bewegungen für Kreislauf und Wirbelsäule in die Stunde. Einfache, achtsame Yoga-Übungen wirken auflockernd und kräftigend und sorgen für Beweglichkeit. Nach einer kleinen abschließenden Entspannung gehen Sie gestärkt und motiviert in die zweite Tageshälfte. Gönnen Sie sich diese kleine "yogische Pause" für neue Energie. Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und ggf. Matte mitbringen.

Kurs-Nr.: N3133P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Janina Heinemann
Montag, 13.4.2026, 12.30 bis 13.15 Uhr
6 Termine, 20,40 Euro

● Mit Yoga den Tag beginnen

Der Kurs richtet sich an alle, die mit Yoga schon in Kontakt gekommen sind. Es werden sowohl einfache als auch anspruchsvollere Körperstellungen (Asanas) und Atemübungen (Pranayama) vermittelt. Die Teilnehmer*innen werden angeleitet, ihren Körper wahrzunehmen u. seine Grenzen, aber auch die Fähigkeiten zu er-

kennen. Auch Dehn-, Kraft- u. Gleichgewichtsübungen werden berücksichtigt. Am Ende gibt es eine Entspannungsphase. Bitte mitbringen: Webinfo.

Kurs-Nr.: N3133P2

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Barbara Guichard
Mittwoch, 18.2.2026, 9 bis 10.30 Uhr
12 Termine, 81,60 Euro

● Mit Yoga zu besserer Beweglichkeit

Dieser Kurs gibt die Möglichkeit durch verschiedene Yogastellungen den Körper besser wahrzunehmen, seine Grenzen u. Fähigkeiten zu erkennen. Durch vielfältige Asanas kann der Körper beweglicher werden. Es werden Übungen für die Gelenke u. zur Kräftigung wichtiger Muskelgruppen gezeigt. Jede Stunde endet mit einer Entspannungsphase, die die Wirkung der Körperarbeit positiv beeinflussen kann. Bitte mitbringen: dicke Socken, Decke und Vorerfahrung.

Kurs-Nr.: N3133P4

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Barbara Guichard
Donnerstag, 19.2.2026, 10 bis 11.30 Uhr
12 Termine, 81,60 Euro

● Mit Yoga zu mehr Beweglichkeit

für Fortgeschrittene
Die Bewegung der Wirbelsäule, der Hüfte und der Knie bereitet mit zunehmendem Alter oft Probleme und verursacht Schmerzen. Die Teilnehmenden lernen Übungen für die Gelenke, zur Kräftigung der wichtigsten Muskelgruppen und Kraftübungen für Arme & Beine, Atem- u. Entspannungsübungen. Der Kurs ist nicht für Anfängende geeignet. Bitte beq. Kleidung, Decke, Kissen, warme Socken, Yogagurt (falls vorhanden) mitbringen.

Kurs-Nr.: N3133P3

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Barbara Guichard
Mittwoch, 18.2.2026, 10.45 bis 12.15 Uhr
12 Termine, 81,60 Euro

*Vertrauen schaffen,
Menschlichkeit leben!*

Wir bieten an:

- Hilfe beim Einkaufen und Kochen
- Betreuung
- Begleitung zum Arzt
- Haushaltshilfe
- Unterstützung bei der Gartenarbeit
- und vieles mehr

Inhaber und Ansprechpartner: Neşet Okay

0160 - 56 45 238

Verwaltungssitz:
Göttinger Straße 12 • 37154 Northeim, info@alltagsbegleitungokay.de

Yoga Spezial

● Yoga trifft auf Bodyworkout

Bei diesem wirkungsvollen, gesundheitsfördernden Bewegungsprogramm werden Übungen aus dem klassischen Bodyworkout mit kraftvollen Asanas aus dem Power Vinyasa Yoga verbunden. Es wird ein Training für Körper & Geist geboten. Jede Stunde beinhaltet ein „Ankommen“, eine Mobilisation sowie mehrere fließenden Übungseinheiten und endet mit einer Entspannung. Bitte mitbringen: Yogamatte, beq. Sportkleidung, etwas zum Überziehen und eine Decke.

Kurs-Nr.: M3020E3

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Janina Heinemann
Donnerstag, 8.1.2026, 19.15 bis 20.45 Uhr
3 Termine, 20,40 Euro

Kurs-Nr.: N3020E2

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Janina Heinemann
Donnerstag, 9.4.2026, 19.15 bis 20.45 Uhr
8 Termine, 54,40 Euro

Kurs-Nr.: N3020E5

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Janina Heinemann
Donnerstag, 29.1.2026, 19.15 bis 20.45 Uhr
5 Termine, 34 Euro

● Body & Mind - Yin & Yan Yoga zum Entspannen und Wohlfühlen

Durch das richtige Maß zwischen Aktivität u. Entspannung können wir Körper und Geist harmonisieren. Mit Qi-Waves können wir unserer Wirbelsäule Gutes tun, Immunflows können uns zu guter Gesundheit verhelfen u. mit Yin & Yang Flows können wir Verspannungen entgegenwirken & für mehr Bewegungsfreiheit sorgen. Dieser Kurs ist perfekt, um den Körper mit Übungen aus dem Yoga zu entlasten. Bitte beq. Sportkleidung, Decke, dicke Socken, Matte mitbringen.

Kurs-Nr.: M3020E6

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Janina Heinemann
Sonntag, 14.12.2025, 10.15 bis 12.30 Uhr
1 Termin, 10,20 Euro
Anmeldeschluss: 7.12.2025

Kurs-Nr.: M3020P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Janina Heinemann
Sonntag, 4.1.2026, 10.15 bis 12.30 Uhr
1 Termin, 10,20 Euro
Anmeldeschluss: 28.12.2025

NEU!

● Body & Mind - Yoga Stretch & Relax

Ein guter Start ins Wochenende

Mit diesen Übungen können wir wieder neue Energie aufbauen! Mit weichen, fließenden Wellenbewegungen, welche unseren Körper mobilisieren, starten wir in die Stunde. Durch ruhige Stretching-flows, welche Bewegungen aus dem Yoga und dem Bodystretch vereinen, können wir mobiler und beweglicher werden. Bitte bequeme Sportkleidung, Decke, dicke Socken und Matte mitbringen.

Kurs-Nr.: N3020E1

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Janina Heinemann
Freitag, 20.2.2026, 17.30 bis 18.45 Uhr
3 Termine, 23,80 Euro

Kurs-Nr.: N3020P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Janina Heinemann
Sonntag, 22.2.2026, 10.15 bis 12.30 Uhr
1 Termin, 10,20 Euro
Anmeldeschluss: 15.2.2026

Kurs-Nr.: N3020E3

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Janina Heinemann
Sonntag, 12.4.2026, 10.15 bis 12.30 Uhr
1 Termin, 10,20 Euro
Anmeldeschluss: 5.4.2026

Neustadt 24 - 37154 Northeim
Tel.: 05551 - 9098980

www.naturheilpraxis-witt.de
www.hypnotherapie-witt.de

Natürlich gesund bleiben.



Heilpraktiker Peter Witt

Neustadt 24 - 37154 Northeim
Tel.: 05551 - 9098980

www.naturheilpraxis-witt.de
www.hypnotherapie-witt.de

● Kum Nye Yoga - Entspannung und Meditation

Kum Nye Yoga ist eine Kombination aus langsam Bewegungsübungen, sanftem Atem, stillem Sitzen, Selbstmassage & Mantra-Singen. Es ist für jede Altersstufe & jeden Grad an Fitness/ Flexibilität geeignet. Die verblüffend einfache & effektive Methode kann zuerst Spannungen und Stress schmelzen lassen, dann eine Grundlage für tiefes Wohlbefinden schaffen. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Stoppersocken, Decke, evtl Yogamatte und Meditationskissen

Kurs-Nr.: N3132A2

Bad Gandersheim, Barfüßerkloster 10, Zentrum für Salutogenese
Britta Hauenschild
Mittwoch, 28.1.2026, 19.30 bis 21 Uhr
8 Termine, 77,30 Euro
Anmeldeschluss: 21.1.2026

● Hatha-Yoga

Yoga ist ein altes, ganzheitliches, praktisches Übungssystem aus Indien. Ziel ist es, Körper, Geist & Seele zu harmonisieren. Sie lernen Asanas (Körperstellungen), Pranayama (Atemlenkung), Entspannung, pos. Denken und Meditationsübungen. Yoga kann zu mehr Ausgeglichenheit, Ruhe & Bewusstheit, Energie, Vitalität, Kraft & Beweglichkeit führen. Bitte bequeme Kleidung, Decke, Matte, kleines Kissen mitbringen. Für Einsteigende & Fortgeschrittene.

Kurs-Nr.: N3132B1

Bodenfelde, Heinrich-Roth-Gesamtschule (IGS), Forum
Christine Kasten
Dienstag, 24.2.2026, 17.30 bis 19 Uhr
12 Termine, 81,60 Euro
Anmeldeschluss: 17.2.2026

Kurs-Nr.: N3132B2

Bodenfelde, Heinrich-Roth-Gesamtschule (IGS), Forum
Christine Kasten
Dienstag, 24.2.2026, 19.15 bis 20.45 Uhr
12 Termine, 81,60 Euro
Anmeldeschluss: 17.2.2026

Kurs-Nr.: N3132U1

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Christine Kasten
Mittwoch, 25.2.2026, 17.30 bis 19 Uhr
12 Termine, 81,60 Euro
Anmeldeschluss: 18.2.2026

Kurs-Nr.: N3132U2

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Christine Kasten
Donnerstag, 26.2.2026, 17.30 bis 19 Uhr
12 Termine, 81,60 Euro
Anmeldeschluss: 19.2.2026

Kurs-Nr.: N3132U3

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Christine Kasten
Donnerstag, 26.2.2026, 19.15 bis 20.45 Uhr
12 Termine, 81,60 Euro
Anmeldeschluss: 19.2.2026

● Hatha Yoga

Hatha Yoga bietet eine Vielfalt an Möglichkeiten, die Gesundheit um das Lebensgefühl zu aktivieren und zu verbessern. Neben den körperlichen Aspekten der Yogapraxis, wie Verbesserung von Muskelkraft, Durchblutung, Gleichgewicht und Flexibilität, kann Yoga auf das mentale und emotionale Erleben wirken. Bitte mitbringen: bequeme Sportbekleidung, Gymnastik- bzw. Yogamatte.

Kurs-Nr.: N3132D1

Dassel, Sporthalle der Harz-Weser-Werke gGmbH, Maschweg 17
Kathrin Worm
Montag, 9.2.2026, 18 bis 19 Uhr
10 Termine, 72,60 Euro



Mona Schumann - Inder Linde 24 - 37154 Hammenstedt / Northeim
Telefon: 05551 / 2147 - friseurteam-schumann.de

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



www.helios-gesundheit.de/northeim

● Yoga auf dem Stuhl

Der Kurs bietet eine sanfte und zugängliche Form des Yoga, die speziell für Menschen entwickelt wurde, die Probleme haben, auf einer Yogamatte zu sitzen/zustehen. Es werden Yoga-Übungen & Atemtechniken praktiziert, die alle auf einem Stuhl durchgeführt werden können. Die Übungen zielen darauf ab, Flexibilität, Kraft & Balance zu verbessern. Dieser Kurs eignet sich für Menschen jeden Alters & Levels. Bitte bequeme Kleidung, Yogamatte mitbringen.

Kurs-Nr.: N3132E1

Einbeck, Yogastudio, Hallenplan 3
Nicolas Herting
Mittwoch, 28.1.2026, 10 bis 11 Uhr
12 Termine, 80,11 Euro

● Vinyasa Flow Yoga

Basic bis Mittelstufe

Vinyasa Flow Yoga ist eine fitnessorientierte und dynamische Yogaform. Die Übergänge der Asanas (Körperstellung) sind hier fließend gestaltet. Die Körperübungen u. eine kontrollierte Atemtechnik werden synchronisiert. Die Übungen lockern und festigen das Muskelsystem zugleich. Zudem werden Entspannungstechniken und kurze Meditationen geübt. Bitte bequeme Kleidung, eine Matte, Decke, Yogablock (falls vorhanden) oder ein kleines Kissen mitbringen.

Kurs-Nr.: N3132N1

Nörten-Hardenberg, OT Angerstein
Ev. Gemeindehaus, Kirchstraße 7
Valeria Sebold
Montag, 9.2.2026, 19.45 bis 21 Uhr
8 Termine, 62,46 Euro
Anmeldeschluss: 18.1.2026

Kurs-Nr.: N3132N2

Nörten-Hardenberg, OT Angerstein
Ev. Gemeindehaus, Kirchstraße 7
Valeria Sebold
Montag, 27.4.2026, 19.45 bis 21 Uhr
9 Termine, 61,34 Euro
Anmeldeschluss: 20.4.2026



Pflegeberatung für alle Altersgruppen Seniorenberatung

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

Landkreis Northeim

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



Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Arbeit, Gesundheit
und Gleichstellung



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

● Marma-Yoga®

Antistress- und Aktivierungstraining
Marma-Yoga® ist eine wissenschaftl. Weiterentwicklung der Körper- u. Atemübungen im Hatha-Yoga. Mit diesem Training üben Sie, Ihre Selbstregulation auch in belastenden Situationen wiederzugewinnen u. zu erhalten. Durch die Kombination mit Schwingstäben langsamer Frequenz gleichen die Übungen in kurzer Zeit Bewegungsmangel aus, können Konzentrations- u. Koordinationsfähigkeit fördern u. zu tiefer Entspannung und Regeneration führen. Beq. Kleidung mitbringen.

Kurs-Nr.: N3132P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Matthias Dommnich
Donnerstag, 19.2.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr
10 Termine, 68 Euro

● Hatha Yoga Basis

Die körperliche, psychische u. energetische Wirkung des Yoga erfahren. Mit Körper- u. Atemübungen, Meditation u. Tiefeentspannung zu neuer Lebensfreude, Kraft und Flexibilität! Dieser Kurs ist für Einsteiger*innen oder Teilnehmer*innen mit Vorerfahrung geeignet. Der Fokus der Yoga-Einheiten liegt auf Atmung, Wahrnehmung und holt die Teilnehmer*innen bei der Basis ab. Bitte bequeme Kleidung, ggf. eigene Yogamatte, Decke und Sitzkissen mitbringen.

Kurs-Nr.: N3132P2

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Mona Hichert
Mittwoch, 28.1.2026, 18 bis 19.30 Uhr
8 Termine, 54,40 Euro

● Yoga und Indische vegetarische Küche

Yoga kann helfen, Körper & Geist in Einklang zu bringen, ausgeglichen, wach und beweglich zu bleiben. Die Yoga-Asanas aus leichten Dehnungen, Streckungen und Beugungen sowie Atemübungen werden präzise angeleitet, sodass jede*r mitmachen kann. Nach 60 Minuten Übung gibt es eine halbstündige Entspannung. Anschließend bereiten wir leichte indische Kost zu. Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Restbehälter, Yogamatte, warme Socken, Kissen, Decke, Getränk.

Kurs-Nr.: N3750E1

Einbeck, Drüber, Leinetalschule,
An der Schule 2, Lehrküche
Arjan Pal Singh
Sonntag, 21.6.2026, 18 bis 21 Uhr
1 Termin, 45,60 Euro (incl. 15 Euro Lebensmittelkosten, die nicht ermäßigbar sind)
Anmeldeschluss: 14.6.2026

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

SWC Stadtwerke
Einbeck

myvoba.com

Neues aus Ihrer
Volksbank eG finden
Sie unter www.myvoba.com.

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Volksbank eG
in Einbeck



...mehr Werte für Menschen

● Yoga für einen entspannten Rücken

Viele Menschen verbringen einen großen Teil ihres (Arbeits-)Tages im Sitzen. Besonders die sanften Übungen aus dem Rückenyoga können dabei helfen, der Muskulatur einen Ausgleich zu verschaffen. In diesem Kurs können auch weniger Bewegliche von den speziellen Übungen profitieren: Verspannungen und Schmerzen können nachlassen. Für Fortgeschrittenen werden alternative Übungen angeboten. Bitte mitbringen: Decke, warme Socken, beq. Kleidung.

Kurs-Nr.: N3132P4

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Susanne Fricke
Dienstag, 3.2.2026, 19.30 bis 21 Uhr
12 Termine, 81,60 Euro

Qigong

● Qigong: Gelenke und Gelenkigkeit

Qigong bringt das Qi, unsere Lebensenergie, wieder zum Fließen. Verspannungen und Bewegungsmangel blockieren diesen Fluss - wir spüren es als Unwohlsein. Durch achtsame, sanfte Bewegungen, besonders im ChanMiGong (Wirbelsäulen-Qigong), lösen sich Blockaden. Dehnungen und Spiralbewegungen fördern Beweglichkeit und Wohlbefinden. Bitte mitbringen: warme Kleidung, Matte, Kissen, Decke, Verpflegung.

Kurs-Nr.: N3151E1

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Jutta Elisa Kägeler
Samstag, 14.3.2026, 10 bis 14.30 Uhr
1 Termin, 20,40 Euro

● Alte schöne Qigong-Übungen

Qigong ist eine sanfte Bewegungsform zur Förderung von Körperwahrnehmung, Atmung und mentaler Ausgeglichenheit. Übungen wie „Der schwimmende Drache“ stärken Koordination und Konzentration. Thematische Einheiten unterstützen einen achtsamen Zugang zur Bewegung. Für Einsteiger*innen und Geübte. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Isomatte, Decke, Kissen, Verpflegung.

Kurs-Nr.: N3151E2

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Jutta Elisa Kägeler
Samstag, 11.4.2026, 10 bis 14.30 Uhr
1 Termin, 20,40 Euro

● Qigong - Leber und Gallenblase entgiften und Ihr Qi stärken

In diesem Kurs lernen Sie Qigong-Übungen zur Reinigung und Stärkung von Leber und Gallenblase kennen. Ergänzend werden Akupressur und Atemtechniken zur Unterstützung angewandt. Im Frühjahr bietet die Natur eine Fülle an leberreinigenden Pflanzen, die wir entdecken und nutzen werden. Ziel ist es, durch

geeignete Ernährung und Entspannung Leber und Galle zu unterstützen. Bitte mitbringen: wärmende Kleidung, Isomatte, Decke, Kissen.

Kurs-Nr.: N3151E3

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Jutta Elisa Kägeler
Samstag, 28.2.2026, 10 bis 14.30 Uhr
1 Termin, 20,40 Euro

**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

● Grundlagen der chinesischen Medizin

*Die fünf Elemente und unsere fünf Sinne
Teil 1*

Eine Grundlage der traditionellen chinesischen Medizin sind die fünf Elemente, denen neben fünf Jahreszeiten, Organpaaren, Emotionen u.v.m. auch die fünf Sinne zugeordnet werden. Im Kurs stärken und vitalisieren wir mit Übungen, Massagen, Akupressieren, Selbsthilfe-Anregungen die Sinnesorgane Augen, Mund u. Zunge. Mitbringen: Isomatte, Decke, Kissen.

Kurs-Nr.: N3151E4

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Jutta Elisa Kägeler
Samstag, 13.6.2026, 10 bis 14.30 Uhr
1 Termin, 20,40 Euro

● Qigong

Die langsamsten, harmonischen, fließenden Bewegungsübungen des Qigong können die eigene Körperwahrnehmung stärken, dabei helfen Blockaden & Anspannung loszulassen und Elastizität, Kraft & Beweglichkeit fördern. Es werden einfache wirkungsvolle Bewegungen erlernt, - mit dem Schwerpunkt auf, Gleichgewicht, Ruhe, Gelassenheit und Stärkung der Leber- & Gallenblasenfunktion für Entgiftung/Reinigung.

Kurs-Nr.: N3151H1

Hardegsen, Weperschule
Weperstraße 3, Forum
Jutta Elisa Kägeler
Dienstag, 10.2.2026, 17.30 bis 19 Uhr
6 Termine, 40,80 Euro

● Qigong am Vormittag

Die langsamsten, harmonisch, 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 Stärkung der Leber- & Gallenblasenfunktion & Entschlackung/Reinigung.

Kurs-Nr.: N3151U1

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Jutta Elisa Kägeler
Montag, 2.2.2026, 10 bis 11.30 Uhr
12 Termine, 81,60 Euro
Anmeldeschluss: 25.1.2026

Kurs-Nr.: N3151U2

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Jutta Elisa Kägeler
Montag, 4.5.2026, 10 bis 11.30 Uhr
8 Termine, 54,40 Euro
Anmeldeschluss: 26.4.2026

● Qigong am Nachmittag

Die langsamsten, harmonischen 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 Stärkung der Leber- & Gallenblasenfunktion und Entschlackung/Reinigung.

Kurs-Nr.: N3151U3

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Jutta Elisa Kägeler
Montag, 2.2.2026, 17 bis 18.30 Uhr
12 Termine, 81,60 Euro
Anmeldeschluss: 25.1.2026

Kurs-Nr.: N3151U4

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Jutta Elisa Kägeler
Montag, 4.5.2026, 17 bis 18.30 Uhr
8 Termine, 54,40 Euro
Anmeldeschluss: 26.4.2026

● Qigong am Bergsee Delliehausen

Natur, die Ruhe des Buchenwaldes, die Kraft des Wassers in Bächen und dem Bergsee sind die Energiequellen, die wir mit Qigong-Übungen nutzen.. Schwerpunkt liegt auf Qigong-Übungen für das Element Wasser (Blase/Niere) im Stehen und Gehen (z.B. nierenstärkendes Gehen). Tief durchatmen und sich dem wohltuendem Bewegungsfluss hingeben. Die Veranstaltung findet nur bei geeignetem Wetter statt (Info: 01520/2005059).
Mitbringen: Pausen-Verpflegung

Kurs-Nr.: N3151U5

Uslar, Delliehausen,
Wanderparkplatz oben
Jutta Elisa Kägeler
Samstag, 27.6.2026, 10 bis 13.45 Uhr
1 Termin, 17 Euro

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

Bewegung & Körpererfahrung**Umgang mit Stress**

● **Feldenkrais Methode**
"Bewusstheit durch Bewegung" in der Mittagspause

Die Feldenkrais-Methode lädt dazu ein, mehr Beweglichkeit, Lebendigkeit und ein feines Gespür für das eigene Wohlbefinden zu entwickeln. In achtsam geführten Bewegungssequenzen entdecken wir, wie wir uns bewegen und wo wir uns dabei selbst im Weg stehen. Die Methode ist für Menschen jeden Alters geeignet. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, Kissen, Decke, Matte, falls vorhanden eine Knierolle.

Kurs-Nr.: N3210P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
 Wallstraße 40, Raum U 18
 Eingang Rückseite des Gebäudes
 Elisabetta Abate
 Montag, 9.2.2026, 12.45 bis 13.45 Uhr
 6 Termine, 27,20 Euro

● **Stressmanagement**

Wochenendkurs für Frauen

An diesem Wochenende wollen wir mit verschiedenen Methoden die Ursachen Ihres Stresses herausfinden und Möglichkeiten entdecken, mit Stresssituationen konstruktiv umzugehen und mehr Gelassenheit in Ihren Alltag zu bringen. Nach einem Theorieteil zum Thema Stress, lernen wir den Orientalischen Tanz an Land & im Wasser kennen und wollen durch verschiedene Bewegungs- u. Entspannungsübungen innere Ruhe und Kraft für neue Aufgaben schöpfen.

Kurs-Nr.: N3221W2K

Wochenendseminar, Kasseler Landstr. 93, Hotel Rennschuh
 Beate Lau

Samstag, 13.6.2026, 15 bis 21 Uhr

Sonntag, 14.6.2026, 9 bis 15 Uhr

2 Termine, 254,14 Euro keine Ermäßigung möglich, inkl. 1 Übernachtung/Frühstück im EZ, Kaffee, Kuchen und Abendessen am Samstag, (die An- und Abreise sind keine Leistungen der KVHS).

Bitte mitbringen: beq. Kleidung, Decke, Badeanzug, Handtücher (evtl. Saunatuch), Tuch f. Hüfte, wenn vorh. Schleier.

Anmeldeschluss: 10.5.2026

Körpererfahrung

● **Klangerlebnis - Ruhe und Klang mit tibetischen Klangschalen**

für Neuanfänger*innen

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, Woldecke.

Kurs-Nr.: N3150P4

Northeim, Schaupenstiel 10-12

Gesa Herbst

Freitag, 22.5.2026, 19.15 bis 21.15 Uhr

3 Termine, 34,51 Euro

DEIN PARADIES IN GÖTTINGEN

Ein Erlebnisbad der  GöSF



- 8 Saunen und Dampfbad, Whirlpools und Thermalsolebecken
- 71 m Wildwasser- und Steirrutsche
- Sport- und Außenschwimmbecken
- Wellnessangebote in der Walkemühle

badeparadies.de  



Schwimmen, Plantschen und Saunieren auf über 14.000 m²

● 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.

Kurs-Nr.: N3150P1

Northeim, Schaupenstiel 10-12
Gesa Herbst
Freitag, 6.3.2026, 17 bis 19 Uhr
3 Termine, 34,51 Euro

Kurs-Nr.: N3150P2

Northeim, Schaupenstiel 10-12
Gesa Herbst
Freitag, 6.3.2026, 19.15 bis 21.15 Uhr
3 Termine, 34,51 Euro

Kurs-Nr.: N3150P3

Northeim, Schaupenstiel 10-12
Gesa Herbst
Freitag, 22.5.2026, 17 bis 19 Uhr
3 Termine, 34,51 Euro

● Yoga meets Klang

Nehmen Sie sich bewusst eine Auszeit, erleben Sie die wohltuende Verbindung von Yoga und Klang. In unserem Kurs führen sanfte Yogaübungen zu einer harmonischen Ausgeglichenheit von Körper und Geist. Den Abschluss bildet eine tiefen-entspannende Klangreise mit tibetischen Klangschalen, deren beruhigende Schwingungen durch den Körper fließen und somit Blockaden sanft gelöst werden können. Bitte bringen Sie eine Yogamatte, Kissen u. Wolldecke mit.

Kurs-Nr.: N3132P3

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 14
Gesa Herbst, Mona Hichert
Dienstag, 3.3.2026, 18.30 bis 20.45 Uhr
3 Termine, 61,20 Euro

● Einführung in die japanische Harmonisierungskunst Jin Shin Jyutsu

"Sich selbst helfen mit Jin Shin Jyutsu" geht dieses Mal um unsere Finger und Hände. Mit einfachen Handhaltungen können wir Stress reduzieren, Sorgen und Traurigkeit harmonisieren und dabei wieder unsere Mitte finden. Mit mehr Ausgeglichenheit lässt sich der Alltag meistern und wieder genießen. Wir lernen nach dem Original von Mary Burmeister. Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, kl. Kissen, Schreibzeug, Getränk mitbringen.

Kurs-Nr.: N3152P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Brigitte Conradi
Samstag, 7.4.2026, 10 bis 14 Uhr
1 Termin, 17 Euro

Kurs-Nr.: N3152P2

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Brigitte Conradi
Samstag, 18.4.2026, 10 bis 14 Uhr
1 Termin, 17 Euro

Kurs-Nr.: N3152P3

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Brigitte Conradi
Samstag, 6.6.2026, 10 bis 14 Uhr
1 Termin, 17 Euro



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

Anna-Lena Hausmann

Praxis für Osteopathie

Heilpraktikerin

Osteopathie für Babys, Kinder und Erwachsene
Akupunktur

www.osteopathie-hausmann.de info@osteopathie-hausmann.de
Eichstätte 10/12 37154 Northeim Tel. 05551 9177 650

● Beckenbodentraining - Stärkung für die Gesundheit

In diesem Kurs wird gezielt die Wahrnehmung, Kräftigung und Entspannung des Beckenbodens trainiert. Effektiv Übungen für den Beckenboden zu erlernen - im harmonischen Zusammenspiel mit dem gesamten Körper. Bitte mitbringen: Handtuch, bequeme und warme Kleidung, evtl. eine Decke.

Kurs-Nr.: N3252U1

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Helena Herbold
Mittwoch, 28.1.2026, 9.30 bis 11 Uhr
5 Termine, 34 Euro
Anmeldeschluss: 21.1.2026

Kurs-Nr.: N3252U2

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Helena Herbold
Mittwoch, 22.4.2026, 9.30 bis 11 Uhr
6 Termine, 40,80 Euro
Anmeldeschluss: 15.4.2026

Sportliche Bewegung

● Tabata

Es handelt sich um ein hochintensives Intervalltraining, dessen Grundlage die Kombination aus Kraft- u. Ausdauertraining bildet. Diese Trainingsmethode kann Körperfett reduzieren und die allgemeine Ausdauer verbessern. Es gibt einen ständigen Wechsel zwischen 20 Sek. Belastungszeit und einer 10-sekündigen Regeneration. Für die Ausführung werden eine Gymnastikmatte, Handtuch und ausreichend Trinken benötigt.

Kurs-Nr.: N3020E4

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Dorina Münnig
Montag, 26.1.2026, 19 bis 20 Uhr
10 Termine, 47,60 Euro

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, spüre die Flexibilität des eigenen

Körpers. Die Intensität der Bewegungen bestimmen die Teilnehmenden selbst. Der Kurs ist für jede Altersgruppe geeignet. Bitte bequeme Sportkleidung mitbringen. Es wird barfuß getanzt, ggf. in Gymnastikschuhen.

Kurs-Nr.: N3221E1

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Heidrun Frohme
Montag, 2.2.2026, 9.30 bis 11 Uhr
7 Termine, 47,60 Euro

Kurs-Nr.: N3221E2

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Heidrun Frohme
Dienstag, 3.2.2026, 9.30 bis 11 Uhr
6 Termine, 40,80 Euro

Kurs-Nr.: N3221E3

Einbeck, Drüber, KVHS,
An der Schule 2, 1.0G
Multifunktionsraum
Heidrun Frohme
Mittwoch, 4.2.2026, 16.30 bis 18 Uhr
7 Termine, 47,60 Euro

● Orientalischer Bauchtanz

Sie wollten den Orientalischen Bauchtanz schon immer mal kennenlernen? An diesem Nachmittag wollen wir durch verschiedene Tanz- u. 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 anschl. Entspannung, beq. Kleidung, Rock o. Gymnastikhose, Tuch für die Hüften u. wenn vorhanden, einen Schleier mitbringen.

Kurs-Nr.: N3221N1

Nörten-Hardenberg, OT Angerstein
Ev. Gemeindehaus, Kirchstraße 7
Beate Lau
Freitag, 6.2.2026, 17 bis 19.15 Uhr
3 Termine, 42,88 Euro
Anmeldeschluss: 30.1.2026



Jetzt Golf lernen!

Golf ist der schönste Sport der Welt, hält gesund, verlängert das Leben und macht irre Spaß.

Probiere es einfach aus. Du hast nichts zu verlieren – aber eine Menge Lebensfreude zu gewinnen.

Golf und Country Club
Leinetal Einbeck e. V.

Erfahre mehr unter
www.einbeck.golf



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

www.kws.de

SAISONSTART
SEPTEMBER

ZUKUNFT SÄEN
SEIT 1856



● Biodanza SRT und die Kraft der Elemente (Erde, Luft, Feuer, Wasser)

Biodanza macht glücklich und bringt Körper, Geist und Gefühle in Einklang. Musik und Bewegung setzen Glückshormone frei, reduzieren Stress und lassen uns in einen Flow eintauchen. Beim Tanzen, durch fließende (Wasser), leichte (Luft), geerdete (Erde) und kraftvolle (Feuer) Bewegungen, spüren wir unseren Körper bewusster, werden kreativer und empathischer und fühlen uns lebendig - für mehr Freude und Wohlbefinden im Alltag.

Kurs-Nr.: N3221P1

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
M. Teresa Pineda Perez
Donnerstag, 30.4.2026, 17 bis 18.30 Uhr
4 Termine, 32,40 Euro

● Orientalischer Tanz im Wasser und zu Land

Wochenendkurs für Frauen

Wir lernen den orientalischen Tanz an Land und im Wasser mit Schleier und Kerzen kennen und genießen Körper- und Entspannungübungen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte mitbringen: Badeanzug, Handtücher, Tuch für die Hüfte, bequeme Kleidung (z. B. Gymnastikhose), wenn möglich einen Schleier. Bei gesundheitlichen Einschränkungen, wie z. B. Bluthochdruck, neurologische/innere Krankheiten, Herzbeschwerden sprechen Sie bitte mit Ihrem Arzt.

Kurs-Nr.: N3221W1

Wochenendseminar, Kasseler Landstr. 93, Hotel Rennschuh
Beate Lau
Samstag, 21.2.2026, 15 bis 21 Uhr
Sonntag, 22.2.2026, 8 bis 15 Uhr
2 Termine, 249,40 Euro keine Ermäßigung möglich, inkl. 1 Übernachtung/EZ, Kaffee und Kuchen, Abendessen, Frühstück und kleinen Mittagsimbiss am Sonntag. Die An- und Abreise sind keine Leistungen der KVHS.
Anmeldeschluss: 15.1.2026

Gymnastik & Fitness

● Rücken-Fit

Kraftvolle Mitte und gesunder Rücken
Ein gesunder Rücken sorgt für mehr Stabilität und Leistungsfähigkeit für den gesamten Körper. Monotone Bewegungsabläufe vermeiden lernen. Beweglichkeit, Kräftigung und Entspannungsübungen sind Inhalt von diesen Kursstunden. Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung, evtl. Kopfkeil.

Kurs-Nr.: N3210N1

Nörten Hardenberg, Treffpunkt wird per E-Mail mitgeteilt.
Marion Schlotte
Mittwoch, 4.3.2026, 18.15 bis 19.45 Uhr
8 Termine, 72 Euro
Anmeldeschluss: 24.2.2026

Kurs-Nr.: N3210P2

Northeim, Kreisvolkshochschule
Wallstraße 40, Raum U 18
Eingang Rückseite des Gebäudes
Marion Schlotte
Mittwoch, 4.3.2026, 12.30 bis 13.30 Uhr
8 Termine, 37,40 Euro

● Gymnastik für ältere Frauen

In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt auf Herz-Kreislauf-Training, ferner auf Kräftigung und Stabilisierung der Muskulatur. Teilweise wird mit Kleingeräten im Stand oder auf der Matte trainiert. Der Kurs kann zur Erhaltung und Verbesserung der Beweglichkeit und der körperlichen Fitness beitragen. Bitte mitbringen: Gymnastikschuhe und bequeme Kleidung.

Kurs-Nr.: N3235I1

Kalefeld, Schwimmabadstraße 11, Sporthalle
Gisela Höbelmann
Mittwoch, 11.2.2026, 18.30 bis 19.30 Uhr
10 Termine, 47,60 Euro

● 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.

Kurs-Nr.: N3253P1

Northeim, Sporthalle Berufsschulzentrum, Sudheimer Straße 43
Andreas Oppermann
Mittwoch, 28.1.2026, 18 bis 19 Uhr
20 Termine, 91,80 Euro

Pilates

● Pilates

Pilates - entdecke die Kraft der Mitte. Bei dem Training arbeiten wir mit unserer Körpermitte im Zusammenspiel mit der Atmung. Die Übungen sind sanft, aber effektiv! Der Körper kann mit langsamem, kontrollierten Bewegungen bis in die tiefste Muskulatur gestärkt werden. Zudem kann durch die Konzentration auf Übungen ein entspannter Effekt erzielt werden. Bitte mitbringen: Handtuch, beq. Kleidung, evtl. Decke.

Kurs-Nr.: N3020U1

Uslar, KVHS-Haus
Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 12
Helena Herbold
Dienstag, 27.1.2026, 17 bis 18.30 Uhr
17 Termine, 115,60 Euro
Anmeldeschluss: 20.1.2026



Unsere Dienstleistungen

- Insektenbekämpfung
- für Wespen auch Beratung und Umsiedlung
- Schadnagerbekämpfung (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 Möbelrestaurierung

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

Bewegung Outdoor

● Nordic Walking für Anfänger*innen

In diesem Kurs lernen Sie die Nordic Walking Technik. Bei richtiger Ausübung können Sie 90 % Ihrer Muskeln aktivieren, Sie schonen Ihre Gelenke und unterstützen positiv die Herz-Kreislauf Funktion. Mit Spaß und Freude werden wir in der Gruppe auf schönen Wegen die Region genießen. Bitte bringen Sie Nordic Walking Stöcke mit oder leihen Sie diese für einen Unkostenbeitrag bei der Kursleiterin (0163-3094586) nach Absprache aus.

Kurs-Nr.: N3151N1

Nörten-Hardenberg, Schloss, Parkplatz "Am Warzenschwein"
(Hardenberg Hinterhaus)
Manuela Niessing
Samstag, 18.4.2026, 14.30 bis 15.15 Uhr
8 Termine, 27,20 Euro
Anmeldeschluss: 12.4.2026

● Nordic Walking für Fortgeschrittene

Sie beherrschen bereits die Nordic Walking Technik oder möchten diese verbessern. Das sportliche Nordic Walking fördert Ihre Gesundheit und fordert Sie in der angepassten schnelleren Schrittfolge. Mit viel Schwung und Motivation erkunden wir die Umgebung. Jede NW Einheit beginnt mit dem Aufwärmen und schließt mit dem Cool down ab. Bitte bringen Sie Ihre Nordic Walking Stöcke mit.

Kurs-Nr.: N3151N2

Nörten-Hardenberg, Schloss, Parkplatz "Am Warzenschwein"
(Hardenberg Hinterhaus)
Manuela Niessing
Samstag, 18.4.2026, 15.30 bis 16.15 Uhr
8 Termine, 27,20 Euro
Anmeldeschluss: 12.4.2026



Zahnarztpraxis Matthias Pollok

Kieferorthopädie · Implantologie

Teichstraße 5-7 · 37154 Northeim · Tel. 05551-66650 · info@praxis-pollok.de
... Barrierefreier Zugang zur Praxis ...

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



Bauch, Beine & Po

● Bauch - Beine - Po

Nach dem Aufwärmen kann die Kondition mit verschiedenen Trainingsmethoden verbessert werden. Danach folgen Kräftigungsübungen mit & ohne Handgerät. Die Muskeln können gekräftigt u. der Körper "geformt" werden. Zum Ende der Stunde werden die beanspruchten Muskelgruppen gedehnt. Bitte feste Turnschuhe, Sportbekleidung und Getränk mitbringen.

Kurs-Nr.: N3233E1

Einbeck, ESV-Vereinsheim, Lönsweg 2
Ulrike Scheider-Neumann
Donnerstag, 5.2.2026, 18.30 bis 19.30 Uhr
10 Termine, 59,75 Euro

Kurs-Nr.: N3233E2

Einbeck, ESV-Vereinsheim, Lönsweg 2
Ulrike Scheider-Neumann
Dienstag, 17.2.2026, 17.15 bis 18.15 Uhr
10 Termine, 59,75 Euro

Kurs-Nr.: N3233E3

Einbeck, ESV-Vereinsheim, Lönsweg 2
Ulrike Scheider-Neumann
Dienstag, 17.2.2026, 18.15 bis 19.15 Uhr
10 Termine, 59,75 Euro

Rund um Körper & Gesundheit

Gesundheitskurse online

● Lipödem-Stammtisch – Austausch, Wissen & Inspiration

Der Lipödem-Stammtisch bietet Raum für Austausch, Aufklärung und gegenseitige Unterstützung. In entspannter Atmosphäre sprechen wir über Ernährung, Bewegung, Mindset und neue Wege im Umgang mit Lipödem. Erfahren Sie, wie Sie Ihren Körper besser verstehen, Beschwerden ganzheitlich lindern und mehr Lebensqualität gewinnen können.

Kurs-Nr.: N3060X1

Online-Kurs, der Zugang zum virtuellen Kursraum wird vor Kursbeginn von der KVHS verschickt.
Stephanie Schütte
Donnerstag, 12.2.2026, 20 bis 21.15 Uhr
4 Termine, kostenlos
Anmeldeschluss: 9.2.2026

Wissen rund um die Gesundheit

● Glücksnahrung - Wie Ernährung unsere Stimmung beeinflusst

Was wir essen, wirkt nicht nur auf unseren Körper, sondern auch auf unsere Psyche. Dieser Vortrag zeigt, wie die Darm-Hirn-Achse, Nährstoffe und „Gute-Laune-Lebensmittel“ unsere Stimmung prägen. Sie erhalten spannende Einblicke aus Ernährungs- und Glücksforschung sowie praktische Tipps, wie Sie mit ausgewählter Ernährung mehr Balance, Energie und Wohlbefinden in Ihren Alltag bringen.

Kurs-Nr.: M3060P3

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Hai Phong von Pietrowski

Mittwoch, 21.1.2026, 18.30 bis 21 Uhr

1 Termin, 11,40 Euro

Anmeldeschluss: 14.1.2026

● Einführung ins Glück - Was dein Gehirn mit Zufriedenheit zu tun hat

Glück ist kein Zufall, sondern trainierbar. In diesem Vortrag verbinden wir Glückspsychologie und Neurowissenschaft: Sie erfahren, wie positive Emotionen im Gehirn entstehen, welche Rolle Neurotransmitter und Denkgewohnheiten spielen und lernen einfache Übungen kennen, um Zufriedenheit und Lebensfreude im Alltag nachhaltig zu stärken. Bringen Sie bitte ein Zitat mit, was Glück für Sie ist.

Kurs-Nr.: N3060P2

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Hai Phong von Pietrowski

Mittwoch, 11.2.2026, 18.30 bis 21 Uhr

1 Termin, 11,40 Euro

Anmeldeschluss: 4.2.2026

● Anti-entzündliche Ernährung leicht gemacht

In diesem Vortrag erfahren Sie, was stille Entzündungen im Körper auslösen kann und wie Ernährung als präventives Werkzeug wirkt. Sie lernen die Unterschiede zwischen akuten und stillen Entzündungsprozessen kennen und verstehen die Zusammenhänge zwischen Darm, Immunsystem und Entzündungen. Zudem erhalten Sie praktische, sofort umsetzbare



medizinische Ästhetik

Naturheilpraxis | *Anna-Lena Hausmann*

Faltenunterspritzung und Lippenaufbau mit Hyaluron, Fadenlifting, BIO-Botox, Fettwegspritze/Injektionslipolyse

www.aesthetik-hausmann.de info@aesthetik-hausmann.de
Eichstädt 10/12 37154 Northeim Tel. 05551 9177 649

Ernährungstipps und ein Bewusstsein für Zucker, Fette, Ballaststoffe und Mikronährstoffe.

Kurs-Nr.: N3060P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40

Stephanie Schütte

Mittwoch, 18.2.2026, 18 bis 20.15 Uhr

1 Termin, 12 Euro

Anmeldeschluss: 11.2.2026

● Schlaf dich gesund - Warum Regeneration unsere Superpower ist

Guter Schlaf ist die Basis für Gesundheit, Konzentration und Wohlbefinden. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Schlaf funktioniert und welche Faktoren ihn beeinflussen. Sie lernen alltagstaugliche Strategien zu Schlafumgebung, Ernährung, Bewegung, Entspannung und dem Umgang mit Schlaflosigkeit kennen, für erholté Nächte und mehr Energie im Alltag.

Kurs-Nr.: N3060P3

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum U 14

Hai Phong von Pietrowski

Mittwoch, 15.4.2026, 18.30 bis 21 Uhr

1 Termin, 11,40 Euro

Anmeldeschluss: 8.4.2026

Pflege & Betreuung

● Demenz verstehen - Das Herz wird nicht dement

In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie Menschen mit Demenzverständnisvoll und sicher im Alltag begleiten. An acht Kurstagen lernen Sie Wichtiges über Krankheitsbilder, Kommunikation, Pflege, rechtliche Fragen und Alltagsgestaltung. So gewinnen Sie Sicherheit im Umgang und entlasten sich selbst - durch ein tieferes Verständnis für die Welt der Betroffenen.

Kurs-Nr.: N3820P1

Northeim, Kreisvolkshochschule

Wallstraße 40, Raum 0.11 (EDV)

Kerstin Macke

Freitag, 30.1.2026, 18 bis 20.15 Uhr

8 Termine, 81,60 Euro

Anmeldeschluss: 23.1.2026

Gedächtnistraining

● Neuer Schwung für graue Zellen

Gedächtnistraining

Vergesslichkeit? Das muss nicht sein! Es gibt kein schlechtes Gedächtnis - nur ein untrainiertes! 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, ohne Leistungsdruck werden Konzentration, Merkfähigkeit & Denkfflexibilität gefördert und die Sinne geschult. Bleiben oder werden Sie geistig aktiv und fit!

Kurs-Nr.: M3411U3X

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 6

Michael Kompart

Dienstag, 13.1.2026, 10 bis 11.30 Uhr

9 Termine, 72,90 Euro

Kurs-Nr.: M3411U4X

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 6

Michael Kompart

Mittwoch, 14.1.2026, 10 bis 11.30 Uhr

9 Termine, 72,90 Euro

Kurs-Nr.: N3411U1

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 6

Michael Kompart

Dienstag, 14.4.2026, 10 bis 11.30 Uhr

9 Termine, 72,90 Euro

Kurs-Nr.: N3411U2

Uslar, KVHS-Haus

Gerhart-Hauptmann-Str. 10, Raum 6

Michael Kompart

Mittwoch, 15.4.2026, 10 bis 11.30 Uhr

9 Termine, 72,90 Euro

Der neue Durchgang startet im Herbst 2026

Qualifizierung

Betriebliche Pflegelotsende im Unternehmen

Um was es geht?

- Eine Qualifizierung zum innerbetrieblichen Pflegelotsenden, die 6 Module á 2 Stunden beinhaltet.
- Den Zugang zu einer pflegebezogenen Informationssammlung, unserem digitalen Pflegekoffer für die Pflegelotsenden.

Pflegelotsende und digitaler Pflegekoffer

- informieren über bestehende Angebote zur Vereinbarkeit von Arbeit und Pflegeverantwortung, individuelle Arbeitszeitmodelle und -organisation und regen zur praktischen Umsetzung an.
- ersparen pflegenden Beschäftigten Wege beim Aufbau eines stabilen Pflegearrangements und erleichtern den Zugang zu Beratungsstellen.

Was für Kosten fallen an?

- Für das Unternehmen ist die Teilnahme kostenfrei.
- Ein*e Mitarbeitende*r wird zur Teilnahme freigestellt und erwirbt dadurch die Kompetenz, Ihre Kolleg*innen vor Ort als Pflegelotsende*r zu unterstützen.

Warum Ihr Unternehmen dabei sein sollte?

- Die Vereinbarkeit von Beruf und Pflege ist eine Herausforderung.
- Eine lebensphasenorientierte Personalpolitik stellt das wichtigste Instrument für die Gewinnung von qualifizierten Mitarbeitenden dar.

Fragen? Interesse? Anmelden?

Unternehmensnetzwerk Familie & Wirtschaft
Friedrich-Ebert-Wall 1, Northeim
0 55 51 / 97 88-14

koordinierungsstelle@werk-statt-schule.de
www.unternehmensnetzwerk-northeim.de



Bad Gandersheim

**Leiterin der Außenstelle
Bad Gandersheim**
Irene Söffker
Tel. 05382/3124,
E-Mail soeffkergan@t-online.de

Plattdeutsch	8
Zeichnen	50
Gitarre oder Keyboard	59
Yoga	72
Englisch	31

Bodenfelde

**Leiterin der Außenstelle
Bodenfelde**
Pia Engelhardt
Tel. 05572/4559

Yoga	74
------	----

Dassel

**Leiterin der Außenstelle
Dassel**
Karin Ganßmann
Persönliche Sprechzeit
Büro Hullerser Str. 19, Einbeck:
mittwochs 10.30 bis 12.30 Uhr
(außer in den Schulferien)
Tel. 05551/708 8260,
sonst tagsüber: Tel. 05561 7980903
E-Mail ganssmann.karin@gmx.de

Spaziergang mit Alpakas	71
Yoga	74
Schreiben, Lesen, Rechnen für Menschen mit Beeinträchtigungen	13

Einbeck

**Leiterin der Außenstelle
Einbeck (ohne Kreiensen)**
Karin Ganßmann
Persönliche Sprechzeit
Büro Hullerser Str. 19, Einbeck:
mittwochs 10.30 bis 12.30 Uhr
(außer in den Schulferien)
Tel. 05551/708 8260,
sonst tagsüber: Tel. 05561 7980903
E-Mail ganssmann.karin@gmx.de

Yoga & Bodyworkout	73
Spaziergang mit Alpakas	71
Entspannung & Klangreise	70
Kochen, nachhaltig	68
Der Totentempel Ramses` III	49
Das Einhorn - Fabeltier in der Kunst	49
Malerei	51
Gitarre	59
Fotografie	23
Yoga	73
Tabata	81
Entspannungstechniken	70
Qigong	77
Chinesische Medizin	78
Fitness-Tanz	81
Bauch - Beine - Po	83
Kochen für Eltern und Kinder	65
Backen	68
Hausmannskost	66
Indische Küche	76
Pasta	66
Griechische Küche	66
Hülsenfrüchte	69
Deutsch	43
Englisch	30
Französisch	32
Dänisch	37
Spanisch	35
Arabisch	37
Office	23
Bildbearbeitung	25

Hardegsen

Gitarre	59
Nähen	56
Qigong	78
Heilkräuter	66
Englisch	32

Kalefeld

**Leiterin der Außenstelle
Katlenburg-Lindau**
Gesine Rode
Tel. 05551/708-8210

Gymnastik	82
-----------	----

Katlenburg-Lindau

Mit dem Honigdieb durch das Bie- nenjahr – 5 unter 50	10
Mit dem Rad zum Biber	10
Pasta	67
Indische Küche	68
Backen	68

Kreiensen

**Leiterin der Außenstelle
Kreiensen**
Susanne Nüssse
Tel. 05563/8008
Fax 05563/999303
E-Mail susanne-nuesse@web.de

Textiles Gestalten	55
Pasta	67

Nörten-Hardenberg

Yoga	75
Nordic Walking	83
Rücken-Fit	82
Orientalischer Bauchtanz	81
Indische Küche	68

Northeim**Leiterin der Außenstelle****Northeim**

Ulrike Berghahn
 Persönliche Sprechzeiten
 Büro Wallstr. 40, Northeim:
 montags 16 bis 18 Uhr,
 donnerstags 11.30 bis 12.30 Uhr
 Tel. 05551/708-683
 E-Mail kvhsnom@oekologie-zeit.de

Biodanza SRT	82	Qigong	78
Gymnastik	82	Beckenbodentraining	81
Eltern-Kind-Kochen	65	Neuer Schwung für graue Zellen	85
Backen	68	Indische Küche	66
Hausmannskost	66	Pasta	67
Pasta	66	Afrikanische Küche	67
Low Carb Küche	69	Englisch	31
Hülsenfrüchte	69	Französisch	33
Demenz	84		
Deutsch	43		
Englisch	29		
Französisch	33		
Italienisch	34		
Spanisch	36		
Latein	37		
Russisch	37		
Japanisch	38		
Social Media Grundlagen	24		
Canva	25		
Reels / Kurzvideos	24		
Datenschutz im Internet	23		
EDV-Workshop für Frauen	20		
PowerPoint	21		
Homepage erstellen	19		
Hausautomatisierung	19		
Arduino	20		
PC-Selbsthilfegruppe	19		
GIMP	25		
Quantum-GIS	25		
Künstliche Intelligenz	26		
Tastaturschreiben	19		
Infoabend Haupt- und Real-	13		
schulabschluss			
Musik und Judentum	7		
Wwoofing?	8		
Töpfern	53		
Musiktheorie und -praxis	57		
Kontaktstelle Musik	57		
Yoga	73		
Ernährung & Geist	84		
Italienisch	34		
Japanisch	38		
Bewerbungstraining	0		
Geschichte Niedersachsens	7		
Geldanlage	12		
Astronomie	9		
Geologie	9		
Ehrenamtliche Betreuung	10		
Vorsorgevollmacht und	10		
Patientenverfügung			
Betzavta	16		
Basiswissen Psychologie	16		
Resilienz	17		
Das Einhorn als Fabeltier	49		
Idensen	49		
Malerei	50		
Graffiti	50		
Tonarbeiten	53		
Steinbildhauerei	53		
KVHS-Orchester	57		
Trommeln	58		
Blues Harp	57		
Popchor	57		
Ukulele	60	Neuer Schwung für graue Zellen	85
Nähen	56	Indische Küche	35
Yoga	73	Gemeinsam Kreativ	14
Ernährung	84	Malen für Menschen mit Behin-	14
Glück und Zufriedenheit	84	derungen	
Regeneration	84	AUDEA Kreativ	15
Waldbaden	71	Filzen für Menschen mit Behinderung	15
Spaziergang mit Alpakas	71	Malerei	52
Yoga	72	Töpfern	54
Klangschalen	80	Ukulele	60
Jin Shin Jyutsu	80	Pilates	82
Feldenkrais	79	Spaziergang mit Alpakas	71
Rücken-Fit	82	Yoga	74

Uslar**Leiterin der Außenstelle****Uslar**

Annegret Hermann

Tel. 05571/5880

E-Mail kvhs-uslar@t-online.de

Allgemeine Geschäftsbedingungen der Kreisvolkshochschule des Landkreis Northeim

Vertragsschluss

- (1) Der Vertrag kommt mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung (Angebot) und ihrer Annahme durch den Landkreis Northeim, Kreisvolkshochschule, zustande. Die teilnehmende Person verzichtet auf den Zugang der Annahmeerklärung.
- (2) Die Verträge werden unter der Bedingung geschlossen, dass die geforderte Mindestteilnehmerzahl erreicht wird. Sofern von der Kreisvolkshochschule in der Kursankündigung keine andere Mindestteilnehmerzahl bestimmt ist, liegt diese nach den Vorschriften der Durchführungsverordnung zum Niedersächsischen Erwachsenenbildungsgesetz bei 7 Personen.

Anmeldung

- (1) Ihre Anmeldung per Brief, Fax, Telefon, E-Mail oder über die Website der KVHS Northeim (Online-Anmeldung) ist verbindlich. Eine Bestätigung der Anmeldung erfolgt ausschließlich per E-Mail. Liegt der Kreisvolkshochschule keine Mailadresse vor, erfolgt keine Bestätigung. In diesem Fall erhalten Sie nur eine Nachricht, wenn die Veranstaltung ausfällt oder verschoben wurde.

Hinweis für Online-Anmeldungen: Ein Widerrufsrecht gemäß § 312 g Absatz 1 BGB besteht nicht, sofern der Vertragsgegenstand Veranstaltungen betrifft, die im Zusammenhang mit einer Freizeitbetätigung stehen.
- (2) Sie haben auch die Möglichkeit, sofern noch freie Plätze vorhanden sind, zunächst probeweise die erste Veranstaltung zu besuchen und geben anschließend Ihre Anmeldung bei der Veranstaltungsleitung ab. Dies gilt jedoch nicht bei Vorträgen, Wochenendkursen, Lehrgängen, Bildungsurlauben und bei Veranstaltungen, bei denen ein Anmeldeschluss angegeben ist.
- (3) Mit der Anmeldung erkennen Sie diese allgemeinen Geschäftsbedingungen an.

Rücktritt und Kündigung durch den Landkreis Northeim

- (1) Der Landkreis Northeim kann bei Vorliegen eines wichtigen Grundes vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere vor, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die der Landkreis Northeim nicht zu vertreten hat, z.B. Ausfall einer Kursleitung oder eines Unterrichtsortes, nicht stattfinden kann.
- (2) In diesem Fall werden geleistete Zahlungen anteilig erstattet. Weitergehende Ansprüche gegen den Landkreis Northeim sind ausgeschlossen.

Ermäßigung

- (1) Empfänger*innen von Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch, dem Bundesausbildungsförderungsgesetz sowie dem Asylbewerberleistungsgesetz erhalten eine Ermäßigung von 50%.
- (2) Die Ermäßigung nach Abs. 1 kann nur gewährt werden, wenn der Anmeldung ein aktueller Nachweis der Berechtigung beigefügt ist.
- (3) Bei Veranstaltungen, die hinter der Veranstaltungs-Nr. im Programmheft 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. es sind aktuelle Nachweise vorzulegen.
- (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:

Kreiskasse Northeim

IBAN: DE55 2625 0001 0000 0639 90

BIC: NOLADE21NOM (Kreis-Sparkasse Northeim)

Abmeldung

- (1) Abmeldungen sind nur bei Vorliegen von wichtigen Gründen **schriftlich bei der Geschäftsstelle** möglich. Der Abmeldung ist ein entsprechender Nachweis (z.B. ärztliches Attest) 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 zurechenbarem 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 schulhaften 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 gern zu.

Änderungen

Änderungen gegenüber dem Ausdruck des aktuellen Programms bleiben dem Landkreis Northeim vorbehalten.

Hinweis: In den Schulferien findet in der Regel kein Unterricht statt.

Gültigkeit

Sollten eine oder mehrere Bestimmungen dieser Geschäftsbedingungen ganz oder teilweise nichtig sein, wird hierdurch die Wirksamkeit der übrigen Vertragsteile nicht berührt. Mit der Bekanntgabe dieser Geschäftsbedingungen verlieren alle früheren ihre Gültigkeit.

Hinweis

Sofern Sie eine E-Mailadresse angegeben haben, nutzt die KVHS diese vorzugsweise für unsere Kommunikation mit Ihnen.

Stand: 08-2023

Datenschutzbestimmungen der Kreisvolkshochschule des Landkreises Northeim

Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Kreisvolkshochschule Northeim des Landkreises Northeim (nachfolgend „KVHS“ genannt) ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, E-Mailadresse (bei online-Anmeldungen), Altersstufe, Geschlecht) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihre Altersstufe erhebt die KVHS zu statistischen Zwecken und um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers (soweit diese vom Kursteilnehmer abweichen) können Sie der KVHS ein Lastschriftmandat erteilen. Diese freiwilligen Zusatzangaben dienen der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie der KVHS die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken können durch von der KVHS beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

Newsletter

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mailadresse zur Zusendung von Werbeinformationen der KVHS zu verwenden. Ohne Einwilligung wird die KVHS Ihre E-Mailadresse nicht für diesen Zweck nutzen. **Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen.** Den Widerruf können Sie der KVHS über jedweden Kommunikationskanal (z.B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen.

Weitergabe Ihrer Daten

Die KVHS gibt Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen (z.B. Cambridge-, gast- oder Telc-

Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen) leitet die KVHS die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen muss die KVHS Ihren Namen und erforderliche Kontaktdata 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.

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.

Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags gelöscht.

Ihre Daten, die Sie der KVHS im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der KVHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen **widersprechen** und Ihre Daten durch die KVHS auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Aufgaben des behördlichen Datenschutzbeauftragten für die KVHS nehmen die Kommunalen Dienste Göttingen (KDg) kAöR in Göttingen wahr. Direkter Kontakt zur zuständigen Ansprechpartnerin bzw. zum zuständigen Ansprechpartner kann über datenschutz.landkreis-northeim@kdgoe.de aufgenommen werden.

Stand: 08-2023

ANMELDUNG

Bitte senden Sie diese Anmeldung per Post an die u.g. Adresse. Alternativ können Sie diesen Bogen auch einscannen und per Mail an info@kvhs-northeim.de oder per Fax an (0 55 51) 7 08 – 82 29 senden. Sie können sich auch online unter www.kvhs-northeim.de oder per Telefon unter (0 55 51) 7 08 – 82 10 anmelden!



Mir fehlt folgendes Thema im KVHS-Programm:

Sie erhalten keine Anmeldebestätigung! Wir informieren Sie per E-Mail, wenn eine Veranstaltung belegt ist oder verschoben wird.

Ermäßigung

Ich beantrage eine Ermäßigung von 50%,

- weil ich Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch (Arbeitslosengeld, Bürgergeld, etc.), dem Asylbewerberleistungsgesetz oder dem Bundesausbildungsförderungsgesetz (BAFöG) beziehe.
 weil ein besonderer Grund vorliegt, über den ich eine formlose, schriftliche Begründung beilege.

Die Ermäßigung kann mir nur gewährt werden, wenn Sie bis Veranstaltungsbeginn einen aktuellen Nachweis einreichen, sonst wird mir die volle Gebühr berechnet. Für Kurse, die nach der Veranstaltungs-Nr. mit einem „K“ gekennzeichnet wird, kann keine Ermäßigung gewährt werden. Für Lehrgänge, Bildungsurlaube und Wochenendseminare gelten Sonderregelungen.

Name, Vorname

Straße

Geburtsdatum

w m d

PLZ, Wohnort

Telefon tagsüber

E-Mail

- Ich bin in meiner Mobilität eingeschränkt und benötige Hilfe zur Erreichung des Kursraums.

Bitte melden Sie Ihren Hilfsbedarf vor Kursbeginn telefonisch unter (0 55 51) 7 08 – 82 10 an.

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende Veranstaltungen an:

Veranstaltungs-Nr.	Titel	Veranstaltungsort	Beginn	Kursgebühr

Die Kursgebühr wird unmittelbar nach Veranstaltungsbeginn fällig!

Summe:

- 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

- Die KVHS soll die Kursgebühren per SEPA-Lastschrift einzahlen.

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.

Kontoinhaber*in falls
abweichend:

Name der
Bank:

Meine IBAN: DE _____

Datum, Unterschrift
Kontoinhaber*in:

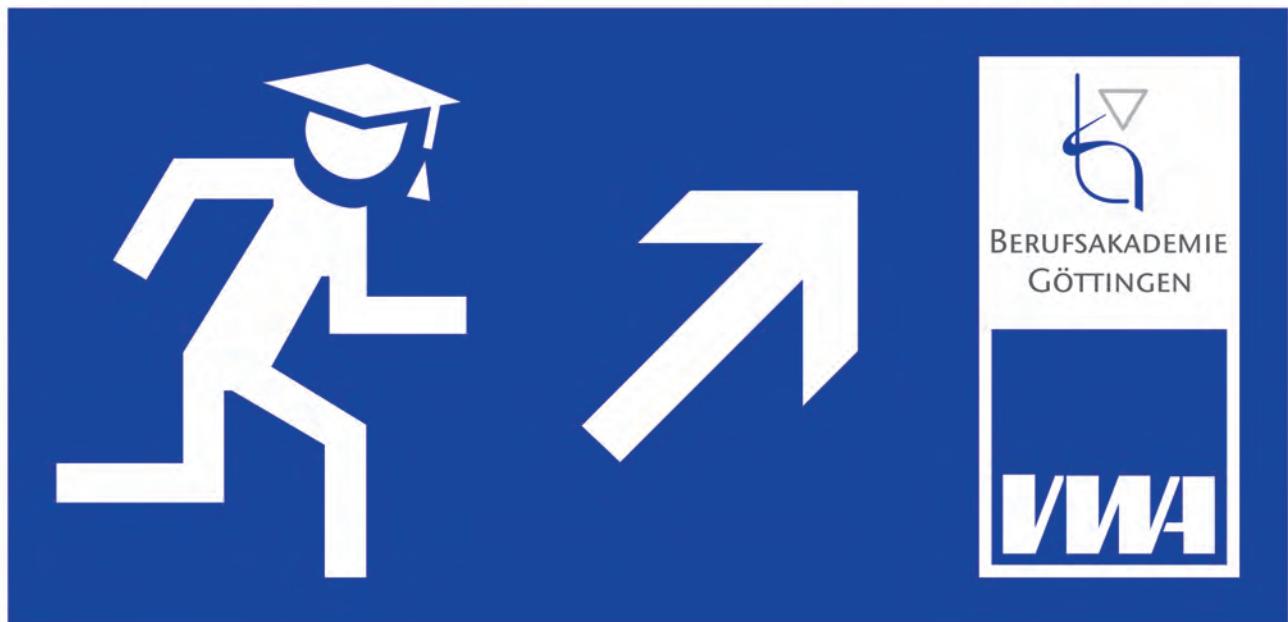
Zahlung

Unterschrift

Ort, Datum

Unterschrift
(bei Minderjährigen der Erziehungsberechtigten)

Studiengänge **dual** oder berufsbegleitend



VWA und Berufsaakademie Göttingen | Königsstieg 94 | 37081 Göttingen | info@vwa-goettingen.de | www.vwa-goettingen.de

Dann halt Plan C, D oder E.

Das Leben steckt voller Chancen. Nutzen Sie sie und kehren Sie erfolgreich auf den Arbeitsmarkt zurück – mit unserer Beratung.



Sie wollen beruflich wieder einsteigen oder neue Wege einschlagen? Sie wollen sich weiterbilden, um mit Veränderungen Schritt zu halten? Wir beraten Sie gerne. Weitere Infos und Kontakt unter www.arbeitsagentur.de/goettingen – Berufsberatung im Erwerbsleben.



bringt weiter.

**..deine vision
unsere leidenschaft**

ihr neues
bad

unkompliziert schnell bezahlbar



TOPAS
TOP Arbeitgeber
Südniedersachsen

parkett neu, schleifen, aufarbeiten

info@sero-handwerker.de

- fassadensanierung
- umbauten
- malerarbeiten
- bodenbelag

sero
die meister handwerker

- # maler
- # sanitär
- # fliesen
- # elektro
- # innenausbau

37154 northeim mittelweg 20

taros
northeim magdeburg



**technische wasserschadenaustrocknung
sanierung von brandschäden
rohrbruchortung**



sanierung@taros.info