



Bleiben Sie



flexibel



mit Ihrem



Kursprogramm 2023



Inhaltsverzeichnis

Hinweise



Bildung für nachhaltige Entwicklung



Bildungsfreistellung

9

Bildungsurlaub



Junge VHS

14

Digitale Angebote: Blended learning, I-learning



Gesellschaft, Politik, Umwelt

16







Kunst, Kultur

27



Gesundheit

38



Sprachen

48

Ihnen liegt das Jahresprogramm 2023 der Kreisvolkshochschule (KVHS) vor.

Terminänderungen, weitere oder zusätzliche Kurse, die hier nicht aufgeführt sind, werden rechtzeitig in der Presse und im Internet veröffentlicht.



Beruf, Karriere, EDV

60



Grundbildung, Schulabschlüsse

68



Allgemeine Geschäftsbedingungen Widerrufsbelehrung

69

71

Grußwort des Landrates

Liebe Leserinnen und Leser,



noch nie in der Geschichte der Kreisvolkshochschule Stendal (KVHS) haben so viele Veranstaltungen nicht stattgefunden wie im vergangenen Jahr 2021. Und dies, obwohl sie sorgfältig vorbreitet waren und auf gro-

ßes Interesse gestoßen wären. Die Corona-Pandemie hat alle Planungen stark beeinträchtigt. Natürlich kann keiner wissen, was uns das Jahr 2022 bringen und unter welchen Bedingungen die Weiterbildungsarbeit stattfinden wird. Die Veranstaltungen, die Ihnen in diesem Programmheft präsentiert werden, sind aber ein Beleg dafür, dass die Mitarbeitenden voller Zuversicht nach vorne blicken. Für unsere Volkshochschule heißt das, dass Ihnen – trotz aller dieser Pandemie geschuldeten Ungewissheiten – ein vollständiges und attraktives Programm vorgelegt wird.

In einer Gesellschaft, in der Dienstleistungen und Technologien zunehmend an Bedeutung gewinnen und in der sich das Wissen alle fünf bis 12 Jahre verdoppelt, sind Flexibilität, eine gute Bildung und die Bereitschaft ein Leben lang zu lernen nicht nur die Grundlage, sondern auch der Schlüssel zu persönlichem Erfolg – aber auch zum Erfolg von Wirtschaft und Gesellschaft.

Mit der KVHS Stendal können Sie auch im Jahr 2022 Ihre berufliche Kompetenz erweitern, sich mit aktueller Politik auseinandersetzen, gesund und fit bleiben, die Möglichkeiten und Weiten der digitalen Welt kennen lernen, fremde Sprachen und Länder entdecken oder malend, schreibend, fotografierend Ihre Kreativität entwickeln.

Viel Freude beim Stöbern im Programmheft und Lernen!

Patrick Puhlmann
Landrat des Landkreises Stendal

Hinweis zu Corona!

Alle Kurse finden unter Beachtung der aktuell geltenden Hygienevorschriften statt.

Sollte sich die Lage ändern, wird Manches, was für die analoge Welt geplant war, online stattfinden.

Die Dozierenden und das Team der KVHS sind Ihnen gerne beim Wechsel in die digitalen Kurse behilflich.

Bei einigen Kursen wiederum hat sich das Online-Format bewährt und wird beibehalten.

Wenn Sie die Herausforderungen der Zukunft angehen möchten, werden wir Sie wieder als gewohnt kompetenter Partner begleiten.

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen in der KVHS.

Ihr Team der Kreisvolkshochschule Stendal

Ihre Ansprechpartner in der KVHS

Sabine Krüger

Leiterin der KVHS

Arbeit und Beruf, Schulabschlüsse, Projekte E-Mail: Sabine.Krueger@landkreis-stendal.de

Martina Schultz

Pädagogische Mitarbeiterin Fachbereiche Sprachen, Gesellschaft, Kultur E-Mail: Martina.Schultz@landkreis-stendal.de

Ina Nemtsava

Deutsch als Fremdsprache

E-Mail: Ina.Nemtsava@landkreis-stendal.de

Ines Müller

Pädagogische Mitarbeiterin Fachbereiche Gesundheit, Büropraxis E-Mail: Ines.Mueller2@landkreis-stendal.de

n. n.

Sachbearbeiterin

Kerstin Handel

Sachbearbeiterin

E-Mail: Kerstin.Handel@landkreis-stendal.de

Ehrenamtliche Anschrechpartner

Heike Weigt, Bismark
Karin Liebsch, Havelberg
Christina Becker, Seehausen
Heidrun Elster, Wust
Tel.: 039089 2201
Tel.: 039387 188682
Tel.: 039386 52561
Tel.: 039323 61050

Beirat der Kreisvolkshochschule

Frau Müller Frau Dr. Bergmann
Frau Radke Frau Feind
Herr Teubner Frau Hoyer
Herr Emanuel

Ferientermine

Während der allgemeinen Schulferien und an gesetzlichen Feiertagen, sofern nicht ausdrücklich anders vereinbart, finden keine Veranstaltungen der Kreisvolkshochschule statt.

Schulferien	Zeitraum
Winter	06.02 10.02.2023
Ostern	03.04 10.04.2023
Pfingsten	15.05 19.05.2023
Sommer	06.07 16.08.2023
Herbst	02.10./ 16.10 31.10.2023
Weihnachten	21.12.2023 - 06.01.2024

Feiertage	Datum
Heilige Drei Könige	06.01.2023
Karfreitag	07.04.2023
Ostermontag	10.04.2023
Tag der Arbeit	01.05.2023
Chr. Himmelfahrt	18.05.2023
Pfingstmontag	29.05.2023
Tag der deutschen Einheit	03.10.2023
Reformationstag	31.10.2023

Sprechzeiten der Kreisvolkshochschule

Geschäftsstelle Osterburg

Bahnhofstraße 3 · 39606 Osterburg Tel.: 03937 895178 · Fax: 03937 895179

Öffnungszeiten:

Montag 09:00 - 12:00 und 13:00 - 16:00 Uhr
Dienstag 09:00 - 12:00 und 13:00 - 17:00 Uhr
Mittwoch nach telefonischer Vereinbarung
Donnerstag 09:00 - 12:00 und 13:00 - 16:00 Uhr

Freitag 09:00 - 12:00 Uhr

Außenstelle Tangerhütte

Stendaler Straße 2 · 39517 Tangerhütte Tel.: 03935 2486 · Fax: 03935 213823

Öffnungszeiten:

Montag nach telefonischer Vereinbarung

Dienstag 09:00 - 12:00 Uhr

Mittwoch nach telefonischer Vereinbarung Donnerstag 09:00 - 12:00 und 13:00 - 16:00 Uhr

Freitag geschlossen

Außenstelle Stendal

Hospitalstraße 1-2 · 39576 Stendal Tel.: 03931 608080 · Fax: 03931 608081

Öffnungszeiten:

Montag nach telefonischer Vereinbarung

Dienstag 14:00 - 17:00 Uhr

Mittwoch nach telefonischer Vereinbarung Donnerstag nach telefonischer Vereinbarung

Freitag 09:00 - 12:00 Uhr

Internet: www.kvhs.landkreis-stendal.de E-Mail: kvhs@landkreis-stendal.de



Stendal, Berufsschulzentrum, Haus 6

Beratung zu Integrationskursen, Tel.: 03931 608082

mittwochs: 09:00 - 11:30 Uhr

Tangermünde, Brunsberg-Sekundarschule

nach telefonischer Vereinbarung unter 03935 2486

donnerstags: 16:30 - 17:30 Uhr

Havelberg, Schulzentrum

nach telefonischer Vereinbarung unter 03937 895178

donnerstags: 16:30 - 17:30 Uhr

Unterrichtsorte auf einen Blick

Arneburg, Grundschule Arneburg, Tourismusbüro Bismark, Sekundarschule Erxleben, Förderschule Goldbeck, Hort

Goldbeck, Sekundarschule Groß Garz, Grundschule Havelberg, Schulzentrum Havelberg, Grundschule Havelberg, Kreissparkasse

Lüderitz, Grundschule Osterburg, KVHS* Osterburg, Förderschule Osterburg, Gymnasium Sandau, Atelierhaus Sandbeiendorf,

Kläden. Turnhalle

Turnhalle Burgstall Schollene, Bibliothek Schönhausen, Kreativwerkstatt H. Buchholz Seehausen, Gemeinschafts-

schule Stendal, BSZ

Stendal, FS "Pestalozzi" Stendal, Landratsamt* Tangerhütte, KVHS

Tangerhütte, Grundschule Tangermünde, Brunsberg-

Sekundarschule Wahrenberg, Elbehof Wust, Grundschule Elbstraße 27 Breite Straße 16

Karl-Marx-Str. 5 Neue Schulstraße 6

Alte Dorfstraße 5

Friedrich-Ebert-Str. 19 Am Neubau 12

Pestalozzistraße 5

Pestalozzistraße 6 Lange Straße 20

Dorfstraße 20 Tangermünder Str. 43 Bahnhofstraße 3

Düsedauer Straße 2 Werbener Straße 1 Beguinenstraße 1

Alte Poststraße Schulstraße 2

Beethovenstraße 5b

Winckelmann-Platz 5a Schillerstraße 2-6 Max-Planck-Straße 36 Hospitalstraße 1-2 Stendaler Straße 2 Bismarckstraße 65

Augustastraße 31 Am Elbdeich 68 Breite Straße 60

Über uns

Die Kreisvolkshochschule Stendal ist eine durch das Kultusministerium des Landes Sachsen-Anhalt als förderfähig anerkannte Einrichtung der Erwachsenenbildung.

Sie ist Mitglied des Landesverbandes der Volkshochschulen von Sachsen-Anhalt

Mit unserem Qualitätsmanagement stellen wir sicher, dass unsere Arbeit von der Kursplanung über die Organisation bis zur Durchführung der Kurse an den Bedürfnissen unserer Teilnehmerinnen und Teilnehmer ausgerichtet ist und sich an einheitlichen Qualitätsstandards orientiert. Ziel ist die systematische und kontinuierliche Verbesserung des Angebots und der Organisation.

Um diese Qualität unserer Arbeit nach außen zu dokumentieren, sind wir nach der DIN EN ISO 9001:2015 zertifiziert.

Zertifikat-Registrier-Nr.: 12 100 63096 TMS



Bildung für nachhaltige Entwicklung

...ist das Thema.



Kurse und Vorträge zu diesem Thema sind mit diesem Symbol gekennzeichnet.

Zum Beispiel:

- "Die Elbe Eine Flusslandschaft im Klimawandel", Kurs N09 und N10. Seite 11
- "Natur- und klimaschutzgärten, Artenvielfalt", Kurs N84, Seite 26
- "Wie gestalte ich meinen Garten bienen- und insektenfreundlich?", Kurs S379, Seite 26
- "Das Grüne Band Auf den Spuren eines gesamtdeutschen Naturprojekts", Kurs N08, Seite 11

Leitbild der KVHS Stendal

Mit über 3.000 Teilnehmenden jährlich ist die Kreisvolkshochschule Stendal eine der größten Weiterbildungseinrichtungen im Landkreis Stendal. Sie ist parteipolitisch und von gesellschaftlichen Gruppen unabhängig, weltanschaulich neutral und den Menschenrechten verpflichtet. Sie übernimmt soziale Verantwortung und trägt bei zur Förderung von Chancengleichheit sowie zur Kooperationsbereitschaft in der menschlichen Gesellschaft.

Im Landkreis ist die Kreisvolkshochschule an weiteren drei Außenstellen sowie dort mit mehreren ehrenamtlich Tätigen vertreten. Die Kreisvolkshochschule organisiert orts- und bürgernah die Weiterbildungsangebote an 35 Orten des Landkeises. Diese flächendeckende Organisation ermöglicht eine Teilnahme an der Weiterbildung ohne lange Anfahrtswege.

Die Kreisvolkshochschule arbeitet nicht gewinnorientiert. Sie ist als gemeinnützig und nach dem Erwachsenenbildungsgesetz des Landes Sachsen-Anhalt als förderfähig anerkannt. Sie wird aufgrund ihres Auftrages und ihrer Leistung vom Land Sachsen-Anhalt und vom Landkreis Stendal finanziell gefördert. Durch diesen öffentlichen Auftrag kann das umfassende Weiterbildungsangebot für die Teilnehmer und Teilnehmerinnen zu sozial verträglichen Gebühren angeboten werden.

Die Kreisvolkshochschule betrachtet es als ihre Aufgabe, für alle Erwachsenen und Jugendlichen ein umfassendes, vielseitiges und differenziertes Weiterbildungsangebot zu unterbreiten. Die Programmplanung orientiert sich an den Bildungsbedürfnissen der Bevölkerung. Die Kontinuität eines umfangreichen Angebotes wird sichergestellt, um weiterführendes Lernen und den Erwerb umfassender Qualifikationen zu ermöglichen, berücksichtigt aber gleichermaßen aktuelle Ereignisse und zukünftige neue Anforderungen.

Dieses Angebot ermöglicht,

- · neue Qualifikationen zu erwerben.
- · die sprachliche und gesellschaftliche Integration,
- veränderten beruflichen und privaten Anforderungen gerecht zu werden,

- sich mit Themen aus Kultur, Politik, Gesellschaft, Philosophie, Religion, Psychologie und Pädagogik auseinanderzusetzen,
- aktiv für die eigene Lebensgestaltung zu sorgen,
- die individuelle Lebensqualität zu erhöhen.

Studienreisen / Exkursionen

In jedem Jahr werden ca. 400 Veranstaltungen in folgenden Bereichen angeboten:

Berufliche Fortbildung **EDV** Foto / Video Alphabetisierung Fremdsprachen Gesellschaft / Politik Entspannung Gesundheit Gymnastik Ernährung Religion / Philosophie Kunst Kreatives u. textiles Gestalten Technik / Umwelt Literatur / Musik / Theater Pädagogik / Psychologie Stadt-/ Heimatgeschichte Zweiter Bildungsweg

Ergänzt wird dieses Angebot durch zielgruppenorientierte Kurse und Lehrgänge für Frauen, Männer, Jugendliche, Senioren und Seniorinnen, Behinderte, Menschen mit Migrationshintergrund entsprechend ihrer Lebenslagen. Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen haben die Möglichkeit aus den vielfältigen zeitlichen Organisationsformen, wie Vormittags-, Nachmittags- oder Abendkursen, Tagesoder Wochenendseminaren, Bildungsurlaubsseminaren, Exkursionen oder Studienreisen, die für sie optimale Lernzeit auszuwählen.

Wirtschaft und Recht

In vielen Bereichen kann der Besuch von Seminaren und Lehrgängen durch qualifizierende und anerkannte Prüfungen abgeschlossen werden.

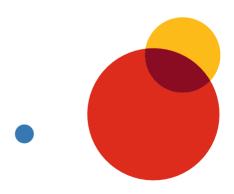
Die Kreisvolkshochschule reagiert flexibel auf die Wünsche von Teilnehmenden, Institutionen und Betrieben und richtet bei Bedarf spezielle Seminare zusätzlich zum Programmangebot aus.

Die Mitarbeitenden der Kreisvolkshochschule bieten eine qualifizierte Beratung zum Programmangebot und zur individuellen Weiterbildung an.

Für die Kreisvolkshochschule arbeiten über 150 Dozenten und Dozentinnen aus den verschiedensten Bereichen. Sie bringen ihre Qualifikationen und Fertigkeiten ebenso wie ihre beruflichen Erfahrungen bei der Vermittlung der Lerninhalte ein.

Die von uns organisierten Lernprozesse sehen wir als erfolgreich und gelungen an, wenn

- die vereinbarten und angestrebten Lernziele erreicht werden. Erfolgreiche Abschlüsse, Prüfungen und qualifizierte Nachweise können dies dokumentieren.
- persönliche, soziale oder berufliche Kompetenzen entwickelt oder neu erworben werden, die dazu beitragen die persönliche Handlungsfähigkeit zu erweitern, die eigene Lebenssituation qualitativ zu verbessern und die befähigen, das Leben selbstverantwortlich zu gestalten und den Mitmenschen mit Achtung zu begegnen,
- die Teilnehmenden motiviert werden, neue Erfahrungen, Einsichten und Kenntnisse zu erwerben, Freude am Lernen entwickeln und zu behalten, aktiv den Lernprozess mitgestalten, motiviert sind und bleiben. Dazu gehört auch, das Lernen zu lernen und offen zu sein für ein lebenslanges Lernen.



Bildung auf Bestellung bei der KVHS

Immer mehr Firmen, Verwaltungen, Vereine und andere Gruppen arbeiten mit Volkshochschulen zusammen, um ihr Team im Rahmen von Personal- und Organisationsentwicklungsprozessen zu trainieren. Ein wesentlicher Vorteil für Sie als Auftraggeber besteht darin, dass Sie die Möglichkeit haben, Seminarinhalte, Gruppengröße, Kursdauer, Zeit und Ort entsprechend Ihren Bedürfnissen vorher festzulegen. Entsprechend dieser Vorgaben planen wir dann gemeinsam den Kurs.

Wir bieten Ihnen - ob als Firma, Einrichtung, Verein oder Interessengruppe - speziell auf Ihre Bedürfnisse ausgerichtete Weiterbildung, zum Beispiel:

- · Computerkurse, auch Tastaturschulungen
- Sprachtraining, auch für spezielle berufliche Ziele
- Vorträge, Seminare und Exkursionen, z. B. zu naturkundlichen, historischen oder pädagogischen Themen
- Kurse zum Erwerb kreativer Techniken
- Doppische Haushalts- und Rechnungsführung, Buchführung
- · und vieles andere mehr.

Unsere Weiterbildungsveranstaltungen werden von qualifiziertem Fachpersonal geleitet. Selbstverständlich können wir auch jede Veranstaltung, die Sie in diesem Heft finden, in geeigneten Räumen in Ihrer Nähe organisieren.

Dozenten gesucht!

Sie sind Fachmann/ -frau auf Ihrem Gebiet und möchten Ihr Wissen weitergeben?

> Rufen Sie uns an oder senden uns Ihr Angebot mit Ihren Bewerbungsunterlagen zu.

Telefon: 03931 608080 E-Mail: kvhs@landkreis-stendal.de



Informationen zum Bildungsfreistellungsgesetz (BfG) Sachsen-Anhalts

Das Gesetz zur Freistellung von der Arbeit für Maßnahmen der Weiterbildung wurde am 4. März 1998 beschlossen:

Wer hat Anspruch?

Rechtsanspruch auf Bildungsfreistellung haben Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, Angestellte und Auszubildende, deren Arbeitsstätte im Land Sachsen-Anhalt liegt.

Wie hoch ist der Anspruch?

5 Arbeitstage im Kalenderjahr, der Anspruch von zwei Kalenderjahren kann zusammengefasst werden.

Welche Weiterbildungsveranstaltungen können in Anspruch genommen werden?

Eine Freistellung wird nur für anerkannte Bildungsveranstaltungen, die in der Regel mehrtägig oder als Tagesveranstaltung im Rahmen einer Veranstaltungsreihe durchgeführt werden, gewährt.

Wie wird der Anspruch beantragt?

Der Antrag muss so früh wie möglich beim Arbeitgeber, in der Regel mindestens <u>sechs Wochen</u> vor der Veranstaltung, schriftlich eingereicht werden. Beizufügen sind Informationen über den Inhalt und den Zeitraum sowie der Nachweis über die Anerkennung der Veranstaltung.

Nachweispflicht

Die Teilnahme an der Veranstaltung muss dem Arbeitgeber durch eine vom Maßnahmeträger ausgestellte Bescheinigung nachgewiesen werden.

Entgeltfortzahlung

Diese erfolgt ohne Minderung des Arbeitsentgeltes. Darüber hinaus sind diese Bildungsveranstaltungen auch für alle diejenigen offen, die keine Bildungsfreistellung beantragen können oder wollen.

Die folgenden Kurse sind als Maßnahmen nach dem Bildungsfreistellungsgesetz des Landes Sachsen-Anhalt, Berlins und nach dem nieder-

sächsischen Bildungsurlaubsgesetz genehmigt. Die Anerkennung für Brandenburg kann auf Nachfrage beantragt werden.

Gesundheit

Gesundheitsvorsorge im Beruf

Angesichts des demografischen Wandels gewinnt die berufsbezogene Gesundheitsbildung stark an Bedeutung. Dieser Kurs dient dazu, die Berufsfähigkeit durch verschiedene Maßnahmen zur Gesundheitsvorsorge zu erhalten.

Inhalte: Wie verhalte ich mich, damit ich nicht krank werde? Sie Iernen verschiedene Entspannungstechniken, Übungen für den Rücken und den Einfluss von gesunder Ernährung in Theorie und Praxis kennen.

Bitte mitbringen: Iso- oder Yogamatte, Decke, Kissen, begueme Kleidung, Thera-Band.

Leitung: Dozententeam

Dauer: 36 U-Std., 1 Woche, Mo-Fr

Mo + Fr: 08:30 - 13:45 Uhr Di - Do: 08:30 - 15:30 Uhr

Gebühr: 216,00 Euro

Osterburg	KVHS, Raum 0.11
N01	24 28. April 2023
N02	10 14. Juli 2023
N03	11 15. September 2023
N04	20 24. November 2023

Stendal	Berufsschulzentrum, Haus 3, Raum 312
S300	20 24. März 2023
S301	23 27. Oktober 2023
S302	06 10. November 2023
S303A	13 17. November 2023

Tangerhütte	KVHS, Raum 3
S303	12 16. Juni 2023
S304	09 13. Oktober 2023



Kinderyogalehrer/in werden

Eine Weiterbildung in zwei Modulen für Pädagogen, Erziehende und interessierte Eltern. Im ersten Modul erlernen Sie die Grundlagen des Yoga und Übungen für Erwachsene. Im zweiten Modul werden die Grundlagen des Kinderyoga erläutert und Übungsreihen zusammengestellt. Sie erlernen spezielle Entspannungstechniken und Meditationen für Kinder. Auf die Behandlung von Problemen und den Umgang mit besonderen Unterrichtssituationen wird auch eingegangen.

Bitte mitbringen: Iso- oder Yogamatte, Decke, Sitzkissen (wenn vorhanden), bequeme Kleidung (möglichst in Weiß).

Leitung: Josephine Aspasia Améy, Yogalehrerin Dauer: 60 U-Std., 2-mal 5 Tage, 09:30 - 15:00 Uhr

Gebühr: 360,00 Euro

zzgl. 60,00 Euro Lehrmaterial

Stendal

N05 20. - 24. November 2023

15. - 19. Januar 2024

Stress- und Burnout-Prävention

Sie erwerben Hintergrundwissen zu den Ursachen von Stress und zur ganzheitlichen Vorsorge von Stresserkrankungen und Burnout.

Kursinhalte:

- Aufzeigen von Zusammenhängen zwischen Ernährung und möglichen gesundheitlichen Folgeschäden
- Tipps und Anregungen, wie Sie durch Ihre Ernährung diese Folgeschäden vermeiden bzw. ausgleichen können
- alltagstaugliche und positiv erprobte Entspannungstechniken
- dem Alltag mit Gelassenheit begegnen
- dem kindlichen Stress die rote Karte zeigen
- Geistig fit und flexibel durch Life Kinetik

Leitung: n.n.

Dauer: 40 U-Std., 1 Woche

Mo-Fr: 08:30-15:30 Uhr

Gebühr: 216,00 Euro

Stendal Landratsamt

N06 entsprechend der Nachfrage

Ziel- und Zeitmanagement

Die Arbeit wächst Ihnen über den Kopf? Die Überlastungsanzeigen in Ihrem Unternehmen häufen sich? "Ich habe keine Zeit." gehört zu Ihrem Standardrepertoire, wenn es darum geht, freizeitliche Aktivitäten zu verschieben oder gar abzusagen? Nehmen Sie sich die Zeit für etwas mehr Selbstorganisation, es lohnt sich!

Geplante Inhalte:

- Zeitmanagement oder Selbstmanagement
- Erkennen wesentlicher Voraussetzungen für eine gelungene Tagesstruktur
- Ziele als Grundlage erfolgreichen Handelns
- effektiver und effizienter Ümgang mit vorhandenen Ressourcen
- Selbstmotivation gekonnt einsetzen
- erfolgreiche Methoden erlernen, anwenden und für den individuellen Einsatz nutzbar machen

Leitung: n. n.

Dauer: 40 U-Std., 1 Woche

Mo-Fr: 08:30-15:30 Uhr

Gebühr: 216,00 Euro

Stendal Landratsamt

N07 entsprechend der Nachfrage

Gesellschaft

Hansestädte der Altmark

Die Hanse gilt als Vorgänger der EU. Welche Bedeutung hatte sie für Werben, der wohl kleinsten Hansestadt, oder Stendal, der größten dieser Region?

Neben Exkursionen zu den architektonischen Besonderheiten dieser Orte sind Streifzüge in deren Geschichte geplant, wie etwa zum Thema der Zerstörung Tangermündes durch eine Feuersbrunst, bekannt durch Theodor Fontanes Novelle "Grete Minde".

Leitung: Christine Lehmann

Dauer: 36 U-Std., 1 Woche, Mo-Fr

Mo + Fr: 08:30 - 13:45 Uhr

Di - Do: 08:30 - 15:30 Uhr

Gebühr: 216,00 Euro



Für die nachfolgenden BfG-Angebote gilt:

Leitung: Norbert Krebber

Dauer: 36 U-Std., 1 Woche, Mo-Fr

Mo + Fr: 09:00 - 14:30 Uhr Di - Do: 09:00 - 16:15 Uhr

Gebühr: 216,00 Euro zzgl. Raummiete

Kursort: Wahrenberg, Elbehof

Die Buchung einer Unterkunft mit Frühstück auf dem **Elbehof** ist möglich, ebenso die Anreise mit eigenem Wohnwagen, Wohnmobil oder Zelt. Darüber hinaus besteht in Wahrenberg die Möglichkeit, eine Ferienwohmumg zu mieten.



Es besteht auch das Angebot einer Fahrrad-Ausleihe.

Das Grüne Band - Auf den Spuren eines gesamtdeutschen Naturprojekts

Das Grüne Band wurde auf Initiative des BUND Naturschutz kurz nach dem Mauerfall und der friedlichen Revolution am 9. Dezember 1989 ins Leben gerufen. Der fast 1400 km lange Geländestreifen entlang der ehemaligen innerdeutschen Grenze soll ein Grüngürtel bleiben bzw. es wieder werden.

Der 50 - 200 m breite Geländestreifen reicht von Travemünde bis zum Dreiländereck bei Hof. Das Grüne Band Deutschland ist Teil des mitteleuropäischen Abschnitts des Grünen Bands Europa. Es ist der größte Biotopverbund Deutschlands. Auf seinen Flächen mit den dazugehörigen über 150 Naturschutzgebieten kommen mehr als 1200 in Deutschland bedrohte Arten vor.

In diesem Seminar entdecken und erleben Sie das Grüne Band zwischen Arendsee, Gartow und Wittenberge mit dem Fahrrad, Kanu und zu Fuß. Zwischen Ost- und Westdeutschland unterwegs erkunden Sie historische Stätten, kommen mit Zeitzeugen ins Gespräch und erschließen in der Gruppe den gesellschaftlichen, politischen und ökologischen Wandel dieser Grenzregion. Kursinhalte:

 Wertewandel im Spiegelbild der aktuellen Grenz- und Klimadiskussion

- wirtschaftliche Bedeutung des Grünen Bandes im Sanften Tourismus
- Nachhaltigkeit, Naturschutz und Artenvielfalt im Grünen Band
- Vorzeigeprojekte zur erfolgreichen Umsetzung umweltund klimapolitischer Ziele

Wahrenberg

Elbehof

N08

entsprechend der Nachfrage



Die Elbe - Eine Flusslandschaft im (Klima)-Wandel



In diesem ökologisch-gesellschaftspolitischen Seminar werden die Besonderheiten des ehemaligen Grenzraumes an der Elbe aus historischer. gesellschaftspolitischer.

ökologischer und ökonomischer Sicht aufgezeigt und erörtert. Es erfolgt eine eingehende und kritische Betrachtung der gegenwärtigen Rolle des Flusses als Naturschutzgebiet, Schifffahrtsweg, Lebensraum für Tier und Mensch und als Naherholungsgebiet.

So wichtig Hoch- und Niedrigwasser für die Elbauen und ihre Artenvielfalt sind, so einschränkend sind sie für die Schifffahrt. Schutz- und Pflegekonzepte werden vorgestellt.

Kursinhalte:

- jüngste Geschichte einer deutsch-deutschen Region und die Konflikte in einem laufenden Annäherungsprozess.
- Auswirkungen des Klimawandels auf die Flusslandschaft.
- Handlungsmöglichkeiten, um langfristigen Schäden für Natur und Mensch vorzubeugen

Das Seminar findet auf dem Elbehof in Wahrenberg, Sachsen-Anhalt statt. Hier erleben Sie hautnah die Elbe-Flusslandschaft, tanken Kraft, Energie und Ruhe pur, um den täglichen Anforderungen im Berufsalltag gestärkt begegnen zu können.

Wahrenberg Elbehof

N09 08. - 12. Mai 2023

N10 11. - 15. September 2023





Sprachen

Für alle Intensiv-Sprachkurse nach dem BfG gilt:

Dauer: 36 U-Std., 1 Woche, Mo-Fr

Mo + Fr: 08:30 - 13:45 Uhr Di - Do: 08:30 - 15:30 Uhr

Gebühr: 216,00 Euro

Englisch - Intensivkurs für Anfänger

Ein Kurs für Erwachsene ohne Vorkenntnisse.

Sie lernen, sich in typischen Alltags-, Reise- und Berufssituationen mit einfachen Mitteln auf Englisch im In- und Ausland zu orientieren und zu verständigen. Das Sprechen und verstehende Hören stehen dabei im Vordergrund, wobei grundlegende grammatische Strukturen vermittelt und geübt werden.

Leitung: Friedemann Schewel

Osterburg KVHS, Raum 0.11 N11 06. - 10. März 2023



Englisch A 2.1 - Intensivkurs für Wiedereinsteiger

Dieser Kurs heißt Interessierte mit Vorkenntnissen im Grundlagenbereich (Level A1) herzlich willkommen. Sie aktivieren das bisher Erlernte und wagen weitere Schritte ins Englische. Durch überschaubares und unterhaltsames Heranführen an Sprache und Kultur verspüren Sie nach kurzer Zeit Erfolgserlebnisse. Schwerpunkte sind das Sprechen und die richtige Aussprache, damit Sie Selbstvertrauen im Umgang mit der Fremdsprache gewinnen. Dazu werden gezielt wichtige Vokabeln und authentische Redewendungen in knapper und einprägsamer Form in lebensnahen Kontexten trainiert.

Sie verwenden das Kursbuch *Go for it A2*. Leitung: Friedemann Schewel

Stendal Landratsamt, Raum Seehausen

N12 09. - 13. Oktober 2023



Englisch A 2.2 - Intensivkurs - Online-Kurs

Dieser Kurs ist die Fortsetzung aus dem Vorsemester. Er heißt Interessierte herzlich willkommen, die bereits über fundierte Grundkenntnisse und Sprachfertigkeiten auf dem Level A1/A2 verfügen und deckt sich inhaltlich mit dem Kurs N12. Quereinsteiger sind herzlich willkommen; d.h. ein Besuch des Kurses aus dem Vorsemester ist nicht zwingend erforderlich.

Sie verwenden das Kursbuch *Key A2* und beginnen voraussichtlich mit der Lektion 6.

Leitung: Friedemann Schewel

Online

N13 27. November - 01. Dezember 2023

Alternative zum einwöchigen Intensivsprachkurs? Informieren Sie sich über unsere Wochenendkurs-Angebote - siehe Kurse N275,N276,S612,S613,S614.





Computerkurse

Sie arbeiten an Computern mit einer aktuellen Office-

Version. Für alle Computerkurse gilt:

Dauer: 36 U-Std., 1 Woche, Mo - Fr Mo + Fr: 08:30 - 13:45 Uhr

Di-Do: 08:30-15:30 Uhr

Gebühr: 216,00 Euro

Grundlagenkenntnisse im Umgang mit dem PC werden

vorausgesetzt.

Textverarbeitung mit Word

Der Kurs vermittelt Kenntnisse über Aufbau, Arbeitsweise und Leistungsmerkmale des Textverarbeitungssystems. Sie eignen sich Schritt für Schritt elementare Word-Arbeitstechniken an und gestalten Dokumente optisch ansprechend, z. B. mit Überschriften, Hervorhebungen und Grafiken und drucken sie aus.

Leitung: Renate Hoyer

 Osterburg
 KVHS, PC-Raum 2.8

 N14
 24. - 28. April 2023

Tabellenkalkulation mit Excel

In kürzester Zeit lernen Sie, ansprechende Tabellen und Diagramme in Excel zu erstellen. Sie lernen anhand von Beispielen alle grundlegenden Aspekte von Excel kennen, z. B. Daten eingeben, berechnen und formatieren, anschauliche Diagramme erstellen und Tabellen speichern und drucken.

Nach dem grundlegenden Überblick über die Möglichkeiten von Excel erlernen Sie nach und nach alle Excel-Features, die in der späteren Praxis von Bedeutung sein können - vom Einsatz von Formeln und Funktionen über Sortieren und Filtern von Daten bis hin zur effizienten Datenauswertung.

Leitung: n. n.

Osterburg KVHS, PC-Raum 2.8 N15 25. - 29. September 2023

Office - Das Büro im Computer

Unter dem Begriff "Office" werden in der Computertechnik Programmpakete zusammengefasst, die alle wichtigen Büroanwendungen in einem System vereinen. Am Beispiel von MS Office führt dieser Kurs in die Bedienung einer Textverarbeitung, einer Tabellenkalkulation und eines Grafikprogramms ein. Daneben wird gezeigt, wie das Zusammenspiel der Einzelkomponenten im Office organisiert ist.

Leitung: Christine Lehmann

 Tangerhütte
 KVHS, PC-Raum

 S306
 06. - 10. Februar 2023

 S307
 06. - 10. November 2023

Digitale Fotografie & Bildbearbeitung am PC

Unternehmen nutzen Fotos in immer größer werdendem Umfang. Daher werden Kenntnisse im Umgang mit Digitalfotografie und Bildbearbeitung heute für viele Mitarbeiter immer wichtiger. Fotografien werden zum einen für Zwecke der Dokumentation von Arbeitsprozessen, zur Mitarbeiterschulung, für Präsentationen vor Kunden oder Mitarbeitern, aber auch für Marketing und Selbstdarstellung in den sozialen Medien gebraucht. Es stellt sich die Frage, was fotografiert werden darf und was nicht. Dieses Seminar befasst sich mit der Erstellung aussagekräftiger Fotos für Arbeitsdokumentationen, werbewirksamer Fotos für Präsentationen und Auswirkungen auf die Arbeitswelt. Neben fundiertem Wissen über digitale Fotografie wird auch die nötige Sensibilität im Umgang mit Fotografien vermittelt.

Voraussetzung: eigene Spiegelreflex- oder Systemkamera Leitung: Thomas Laleike

Osterburg KVHS, PC-Raum N16 17. - 21. April 2023





Junge VHS



Volkshochschule ist nur was für Erwachsene? Wetten, dass nicht?!



Wir bieten Kurse und Veranstaltungen an, die dir bei der Vorbereitung auf Schule, Beruf oder Studium helfen sollen. Aber das ist noch lange nicht alles! Also wirf einen Blick auf unser Angebot.

Schüler/innen erhalten 25 % Ermäßigung, wenn nicht bereits die ermäßigte Gebühr angegeben ist!

talentCAMPus

Das Bildungskonzept *talentCAMPus* ist ein Ferienbildungsprogramm und zielt auf die Förderung und Steigerung der interkulturellen, sprachlichen und sozialen Kompetenzen bildungsbenachteiligter Kinder und Jugendlicher im Alter von 10 bis 18 Jahren.

Der *talentCAMPus* wird ein- oder mehrwöchig veranstaltet und findet ganztägig statt.

Interessierte Jugendzentren oder Vereine, die einen durch "Kultur macht stark" geförderten talentCAMPus durchführen möchten, wenden sich bitte rechtzeitig an die KVHS.

Sprachen

Prüfungsvorbereitung telc Englisch A2 - B2

telc English A2 - B2 School ist eine skalierte Prüfung für Schülerinnen und Schüler verschiedener Alters- und Niveaustufen.

Ein telc-Zertifikat ist empfehlenswert für Schüler, die nach Abschluss der Schule ins Ausland gehen möchten.

Leituna: n. n.

Dauer: 30 U-Std., 15 Nachmittage Gebühr: 75,00 Euro zzgl. Prüfungsgebühr

Ort auf Anfrage

N21 entsprechend der Nachfrage

Schulabschlüsse & Vorbereitungskurs

Tastschreiben zur Berufsvorbereitung

Hier lernt ihr das Tastschreiben von der Pike auf und seid am Ende des Kurses in der Lage, selbstständig und schnell zu schreiben

Der Kurs kann auf Anfrage an anderen Orten durchgeführt werden

Dauer: 45 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 84,38 Euro

(ermäßigte Gebühr für Schüler) zzgl. Programm "Schreibtrainer"

Leitung: Heike Weigt

Bismark Sekundarschule

S321 entsprechend der Nachfrage

Osterburg KVHS

S322 entsprechend der Nachfrage

Tangerhütte KVHS

S323 entsprechend der Nachfrage

Leitung: Siglinde Feind

Kreatives, textiles Gestalten

Nähen für Kids und Teens - Ferienkurse



Nähen ist trendy und immer gefragter, nicht nur bei Erwachsenen! Du bist zwischen 10 und 17 Jahre alt, handwerklich interessiert und hast Freude am kreativen Gestalten? Dann trau dich!

Erlerne unter fachlicher Anleitung den Umgang mit der Nähmaschine, verbessere dein Können und fertige tolle Dinge aus Textilien, z. B. eine Handytasche, siehe Foto (Feriennähkurs Osterburg).

Junge VHS



Leitung: Rita Maier, Schneiderin

Dauer: 18 U-Std, 3 Termine, 09:30 - 14:15 Uhr Gebühr: 56,70 Euro (ermäßigte Gebühr für

Schüler) zzgl. Material

Bitte mitbringen: eigene Nähmaschine, Nähutensilien wie Schere, Garne und Stoffe.

Groß Garz Gemeindehaus

N22 31. Juli - 02. August 2023, 09:30 Uhr

Leitung: Birgitt Schulze, Schneiderin

Dauer: 12 U-Std, 3 Termine, 09:00 - 12:00 Uhr Gebühr: 37,80 Euro (ermäßigte Gebühr für

Schüler) zzgl. Material

Bitte mitbringen: Nähmaschine (kann ggf. ausgeliehen

werden), Nähutensilien, Stoffe.

Osterburg KVHS, Raum 2.6

N23 07. - 09. Februar 2023, 09:00 Uhr

Leitung: Rita Maier, Schneiderin

Dauer: 18 U-Std, 3 Termine, 09:30 - 14:15 Uhr Gebühr: 56,70 Euro (ermäßigte Gebühr für

Schüler) zzgl. Material

Bitte mitbringen: Nähmaschine (kann ggf. ausgeliehen

werden), Nähutensilien, Stoffe.

Osterburg KVHS, Raum 2.6

N24 17. -19. Juli 2023, 09:30 Uhr N25 16. -18. Oktober 2023, 09:30 Uhr

Nähen für Kids und Teens - Wochenendkurs

Leitung: Heide Kruspe

Dauer: 18 U-Std, 6 Termine, 10:00 - 12:15 Uhr Gebühr: 56,70 Euro (ermäßigte Gebühr für

Schüler) zzgl. Material

Bitte mitbringen: Nähmaschine (kann ggf. ausgeliehen

werden), Nähutensilien, Stoffe.

Wust-Fischbeck, Grundschule

S324 Sa, 18. März 2023, 10:00 Uhr S325 Sa, 30. September 2023, 10:00 Uhr

Malen und Zeichnen

Malen und Zeichnen für Kids und Teens - Ferienworkshop

Ihr seid ca. 8- bis 13-jährig, habt Freude und Spaß am Malen und Zeichnen und möchtet euch in verschiedenen Techniken ausprobieren – dann seid ihr herzlich zu diesem Ferien-Workshop eingeladen.

Ihr wagt euch kreativ an das Thema "Schmetterlinge in verschiedenen Techniken" – vom Klappschnitt bis zum Leinwandbild.

Bitte mitbringen: A3-Zeichenblock, Schulmalfarben mit Pinseln, Bleistifte, Wachsstifte (soweit vorhanden), Schere, Nagelschere, Unterlage, Wasserglas, Klebestift, Radierer.

Leitung: Conny Schaar

Dauer: 15 U-Std, 3 Termine, 09:00 - 12:45 Uhr Gebühr: 50,63 Euro (ermäßigte Gebühr für Schüler) zzgl. Materialkosten 6,00 Euro

Osterburg KVHS, Raum 2.6

N26 06. - 08. Februar 2023, 09:00 Uhr

Malen und Zeichnen für Kids - Ferienkurs

Dieser Ferienkurs lädt 8- bis 14-jährige Kinder ein, die sich gern künstlerisch ausprobieren möchten. Ihr arbeitet in verschiedenen Techniken - von der Auskratztechnik bis zum Aquarell.

Bitte mitbringen: A3-Zeichenblock, Schulmalfarben mit Pinseln, Blei- und Buntstifte, eine Unterlage und ein Wasserglas. Weitere Materialien werden im Kurs besprochen.

Leitung: Conny Schaar

Dauer: 20 U-Std, 10 Termine, 14:00 - 15:30 Uhr Gebühr: 67.50 Euro (ermäßigte Gebühr für

Schüler)

Osterburg KVHS, Raum 2.6 N27 Do, 16. März 2023





Deutsch für Schülerinnen und Schüler

Informationen finden Sie auf Seite 58.

Integrationskurse

Der Integrationskurs ist ein Deutschkurs, der im Auftrag des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF) durchgeführt und staatlich gefördert wird. Der Kurs besteht aus 600 Unterrichtsstunden Sprachkurs und 100 Stunden Orientierungskurs. Der Sprachkurs umfasst den Spracherwerb bis zum B1-Niveau nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen.

Der Orientierungskurs bietet eine Einführung in die Rechtsordnung, Kultur und Geschichte Deutschlands und findet im Anschluss an den Sprachkurs statt.

Der Integrationskurs schließt mit der Sprachprüfung "Deutsch-Test für Zuwanderer" (DTZ), der Orientierungskurs mit dem Test "Leben in Deutschland" (LiD) ab. Die Kreisvolkshochschule Stendal bietet neben den allgemeinen Kursen auch Alphabetisierungskurse für Teilnehmende, die auch in ihrer Muttersprache nicht ausreichend alphabetisiert sind, an.

Anmeldung und Beratung

Osterburg KVHS, Bahnhofstraße 3 10:00 - 12:00 Uhr 14:00 - 16:00 Uhr

Stendal Landratsamt, Raum 242 dienstags: 14:00 - 17:00 Uhr freitags: 09:00 - 12:00 Uhr

Stendal KVHS, Berufsschulzentrum, Haus 6

mittwochs: 09:00 - 12:00 Uhr oder nach telefonischer Absprache: Tel.: 03931 608080 oder 03931 608082

Tangerhütte KVHS, Stendaler Straße 2

dienstags: 10:00 - 12:00 Uhr donnerstags: 10:00 - 12:00 Uhr 10:00 - 12:00 Uhr 14:00 - 16:00 Uhr

Bitte bringen Sie zur Anmeldung Ihren Pass oder Ausweis und Ihren Berechtigungsschein mit!

Einstufungstest

Alle teilnahmeberechtigten Personen legen vor Beginn eines Integrationskurses den Einstufungstest ab. Anhand des Ergebnisses wird der richtige Kursabschnitt ermittelt. Bitte bringen Sie Ihren Berechtigungsschein und Ihren Pass mit.

Dauer: 1 Zeitstunde Gebühr: gebührenfrei

 Osterburg
 KVHS, Bahnhofstraße 3

 N41
 donnerstags, ab 15:00 Uhr

 26.01.23, 16.02.23, 16.03.23, 13.04.23, 11.05.23, 15.06.23, 06.07.23, 10.08.23, 07.09.23, 12.10.23, 09.11.23, 07.12.23

 Stendal
 KVHS, Berufsschulzentrum, Haus 6

 N42
 nach Vereinbarung, ab 09:00 Uhr

 Tangerhütte
 KVHS, Stendaler Straße 2

 N43
 montags, ab 13:00 Uhr

16.01.23, 06.02.23, 06.03.23, 03.04.23, 15.05.23, 05.06.23, 03.07.23, 14.08.23, 04.09.23, 09.10.23, 06.11.23, 04.12.23



Berufssprachkurse

Diese Kurse werden auf verschiedenen Niveaustufen

angeboten.

Leitung: Dozententeam
Dauer: 300 U-Std.
Gebühr: 1242,00 Euro

 Stendal
 Berufsschulzentrum

 N44
 Mo - Fr, 08:30 - 11:45 Uhr

 N45
 Mo - Fr, 13:30 - 16:45 Uhr

Deutschkurs für Frauen - MiA (Migrantinnen einfach stark im Alltag)

Dieser Kurs richtet sich an Frauen ohne oder mit nur geringen Kenntnissen der deutschen Sprache. Im Kurs werden u.a. folgende Themen behandelt: Alltag in Deutschland, Einkaufen und Essen, beim Arzt, Kleidung, Wünsche und Probleme.

Sie besuchen auch die Migrationsberatung, eine Bibliothek und lernen Stendal kennen. Bei der persönlichen Anmeldung ist der Ausweis vorzulegen.

Leitung: Dozententeam

Dauer: 45 U.-Std., 15 Termine, Mo + Do

Gebühr: ohne Gebühr

 Stendal
 Berufsschulzentrum

 N46
 13:30 - 16:00 Uhr

 N47
 13:30 - 16:00 Uhr

Erstorientierungskurs (EOK)

Diese Kurse wurden entwickelt, um Asylbewerberinnen und Asylbewerber während der Zeit vom Eintritt in das neue Land bis zur Entscheidung über ihren Asylantrag zu unterstützen. Sie dienen der Erstorientierung und vermitteln erste Kenntnisse der deutschen Sprache.

Leitung: Dozententeam
Dauer: 300 U-Std.
Gebühr: gebührenfrei

Osterburg KVHS, Bahnhofstraße 3

N48 ab 13:30 Uhr

Tangerhütte KVHS, Stendaler Straße 2

N49 ab 13:30 Uhr

Integrationskurs

Integrationskurs - Basiskurs

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne oder mit nur geringen Kenntnissen der deutschen Sprache, aber sicheren Kenntnissen der lateinischen Schrift. Ein individueller Einstieg entsprechend der Vorkenntnisse ist möglich.

Leitung: Dozententeam
Dauer: 3 Module á 100 U-Std.

Gebühr: 458,00 Euro je Modul zzgl. Lehrbücher

Stendal Berufsschulzentrum

N50 Mo - Fr, 08:30 - 11:45 Uhr

Integrationskurs Aufbau- und Wiederholungskurs

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Kenntnissen der deutschen Sprache auf A2-Niveau. Ein individueller Einstieg entsprechend der Vorkenntnisse ist möglich.

Leitung: Dozententeam
Dauer: 3 Module á 100 U-Std.

Gebühr: 458,00 Euro je Modul zzgl. Lehrbücher Unter bestimmten Voraussetzungen wird die Kursgebühr ganz oder anteilig vom BAMF übernommen.

ganz oder antellig vom BAMF ubernommen.

Stendal Berufsschulzentrum N50a Mo - Do, 21. August 2023,

08:20 - 12:20 Uhr

Osterburg KVHS

N51 Mo-Fr, 28. August 2023,

08:30 - 11:45 Uhr



Integrationskurs für Zweitschriftlernende

Leitung: Dozententeam

Dauer: gesamt 10 Module á 100 U-Std.

Gebühr: 458,00 Euro je Modul zzgl. Lehrbücher Unter bestimmten Voraussetzungen wird die Kursgebühr

ganz oder anteilig vom BAMF übernommen.

Stendal Berufsschulzentrum
N52 Mo, 13. Februar 2023,
12:40 - 15:00 Uhr

Basiskurs

Dieser Kurs richtet sich an Migrantinnen und Migranten, ohne oder mit nur geringen Kenntnissen der deutschen Sprache die in einem nicht-lateinischen Schriftsystem Schreiben und Lesen gelernt haben. Das lateinische Alphabet müssen sie nun als weiteres Schriftsystem erwerben, um die deutsche Sprache erfolgreich erlernen zu können. Ein individueller Einstieg entsprechend der Vorkenntnisse ist möglich.

Dauer: 3 Module á 100 U-Std.

Aufbausprachkurs A

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende Kenntnissen der deutschen Sprache auf A1-Niveau, aber sicheren Kenntnissen der lateinischen Schrift. Ein individueller Einstieg entsprechend der Vorkenntnisse ist möglich.

Dauer: 3 Module á 100 U-Std.

Aufbausprachkurs B

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende Kenntnissen der deutschen Sprache auf A2-Niveau. Ein individueller Einstieg entsprechend der Vorkenntnisse ist möglich.

Dauer: 3 Module á 100 U-Std.

Integrationskurs mit Alphabetisierung

Dieser Kurs richtet sich an Personen ohne oder mit nur geringen Kenntnissen der deutschen Sprache sowie der lateinischen Schrift. Ein individueller Einstieg entsprechend der Vorkenntnisse ist möglich.

Leitung: Dozententeam

Dauer: 10 Module á 100 U-Std.

Gebühr: 458,00 Euro je Modul zzgl. Lehrbücher Unter bestimmten Voraussetzungen wird die Kursgebühr ganz oder anteilig vom BAMF übernommen.

Stendal Berufsschulzentrum

N53 Mo, 27. Februar 2023, 13:00 - 16:15 Uhr

Integrationskurs mit Alphabetisierung Aufbau- und Wiederholungskurs

Dieser Kurs richtet sich an Personen mit Kenntnissen der deutschen Sprache auf A1-Niveau und grundlegenden Kenntnissen der lateinischen Schrift. Ein individueller Einstieg entsprechend der Vorkenntnisse ist möglich.

Leitung: Dozententeam

Dauer: 3 Module á 100 U-Std.

Gebühr: 458,00 Euro je Modul zzgl. Lehrbücher Unter bestimmten Voraussetzungen wird die Kursgebühr ganz oder anteilig vom BAMF übernommen.

Stendal Berufsschulzentrum

N54 Mo, 21. Sept. 2023, 09:00 - 12:15 Uhr

Ziel der Integrationskurse ist es, dass Sie erfolgreich am Abschlusstest teilnehmen. Der Abschlusstest besteht aus den beiden Prüfungen zum Sprachtest "Deutsch-Test für Zuwanderer" (DTZ) und zum Test "Leben in Deutschland" (LiD).



Leben in Deutschland (LiD)

Sie legen die skalierte Prüfung ab. Anmeldeschluss jeweils 3 Wochen vor dem Termin.

Dauer: 1 Std., 1 Nachmittag

Gebühr: 25,00 Euro

bei Anmeldung in bar zu zahlen

Unter bestimmten Voraussetzungen wird die Gebühr vom BAMF übernommen

 Stendal
 Berufsschulzentrum

 N55
 Mi, 28. Juni 2023, 09:00 - 10:00 Uhr

 N56
 Do, 06. Juli 2023, 09:00 - 10:00 Uhr

Osterburg KVHS

N57 Mi, 21. Juni 2023, 09:00 - 10:00 Uhr

Tangerhütte KVHS

N58 Mo, 09. Oktober 2023, 10:00 - 11:00 Uhr

Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)

Um das "Zertifikat Integrationskurs" zu erhalten, müssen Sie in der Sprachprüfung "Deutsch-Test für Zuwanderer" (DTZ) das Gesamtergebnis B1 nachweisen. Sie zeigen damit, dass Sie ein wesentliches Ziel des Integrationskurses erreicht haben. Anmeldeschluss jeweils 5 Wochen vor dem Termin.

Dauer: 8 Std., 1 Tag Gebühr: 110,00 Euro

Unter bestimmten Voraussetzungen wird die Gebühr vom

BAMF übernommen.

 Stendal
 Landratsamt

 N59
 Sa, 25. Februar 2023, 08:00 Uhr

 N60
 Sa, 10. Juni 2023, 08:00 Uhr

Osterburg KVHS

N61 Sa, 13. Mai 2023, 08:00 Uhr

Tangerhütte KVHS

N62 Sa, 02. September 2023, 08:00 Uhr

Einbürgerungstest

Seit September 2008 ist dieser Test eine Voraussetzung für die Erlangung der deutschen Staatsbürgerschaft. Anmeldeschluss ist jeweils 3 Wochen vor dem Termin. Bei der persönlichen Anmeldung ist der Pass oder der Ausweis vorzulegen.

Leitung: Martina Schultz
Dauer: 1 Std., 1 Nachmittag

Gebühr: 25.00 Euro

bei Anmeldung in bar zu zahlen

Stendal	Landratsamt, Raum 242
N62	Mi, 15. Februar 2023, 14:30 Uhr
N64	Mi, 12. April 2023, 14:30 Uhr
N65	Mi, 14. Juni 2023, 14:30 Uhr
N66	Mi, 16. August 2023, 14:30 Uhr
N67	Mi, 11. Oktober 2023, 14:30 Uhr
N68	Mi, 13. Dezember 2023, 14:30 Uhr





VHS: Demokratische Orte des Lernens

Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens. Ein besonderer Stellenwert kommt dabei der politischen Bildung zu, die weder Belehrung noch Parteipolitik verfolgt und die allgemeines Engagement für demokratische Werte, Menschenrechte und gegen Fundamentalismus fördert.

In den angebotenen Lernräumen können Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenzen erfahren und entwickelt werden.

Das Programmangebot des Fachbereichs "Politik - Gesellschaft - Umwelt" ist breit angelegt und umfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen. Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und Globales Lernen sind wesentliche gesellschaftliche Aufgaben. Die Volkshochschulen halten hier ein breites Angebot zur Information, Diskussion und zum aktiven Handeln vor.

Die Veranstaltungen sind geprägt durch offenen Gedankenaustausch zwischen engagierten Menschen, in sachlichen und kontroversen Diskussionen, zur gemeinsamen Erarbeitung von Kenntnissen und Hintergrundinformationen mit spannenden und kreativen Methoden.

Fit für die Vereinsarbeit - der Vereinsführerschein

Sich im Verein zu engagieren und die Vereinsarbeit aktiv mitzugestalten, kann viel Freunde machen und viel Gutes bewirken. Ein aktives Vereinsleben stellt die meist ehrenamtlich tätigen Mitglieder und Vorstände allerdings oft vor große Herausforderungen. Dabei ist es für eine erfolgreiche Arbeit erforderlich, über die sehr unterschiedlichen Anforderungen der Vereinsarbeit informiert zu sein. Kursinhalte: Rechtsfragen, Steuer-, Versicherungs- oder Finanzierungsfragen, Presse- und Öffentlichkeitsarbeit, Leitung und Führung eines Vereins sowie die Gewinnung von Ehrenamtlichen.

Leitung: Dozententeam

Altmärkische Bürgerstiftung

Hansestadt Stendal

Dauer: 6 U-Std., 3 Termine (monatlich)

Gebühr: 30,00 Euro

Osterburg KVHS, Raum 2.6

N69 entsprechend der Nachfrage

Vorträge

Vorträge zu lokalhistorischen und religiösen Themen sowie Reiseberichte können für Gruppen individuell vereinbart werden.

Aktuelle Termine entnehmen Sie bitte der Presse, unserer Internetseite oder rufen Sie uns an.



Recht

...wenn es dem lieben Nachbarn nicht gefällt!

Dieses Seminar soll helfen, Nachbarschaftsstreit zu vermeiden. Anhand des Nachbarrechts für Sachsen-Anhalt werden Rechte und Pflichten der Grundstücksnachbarn, aber auch zumutbare Störungen erläutert.

Leitung: Klaus Mohnhaupt, Notar Dauer: 2 U-Std., 1 Termin

Gebühr: 8.60 Euro

Osterburg KVHS, Raum 0.11 N70 Mi, 19:00 Uhr

Schenken oder Erben?

Erben und Vererben heute, lebzeitige Übertragungen, Erbschafts- und Schenkungssteuer. Wie ist das mit dem Pflichtteil und wie kann ich ihn ausschließen? Gesetzliche Erbfolge - wer ist erbberechtigt? Testamentsformen und sichere Gestaltung, Berliner Testament - die richtige Lösung. Meine, deine, unsere Kinder. Wann bin ich erbunwürdig? Die Stellung außerehelicher Kinder im Erbrecht.

Dauer: 2 U-Std., 1 Termin

Gebühr: 8.60 Euro

Arneburg Grundschule

S361 entsprechend der Nachfrage
Leitung: Klaus Mohnhaupt, Notar

Bismark Sekundarschule

S362 entsprechend der Nachfrage

Leitung: Klaus Mohnhaupt, Notar

Havelberg Kreissparkasse N71 Di. 18:00 Uhr

Leitung: Susanne Swiderski, Notarin

Osterburg KVHS, Raum 0.11 N72 Mi. 19:00 Uhr

Leitung: Detlef Schattke, Notar

Tangerhütte KVHS

S363 entsprechend der Nachfrage Leitung: Klaus Mohnhaupt, Notar

Vorsorgevollmacht - Betreuungsverfügung - Patientenverfügung

Um das eigene Selbstbestimmungsrecht zu wahren und zu vermeiden, dass unbekannte Personen einen betreuen und medizinische sowie vermögensrechtliche Entscheidungen treffen, ist es daher ratsam, solange man gesund ist, Vorsorge zu treffen. Mit einer Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung bewahrt man sich ein selbstbestimmtes Leben und gibt seinen Angehörigen einen Kompass für die schwere Zeit an die Hand.

Dauer: 2 U-Std., 1 Termine

Gebühr: 8,60 Euro

Arneburg Grundschule

S364 entsprechend der Nachfrage Leitung: Klaus Mohnhaupt, Notar

Diamanda Calumdana da da Calumdana da Calumd

Bismark Sekundarschule

S365 entsprechend der Nachfrage Leitung: Klaus Mohnhaupt, Notar

Havelberg Kreissparkasse N73 Di. 18:00 Uhr

Leitung: Susanne Swiderski, Notarin

Osterburg KVHS, Raum 0.11 N74 Mi, 19:00 Uhr

Leitung: Detlef Schattke, Notar

Tangerhütte KVHS

S366 Mo, 17. April 2023, 17:00 - 18:30 Uhr

Leitung: Dieter Nitzsche, Rechtsanwalt

S367 Mi, 18. Oktober 2023, 17:00 - 18:30 Uhr

Leitung: Dieter Nitzsche, Rechtsanwalt



Versicherungen für den Bürger - Grundwissen

Welche Versicherungen sollte man abschließen? Welche braucht man wirklich? Auf welche kann man schadenfrei verzichten? Im Dschungel des Überangebots an Versicherungen ist es für den Bürger nicht immer einfach sich zurechtzufinden. Der Vortrag vermittelt grundlegendes Wissen, gibt Ihnen eine Orientierung und erleichtert Ihnen die Entscheidung.

Leitung: Olf und Lukas Reddigan Dauer: 3 U-Std., 1 Termin Gebühr: 12.90 Euro

Tangerhütte KVHS

S368 entsprechend der Nachfrage

Die Beratungsstelle Stendal der Verbraucherzentrale Sachsen-Anhalt informiert aus dem unabhängigen und kompetenten Beratungsangebot um Verbraucherkompetenzen zu stärken.

Pflegebedürftig - was nun? Alles Wissenswerte im Überblick

Ab wann ist ein Mensch pflegebedürftig? Wie beantrage ich einen Pflegegrad? Was sind die einzelnen Leistungen der Pflegekasse?

Der Vortrag ermöglicht den Einstieg in das Thema der Pflegebedürftigkeit für die Pflegebedürftigen selbst oder den Angehörigen. Es wird ein Überblick zu den Themen der Merkmale der Pflegebedürftigkeit und die Einstufung in einen Pflegegrad gegeben. Gleichfalls erfahren Sie alles Wissenswerte über die Leistungen der Pflegekasse in Abhängigkeit der Festlegung des Pflegegrades.

Leitung: Josefine Pönicke Dauer: 2 U-Std., 1 Termin

Gebühr: ohne

Osterburg KVHS, Raum 0.11

N75 Mi, 08. März 2023, 10:00 - 11:30 Uhr

Tangerhütte KVHS, Raum 3

S369 Mi, 08. März 2023, 16:00 - 17:30 Uhr

Vertrag über Wohnraum mit Pflege- und Betreuungsleistungen (WBVG) Rechte und Pflichten im Blick

Was muss alles im Heimvertrag stehen? Darf das Heim ohne weiteres die Entgelte erhöhen? Wie sind die Kündigungsmöglichkeiten?

Der Vortrag stellt die Inhalte des Regelwerks mit den Rechten und Pflichten der Vertragspartner dar. Er soll dabei helfen, die eigenen Rechte zu erkennen und durchsetzen.

Leitung: Josefine Pönicke, Pflegerechtsberaterin

der Verbraucherzentrale Sachsen-Anhalt

Dauer: 2 U-Std., 1 Termin Gebühr: ohne Gebühr

Osterburg KVHS

N76 Mi, 10:00 - 11:30 Uhr

Tangerhütte KVHS, Raum 3 S370 Mi. 16:00 - 17:30 Uhr

Digitale Assistenzsysteme: Was können digitale Helfer für Senioren/Pflegebedürftige?

Was sind digitale Assistenzsysteme? Können Sie mir wirklich helfen? Ist die neue Technologie nicht zu schwer verständlich?

Das Thema der Digitalisierung beschäftigt uns in allen Lebensbereichen. Die Vielfalt und Möglichkeiten in der Benutzung der neuen Technologien werden in Grundsätzen erklärt. Die Produktgruppen, wie ihre Vor- und Nachteile werden aufgezeigt. Der Vortrag soll das Interesse an der Zukunft wecken.

Leitung: Josefine Pönicke, Pflegerechtsberaterin

der Verbraucherzentrale Sachsen-Anhalt

Dauer: 2 U-Std., 1 Termin Gebühr: ohne Gebühr

Osterburg KVHS

N77 Mi, 10:00 - 11:30 Uhr

Tangerhütte KVHS, Raum 3

S371 Mi, 16:00 - 17:30 Uhr



"Treff in der KVHS"

Gesprächskreis in Osterburg

Für alle folgenden Vorträge gilt:
Dauer: 2 U-Std., 1 Termin

Gebühr: 8,60 Euro

Das 1x1 der Geldanlage in Zeiten niedriger Zinsen

Die Zinsen für Anleger befinden sich im Keller. Wer ausschließlich in Tages- und Festgeld investiert, kann damit kaum noch sein Geld vermehren. Höchste Zeit also, sich mit alternativen Anlagemöglichkeiten zu beschäftigen. Folgende Themen und Fragen werden behandelt:

- Sparverhalten der Deutschen

- Möglichkeiten der Geldanlage
- Mit Aktien, Anleihen und Investmentfonds zur erfolgreichen Anlagestrategie
- Welche Risiken gilt es, bei der Geldanlage zu beachten
- Vermögen erhalten und aufbauen

Der Niedersächsische Anlegerclub (NDAC) ist einer der größten Anlegergemeinschaften Norddeutschlands und vermittelt seit mehr als 20 Jahren Wissen rund um das Thema Geldanlage. Ziel des NDAC ist es, die Bevölkerung in Sachen Geldanlage zu bilden. Es findet keine Anlageberatung statt.

Leitung: Steffen Koch

Osterburg KVHS, Raum 0.11

N78 Do, 12. Januar 2023, 18:00 - 19:30 Uhr

Das Jahr 1813 an der Elbe

Theodor Körner, der "Sänger der Schwarzen Freischar" war ein deutscher Schriftsteller und Freiheitskämpfer. Durch seine patriotischen Gedichte und seinen frühen Tod als Angehöriger des Lützowschen Freikorps in den Befreiungskriegen wurde er zur nationalen Leitfigur.

Das Freikorps Lützow und insbesondere Theodor Körnerder "Sänger der schwarzen Freischar" haben entlang der Elbe deutliche Spuren bei der Erfüllung ihres militärischen Auftrages, die napoleonische Fremdherrschaft abzuschütteln, hinterlassen. Die Ereignisse des Jahres 1813 an der Elbe werden multimedial skizziert.

Leitung: Harald-Uwe Bossert

Osterburg KVHS, Raum 0.11

N79 Mi, 15. März 2023, 19:00 - 20:30 Uhr

Die Weimarer Republik in Osterburg - zwischen Spargel und Weltwirtschaftskrise

Die Zeit zwischen den beiden Weltkriegen war in Deutschland eine sehr bewegte Zeit, so auch in Osterburg. Unter Bürgermeister August Hilliges war die Zeit von politischen Unruhen geprägt. Auch unter der Inflation litten die Osterburger. Warum diese Zeit dennoch keine Blaupause für die heutige Zeit ist, wird in diesem Vortrag erläutert.

Leitung: Florian Fischer

Osterburg KVHS, Raum 0.11

N80 Mi, 19. April 2023, 19:00 - 20:30 Uhr

Sri Lanka - Perle im indischen Ozean

Ein bunter und sehr interessanter Reisebericht zu Land und Leuten, Wirtschaft und Kultur, Traditionen, Tourismus und außergewöhnlichen Sehenswürdigkeiten.

Leitung: Renate Mollenhauer

Osterburg KVHS, Raum 0.11

N81 Mi, 10. Mai 2023, 19:00 - 20:30 Uhr

WeitereTermine werden in der Presse und im Internet veröffentlicht.



Gesprächskreis in Tangerhütte

Das Bernsteinzimmer

Der Preußenkönig Friedrich Wilhelm I. traf sich mit dem russischen Zaren Peter I. im November 1716 in Havelberg zur Unterzeichnung der "Konvention von Havelberg". Dabei wurden das Bernsteinzimmer und die königliche Staatsyacht "Die Krone" dem Zaren als Gastgeschenk überreicht. Der "Soldatenkönig" erhielt im Gegenzug 200 "Lange Kerls" aus dem Zarenreich. Zum Mythos wurde das Bernsteinzimmer, als es in den letzten Kriegstagen verschwand. Bis heute zieht dieses Geheimnis Schatzjäger geradezu magisch an.

Leitung: Harald-Uwe Bossert

Dauer: 2 U-Std., 1 Termin, 19:00 - 20:30 Uhr

Tangerhütte KVHS, Raum 1

S372 entsprechend der Nachfrage

Kunst und Geschichte Roms

Eine erfahrene Studienreiseleiterin zeigt Ihnen nicht nur die schönsten, sondern auch viele unbekannte Seiten Roms.

1. Römische Plätze, römische Brunnen

Der Filmregisseur Federico Fellini ließ die Schauspielerin Anita Ekberg 1960 in dem Film "Das süße Leben" in einem der bekanntesten Brunnen Roms baden gehen. Im 17. Jh. peitschte man mitten im August Pferdekutschen über die von Wasser geflutete Piazza Navona. Der Vortrag stellt einige der schönsten Plätze Roms und ihre verrückten Geschichten vor.

2. Das Forum Romanum und der Palatin

In der Antike war es der Nabel der Welt, im Mittelalter ein Ort, wo Schafe und Kühe geweidet wurden - das Forum Romanum hat eine wechselvolle Geschichte hinter sich. Eine kurze Einführung möchte Sie vertraut machen mit einem Ort, der kaum zu fassen ist.

3. Der Petersdom in Rom

- eine Baugeschichte von 120 Jahren

Groß sollte sie sein, die neue Kirche. Die größte Kirche der Welt ist sie dann auch geworden. 1506 begann man, dafür die bis dahin bedeutendste Basilika der Christenheit

abzureißen. Nach 120 Jahren stand der Neubau, geliebt und gehasst und bewundert, für eine Kuppel - die groß ist die größte der Welt, wenn, ja wenn da nicht das antike Pantheon wäre. Eine kurze und kurzweilige Geschichte der Architektur, die einfach fasziniert.

Leitung: Bettina Welzin

Dauer: 6 U-Std., 3 Termine, 18:00 - 19:00 Uhr

Gebühr: 21.00 Euro

Tangerhütte KVHS, Raum 2

S373 Mi, 08. November 2023, 18:00 Uhr

Namibia und Botswana: Von Windhoek zu den Viktoriafällen

Erleben Sie hautnah in diesem Reisevortrag die tollen Gegensätze zwischen Namib-Wüste und den Victoria Falls. Nicht nur gegensätzliche Landschaften dürften Sie begeistern, sondern auch einzigartige Tiererlebnisse mit Elefantenherden, Löwen und Büffeln sowie die unvergesslichen Victoria Wasserfälle des Sambesi.

Leitung: Renate Mollenhauer

Dauer: 2 U-Std., 1 Termin, 18:00 - 19:30 Uhr

Gebühr: 8,60 Euro

Tangerhütte KVHS, Raum 2

S380 Mi, 12. April 2023, 18:00 Uhr

Vietnam: Von Hanoi bis ins Mekondelta

Vietnam liegt Ihnen in all seiner Vielfalt zu Füßen. Auf dieser Erlebnistour erleben Sie sagenhafte Highlights Vietnams. Die tausendjährige Hauptstadt Hanoi mit ihrer charmanten Altstadt, die majestätische Halong Bucht mit ihren geheimnisvollen Karstfelsen durchzogen von Höhlen und Grotten, die berühmten schwimmenden Märkte bis zum Mekondeltan, der "Reisschüssel Vietnams".

Leitung: Renate Mollenhauer

Dauer: 2 U-Std., 1 Termin, 18:00 - 19:30 Uhr

Gebühr: 8.60 Euro

Tangerhütte KVHS, Raum 2

S381 Mi, 29. November 2023, 18:00 Uhr



Planen Sie Ihren Wohlfühlruhestand Was wir gewinnen, wenn wir älter werden

Der Wechsel in den Ruhestand, der Übergang von der zweiten in die dritte Lebensphase, ist einer der wichtigsten Übergänge des Lebens. Ursprünglich bestand die Ruhestandsplanung vor allem aus finanziellen Überlegungen. Finanziell abgesichert zu sein führt aber nicht automatisch zum Glück. So ist es wesentlich, weitere Aspekte, wie Gesundheit und Glück, neben den Finanzen gleichermaßen zu planen. Um Ihren Ruhestand so zu gestalten, wie Sie es sich wirklich wünschen, müssen Sie eine Vorstellung davon entwickeln, wie Ihr "Wohlfühlruhestand" sein soll und wie Sie vorgehen können, um diese Vorstellung Wirklichkeit werden zu lassen. Hier setzt der Vortrag an. Es ist eine Einladung zu einer Reise zu Ihrem Wohlfühlruhestand.

Leitung: Halmo Schierhorn

Dauer: 3 U-Std., 1 Termin, 18:00 - 20:15 Uhr

Gebühr: 10,50 Euro

Tangerhütte KVHS. Raum 2

S374 entsprechend der Nachfrage, 18:00 Uhr

Wohlfühlruhestand - Chancen und Möglichkeiten

Einer der wichtigsten Übergänge im Leben ist der Eintritt in den Ruhestand. Es lohnt sich, sich offensiv mit dem Thema zu beschäftigen, um Zufriedenheit und Wohlbefinden zu finden und die vielen Chancen der Jahre nach dem Berufsleben zu nutzen.

Ziel dieser Workshopreihe ist die Anregung zur Erhöhung der Selbstwirksamkeit sowie die Herausbildung einer klaren Vorstellung vom eigenen Wohlfühlruhestand - egal ob allein oder mit Partner. Sie erfahren welche Handlungsfelder für eine gelingende Lebensgestaltung wichtig sind. Dieser Kursreihe soll auch gegen persönliche Krisen wirken und dient der mentalen Stärkung von Geist und Seele.

"Lebensführung" und "Gelingendes Leben"

Leitung: Halmo Schierhorn

Dauer: 18 U-Std., 6 Termine, 18:00 - 20:15 Uhr

Gebühr: 63,00 Euro

Tangerhütte KVHS, Raum 1

S375 Mi, 11. Januar 2023, 18:00 Uhr

Wohlfühlruhestand - Chancen und Möglichkeiten

"Körperliches Wohlbefinden" und "Lebensstandard"

Leitung: Halmo Schierhorn

Dauer: 18 U-Std., 6 Termine, 18:00 - 20:15 Uhr

Gebühr: 63,00 Euro

Tangerhütte KVHS, Raum 2

S376 Mi, 23. August 2023, 18:00 Uhr

Das 1x1 der Geldanlage in Zeiten niedriger Zinsen

Die Zinsen für Anleger befinden sich im Keller. Wer ausschließlich in Tages- und Festgeld investiert, kann damit kaum noch sein Geld vermehren. Höchste Zeit also, sich mit alternativen Anlagemöglichkeiten zu beschäftigen.

Folgende Themen und Fragen werden behandelt:

- Sparverhalten der Deutschen
- Möglichkeiten der Geldanlage
- Mit Aktien, Anleihen und Investmentfonds zur erfolgreichen Anlagestrategie
- Welche Risiken gilt es, bei der Geldanlage zu beachten
- Vermögen erhalten und aufbauen

Der Niedersächsische Anlegerclub (NDAC) ist einer der größten Anlegergemeinschaften Norddeutschlands und vermittelt seit mehr als 20 Jahren Wissen rund um das Thema Geldanlage. Ziel des NDAC ist es, die Bevölkerung in Sachen Geldanlage zu bilden. Es findet keine Anlageberatung statt.

Leitung: Carsten Witt

Dauer: 2 U-Std., 1 Termin, 18:30 - 20:00 Uhr

Gebühr: 8,60 Euro

Tangerhütte KVHS, Raum 2

S377 Mo, 16. Januar 2023, 18:30 Uhr



Besteuerung der Rente

Seit 2005 regelt das Alterseinkünftegesetz die Besteuerung der Renten. Auf Grund dessen, müssen immer mehr Rentenbezieher Steuern zahlen, wenn die Gesamteinkünfte über dem persönlichen Freibetrag liegen. Sie erfahren, wann eine Steuererklärung abgegeben werden muss, wie sich Zusatzeinkünfte steuerlich auswirken und welche absetzbaren Aufwendungen geltend gemacht werden können. Auch die wichtigen Fristen werden genau erläutert. Der Vortrag endet mit Steuertipps und der Besprechung individueller Fragen.

Leitung: Siglinde Feind

Dauer: 6 U-Std., 2 Termine, 14:00 - 15:30 Uhr

Gebühr: 25,80 Euro

Tangerhütte KVHS, Raum 3

S378 Mi, 15. Februar 2023, 14:00 Uhr

Garten- und Landschaftsgestaltung

Sie erhalten ein theoretisches Rüstzeug, welches Sie in praxisbezogenen Projekten und unter fachlicher Anleitung anwenden und umsetzen können. Darüber hinaus treten Sie in einen Erfahrungsaustausch, diskutieren und entwickeln gemeinsam Ideen und Umsetzungsmöglichkeiten. Für die nachfolgenden Angebote gilt:

Leitung: n. n.

Dauer: 8 U-Std., 1 Samstag, 09:30 - 16:00 Uhr

Gebühr: 34.40 Euro

Gehölzschnitt

Vor Beginn des Gartenjahres ist der Gehölzschnitt eine wichtige Aufgabe. Für den Obstbaumschnitt werden verschiedene Varianten veranschaulicht, von althergebrachten bis zu alternativen Methoden. Das Schneiden und die Pflege von Ziergehölz und -bäumen spielen ebenfalls eine Rolle, da der richtige Schnitt Baumkrankheiten verhindert. Sofern der Wunsch und die Bereitschaft bestehen, kann der Workshop auch gerne im Garten eines Teilnehmers stattfinden.

Osterburg KVHS und ein Garten der Umgebung

N82 Sa, 4. März 2023, 09:30 Uhr N83 Sa, 18. November 2023, 09:30 Uhr

Natur- und Klimaschutzgärten, Artenvielfalt

Fast unbemerkt verschwindet das Leben um uns herum: der orange gefleckte Aurorafalter, der schöne Gesang des Gartenrotschwanzes, die Sprünge des niedlichen Eichhörnchens von Baum zu Baum oder das tippelnde Vorbeihuschen des Igels zur Dämmerung. Die Ursachen für die Artenverluste sind vielfältig, teilweise auch hausgemacht. Das Seminar gibt Impulse und zeigt Wege auf, wie man die Artenvielfalt erhalten kann. An praxisnahen Beispielen wird erläutert, wie man den schleichenden Artenverlusten und dem Trend zu Schottergärten entgegenwirken kann. Sollten Sie selbst Besitzer eines Gartens sein, so sind Sie herzlich dazu eingeladen, gemeinsam Möglichkeiten einer naturnahen Umgestaltung zu diskutieren. Unter fachlicher Anleitung erhalten Sie Anregungen, Ihre Ideen und Vorstellungen praktisch umzusetzen.

Wahrenberg Elbehof

N84 Sa, 1. April 2023, 09:30 Uhr



Wie gestalte ich meinen Garten bienen- und insektenfreundlich?

In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie Ihren Garten nicht nur nach praktischen und ästhetischen Gesichtspunkten, sondern insbesondere auch unter dem umweltfreundlichen Aspekt anlegen und gestalten können. Der Lebensund Ernährungsraum der Bienen und Insekten wird erwiesenermaßen zunehmend eingeschränkt. Als Gartenbesitzer können Sie mit Ihrem Einsatz einen Beitrag dafür leisten, um dieser Entwicklung entgegenzuwirken.

Leitung: Caroline Preuß
Dauer: 2 U-Std., 1 Abend

Gebühr: 8,60 Euro

Tangerhütte KVHS

S379 entsprechend der Nachfrage







Kultur macht stark

In unseren Angeboten der Kulturellen Bildung erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Persönliche und berufliche Interessen lassen sich dabei optimal miteinander verbinden. Im Bereich der kulturellen Medienbildung finden Sie Angebote, in denen Sie Iernen, sich den vielfältigen Herausforderungen im Prozess der Digitalisierung der Gesellschaft zu stellen und sich in allen Lebensbereichen zu orientieren.

Kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Bürgerinnen und Bürger Zugänge zur Kultur und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe, sie fördert Integration und Inklusion. "Gerade die sozialen, kreativen und kommunikativen Potenziale der kulturellen Erwachsenenbildung sind perspektivisch von großer und wachsender Bedeutung", betont etwa auch die Enquete-Kommision "Kultur in Deutschland" in ihrem Abschlussbericht.

Literatur

Kreatives Schreiben

Ich erinnere mich...

In jeder Familie gibt es viele schöne, spannende und berührende Geschichten. Darum sollte man sie aufschreiben – für sich selbst, für die Familie, besonders für die Enkelkinder

In diesem Kurs bekommen Sie viele Anregungen und die Unterstützung einer Fachfrau, wie bewahrenswerte Erlebnisse und Episoden zu Papier gebracht werden können, damit man sie auch später gerne liest.

Leitung: Diana Kokot

Dauer: 18 U-Std., 6 Termine, 14-tägig,

15:00 - 17:15 Uhr

Gebühr: 108,00 Euro

NEU

Osterburg KVHS

N101 Fr, 15. Februar 2023, 15:00 Uhr

Frauenlesenacht

Haben Sie die Muße, kreativ zu sein, Gedichte oder Geschichten zu schreiben? Nun fehlt noch der letzte Schritt, mit dem eigenen Text in die Öffentlichkeit zu gehen. Bei der Frauenlesenacht ist die beste Gelegenheit, Mut zu zeigen und im Kreise gleichgesinnter und interessierter Frauen etwas vorzutragen. Natürlich kann man auch nur zuhören und alles auf sich wirken lassen.

Leitung: Diana Kokot

Dauer: 5 U-Std., 1 Termin, 20:30 - ca. 23:30 Uhr

Gebühr: 21,00 Euro inkl. Catering

Osterburg Gymnasium, Mensa

N102 Fr, 29. September 2023, 20:30 Uhr

Lesefrühstück zum Advent - Osterburg

Stimmen Sie sich mit einem weihnachtlichem Lesefrühstück auf die Adventszeit ein. Genießen Sie hausgemachte Marmeladen und erfahren Sie Interessantes über Herstellung und Zutaten ganz besonderer und einmaliger Marmeladenkreationen. Lauschen Sie dann den kurzweiligen und spannenden Ausführungen Christina Beckers zu Neuerscheinungen aus der Bücherwelt: Erhalten Sie

Tipps zum Lesen oder Verschenken. Ob ein spannender Politthriller, ein historischer Roman, ein Sachbuch oder eine lesenswerte Geschichte für Kinder - auch hier ist für ieden Geschmack etwas dabei.

Leitung: Christina und Dieter Becker, Seehausen Dauer: 3 U-Std., 1 Vormittag, 09:00 - 11:15 Uhr

Gebühr: 12,60 Euro

zzgl. 3,00 Euro Lebensmittelumlage

Osterburg KVHS, Raum 0.11

N103 Sa, 25. November 2023, 09:00 Uhr

Fotografie

Entspannung durch (meditative) Fotografie

Suchen Sie nach einer entspannenden Ablenkung vom Alltagsstress? Zeit in der Natur zu verbringen tut Körper und Seele gut, besonders wenn man es bewusst erlebt. Genau darum geht es bei der meditativen Fotografie, da man sich beim Fotografieren auf die kleinen, unaufgeregten Dinge konzentriert und diese dabei viel bewusster wahrnimmt.

Durch die kleine Gruppe ist viel Zeit zur Erklärung und zum Ausprobieren. Die technischen Kenntnisse sind auch für Anfänger gut umsetzbar. Deshalb ist der Kurs auch für Jugendliche ab ca. 12 Jahren geeignet.

Bitte die eigene Kamera mitbringen.

Optimal: Digitalkamera mit Speicherkarte, Smartphone ist auch möglich.

Sollte es stark regnen, wird der Kurs um eine Woche verschoben.

Leitung: n. n.

Dauer: 5 U-Std., 1 Termin, 14:00 - 17:45 Uhr

Gebühr: 21,00 Euro

Osterburg Krumker Park

N104 Sa, 06. Mai 2023, 14:00 Uhr

Reisefotografie

Sie fotografieren gerne, sind mit den Ergebnissen aber oft nicht zufrieden? In diesem Kurs lernen Sie neben dem Umgang mit den technischen Möglichkeiten Ihrer Kamera, worauf man schon beim Fotografieren achten sollte, um wirklich schöne Urlaubsfotos zu bekommen.

Leitung: Katrin Mushak Dauer: 15 U-Std., 5 Termine

Gebühr: 63.00 Euro

Osterburg KVHS, PC-Raum

N105 Di, 30. Mai 2023, 09:30 - 11:45 Uhr

Tangerhütte KVHS, PC-Raum

S401 Di, 29. August 2023, 17:00 - 19:15 Uhr

Fotos nachbearbeiten

Sie haben tolle Motive, aber das Foto ist nicht ganz geglückt? In diesem Kurs lernen Sie, diese Fotos mit Ihrer eigenen Software nachzubearbeiten. Bitte Fotos und die zur Kamera gehörende Software auf dem eigenen Laptop mitbringen.

Leitung: Katrin Mushak
Dauer: 15 U-Std., 5 Termine

Gebühr: 73.50 Euro

Osterburg KVHS. PC-Raum

N106 entsprechend der Nachfrage

Tangerhütte KVHS, Raum 3

S402 Di, 07. November 2023, 17:00 - 19:15 Uhr

Fotografieren mit dem Smartphone

siehe Kurs N376 und S679 auf Seite 61.

Malen, Zeichnen, Kalligraphie

Aquarell am Vormittag

Es geht in diesen Stunden darum, Freude zu haben: Freude am Umgang mit Farben und Papier, Freude an der Bewegung des Malens, an den Farben und an unterschiedlichsten Papieren. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.



Das "In-sich-Vertiefen" gleicht meditativen Übungen. Interessant sind Landschaften, Naturobjekte und Blumen. Aquarell kann auch sehr wirkungsvoll in Abstrakt daherkommen. Es gibt kein richtig oder falsch. Die Freude am Malen währt umso länger, je mehr man über Farben, Material, Komposition, Pinselführung, Licht und

Blickwinkel weiß. Freuen Sie sich auf den kreativen Austausch in einer kleinen Runde und staunen Sie, wie Ihre ersten Bilder entstehen. Probieren Sie es aus. Es ist nie zu spät, sich auf ein ausfüllendes Hobby einzulassen.

Leitung: Birgit Müller-Hock

Dauer: 30 U-Std., 10 Termine, 11:00 - 13:15 Uhr

Gebühr: 135,00 Euro

Arneburg Tourismusbüro

S403 Mo, 30. Januar 2023, 11:00 Uhr

Arneburg Tourismusbüro

S404 Mo, 17. April 2023, 11:00 Uhr S405 Mo, 4. September 2023, 11:00 Uhr

Malen für Einsteiger - Wochenendworkshop

Sie brauchen keinerlei Vorkenntnisse. Trauen Sie sich und probieren Sie (sich) einfach aus! Sie starten mit einer Übung, bei der es darum geht, Kohle oder Graphit locker zu handhaben, um damit dann sowohl Formen als auch Strukturen aufs Papier zu bringen. Danach kommen Pinsel und Farbe zum Einsatz. Im Laufe des Tages können verschiedene Techniken und Materialien ausprobiert werden. Diese empfiehlt die Kursleiterin individuell je nach Vorlieben der einzelnen Teilnehmer. Es werden Beispiele alter Meister aus verschiedenen Epochen vorgestellt, die Orientierung und Inspiration geben können. Ziel dabei ist es nicht, die berühmten Kunstwerke eins zu eins zu kopieren, sondern Spaß an der Malerei zu entwickeln undzu haben. Die Ergebnisse am Ende dieses Maltages sind zumeist verblüffend. Materialien können gegen einen Unkostenbeitrag von der Kursleiterin zur Verfügung gestellt werden.

Leitung: Heike Buchholz

Dauer: 8 U-Std., 1 Samstag, 10:00 - 16:00 Uhr Gebühr: 36,00 Euro zzgl. Materialkosten

Schönhausen Kreativwerkstatt Heike Buchholz

N107 Samstag, 10:00 Uhr

Kreativ in Form und Farbe - Fortgeschrittene

Sie erlernen und praktizieren verschiedene Techniken der Malerei, so z. B. die Acryl- und Aquarellmalerei und das Arbeiten mit Pastellkreide. Dabei stehen unterschiedliche Motive und Themen im Mittelpunkt der Gestaltung.

Leitung: Conny Schaar

Dauer: 30 U-Std., 10 Termine, 18:30 - 20:45 Uhr

Gebühr: 135,00 Euro

Osterburg KVHS Stendal, Raum 2.6

N108 Di, 14. März 2023, 18:30 Uhr

N109 Di, 15. September 2023, 18:30 Uhr

Kreativ in Form und Farbe - Wochenend-Workshop

Sie erkunden die Natur, um diese zeichnerisch und farbig umzusetzen. Dazu wählen Sie einen geeigneten Ort in der Altmark mit seinen reizvollen Motiven aus und lassen sich inspirieren. In diesem Jahr ist es Schernikau bei Arendsee. Sie treffen sich an der KVHS in Osterburg.

Der Wochenend-Workshop ist für Fortgeschrittene gedacht.

Leitung: Conny Schaar

Dauer: 10 U-Std., 2 Abende, Sa + So

ieweils 16:00 - 19:45 Uhr

Gebühr: 45.00 Euro

Osterburg KVHS, Raum 2.6 N110 Juni/Juli 2023

Landschaftsmalerei und Grafik Einsteiger und Fortgeschrittene

Sie sind kompletter Neuling auf dem Gebiet des Malens oder schon ein alter Hase. Dieser Kurs ist für alle gleichermaßen geeignet. Sie werden von der Anlage bis zum fertigen Bild unter fachlicher Anleitung an die verschiedensten Techniken herangeführt: Bleistift, Buntstift, Pastell, Feder, Aquarell, Tempera, Gouache, Öl auf

NE

Leinwand, Hartfaser oder Fliese und Porzellan sowie Mischtechniken.

Leitung: Horst Schock

Dauer: 36 U-Std., 12 Termine

mittwochs, 16.30 - 18:45 Uhr

donnerstags, 15:00 - 17:15 Uhr

Gebühr: 162.00 Euro

Sandau	Atelierhaus, Beguinenstraße 1
N111	Mi, 01. März 2023, 16:30 Uhr
N112	Mi, 13. September 2023, 16:30 Uhr
N113	Do, 02. März 2023, 15:00 Uhr
N114	Do. 14. September 2023, 15:00 Uhr

Gewusst wie - zeichnen und malen kann jeder

Sie praktizieren verschiedene Techniken der Malerei und Grafik. Dabei stehen unterschiedliche Motive und Themen im Mittelpunkt der Gestaltung.

Leitung: Christine Kowalkowski

Dauer: 15 U-Std., 5 Termine, 16:45 - 19:00 Uhr Gebühr: 70,50 Euro zzgl. anteilige Raummiete

 Schollene
 Bibliothek

 N115
 Di, März 2023, 16:45 Uhr

 N116
 Mi, März 2023, 16:45 Uhr

 N117
 Di, September 2023, 16:45 Uhr

 N118
 Mi, September 2023, 16:45 Uhr

Farbstimmungen - klein, aber oho!



Lernen Sie verschiedene Zufallstechniken kennen und gestalten Sie ausdrucksvolle, abstrakte Farbstimmungen.

Dieser Workshop ist besonders gut geeignet, wenn Sie mit kleinen Formaten starten und sich

vielfältig ausprobieren möchten. Es entstehen Mini-Kunstwerke, mit denen Sie sich oder anderen eine Freude machen können. Wie wäre es, wenn Sie Ihre eigenen Kunstkarten verschicken? Gerade in Zeiten von Handy & Co. ist das doch etwas Besonderes. Der Workshop bietet zudem die Möglichkeit, Untersetzer oder kleine Faltschachteln farbig zu gestalten, z. B. für Geldgeschenke. Lassen Sie sich inspirieren! Sie werden begeistert von Ihren Kunstwerken sein. Ganz nach dem Motto: "Klein, aber oho!" Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Herzlich willkommen ist, wer Interesse am kreativen Arbeiten mit Farben hat oder es schon immer mal ausprobieren sollte.

Foto: m. Böttcher

Leitung: Nicole Böttcher

Dauer: 4 U-Std., 1 Termin, 10:30 - 13:30 Uhr Gebühr: 20,00 Euro zzgl. 10,00 Euro Material

und Raumnutzung

Stendal Kreativatelier, Moltkestraße 42

N119 Sa, 18. Februar 2023, 10:30 Uhr

N120 samstags, entsprechend der Nachfrage

Malen in verschiedenen Techniken Einsteiger und Fortgeschrittene

Treffen Sie sich im kreativen und inspirierenden Ambiente in der Schönhauser Kreativwerkstatt von Heike Buchholz. Zunächst werden verschiedene Maltechniken gezeigt sowie Bild- und Farbkomposition erklärt. Inspirieren lassen Sie sich von den Bildern bekannter Maler. Sie beginnen mit ihren Motiven. Später nutzen Sie eigene. Dieser Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet, da eine individuelle Förderung stattfindet. Gearbeitet wird ohne Leistungs- und Zeitdruck. Die Freude am Malen steht im Mittelpunkt.

Bereits vorhandenes Material kann mitgebracht werden. Weiteres Material kann gegen einen Unkostenbeitrag im Kurs zur Verfügung gestellt werden. Somit besteht gleichzeitig die Möglichkeit, verschiedene Materialien auszuprobieren, bevor man sie sich selbst kauft.

Leitung: Heike Buchholz

Dauer: 18 U-Std., 6 Termine, 18:00 - 20:15 Uhr Gebühr: 81,00 Euro zzgl. Materialkosten

Schönhausen Kreativwerkstatt Heike Buchholz

N121 dienstags, 18:00 Uhr



Malworkshop - inspiriert von Vincent van Gogh Einsteiger und Fortgeschrittene

Vincent van Gogh ist als leidenschaftlicher Maler bekannt, der zu Lebzeiten weder Lob noch Anerkennung erhielt. Später erlangten seine Bilder Weltruhm. Sie werden sich anschauen, wie er es geschafft hat, dass seine Werke so lebendig wirken, sodass man den Wind sieht und die Sonne spürt. Wir sprechen über Farbkomposition und Pinselstrich und führen am Anfang des Tages einfache Übungen dazu durch. Von der Wirkung lassen wir uns überraschen und werden erstaunt sein. Anschließend nutzen wir die Motive van Goghs als Inspiration für die eigenen Bilder. Die Kursleiterin berichtet über das Leben und das Werk des bekannten Malers. Im Vordergrund bei diesem Workshop steht jedoch das eigene Malen, das Ausprobieren, das Experimentieren mit Pinsel und Farbe.

Dieser Workshop ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet, da eine individuelle Förderung stattfindet.

Vorhandenes Material kann mitgebracht werden. Weiteres kann im Kurs gegen Unkostenbeitrag zur Verfügung gestellt werden.

Leitung: Heike Buchholz

Dauer: 8 U-Std., 1 Samstag, 10:00 - 16:00 Uhr Gebühr: 36,00 Euro zzgl. Materialkosten

Schönhausen Kreativwerkstatt Heike Buchholz

N122 Sa, 10:00 Uhr

Malworkshop: Ausdrucksstarke Malerei - inspiriert von der Künstlergruppe Brücke - Einsteiger und Fortgeschrittene

Thematisch steht dieser Tagesworkshop unter dem Motto: ausdrucksstarke Malerei.

Zu Beginn des Workshops werden die ausdrucksstarken Bilder der Künstlergruppe Brücke betrachtet und als Inspiration für die eigene Malerei genutzt. Dabei werden Farb- und Bildkomposition vermittelt. Im Vordergrund dieses Tages steht das eigene Ausprobieren und Experimentieren, wofür keine Vorkenntnisse erforderlich sind. Die Künstlergruppe Brücke bestand von 1905 bis 1913 und gilt heute als wichtiger Vertreter des Expressionismus.

Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet, da eine individuelle Förderung stattfindet.

Vorhandenes Material kann mitgebracht werden. Weiteres wird gegen Gebühr von der Kursleiterin zur Verfügung gestellt.

Leitung: Heike Buchholz

Dauer: 8 U-Std., 1 Samstag, 10:00 - 16:00 Uhr Gebühr: 36,00 Euro zzgl. Materialkosten

Schönhausen Kreativwerkstatt Heike Buchholz

N123 Sa, 10:00 Uhr

Acrylic Pouring - Acryl-Gießen Einsteiger und Fortgeschrittene



Acrylic Pouring (Acryl-Gießen) ist eine experimentelle Maltechnik und steht für das Gießen von flüssiger Acrylfarbe, um damit wunderschöne, abstrakte Bilder zu kreieren. Das Schöne daran ist, dass man keinerlei Vorerfahrung im Zeichnen oder

Malen benötigt, sondern schon innerhalb kurzer Zeit erste gelungene Werke erstellen kann. Interessant und besonders spannend dabei ist: Man weiß am Anfang nicht, wie das Bild genau aussehen wird ... und jedes Bild ist ein Unikat. Keines wird wie das andere, auch wenn Sie dieselbe Technik und dieselben Farben verwenden.

Wie aber funktioniert Acrylic Pouring genau? Was für Materialien braucht man dafür? Und worauf sollte man achten? In diesem Kurs erfahren Sie alles Wissenswerte, lernen verschiedene Pouring-Techniken kennen und schaffen Ihr erstes kreatives Werk.

Zum Kurs bitte mitbringen: zwei Keilrahmen (max. 20x20 cm), Einmalhand-schuhe, Malerkreppband 2 cm breit, Hammer, unempfindliche Arbeitskleidung. Das weitere Material Acrylfarben und Acrylic-Pouring-Medium erhalten Sie bei der Dozentin.

Foto: Acrylic Pouring Bild von U. Herrmann

Leitung: Ursula Herrmann Dauer: 6 U-Std., 2 Termine

Gebühr: 27,00 Euro zzgl. 15,00 Euro Material

Osterburg KVHS, Raum 3.4 N124 samstags, 14:00 Uhr N125 wochentags, 18:00 Uhr



Ölmalerei und Grafik

Wir beschäftigen uns mit den Techniken der Ölmalerei, einschließlich Skizzen, Proportionen, Farbkompositionen, Maluntergründe und Materialien. Wer die Vielfalt der Ölmalerei entdecken möchte, macht einfach mit. Unser Team freut sich über Verstärkung. Neueinsteiger sind herzlich willkommen.

Leitung: Horst Menzel

Dauer: 36 U-Std., 12 Termine, 18:30 - 20:45 Uhr

Gebühr: 162,00 Euro

Tangerhütte KVHS, Raum 1

 \$406
 Mo, 27. Februar 2023, 18:30 Uhr

 \$407
 Mi, 22. Februar 2023, 18:30 Uhr

 \$408
 Mo, 21. August 2023, 18:30 Uhr

 \$409
 Mi, 24. August 2023, 18:30 Uhr

Kalligraphie-Treff - Englische Schreibschrift

Diese Schrift etablierte sich im 17. und 18. Jahrhundert als Kunstschrift in vornehmen Kreisen. Zum ersten Mal wurden die Buchstaben miteinander verbunden. Sie werden mit der Spitzfeder in einer deutlichen Rechtsneigung geschrieben und können mit Schwüngen und Verzierungen eine elegante Wirkung erzielen. Die Beherrschung dieser Schrift erfordert Ruhe, Konzentration, Beachtung von speziellen Schreibregeln und natürlich ausgiebiges Üben. Sie eignet sich hervorragend für festliche Anlässe.

Über mitzubringende Materialien werden Sie bei Anmeldung und in der postalischen Einladung informiert.

Leitung: Annedore Händel

Dauer: 18 U-Std., 6 Termine, 16:00 - 18:15 Uhr Gebühr: 46,00 Euro zzgl. Material und Skript

Osterburg KVHS, Raum 3.4

N126 Di, 14. Februar 2023, 16:00 Uhr

Kalligraphie-Treff - Unziale

Die Unziale ist eine Buchschrift, die nur aus Großbuchstaben besteht. Sie entstand in den ersten Jahrhunderten n. Chr. im Zuge der Verbreitung des Christentums. Hervorzuheben ist der ornamentale, voluminöse Charakter dieser Schrift, der die Rundungen betont und Ruhe ausstrahlt. Schreibtechnisch ist sie recht gut zu bewältigen und eignet sich deshalb gut für den Anfänger.

Nach Einschreibübungen erlernen die Teilnehmenden Schritt für Schritt die einzelnen Buchstabenformen. Dafür stellt die Dozentin eine Handreichung zur Verfügung. Das Schreiben und Gestalten kleinerer Projekte wie Tischkarten und Lesezeichen runden den Kurs ab.

Zum Kurs bitte mitbringen: Federhalter, Bandzugfeder 3mm (Brause), Kalligraphietinte, Papier, Haushaltstuch, Wasserglas, Unterlage, Spitzpinsel (Größe 4–6). Federn, Federhalter, Tinte und Papier sind im Kurs erhältlich.

Leitung: Annedore Händel

Dauer: 9 U-Std., 3 Termine, 14:00 - 16:15 Uhr Gebühr: 40,50 Euro zzgl. Material und Skript

Tangerhütte KVHS, Raum 2

S410 Mi, 12.04., 19.04., 26.04.2023, 14:00 Uhr

Kalligraphie-Treff - Karolingische Minuskel

Die karolingische Minuskel entstand als Ergebnis einer umfassenden Schriftreform Karls des Großen im 8. Jahrhundert. Dieser Reform verdanken wir das Aussehen unserer heutigen Kleinbuchstaben. Die karolingische Minuskel ist schreibtechnisch gut zu bewältigen und damit auch für Anfänger geeignet. Sie besitzt eine zeitlose Aktualität, ist gut lesbar und kann in vielen Fällen mit anderen Schriften kombiniert werden.

Zum Kurs bitte mitbringen: Federhalter, Feder (2 oder 3 mm), Kalligraphietinte, Aquarellpapier, Bleistift, Lineal, Wasserglas, Pinsel und eine Unterlage. Federn.

Federhalter, Papier und Tinte sind bei der Dozentin erhältlich.

Leitung: Annedore Händel

Osterburg KVHS, Raum 3.4

 S410
 Di, 07. November 2023, 16:00 Uhr

 Dauer:
 12 U-Std., 4 Termine, 16:00 - 18:15 Uhr

 Gebühr:
 54,00 Euro zzgl. Material und Skript



Tangerhütte KVHS, Raum 2

 S411
 Mi, 01.11., 08.11., 15.11.2023, 14:00 Uhr

 Dauer:
 9 U-Std., 3 Termine, 14:00 - 16:15 Uhr

 Gebühr:
 40,50 Euro zzgl. Material und Skript

Kalligraphie-Treff - Schmuckbuchstaben

Wie der Name schon verrät, handelt es sich um besonders attraktive Buchstabenformen, die aus Schmuckalphabeten ausgesucht werden. Nach Vorlagen werden verschiedene Varianten der Buchstaben mit unterschiedlichen Techniken umgesetzt. Sie können sowohl einzeln als auch als Monogramm oder Initiale im Text eingebunden dargestellt werden. In Kombination mit verschiedenen Schriftarten sind die Schmuckbuchstaben ein wichtiges Gestaltungselement einer Kalligraphie.

Freude am detaillierten Zeichnen und am Umgang mit Farben und unterschiedlichen Schreibmaterialien sind eine wünschenswerte Voraussetzung für diesen Kurs.

Zum Kurs bitte mitbringen: Nachfolgende Materialien können auch bei der Dozentin erworben werden:

Federn (Spitzfedern und Bandzugfedern in unterschiedlichen Größen), Federhalter, Tinten in verschiedenen Farben, Gouache, Spitzpinsel in verschiedenen Größen.

Unterlage, Wasserglas, Bleistift, Lineal, Haushaltspapier, Radiergummi, Schere oder Cutter, Aguarellpapier,

Falls vorhanden: Aquarellfarben, Filz-, Gel- und Buntstifte, Tusche. Fineliner

Leitung: Annedore Händel

Dauer: 4 U-Std., 1 Termin, 10:00 - 13:00 Uhr Gebühr: 18,00 Euro zzgl. Material und Skript

Osterburg KVHS, Raum 2.6

N128 Sa, 02. Dezember 2023, 10:00 Uhr

Textiles Gestalten - Nähen

Nähen leicht gemacht - Einsteiger

In diesem Kurs erlernen Sie das Nähhandwerk von der Pike auf. Sie erhalten eine intensive Einweisung in die Funktionsweise und den Umgang mit der Nähmaschine. Sie erlernen die wichtigsten Stiche und werden in die Grundlagen des Schneidens eingeführt. Ebenso wird auf typische Fehlerquellen aufmerksam gemacht. Sie nähen z.B. Raumtextilien wie Kissenhüllen oder Tischdecken. Sie haben die Möglichkeit, Kleidungsstücke zu reparieren und zu ändern.

Mitzubringen: eigene Nähmaschine (kann in Havelberg, Osterburg und Tangerhütte auf Anfrage auch ausgeliehen werden), Stoffe, ggf. auch ausrangierte Textilien zum Üben, Nähutensilien wie Schere und Garne.

Havelberg KVHS, Raum B 201 **N129 dienstags, 17:00 Uhr**

Leitung: Gisela Brunner

Dauer: 30 U-Std., 10 Termine, 17:00 - 19:15 Uhr Gebühr: 126.00 Euro zzgl. Materialkosten

Osterburg KVHS, Raum 2.6

N130 Mo, 23. Januar 2023, 18:00 Uhr

Leitung: Birgitt Schulze

Dauer: 32 U-Std., 8 Termine, 18:00 - 21:00 Uhr Gebühr: 134,40 Euro zzgl. Materialkosten

Osterburg KVHS, Raum 2.6

N131 Di, 06. und 13. Juni 2023, 18:30 Uhr

Leitung: Birgitt Schulze

Dauer: 8 U-Std., 2 Termine, 18:30 - 21:30 Uhr Gebühr: 33,60 Euro zzgl. Materialkosten

Nähen leicht gemacht - Fortgeschrittene

Sie sind im Umgang mit der Nähmaschine kein Neuling mehr und möchten Ihre praktischen Fertigkeiten erweitern und diese unter fachfraulicher Anleitung in kleineren und größeren Projekten umsetzen und dazu hilfreiche Tipps und Tricks erhalten.

Mitzubringen: eigene Nähmaschine (kann auf Anfrage in Havelberg, Osterburg und Tangerhütte auch ausgeliehen werden). Nähutensilien wie Schere und Garne.

Groß Garz Gemeindehaus

N131 Di, 05. September 2023, 18:30 Uhr N132 Do, 07. September 2023, 18:30 Uhr

Leitung: Rita Maier

Dauer: 32 U-Std., 8 Termine, 18:30 - 21:30 Uhr

Gebühr: 134,40,00 Euro inkl. Raumnutzung,

zzgl.Materialkosten

Havelberg KVHS, Raum B 201

N134 Mo, 13. Februar 2023, 17:00 Uhr

Leitung: Ingrid Raschke

Dauer: 30 U-Std., 10 Termine, 17:00 - 19:15 Uhr

Havelberg KVHS, Raum B 201

N135 Mo, 11. September 2023, 17:00 Uhr

Leitung: Ingrid Raschke

Dauer: 30 U-Std., 10 Termine, 17:00 - 19:15 Uhr

Gebühr: 126,00 Euro zzgl. Materialkosten

Havelberg KVHS, Raum B 201 N136 dienstags, 17:00 Uhr Leitung: Gisela Brunner

Dauer: 30 U-Std., 10 Termine, 17:00 - 19:15 Uhr

Gebühr: 126,00 Euro zzgl. Materialkosten

Osterburg KVHS, Raum 2.6

 N137
 Sa, 01. April 2023, 09:00 Uhr

 N138
 Sa, 06. Mai 2023, 09:00 Uhr

 N139
 Sa, 03. Juni 2023, 09:00 Uhr

 N140
 Sa, 01. Juli 2023, 09:00 Uhr

 N141
 Sa, 29. Juli 2023, 09:00 Uhr

 N142
 Sa, 19. August 2023, 09:00 Uhr

Leitung: Rita Maier

Dauer: 9 U-Std., 1 Termin, 09:00 - 15:45 Uhr Gebühr: 37.80 Euro zzgl. Materialkosten

Osterburg KVHS, Raum 2.6

N143 Mo, 18. September 2023, 18:00 Uhr

Leitung: Birgitt Schulze

Dauer: 32 U-Std., 8 Termine, 18:00 - 21:00 Uhr Gebühr: 134,40 Euro zzgl. Materialkosten

Nähkurs für Jedermann

Nähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene. Teilnehmende ohne Vorkenntnisse erlernen das Nähhandwerk von der Pike auf und erhalten eine Einweisung in die Funktionsweise und den Umgang mit der Nähmaschine.

Sie haben schon Vorkenntnisse und möchten Ihre praktischen Fertigkeiten unter Anleitung erweitern, dann erhalten Sie in diesem Kurs fachliche Anleitungen, ob Sie zum Beispiel Kleidungsstücke jeglicher Art ändern, Reißverschlüssen einnähen, Hosen, Röcke, Ärmel kürzen oder Heimtextilien, Taschen oder modische Accessoires herstellen möchten. Ihre Wünsche werden berücksichtigt. Tipps und Kniffe sind inbegriffen.

Bitte mitbringen: eigene Nähmaschine (kann auf Anfrage ausgeliehen werden), Nähutensilien wie Schere, Garne usw.

Osterburg KVHS, Raum 2.6

N144 Mi, 15. Februar 2023, 13:30 Uhr

Leitung: Birgitt Schulze

Dauer: 40 U-Std., 10 Termine, 13:30 - 16:30 Uhr

Gebühr: 168,00 Euro zzgl. Materialkosten

Wust-Fischbeck, Grundschule

S412 Sa, 18. März 2023, 13:00 Uhr S413 Sa, 30. September 2023, 13:00 Uhr

Leitung: Heide Kruspe

Dauer: 18 U-Std., 6 Termine, 13:00 - 15:15 Uhr

Gebühr: 75,60 Euro zzgl. Materialkosten

Tangerhütte KVHS, Raum 1

S414 Fr, 15. Februar 2023, 16:30 Uhr S415 Fr, 29. September 2023, 16:30 Uhr

Leitung: Heide Kruspe

Dauer: 18 U-Std., 6 Termine, 16:30 - 18:45 Uhr

Gebühr: 75,60 Euro zzgl. Materialkosten

Schon gelesen?

Ferienkurse für Kids und Teens in Osterburg und Groß Garz, Kurse ab Kurs N22, Seite 14.



Nähen - Patchworkkurs

Sie sind fasziniert von dieser Nähform und können sich für Patchwork-Decken, Kissen, Taschen oder andere textile Accessoires begeistern? Hier erlernen Sie die Grundlagen dieser Nähtechnik. Anhand verschiedener Modelle nähen Sie unter fachfraulicher Anleitung ein Patchwork-Kissen, eine kleine bis mittelgroße Patchwork-Decke oder Ähnliches. Werkzeuge wie Rollschneider, Lineal und Matte werden zur Verfügung gestellt.

Bitte mitbringen: eigene Nähmaschine (kann auf Anfrage ausgeliehen werden)

Leitung: Birgitt Schulze

Dauer: 10 U-Std., 1 Termin, 09:00 - 17:00 Uhr

Osterburg KVHS, Raum 2.6

N145 Sa, 11. Februar 2023, 09:00 Uhr

Osterburg KVHS, Raum 2.6

N146 Sa, 07. Oktober 2023, 09:00 Uhr Gebühr: 42,00 Euro zzgl. Materialkosten

Nähen mit Overlock - Einsteiger

In diesem Kurs werden Sie in die Funktionsweise und den praktischen Umgang mit einer Overlock-Nähmaschine eingeführt. Anhand kleiner Projekte üben Sie das Nähen mit dieser Nähmaschine. Mit dieser lassen sich z.B. die Stoffkanten einfacher zusammennähen und versäubern. Des Weiteren lassen sich bestimmte Stoffe, wie z.B. Jersey, besser verarbeiten.

Bitte mitbringen: Stoffe (können aber auch bei der Dozentin erworben werden), Nähutensilien, eigene Overlock-Nähmaschine

Leitung: Birgitt Schulze

Dauer: 10 U-Std., 1 Termin, 09:00 - 17:00 Uhr

Gebühr: 42,00 Euro zzgl. Materialkosten

Osterburg KVHS, Raum 2.6

N147 Sa, 11. März 2023, 09:00 Uhr N148 Sa, 14. Oktober 2023, 09:00 Uhr

Stricken, Sticken, Häkeln

Allerlei rund ums Stricken

Stricken ist der Klassiker unter den Handarbeitstechniken. Ob Socken, Mützen, Pullis - kuschelige Maschen sind angesagter denn je. In diesem Kurs erlernen Sie alle wichtigen Grundlagen, z. B. über Nadeln, Wolle und weiteres Zubehör und erhalten Tipps und Kniffe. Willkommen sind "Anfänger", aber auch "Könnerinnen", die nach längerer "Strickabstinenz" ihre Strickfertigkeiten aufpolieren möchten.

Mitzubringen: Wolle, verschiedene Stricknadeln

Leitung: Angela Dietrich

Dauer: 21 U-Std., 7 Termine, 18:00 - 20:15 Uhr

Gebühr: 88,20 Euro

Osterburg KVHS, Raum 2.6

N149 entsprechend der Nachfrage

Töpfern und Keramik

In den nachfolgenden Töpferkursen können Sie auch ohne Vorkenntnisse mit dem Naturmaterial Ton und mineralischen Glasuren gebrauchsfertige Objekte gestalten. Das Erlernen von Grund- und Aufbautechniken mit dem Werkstoff Ton steht dabei im Vordergrund. Diese Kurse sind hervor agend geeignet, um für Haushalt, Garten- und Hofgestaltung sowohl Nützliches als auch Dekoratives in eigener Hindarbeit herzustellen. Die Kurse sind für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Töpferkurse am Vormittag

Leitung: Grit Rademacher

Dauer: 18 U-Std., 6 Termine, 10:00 - 12:15 Uhr

Gebühr: 75.60 Euro

zzgl. Material- und Brennkosten

Tangerhütte OT Jerchel, Atelier Grit Rademacher S416 Mi, 15. Februar 2023, 10:00 Uhr S417 Mi, 06. September 2023, 10:00 Uhr

Töpferkurse am Abend

Leitung: Marita Spanier

Dauer: 15 U-Std., 5 Termine, 19:00 - 21:30 Uhr

Gebühr: 63,00 Euro zzgl. Materialund Brennkosten, Raummiete

 Goldbeck
 Friedrich-Ebert-Straße 4

 N150
 Di, 07. März 2023, 19:00 Uhr

 N151
 Di, 05. September 2023, 19:00 Uhr

Handwerkliches und Kreatives Gestalten Aufarbeitung von Möbeln, Textilien u. mehr

Shabby Chic mit Kreidefarben

Lassen Sie sich verführen in die fantastische Welt des Vintage Looks. Verleihen Sie Ihren Schätzen - Möbeln u.v.m. - ein bezauberndes neues Kleid mit Kreidefarben. Sie erlernen Techniken - Tricks und Tipps inbegriffen -, mit denen Sie Ihren Schätzen einen authentisch wirkenden Look, ob rustikal oder elegant, verleihen können. Zu den Techniken gehören: Der



Crackle Effect, das Schablonieren, die Transfertechnik, die Versieglungsmethode, u.a.

Es sind sowohl Einsteiger als auch Fortgeschrittene herzlich willkommen. Als Einsteiger lernen Sie zunächst alle Techniken kennen und praktizieren diese bei der Gestaltung eines Bildes (auf einer Holzplatte), welches Sie mit nach Hause nehmen, siehe Bild rechts.

Haben Sie bereits Grundkenntnisse- und Fertigkeiten in einem Grundkurs erworben, können Sie ein kleines Möbeloder Dekorationsstück mitbringen und im *Shabby Chic Look* neu gestalten. Dies können z.B. ein Stuhl, ein Hocker, ein kleines Regal oder Schränkchen, eine Wand- oder Kaminuhr, eine Aufbewahrungsbox, eine kleine Truhe, eine Vase u.v.m. sein, welche Sie nach Ihren Wünschen unter fachfraulicher Anleitung gestalten und im komplett neuen Look erstrahlen lassen. Es steht Ihnen eine große Auswahl an Farben, Schablonen, Transferfolien, Stempel sowie Servietten zur Nutzung zur Verfügung.

In der Kursgebühr sind enthalten: Sämtliche Materialien, z.B. Deko-Schild zum Selbstgestalten, Arbeitsgeräte.

Leitung: Brigitte Krause
Dauer: 5 U-Std., 1 Termin.

17:00 - 21:00 Uhr bzw. 10:00 - 14:00 Uhr Gebühr: 61,00 Euro inkl. Material u. Arbeitsmittel

(Nicht ermäßigbar!)

 Havelberg
 Schulzentrum, B201/ Kunstraum

 N152
 Do, 23. März 2023, 17:00 Uhr

 N153
 Do, 15. Juni 2023, 17:00 Uhr

 N154
 Do. 07. September 2023, 17:00 Uhr

Osterburg KVHS Stendal, Raum 2.6

N155 Do, 09. Februar 2023, 17:00 Uhr N156 Do, 20. April 2023, 17:00 Uhr N157 Do, 22. Juni 2023, 17:00 Uhr N158 Do, 24. August 2023, 17:00 Uhr N159 Do, 05. Oktober 2023, 17:00 Uhr

Tangerhütte KVHS, Raum 1

S418 Sa, 18. Februar 2023, 10:00 Uhr S419 Sa, 17. Juni 2023, 10:00 Uhr S420 Sa, 02. September 2023, 10:00 Uhr

Kreatives Gestalten - Floristik

Je nach Saison gestalten Sie unter fachfraulicher Anleitung floristische Dekorationen. Das mitzubringende Material wird Ihnen nach der Anmeldung schriftlich mitgeteilt.

Leitung: Astrid Pohl, Floristin

Dauer: 2 U-Std., 1 Termin, 18:00 - 19:00 Uhr

Gebühr: 8,40 Euro zzgl. Material

Frühlingsdekorationen

Heißen Sie den Frühling und das bevorstehende Osterfest herzlich willkommen. Dekorieren Sie Ihr Heim mit selbstgefertigtem Frühlings- und Osterschmuck.

Osterburg KVHS, Raum 3.4

N160 Mi. 15. März 2022. 18:00 Uhr

Kunst und Kultur



Herbstdekorationen

Sie fertigen herbstliche Dekorationen.

Osterburg KVHS, Raum 3.4

N161 Mi, 27. September 2023, 18:00 Uhr

Adventsdekorationen

Sie fertigen Dekoratives zur Vorweihnachts- und Weihnachtszeit.

Osterburg KVHS, Raum 3.4

N162 Mi, 15. November 2023, 18:00 Uhr

Kreatives Gestalten - Filzen

Filzen - Dekoratives und praktisches zum Osterfest

Sie werden in die Grundlagen des Nassfilzens eingeführt. Beim Nassfilzen wird die Wolle mit lauwarmem Wasser, Seife und Reibung verfilzt. Das geht relativ schnell. Es können Flächen gelegt oder auch Formen umwickelt werden. Sie erlernen und üben die Technik an ersten praktischen Projekten, wobei Sie verschiedene Angebote zur Ansicht und freie Auswahl haben. Stimmen Sie sich auf den Frühling und das Osterfest ein. So können Sie z.B. Osterkörbchen, Täschchen oder anderes zum Osterfest filzen, auch gerne den "Wischeschnürpler", eine lustige Figur für den farbigen Frühling. Bei der Farb-, Form- und Größengestaltung können Sie Ihrer individuellen Kreativität freien Lauf lassen.

Dieses Angebot ist gleichermaßen für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet. Über mitzubringende Materialien werden Sie bei der Anmeldung informiert.

Leitung: Ingrid Jabke Foto: Ingrid Jabke, Archiv Dauer: 4 U-Std., 1 Termin "Der Wischeschnürpler" Gebühr: 16.80 Euro zzgl. Material (ca. 5.00 Euro)

Osterburg KVHS, Raum 3.4

N163 Sa, 25. März 2023, 14:00 - 17:00 Uhr

Filzen mit herbstfarben - Dekoratives, Stimmungsvolles und praktisches

Sie werden in die Grundlagen des Nass-filzens eingeführt. Sie erlernen und üben die Technik an ersten praktischen Projekten. Sie fertigen Leuchtobjekte für Teelichter, mit denen Sie Ihrem Wohnumfeld eine warme und wohlige Atmosphäre verleihen können. Bei der Farb-, Form- und

Größengestaltung können Sie Ihrer individuellen Kreativität freien Lauf lassen.

Über mitzubringende Materialien werden Sie

bei der Anmeldung informiert. Foto: Ingrid Jabke, Archiv

Leitung: Ingrid Jabke

Dauer: 4 U-Std., 1 Termin, 14:00 - 17:00 Uhr Gebühr: 16,80 Euro zzgl. Material (ca. 15,00 Euro)

Osterburg KVHS, Raum 3.4

N164 Sa, 28. Oktober 2023, 14:00 Uhr

Mode, Trends und mehr

Tücher und Schals richtig gebunden

Ob sportlich, romantisch oder extravagant - mit Tüchern und Schals lässt sich Ihre Kleidung vielfältig variieren! Sie erhalten viele Tipps zum Binden und Drapieren. Schritt für Schritt werden Sie in unterschiedlichen Bindetechniken für Nickitücher, Seidentücher und Schals angeleitet.

Leitung: Gudrun Wöllner
Dauer: 2 U-Std., 1 Termin
Gebühr: 8,40 Euro zzgl. Skript

Osterburg KVHS, Raum 2.6

N165 entsprechend der Nachfrage
Auf Wunsch auch an anderen Standorten möglich.



VHS macht gesünder

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. Gesundheitskompetenz ist unerlässlich, wenn Sie Ihre Gesundheit eigenverantwortlich stärken möchten. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehört, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden. Das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig.

Die aktuelle Forschung weist immer wieder auf den positiven Einfluss von Emotionalität, Stressbewältigung, ausgewogener Ernährung und Bewegung für das Gelingen von Lernprozessen hin. Die Angebote der Gesundheitbildung an Volkshochschulen berücksichtigen seit langem diese Erkenntnisse. Sachinformationen und Lernen werden mit allen Sinnen verknüpft, gelernt wird handlungsorientiert, auf die Gruppe bezogen und unter Berücksichtigung biografischer Anknüpfungspunkte wichtige Voraussetzungen für die Lust auf das Abenteuer des lebenslangen Lernens.

Bonussystem aktuell

Die gesetzlichen Krankenkassen können in ihren Satzungen bestimmen, welche Kurse sie den Versicherten im Rahmen des Bonussystems anerkennen. Das Verfahren ist sehr unterschiedlich. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse vor der Anmeldung!

Mit der Teilnahmebescheinigung Ihrer Volkshochschule und dem Zahlungsbeleg können Sie bei Ihrer Krankenkasse den Stempel für Ihr Bonusheft erhalten.

Entspannung

Das Kursangebot im Bereich "Entspannung" enthält Kurse, deren Lerninhalte auf den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen beruhen und deren Bildungsziele darauf gerichtet sind:

- theoretisches Grundwissen und praktische Handlungskompetenzen zu vermitteln,
- · die Leistungsfähigkeit im beruflichen Alltag zu fördern,
- das eigenverantwortliche Gesundheitshandeln zu erhöhen und
- · die individuelle Lebensqualität zu verbessern.

Die Kursleiter verfügen über eine entsprechende fachliche Qualifikation/ Ausbildung sowie spezielle Konzeptionen, die zusätzlich geprüft wurden.

Autogenes Training für Anfänger

Autogenes Training ist eine Methode der Tiefenentspannung, in der Körper und Psyche mit Hilfe von Gedankenformeln auf Problemlagen des Alltags vorbereitet werden können. Zu Beginn des Kurses geht es darum, die Technik zu verstehen und sich die Grundstufe anzueignen, bevor wir zur zweiten Stufe, der formelhaften Vorsatzbildung, kommen. Diese Technik ist einfach zu erlernen und für den geforderten Menschen geeignet, der sich auf seine individuellen Alltags-, berufsbezogenen oder Prüfungsprobleme vorbereiten möchte.

Leitung: Hartwig Bunn

Dauer: 16 U-Std., 8 Termine, 18:45 - 20:15 Uhr

NEU

Gebühr: 75.20 Euro

Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule

S501 Mi, 15. Februar 2023, 18:45 Uhr S502 Mi, 13. September 2023, 18:45 Uhr



Autogenes Training

Autogenes Training ist eine Methode der Tiefenentspannung, in der Körper und Psyche mit Hilfe von Gedankenformeln auf Problemlagen des Alltags vorbereitet werden können. Zu Beginn des Kurses geht es darum, die Technik zu verstehen und sich die Grundstufe anzueignen, bevor wir zur zweiten Stufe, der formelhaften Vorsatzbildung, kommen.

Mitzubringen sind: bequeme warme Kleidung, Isomatte, Decke(n). Kissen oder Rolle nach individuellem Bedarf.

Leitung: Alice Schumann

Dauer: 13 U-Std., 10 Termine, 17:30 - 18:30 uhr

Gebühr: 61,10 Euro

Havelberg Schulzentrum

N201 Di, 25. April 2023, 17:30 Uhr

Engpassdehnung

Dieser Kurs wendet sich an Personen, die schmerzfrei leben möchten. Die Engpassdehnungen vereinen aktive und passive Dehn-, Kräftigungs- und Ansteuerungsreize und optimieren die körpereigene Bewegungsführung. Neben der Dehnung von Muskeln und Faszien und der Auflösung von Bindegewebsverklebungen kommen Ansteuerungselemente über das Gehirn, den Nerven und über das Zentralnervensystem hinzu. Dieses Zusammenspiel führt zu einem gesunden, physiologischen Zustand des Körpers. Die Schmerzen können gelindert oder dauerhaft beseitigt werden. Keine Altersbegrenzung.

Leitung: Petra Pitzschel

Dauer: 11 U-Std., 8 Termine, 16:30 - 17:30 Uhr

Gebühr: 51.70 Euro

Seehausen Wischelandhalle, Gymnastikraum

N202 Mi, 03. Mai 2023, 16:30 Uhr

N203 Mi, 06. September 2023, 16:30 Uhr

Heil- und Entspannungsverfahren - Einsteiger

Ein Kurs für alle Interessierten, die gerne etwas für sich tun und sich gesund erhalten möchten, aber nicht wissen, welches das geeignete System für sie ist.

Vorgestellt werden Übungseinheiten mit einem großen praktischem und einem kleineren, begleitenden theore-

tischen Inhalt aus den Bereichen Taiji, stilles Qigong, bewegtes Qigong, Yoga, autogenes Training, Meditation, Selbstmassagetechniken und Atemtechniken.

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung.

Leitung: Hartwig Bunn

Dauer: 16 U-Std., 8 Termine, 17:00 - 18:00 Uhr

Gebühr: 75,20 Euro

Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule

S503 Mi, 15. Februar 2023, 17:00 Uhr S504 Mi, 13. September 2023, 17:00 Uhr

Hatha-Yoga

Yogaübungen verfolgen einen ganzheitlichen Ansatz: Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Ein Schwerpunkt des Yoga-Kurses liegt auf dem Erleben einer mentalen Entspannung.

Einfache Dehnungs-, Entspannungs- und Atemübungen und Körperhaltungen dienen dem Wohlbefinden und fördern die körperliche, geistige und seelische Vitalität. Regelmäßig angewandt führen Yogaübungen zu mehr körperlicher Geschmeidigkeit und Harmonisierung, zu größerer Gelassenheit und Ausdauer.

Hatha-Yoga für Anfänger

Dieser Kurs wendet sich an Personen, die noch keine oder wenig Erfahrung im Yoga haben.

Leitung: Petra Pitzschel, Yogalehrerin

Dauer: 20 U-Std., 10 Termine, 18:00 - 19:00 Uhr

Gebühr: 94,00 Euro

Osterburg KVHS, Raum 0.11

N204 Di, 17. Januar 2023, 18:00 Uhr

Hatha-Yoga für Fortgeschrittene

Sie haben schon Yoga-Erfahrung? Sie lernen weitere Dehnungs-, Entspannungs- und Atemübungen und Körperhaltungen (Asanas).

Leitung: Petra Pitzschel, Yogalehrerin

Seehausen Wischelandhalle, Gymnastikraum Dauer: 17 U-Std., 10 Termine, 17:30 - 18:45 Uhr

Gebühr: 79,90 Euro

N205 Di. 11. April 2023, 17:30 Uhr

N206 Di. 05. September 2023, 17:30 Uhr

Seehausen Wischelandhalle, Gymnastikraum

Dauer: 20 U-Std., 10 Termine,

19:00 - 20:30 Uhr bzw. 18:00 - 19:30 Uhr

Gebühr: 94.00 Euro

N207 Di, 11. April 2023, 19:00 Uhr

N208 Di, 05. September 2023, 19:00 Uhr

N209 Mi, 01. März 2023, 18:00 Uhr

N210 Mi, 06. September 2023, 18:00 Uhr

Hatha-Yoga

Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger und Fortgeschrittene gleichermaßen, ist wohltuend für Körper und Geist, wirkt gegen Stresssymptome, Schlaflosigkeit, Konzentrationsschwäche, Nervosität, Rückenschmerzen und Bewegungsmangel. Dynamische Bewegungsabläufe, bewusste Atemführung, Körperhaltungen sowie Meditation dienen dem Wohlbefinden und fördern die körperliche, geistige und seelische Vitalität. Regelmäßig angewandt führen Yogaübungen zu mehr körperlicher Geschmeidigkeit und Harmonisierung, zu größerer Gelassenheit und Ausdauer. Das präzise Üben wirkt heilsam und meditativ zugleich.

Tangerhütte Grundschule, Sporthalle am Tanger

Leitung: Sylvia Kempe, Yogalehrerin Dauer: 20 U-Std., 10 Termine,

17:45 - 19:15 Uhr oder 19:30 - 21:00 Uhr

Gebühr: 94,00 Euro

 S505
 Mi, 18. Januar 2023, 17:45 Uhr

 S506
 Mi, 18. Januar 2023, 19:30 Uhr

 S507
 Mi, 12. April 2023, 17:45 Uhr

 S508
 Mi, 12. April 2023, 19:30 Uhr

Tangerhütte Grundschule, Sporthalle am Tanger

Leitung: Sylvia Kempe, Yogalehrerin Dauer: 28 U-Std., 14 Termine,

17:45 - 19:15 Uhr oder 19:30 - 21:00 Uhr

Gebühr: 131,60 Euro

S509 Mi, 23. August 2023, 17:45 Uhr S510 Mi, 23. August 2023, 19:30 Uhr

Tangermünde Grundschule, Sporthalle Lämmergasse

Leitung: Grit Rademacher, Yogalehrerin

Dauer: 20 U-Std., 10 Termine,

17:00 - 18:30 Uhr oder 18:45 - 20:15 Uhr

Gebühr: 94,00 Euro

 S511
 Di, 17. Januar 2023, 17:00 Uhr

 S512
 Di, 17. Januar 2023, 18:45 Uhr

 S513
 Di, 11. April 2023, 17:00 Uhr

 S514
 Di, 11. April 2023, 18:45 Uhr

 S515
 Di, 22. August 2023, 17:00 Uhr

 S516
 Di, 22. August 2023, 18:45 Uhr

Yoga am Vormittag

Der Kursinhalt entspricht dem Kurs Hatha-Yoga.

Leitung: n. n.

Dauer: 20 U-Std., 10 Termine, 10:00 - 11:30 Uhr

Gebühr: 94,00 Euro

Tangerhütte KVHS, Raum 3 **S517 Di. 10:00 Uhr**

Yoga am Nachmittag

Der Kursinhalt entspricht dem Kurs Hatha-Yoga. Leitung: Janine Rybak-Strohmeyer

Tangerhütte KVHS, Raum 3

Dauer: 12 U-Std., 9 Termine.

12:30 - 13:30 Uhr oder 13:45 - 14:45 Uhr

Gebühr: 56.40 Euro

S518 Fr, 20. Januar 2023, 12:30 Uhr S519 Fr, 20. Januar 2023, 13:45 Uhr S520 Fr, 14. April 2023, 12:30 Uhr S521 Fr, 14. April 2023, 13:45 Uhr



Tangerhütte KVHS, Raum 3

Dauer: 20 U-Std., 15 Termine.

12:30 - 13:30 Uhr oder 13:45 - 14:45 Uhr

Gebühr: 94,00 Euro

S522 Fr, 18. August 2023, 12:30 Uhr S523 Fr, 18. August 2023, 13:45 Uhr

Progressive Muskelentspannung

Durch das Einüben einer muskulären Entspannungsmethode lernen Sie sich körperlich und geistig zu entspannen. Sie werden ruhiger, ausgeglichener und können sich künftig auch in schwierigen Situationen tief entspannen. Dieses Muskelentspannungstraining ist auch für die Menschen interessant, die durch andere Verfahren keinen Zugang zur systematischen Entspannung gefunden haben.

Bitte mitbringen: Iso-Matte, kleine Decke, kleines Kopfkissen, lockere Kleidung

Leitung: n. n.

Dauer: 16 U-Std., 12 Termine

Gebühr: 75,20 Euro

Arneburg Grundschule

S524 entsprechend der Nachfrage

Bismark Sekundarschule

S525 entsprechend der Nachfrage

Tangerhütte KVHS. Raum 1

S526 entsprechend der Nachfrage

Sport und Gymnastik

Die Bewegungsangebote im Bereich der Gesundheitsbildung dienen der nachhaltigen gesunden Lebensweise. Dem Gesundheitsbegriff der WHO folgend, dienen die Kursangebote der individuellen Gesundheitsförderung und -pflege. Kursteilnehmer lernen in diesen Kursen:

- die Funktionsweise der Muskulatur kennen und durch gezielte Übungen zu verbessern,
- den Aufbau des Skelett- und Muskelsystems und den Zusammenhang zwischen gesunder Bewegung und der Gesunderhaltung des Skelett- und Muskelsystems verstehen,
- Krankheiten des Herz-Kreislauf-Systems und des Skelett- und Muskelsystems vorzubeugen,
- Übungen zur Erhaltung der Gesundheit, die in den Alltag integriert werden können.

Die Kursangebote erfolgen auf Grund erarbeiteter Lernkonzepte und Methoden der Erwachsenenbildung und werden durch die Krankenkassen geprüft.

Unsere mit * versehenen Kursleiter verfügen über die dafür erforderlichen Qualifikationen.

Aerobic

Haben Sie Spaß an der Bewegung und wollen sich gleichzeitig mit Hilfe eines Ganzkörpertrainings fit halten? Dann ist das Training auf "Step" genau das Richtige. Zunächst werden Grundschritte erarbeitet und dann zu abwechslungsreichen Choreografien zusammengesetzt.

Leitung: Peggy Ciechoradzki

Dauer: 13 U-Std., 10 Termine, 19:00 - 20:00 Uhr

Gebühr: 61.10 Euro

OsterburgFörderschule Anne Frank, TurnhalleN211Mo, 06. März 2023, 19:00 UhrN212Mo, 04. September 2023, 19:00 Uhr

Aktiv und fit im Alter

Erlernt werden Übungen gegen Osteoporose und Rückenprobleme. Bewegung mit kleinen Gewichten und ausreichendem Belastungsreiz fördern einen gesunden Bewegungsapparat und können Osteoporose und Rückenproblemen vorbeugen.

Leitung: Anatolii Orkasov Dauer: 24 U-Std., 12 Termine

Gebühr: 94,00 Euro

Erxleben Förderschule, Turnhalle

N213 Mo, 23. Januar 2023, 19:00 Uhr N214 Mo, 11. September 2023, 19:00 Uhr

Bewegung ist Leben und Leben ist Bewegung - Ganzkörpertraining

"Wer rastet, der rostet!" Dieses Sprichwort trifft für jeden Menschen zu - ganz besonders aber für die ältere Generation. Trotz und gerade um verschiedene Befindlichkeitsstörungen in Grenzen zu halten, sollte sich jede/ jeder reiferen Semesters altersadäquat bewegen. Sie lernen, Muskeln, Sehnen, Bänder und Gelenke zu fordern, Herz, Kreislauf, Atmung und auch das Gehirn zu trainieren. Positive Reize wirken auf die Knochen und den gesamten Stoffwechsel zur Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens.

Leitung: n.n.

Dauer: 10 U-Std., 10 Termine, 10:00 - 10:45 Uhr

Gebühr: 47,00 Euro

Kläden Turnhalle S527 Mo, 10:00 Uhr

Bodyforming

Ein intensives Ganzkörpertraining, das durch gezielte Übungen Bauch, Beine, Arme und Rücken stärkt. Mit Hilfe unterschiedlicher Handgeräte und mit Musik werden die Übungen wirkungsvoll ausgeführt.

Bitte Iso-Matte, Gymnastikball und -band sowie sportliche Kleidung mitbringen.

Leitung: Peggy Botzelmann

Dauer: 13 U-Std., 10 Termine, 20:00 - 21:00 Uhr

Gebühr: 61.10 Euro

Erxleben Förderschule, Turnhalle

N215 Di, 07. März 2023, 20:00 Uhr

N216 Di, 05. September 2023, 20:00 Uhr

Fit für den Alltag - Ganzkörperkräftigung

Aktiv etwas für das eigene Wohlbefinden unternehmen, Freude an der Bewegung finden, dem Körper und besonders dem Rücken Gutes tun. Das sind die Ziele des Kurses. Durch den Einsatz von Musik wird die Bewegungsmotivation gefördert. Über Ausgleichsgymnastik, Koordinationsübungen, Rücken- und Wirbelsäulengymnastik, Brain Gym, Dehnen und Stretching wird das Körperbewusstsein erhöht. Muskeln, Sehnen, Bänder und Gelenke werden gestärkt und Herz, Kreislauf, Atmung und Gehirn trainiert.

Mitzubringen sind neben guter Laune und Humor bequeme Kleidung, Gymnastikmatte, Handtuch und Turnschuhe.

Leitung: Katrin Bauersachs
Dauer: 16 U-Std., 12 Termine,

17: 00 - 18:00 Uhr, 18:00 - 19:00 Uhr, 19:00 - 20:00 Uhr oder 14:30 - 15:30 Uhr

Gebühr: 75,20 Euro

Arneburg	Sporthalle
S528	Fr, 27. Januar 2023, 17:00 Uhr
S529	Fr, 27. Januar 2023, 18:00 Uhr
S530	April 2023, 17:00 Uhr
S531	Fr, 28. März 2023, 18:00 Uhr
S532	Fr, 01. September 2023, 17:00 Uhr
S533	Fr, 01. September 2023, 18:00 Uhr

Sandbelendon, Sportnalle Burgstall		
S534	Mo, 09. Januar 2023, 19:00 Uhr	
S535	Mo, 14. April 2023, 19:00 Uhr	
S536	Mo, 21. August 2023, 19:00 Uhr	

Sandhaiandarf Sporthalla Burgetall

Tangerhütte	KVHS, Raum 3
S537	Mo, 09. Januar 2023, 14:30 Uhr
S538	Mo, 24. April 2023, 14:30 Uhr
S539	Mo, 21. August 2023, 14:30 Uhr



Leitung: Elke Grimm

Dauer: 12 U-Std., 9 Termine, 17: 30 - 18:30 Uhr

Gebühr: 56.40 Euro

Tangerhütte W.-Wundt Sekundarschule, Sporthalle

 \$5540
 Di, 17. Januar 2023, 17:30 Uhr

 \$5541
 Di, 11. April 2023, 17:30 Uhr

 \$5542
 Di, 05. September 2023, 17:30 Uhr

Gesund durch Bewegung

In diesem Kurs werden theoretische Grundlagen für die Anregung des Herz-Kreislauf-Systems, der Kräftigung der Muskulatur sowie der Erhaltung der Beweglichkeit gelegt. Ein verbessertes Körpergefühl wird u. a. durch die Übungen der Elemente aus Yoga, Callanetics und Pilates bestimmt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, 1 Decke, leichte Turnschuhe.

Leitung: Peggy Botzelmann

Dauer: 13 U-Std., 10 Termine, 19:00 - 20:00 Uhr

Gebühr: 61,10 Euro

Osterburg Gymnasium, Turnhalle

N217 Do. 09. März 2023, 19:00 Uhr

N218 Do, 07. September 2023, 19:00 Uhr

Gesund sein - gesund bleiben

Dieser Kurs ist ein Angebot, Gutes für sich zu tun!

Er richtet sich an Menschen, die sich in Eigenverantwortung Fähigkeiten und Kenntnisse für die Erhaltung und Verbesserung ihrer ganzheitlichen Gesundheit in ihr Leben einladen möchten.

Inhalte: Körperübungen aus Yoga, Fitness und Gymnastik, Körperwahrnehmung, Was bedeutet Energie für unseren Körper, Gesundheit durch bedürfnisorientierte Sprache (Gewaltfreie Kommunikation – GfK)

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, leichte Turnschuhe, Decke, Yogamatte und Sitzkissen.

Leitung: Karin Mechow

Dauer: 15 U-Std., 5 Termine, 18:00 - 20:15 Uhr

Gebühr: 70,50 Euro

Osterburg KVHS, Raum 0.11

N219 Di, 11. April 2023, 18:00 Uhr

Herz aktiv – Ganzkörpertraining für Herz und Kreislauf

Gesund und vital! Dieser Kurs ist für alle, die Freude an sportlichen Aktivitäten haben. Durch gezielte Lockerungs-, Dehn- und Kräftigungsübungen wird die körperliche Konstitution und das psychische Wohlbefinden verbessert sowie das Herz-Kreislauf-System gestärkt.

Leitung: Ulrike Trodler

Dauer: 15 U-Std., 15 Termine, 19:30 - 20:15 Uhr

Gebühr: 70,50 Euro

Lüderitz Grundschule, Sporthalle

S543 Do, 12. Januar 2023, 19:30 Uhr S544 Do, 24. August 2023, 19:30 Uhr

Zumba® Fitness

Dieser Kurs ist perfekt für alle und jeden, die ein energiegeladenes fröhliches Ganzkörper-Workout suchen und Freude an Musik und Bewegung haben! Es wird gleichzeitig trainiert und getanzt.

Wir kombinieren Bewegungen mit niedriger und hoher Intensität zu einem kalorienverbrennenden Intervalltraining nach lateinamerikanischen und weltweiten Rhythmen. Man fühlt sich dabei wie auf einer Tanz-Fitness-Partv.

Unsere Kursleiterin ist lizenzierte Zumba®-Trainerin.

Leitung: Ina Radde

Dauer: 12 U-Std., 9 Termine, 18:30 - 19:30 Uhr

Gebühr: 72,00 Euro

Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule, Sporthalle

S545 Di, 17. Januar 2023, 18:30 Uhr S546 Di, 28. März 2023, 18:30 Uhr S547 Di, 22. August 2023, 18:30 Uhr

Zumba® Toning

Perfekt für aktive Erwachsene, die nach einem passenden Zumba®-Kurs suchen, der die beliebten Original-Bewegungen mit geringerer Intensität anbietet. Der Kurs enthält einfache Zumba®-Choreographien, die sich vorrangig auf die Verbesserung von Gleichgewicht, Bewegungsumfang und Koordination konzentrieren. Vorteile: Der Kurs enthält alle Fitness-Elemente wie Herz-Kreislaufübungen, Muskeltraining, Verbesserung von Flexibilität und Gleichgewicht!

Unsere Kursleiterin ist lizenzierte Zumba®-Trainerin.

Leitung: Ina Radde

Dauer: 12 U-Std., 9 Termine, 18:30 - 19:30 Uhr

Gebühr: 66,00 Euro

Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule, Sporthalle

S548 Do, 19. Januar 2023, 18:30 Uhr S549 Do, 30. März 2023, 18:30 Uhr S550 Do, 24. August 2023, 18:30 Uhr

Erkrankungen und Heilmethoden

Hinweis: Präventionskurse! Die Kurse der Kreisvolkshochschule sind Präventionsangebote und dienen der Vorbeugung. Bitte holen Sie bei akuten Beschwerden oder gesundheitlichen Einschränkungen ärztlichen Rat ein.

Nur belastet oder schon krank?

Die Spannbreite "psychischer Erkrankungen" reicht von Furcht im Dunklen bis zum Selbstmord. Was ist "Normal"? Wo ist die Grenze zwischen "Gesund" und "Verrückt"? Ab wann besteht Handlungsbedarf? Wie können Angehörige und/ oder auch Angestellte des öffentlichen Dienstes mit Menschen umgehen, die "belastet" sind?! Sie werden einen Überblick über die Erkrankungsfelder und Behandlungsformen erhalten. Zudem lernen wir etwas über Prävention und Vorsorge. Es gibt Informationen für Angehörige.

Leitung: Alice Schumann

Dauer: 2 U-Std., 1 Termin, 18:30 - 20:00 Uhr

Gebühr: 9,40 Euro

Havelberg Schulzentrum, Raum B 304 N220 Di, 14. März 2023, 18:30 Uhr

Wenn der Körper Signale sendet - Psychosomatische Erkrankungen

Psychosomatische Erkrankungen sind häufig und gehen mit sehr beeinträchtigenden Beschwerden einher. Im Vortrag werden zunächst theoretische Modelle vorgestellt, dann gehen wir beispielhaft auf einzelne funktionelle Körperbeschwerden ein, u.a. Schmerzen, Magen- und Darmbeschwerden und Traurigkeit. Wie entstehen psychosomatische Krankheiten? Wie werden sie behandelt? Welche eigenen Möglichkeiten der Prävention und Selbstfürsorge habe ich?

Leitung: Alice Schumann

Dauer: 2 U-Std., 1 Termin, 18:30 - 20:00 Uhr

Gebühr: 9,40 Euro

Havelberg Schulzentrum, Raum B 304 N221 Di. 28. März 2023. 18:30 Uhr



Depressionen - mehr als nur traurig sein

Eine Depression ist eine ernstzunehmende Erkrankung, die sich vielseitig äußern kann, mit einem enormen Leidensdruck verbunden ist und je nach Schwere professioneller Intervention bedarf. Zum Glück gibt es gute und effektive Möglichkeiten der Therapie. Erhalten Sie in diesem interaktiven Vortrag einen Überblick über die vielen Facetten einer Depression und was Sie selbst im Umgang mit Betroffenen beachten können.

Leitung: Alice Schumann

Dauer: 2 U-Std., 1 Termin, 17:00 - 18:30 Uhr

Gebühr: 9,40 Euro

Havelberg Schulzentrum, Raum B 304 N222 Mi, 19. April 2023, 17:00 Uhr



Gebärdensprache A1 - Grundkurs

Deutsche Gebärdensprache (DGS)

Der Grundkurs ist ein Angebot für Alle, die sich für die Gebärden- und die Gehörlosenkultur interessieren.

Es ist für die Hörenden eine erste Begegnung mit der für sie sicher ungewohnten visuellen Sprache und zielt darauf ab, den Körper als sprachliches Ausdrucksmittel gebrauchen zu lernen, die visuelle Wahrnehmungsfähigkeit zu schärfen sowie sich Grundgebärden anzueignen, die eine einfache Kommunikation mit Gehörlosen ermöglichen.

NEU



ME

NEU

Inhalt: Grundlagen der nonverbalen Kommunikation, Fingeralphabet, einfacher Satzbau sowie Grammatik der deutschen Gebärdensprache, Familien-, Zahlen-, Farben-, Zeit-, Wochentage-, Fragengebärden, Pronomen, Wunschgebärden der Teilnehmenen

Leitung: Antonia Britzke

Dauer: 24 U-Std., 8 Termine, 17:30 - 19:45 Uhr

Gebühr: 108,00 Euro **Stendal** Landratsamt

S553 Mi, 10. Mai 2023, 17:30 Uhr S554 Mi 15. November 2023, 17:30 Uhr

Gebärdensprache A2 -Aufbaukurs

Aufbauend auf Kenntnissen aus dem Grundkurs werden Vokabular und Grammatik erweitert.

Leitung: Antonia Britzke

Dauer: 24 U-Std., 8 Termine, 17:30 - 19:45 Uhr

Gebühr: 108,00 Euro **Stendal** Landratsamt

S555 entsrechend der nachfrage

Gesunde Ernährung

In unseren Kochkursen lernen Sie neben den Zubereitungstechniken, alle Lebensmittel gesund und schonend zu verarbeiten. Sie erfahren in den internationalen Kochkursen etwas über die Länder, Sprachen und Kulturen. Sie erwerben Wissen zur Lebensmittelkunde und sachgerechten Lagerung sowie über einen umweltgerechten Umgang mit Lebensmitteln durch die Nutzung regionaler und saisonaler Produkte.

Brot backen mit Sauerteig

Selbstgebackenes Brot aus dem eigenen Backofen! Herrlicher Duft nach frischem Brot im ganzen Haus! Ein herzhaftes Krustenbrot ist etwas Köstliches. Die Teilnehmer erhalten Informationen zur Teigführung und Zubereitung dieser Brotsorte. Sie lernen die einzelnen Schritte zur Herstellung eines Brots im normalen Haushaltsbackofen kennen. Dazu gehört das Ansetzen von Sauerteig sowie die Erläuterung der Techniken und des notwendigen Zubehörs.

Bitte bringen Sie ein Marmeladenglas mit Deckel (ca. 300

ml) mit.

Leitung: Ute Steinke

Dauer: 2 U-Std., 1 Termin, 18:30 - 20:00 Uhr

Gebühr: 10,00 Euro
Osterburg KVHS, Raum 3.4

N223 Mi. 15. Februar 2023. 18:30 Uhr

Tangerhütte Sekundarschule, HWR

S556 entsprechend der Nachfrage

Ein italienisches Weißbrot backen

Selbstgebackenes Weißbrot duftet herrlich und passt als sowohl Beilage zu sommerlichem Salat als auch zu Gegrilltem. Die Teilnehmenden erhalten Informationen zur Teigführung und Zubereitung dieser Brotsorte mit Sauerteig und Hefe. Sie lernen die einzelnen Schritte zur Herstellung eines Brots im normalen Haushaltsbackofen kennen. Dazu gehört das Ansetzen von Sauerteig sowie die Erläuterung der Techniken und des notwendigen Zubehörs. Bitte bringen Sie ein Marmeladenglas mit Deckel (ca. 300 ml) mit.

Leitung: Ute Steinke

Dauer: 2 U-Std., 1 Termin, 18:30 - 20:00 Uhr

Gebühr: 10,00 Euro

Osterburg KVHS, Raum 3.4

N224 Mi, 10. Mai 2023, 18:30 Uhr

Gesundheit aus dem Bienenstock

Leitung: Caroline Preuß
Dauer: 2 U-Std., 1 Termin

Gebühr: 9,40 Euro **Tangerhütte** KVHS

S557 entsprechend der Nachfrage

Ernährung nach den Elementen der traditionellen europäischen Medizin

Leitung: Caroline Preuß
Dauer: 8 U-Std., 4 Termine

Gebühr: 40,00 Euro **Tangerhütte** KVHS

S558 entsprechend der Nachfrage

Kräuterkunde - Mit Wildkräutern und Heilpflanzen durchs ganze Jahr

In dieser Veranstaltungsreihe erfahren Sie Wissenswertes über Pflanzenheilkunde, Naturarzneimittel, deren Einsatzmöglichkeiten entsprechend der Jahresvegetation und lernen auch die Grenzen kennen. Die Veranstaltungsreihe umfasst die moderne Heilpflanzenkunde in Theorie und Praxis mit einem historischen Streifzug; die botanische Heilpflanzenkunde vom Sammeln, Trocknen, Aufbewahren und Anwendung; Kräuterexkursionen mit dem Bestimmen und Sammeln von Heilkräutern und Wildpflanzen vor unserer Haustür; Kräuterküche, Kochen mit Kräutern und Wildpflanzen, Herstellung von Naturkosmetik und Mittel für die Hausapotheke sowie Tipps für den Anbau im Garten und auf dem Balkon.

Ingredienzien werden gestellt. Bitte kleine Behältnisse (Gläschen, Flaschen) mitbringen.

Wildkräuter und Heilpflanzen im Frühjahr

Themen der Veranstaltungsreihe im Frühjahr:

- · Immunstärkende und entaiftende Heilpflanzen
- · Heilpflanzen für Magen und Darm
- · Wiesenapotheke Welche Heilpflanzen helfen
- Sonnenkräuter Hilfe für Psyche und körperliche Erschöpfung

Leitung: Birgit Nastke

Dauer: 16 U-Std., 4 Termine, 17:00 - 20:00 Uhr

Gebühr: 75.20 Euro

zzgl. 5,00 Euro Materialkosten pro Abend, die direkt an den Kursleiter bezahlt werden

Tangerhütte KVHS. Raum 2

S559 Di, 21.03., 18.04., 09.05., 13.06.2023

jeweils 17:00 Uhr

Osterburg KVHS, Raum 3.4

N225 Do, 23.03., 20.04., 11.05., 15.06.2023

jeweils 17:00 Uhr

Wildkräutern und Heilpflanzen im Spätsommer und Herbst

Themen der Veranstaltungsreihe im Spätsommer und Herbst

- · Wichtige Heilpflanzen für die Hausapotheke
- · Heilpflanzen bei Knochenerkrankungen und Rheuma
- · Heilpflanzen bei Erkältungen
- · Naturkosmetik für eine gesunde Haut selbst hergestellt

Leitung: Birgit Nastke

Dauer: 16 U-Std., 4 Termine, 17:00 - 20:00 Uhr

Gebühr: 75,20 Euro

zzgl. 5,00 Euro Materialkosten pro Abend, die direkt an den Kursleiter bezahlt werden

Tangerhütte KVHS

S560 Di, 05.09., 12.10., 07.11., 05.12.2023

jeweils 17:00 Uhr

Osterburg KVHS, Raum 3.4

N225 Do, 07.09, 12.10., 09.11., 07.12.2023

jeweils 17:00 Uhr

Hanf - das neue Superfood?

Schnell und unkompliziert kann man seine eigenen gesunden grünen Smoothies aus einem Mix von essbaren Wildkräutern, Früchten der Saison und Südfrüchten herstellen und Salate und Suppen durch Zugabe von Wildkräutern aufwerten. Erleben Sie ein besonderes Geschmackserlebnis!

Der zweite Abend widmet sich dem Thema Hanf in Theorie und Praxis und geht der Frage auf den Grund, warum die Pflanze neuerdings als Superfood bezeichnet wird.

Hanf gehört zu jenen Lebensmitteln, die sich durch ihre ungewöhnlich hohe Nährstoffdichte auszeichnen und deren Nähr- und Vitalstoffe in sehr ausgewogener Form vorliegen.

Leitung: Gudrun Wöllner

Dauer: 6 U-Std., 2 Termine, 18:00 - 20:15 Uhr Gebühr: 30.00 Euro zzal. Lebensmittelumlage

Osterburg KVHS, Raum 3.4

N227 Di, im Mai 2023, 18:00 Uhr



Wie neugeboren durch Fasten

In diesem Vortrag eines Fastenleiters lernen Sie Fasten als Möglichkeit zur Gesundheitsprävention kennen. Der Kurs zur Fastenbegleitung schließt sich daran an.

Leitung: Lutz Schöniger, Fastenleiter

Dauer: 2 U-Std., 1 Termin, 19:00 - 20:30 Uhr

Gebühr: 10,00 Euro

Osterburg KVHS

N228 Do, 02. März 2023, 19:00 Uhr

Tangerhütte KVHS, Raum 2

S561 Di, 28. Februar 2023, 19:00 Uhr

Fit durch Fasten - berufsbegleitend

Sie sind bereit, auf alltägliche Essgewohnheiten für eine begrenzte Zeit zu verzichten? Sie haben den Wunsch nach Reinigung des Körpers und der Seele, nach Loslassen von der Lebenshast und Neuorientierung im Alltag? Sie haben Freude an Bewegung und Entspannung an frischer Luft? Eine ganze Woche lang fasten heißt, fünf Tage nur Flüssiges zu sich zu nehmen - eine bewährte Form der intensiven körperlichen Entschlackung sowie geistigseelischen Regeneration. Dabei purzeln auch unerwünschte "Pfunde" - für viele ein willkommener Nebeneffekt. Fastenleiter Lutz Schöniger begleitet Sie durch eine Fastenwoche.

Leitung: Lutz Schöniger, Fastenleiter

Dauer: 27 U-Std., 9 Termine, täglich fortlaufend,

18:00 - 20:15 Uhr

Gebühr: 135,00 Euro zzgl. Lebensmittelumlage

Osterburg KVHS

N229 entsprechend der Nachfrage

Tangerhütte KVHS, Raum 2

S562 Fr, 03. - 11. März 2023, 18:00 Uhr

Der gesunde Weg zum Wohlfühlgewicht

Dieser Kurs ist konzipiert für eine gesunde und nachhaltige Gewichtsreduktion. Er ist von der Prüfstelle Prävention zertifiziert.

Essen soll Spaß und Freude bereiten. Viele machen nicht nur Fehler bei der Auswahl der Nahrungsmittel, sondern auch bei der Art und Weise des Essens. Der Kurs beginnt mit einem Gespräch über Essgewohnheiten. Es werden die Kohlenhydrate, Eiweiße und Fette in der Wirkung auf den Stoffwechsel besprochen und Tipps zur Ernährungsveränderung gegeben. Damit nicht alles immer nur Theorie bleibt, werden auch praktische Anwendungen angeboten.

Leitung: Christiane Osterburg

Dauer: 15 U-Std., 5 Termine, 17:00 - 19:15 Uhr Gebühr: 75,00 Euro zzgl. Lebensmittelumlage

Osterburg KVHS, Raum 3.4

N230 Do, 13. April 2023, 17:00 Uhr

N231 Do, 14. September 2023, 17:00 Uhr

Tangerhütte Wilhelm-Wundt-Schule, HWR **S563** Mi, 12. April 2023, 17:00 Uhr

S564 Mi, 13. September 2023, 17:00 Uhr

Dozenten gesucht!

Sie sind Fachmann/ -frau auf Ihrem Gebiet und möchten Ihr Wissen weitergeben?

Rufen Sie uns an oder senden uns Ihr Angebot mit Ihren Bewerbungsunterlagen zu.

Telefon: 03931 608080 E-Mail: kvhs@landkreis-stendal.de





In der Welt zu Hause

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens.

Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachenpolitische Ziel "Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen" zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern.

Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sprachkompetenz ermöglicht es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen.

Sprachkenntnisse gelten als Schlüssel der Integration. Sie sind notwendige Bedingung für die Eingliederung in Schule, Ausbildung, Beruf und Gesellschaft. Integration zu befördern ist ein zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule.

Sprachunterricht in Zeiten von Corona!

Neue Zeiten erfordern und eröffnen neue Wege. So werden möglicherweise nicht alle Kursangebote als Präsenzkurse durchgeführt werden können:

Wir werden Kursformate anbieten - je nach aktueller Situation im Lande - die ausschließlich als Online-Kurse stattfinden. Andere wiederum bieten wir im Sinne von Blended Learning als eine Mischform von Präsenz- und Online-Kurs an. Beide Formen der Kursgestaltung werden von einem Teil unserer Teilnehmer*innen gut angenommen. Sie erweisen sich als praktikable lernalternativen in Corona-Zeiten. Es sind z.B. mit großem Erfolg Englisch-Kurse als Blended Courses abgehalten worden, die positive Resonanz bei den Kursteilnehmern und Dozenten fanden. Es bestätigte uns darin, in Zeiten veränderter Bedingungen neue Wege zu gehen und die Möglichkeiten der digitalen Welt zu nutzen.





Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen (GER)

Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen die Volkshochschulen den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER) für Sprachen in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein.

Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs verschiedenen Niveaustufen und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht.

Jede Stufe umfasst mehrere Kurse.

Die Sprachniveaustufen nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen sind:

A1/A2: Elementare Sprachverwendung = Grundstufe B1/B2: Selbstständige Sprachverwendung = Mittelstufe

C1/C2: Kompetente Sprachverwendung = Muttersprachniveau



Niveaustufe C1 + C2

Kompetente Sprachanwendung (fachkundige + annähernd muttersprachliche Kenntnisse)

Sie sind in der Lage:

 Alle Feinheiten der Sprache auf die jeweilige Situation Ihres Gesprächspartners anzupassen und Unterschiede zu berücksichtigen

Sie sind in der Lage:

- Präsentationen zu halten
- Berichte zu schreiben.
- Verhandlungen zu führen



Niveaustufe B1 + B2

Selbstständige Sprachanwendung (Kenntnisse auf Mittelstufen-Niveau)

Sie sind in der Lage:

- an Diskussionen oder Telefonkonferenzen teilzunehmen
- Ihre Meinung ohne größere Probleme zu vertreten

Sie sind in der Lage:

- an Meetings teilzunehmen
- · mit Einwänden umzugehen
- über berufsspezifische Themen zu sprechen



Niveaustufe A1 + A2

Elementare
Sprachanwendung
(Anfänger + grundlegende
Kenntnisse)

Sie sind in der Lage:

- · einfache Gespräche zu führen
- Telefonate anzunehmen
- E-Mails und Faxe in einfacher Form zu bearbeiten.

Sie sind in der Lage:

- · sehr einfache Fragen zu stellen
- einfache Antworten zu geben

(>)

Sprachen

Englisch

Beratungsangebot: Unterschätzen Sie Ihr Englisch nicht!

Sie haben bereits Vorkenntnisse aus der Schulzeit, aus VHS-Kursen oder vom Selbstlernen? Sie möchten als Quereinsteiger Ihre Kenntnisse in einem VHS-Kurs auffrischen und erweitern? Dann kommen Sie zum persönlichen Einstufungsgespräch, damit wir gemeinsam den für Sie passenden Kurs finden können.

Dauer: 2 U-Std., 1 Abend, 17:00 - 18:30 Uhr

Gebühr: gebührenfrei

 Havelberg
 Schulzentrum, Raum B 304

 N251
 Mi, 01. Februar 2023, 17:00 Uhr

 N252
 Mi, 30. August 2023, 17:00 Uhr

Osterburg KVHS, Raum 2.4

N253 Do, 26. Januar 2023, 17:00 Uhr N254 Do, 31. August 2023, 17:00 Uhr

Tangerhütte KVHS, Raum 2

S601 entsprechend der Nachfrage

In allen Kursen wird mit modernen Lehrbüchern und Zusatzmaterial gearbeitet. Hierfür fallen gesonderte Kosten an.



*Hinweis: In den von Friedemann Schewel geleiteten Sprachkursen wird verstärkt mit modernen digitalen Medien gearbeitet. Für die häusliche Vor-

und Nachbereitung verwenden die Teilnehmer eine spezielle Lernsoftware für den eigenen PC.

Englisch für Anfänger

In unseren Anfängerkursen lernen Sie mit Leichtigkeit Englisch und stehen als Lernender dabei stets im Mittelpunkt. Sie haben keine oder sehr geringe Vorkenntnisse und erhalten einen ersten und leichten Einstieg in die Grundlagen der Sprache und die Kultur englischsprachiger Länder. Sie können sich mittels einzelner Wörter und in kurzen Sätzen auf einfachste Weise verständigen.



Englisch Intensivkurs für Anfänger - auch als **Bildungsurlaub** buchbar! Informieren Sie sich über unsere Angebote auf Seite 12, Kurs N11!

Englisch - Anfänger

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 135.00 Euro

Havelberg Schulzentrum, Raum B 304 N255 entsprechend der Nachfrage

Tangerhütte KVHS

S602 entsprechend der Nachfrage
Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule
S603 entsprechend der Nachfrage

Englisch für die Reise - Einsteiger und Wiedereinsteiger

Der Kurs vermittelt Sprache und Kultur auf unterhaltsame Art und übt die wichtigsten Redewendungen für den Aufenthalt im Ausland.

Leitung: Corrie Tiddens

Dauer: 24 U-Std., 12 Termine, 17:00 - 18:30 Uhr

Gebühr: 49,00 Euro

Sie verwenden das Kursbuch Hooray for Holidays.

Osterburg KVHS, Raum 0.11

N256 Di, entsprechend der Nachfrage

Leitung: Susanne Bohlander

Dauer: 27 U-Std., 9 Termine, 15:15 - 17:30 Uhr

Gebühr: 55,00 Euro

Seehausen Gemeinschaftsschule, Raum 101 N257 Di, Januar 2023, 15:15 Uhr

Englisch am Nachmittag - Einsteiger und Wiedereinsteiger

Der Kurs heißt speziell junggebliebene Lernende herzlich willkommen – Teilnehmer*innen ab der Lebensmitte, die über wenige oder gar keine Englischkenntnisse verfügen. Der Kurs berücksichtigt die besonderen Bedürfnisse dieser Zielgruppe durch eine sorgfältige, sehr langsame Progression mit entsprechenden Wiederholungsschleifen. Inhaltlich befasst sich dieser Kurs mit Situationen im Alltag und auf Reisen.

Leitung: n. n.

Dauer: 24 U-Std., 12 Termine, 15:45 - 17:15 Uhr

Gebühr: 49,00 Euro

Sie verwenden das Kursbuch Sterling Silver 1.

Osterburg KVHS, Raum 0.11

N258 Mo, 13. Februar 2023, 15:45 Uhr



Englisch - Niveaustufe A1 (A1.1 - A1.3)

Grundstufenniveau - siehe Abbildung Seite 49.

Englisch A1 - Englisch am Nachmittag Enjoy English Review

Enjoy English Review! Haben Sie Spaß an der Wiederholung! Dieser Kurs dient explizit der Wiederholung, des intensiven Trainings und der Festigung der bereits erworbenen Englischkenntnisse auf A1-Level.

Dafür verwenden Sie das Kursbuch *Enjoy English Review* – ein Wiederholungsband, welcher die Inhalte von A1 festigt und Sie auf A2 vorbereitet.

Ideal auch für Wiedereinsteiger! Leitung: Corrie Tiddens

Dauer: 24 U-Std., 12 Termine, 15:00 - 16:30 Uhr

Gebühr: 108,00 Euro
Osterbura KVHS. Raum 2.6

N259 Mo, 09. Januar 2023, 15:00 Uhr N260 Mo, 04. September 2023, 15:00 Uhr

Englisch A1.2

Leitung: Cornelia Meschke

Dauer: 28 U-Std., 14 Termine, 17:00 - 18:30 Uhr Sie verwenden das Kursbuch *Let's Enjoy English A1*.

Osterburg KVHS, Raum 2.5

N261 Mo, 09. Januar 2023, 17:00 Uhr

Leitung: Cornelia Meschke

Dauer: 22 U-Std., 11 Termine, 17:00 - 18:30 Uhr

Gebühr: 99,00 Euro

Sie verwenden das Kursbuch Let's Enjoy English A1.

Osterburg KVHS, Raum 2.5

N262 Mo, 04. september 2023, 17:00 Uhr



Englisch A1.3

Leitung: Verena Fischer

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine, 18:45 - 20:15 Uhr

Gebühr: 61,00 Euro

Sie verwenden das Kursbuch *Fairway New A1*. **Havelberg** Schulzentrum, Raum B 304 **N263 Do, 26. Januar 2023, 18:45 Uhr**

Englisch A1.2 - Online-Kurs



Leitung: Friedemann Schewel*

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine, 09:00 - 10:30 Uhr

Sie verwenden das Kursbuch Go for it A1.

Online

N264 Fr. 13. Januar 2023, 09:00 Uhr

Online

N265 Fr. 13. September 2023, 09:00 Uhr

Gebühr: 165.00 Euro

Englisch A1.3

Leitung: Verena Fischer

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine, 18:45 - 20:15 Uhr

Gebühr: 135,00 Euro

Sie verwenden das Kursbuch *Fairway New A1*. **Havelberg** Schulzentrum, Raum B 304 **N266 Do, 17. August 2023, 18:45 Uhr**

Leitung: Corrie Tiddens

Dauer: 24 U-Std., 12 Termine, 17:00 - 18:30 Uhr

Sie verwenden das Kursbuch Fairwav New A1.

Osterburg KVHS, Raum 2.6

N267 Mo, 09. Januar 2023, 17:00 Uhr

Englisch A1.3 - Englisch am Vormittag

Leitung: Ursula Herzog

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine, 09:30 - 11:00 Uhr

Gebühr: 61.00 Euro

Sie verwenden das Kursbuch Great A1.

Tangerhütte KVHS. Raum 1

S604 Mi, 15. Februar 2023, 09:30 Uhr



Englisch A1.3 - Englisch am Vormittag

Leitung: Ursula Herzog

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine, 09:30 - 11:00 Uhr

Gebühr: 135.00 Euro

Sie verwenden das Kursbuch Great A1.

Tangerhütte KVHS, Raum 1

S605 Mi, 23. August 2023, 09:30 Uhr



Englisch Intensivkurs A1 - auch als Bildungsurlaub buchbar! Informieren Sie sich über unsere Angebote: Kurse ab N12.

Englisch A1.3 - Englisch für die Reise

Leitung: Rainer Schulz

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine,

17:30 - 19:00 Uhr oder 19:00 - 20:30 Uhr

Gebühr: 61,00 Euro

Sie verwenden das Kursbuch Hooray for Holidays.

Havelberg Schulzentrum, Raum C 204

N270 Do, 07. September 2023, 17:30 Uhr N271 Do, 07. September 2023, 19:00 Uhr

Englisch - Niveaustufe A2 (A2.1 - A2.3)

Grundstufenniveau - siehe Abbildung Seite 49.

Englisch A2.1 - Online-Kurs



Leitung: Friedemann Schewel*

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine, 15:00 - 16:30 Uhr

Gebühr: 165,00 Euro

Sie verwenden das Kursbuch Go for it A1.

Online

N272 Do, 12. Januar 2023, 15:00 Uhr



Online

N273 Do, 07. September 2023, 15:00 Uhr

Englisch A2.1

Leitung: Corrie Tiddens

Dauer: 24 U-Std., 12 Termine, 17:00 - 18:30 Uhr

Gebühr: 108,00 Euro

Sie verwenden das Kursbuch Go for it A2.

Osterburg KVHS, Raum 0.11

N274 Mo, 04. September 2023, 17:00 Uhr

Leitung: Ursula Herzog

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine, 18:00 - 19:30 Uhr Sie verwenden das Kursbuch *Fairway Refresher A2.*

Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule

S606 Mi, 15. Februar 2023, 18:00 Uhr

Leitung: n. n.

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 135.00 Euro

Bismark Englischraum, Neue Straße 21

S607 Frühjahr 2023 S608 Herbst 2023

Englisch A2.2

Leitung: Ursula Herzog

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine, 18:00 - 19:30 Uhr

Gebühr: 135.00 Euro

Sie verwenden das Kursbuch Fairway Refresher A2.

Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule S609 Mi, 23. August 2023, 18:00 Uhr

Tangerhütte KVHS, Raum 1

S610 Do, 16. Februar 2023, 18:00 Uhr



Englisch A2.3

Leitung: Ursula Herzog

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 135,00 Euro

Sie verwenden das Kursbuch Fairway Refresher A2.

Tangerhütte KVHS, Raum 1

S610 Do, 16. Februar 2023, 18:00 Uhr



Englisch Intensivkurs A2 - auch als Bildungsurlaub buchbar! Informieren Sie sich über unsere Angebote: Kurs N12.

Englisch A2 - Refresh your English! Wochenendkurs

Ein kurzweiliges und geselliges Wochenendseminar, in dem Sie Ihre Englischkenntnisse reaktivieren, auffrischen und in abwechslungsreichen Alltagssituationen erweitern. Bei gemeinsamen Aktivitäten wie dem Zubereiten und Genießen einer Mahlzeit, einem Stadtspaziergang oder einem kurzen Film, der diskutiert wird, befördern Sie Ihr etwas in den Hintergrund gerücktes Englisch zu Tage und ergänzen es beim Zuhören, Plaudern und Nachfragen fast von alleine. Und plötzlich bemerken Sie kaum noch, dass Sie eine Fremdsprache sprechen.

Leitung: Susanne Figueiredo
Dauer: 12 U-Std..1 Wochenende

Freitag: 19:00 - 20:30 Uhr Samstag: 10:00 - 14:30 Uhr

Sonntag: 10:00 - 13:00 Uhr

Gebühr: 55,00 Euro

inkl. Material, zzgl. Verpflegung

Osterburg KVHS, Raum 2.6

N275 Fr, 03. März - So, 05. März 2023 N276 Fr, 17. Nov. - So, 19. Nov. 2023

Englisch A2 / B1

Leitung: Ian Magin (Muttersprachler)

Dauer: 24 U-Std., 12 Termine, 17:00 - 18:30 Uhr

Gebühr: 108,00 Euro

Sie verwenden verschiene Materialien.

Arneburg Grundschule

N277 Mo, 27. Februar 2023, 17:00 Uhr N278 Mo, 04. September 2023, 17:00 Uhr

Informieren Sie sich über unsere Angebote: Siehe Kurse N11, N12, N13.

Englisch A2 / B1 - Reading and Talking Wochenendseminar

In diesem Wochenendseminar vertiefen Sie Ihre Sprachfähigkeiten vorwiegend mit aktuellen Materialien aus der Fremdsprachenzeitung "Read On". Sie Iesen und besprechen gemeinsam englischsprachige Texte zu Themen des aktuellen Zeitgeschehens wie Politik, Kultur, Musik, Sport, Freizeit, aber auch Kurioses aus dem Alltag. Sie erfahren Wissenswertes über die Landeskunde englischsprachiger Länder, wie Großbritannien, Amerika, Australien, usw., wobei Sie Ihre eigenen Erfahrungen im Gespräch einbringen und sich darüber austauschen können.

Leitung: Friedemann Schewel*

Dauer: 5 U-Std., 1 Termin, 09:00 Uhr - 13:00 Uhr

Gebühr: 22,50 Euro

Tangerhütte KVHS

S612 Sa, 25. Februar 2023, 09:00 Uhr S613 Sa, 20. Mai 2023, 09:00 Uhr

S614 Sa, 04. November 2023, 09:00 Uhr

(>)

Sprachen

Englisch A2 / B2 - English Grammar: All you need to know

Dieser Online-Kurs basiert auf dem Prinzip: Nachschlagen, lernen, üben. Es ist kein Konversationskurs im üblichen Sinne und ist somit für Teilnehmer mit soliden Englischvorkenntnissen gedacht.

Er gibt den Kursteilnehmern zahlreiche Anregungen, Tipps und Tricks zum Grammatiklernen für laufende oder nachfolgende Standardkurse an Ihrer VHS. Sollten Ihre Englischkenntnisse etwas eingerostet sein, so können Sie diese systematisch wiederholen und auffrischen. Er ist auch für die Englischlernenden gedacht, die die Grammatik nicht nur in der Theorie beherrschen wollen. Das Lehr- und Übungsmaterial bietet Grammatik aus dem praktischen Leben und umfasst die Niveaustufen A1 bis B2. Die Lösungsvorschläge in der Übungsgrammatik enthalten dazu passende Regeln, die in deutsch abgefasst sind. Der Kursleiter ergänzt das vorliegende Material themenbezogen durch weitergehende Übungen. Schrittweise werden aktuelle, digitale Formate incl. einer kostenlosen Lernsoftware eingeführt und bei Bedarf individuell erklärt.

Fortgeschrittene können bei Interesse in separaten Medien (Zeitungen, Büchern, Filmen, Songtexten etc.) nach konkreten Anwendungsbeispielen suchen.

Abwechslungsreiche Übungsformen fördern das nachhaltige Lernen in der Online-Gruppe und im Selbststudium. Das Konferenzsystem steht den Kursteilnehmern dauerhaft (24 Std.) über die Laufzeit des Kurses zur Verfügung. Verabredungen zum gemeinsamen, kooperativen Lernen und Trainieren sind problemlos möglich. Die im System integrierten Funktionen können auch ohne Moderator genutzt werden. Ergänzend steht den Kursteilnehmern eine Konjugationstrainer-Software zur Verfügung.

Voraussetzung: stabile Internetverbindung, PC oder Tablet, Headset, WebCam, vorinstalliertes Konferenzsystem (ALFAVIEW, Infos zur Installation und Einrichtung durch den Kursleiter)

Kursbuch: Langenscheidt Übungsgrammatik Englisch: Grammatik nachschlagen, lernen, üben (2019),

ISBN: 978-312-563346-9, Preis: ca. 17,00€

Leitung: Friedemann Schewel*

Dauer: 12 U-Std., 12 Termine, 17:30 - 18:15 Uhr

Gebühr: 37,00 Euro

online

N279 Fr, 14. Februar 2023, 17:30 Uhr

Englisch A1 - B2 - Geschäftsenglisch für den Beruf

Sie haben Vorkenntnisse in der englischen Sprache. Ein allgemeinsprachlicher Kurs trifft nicht Ihre Interessen, weil Sie die Sprache speziell im Beruf anwenden wollen. Schritt für Schritt arbeiten Sie sich an die englische Geschäftssprache heran und haben Gelegenheit, intensiv zu üben. Wir passen Inhalte und Schwierigkeitslevel Ihren Bedürfnissen an und führen unsere Kurse auf Wunsch auch vor Ort in Ihrer Firma durch.

Dauer: nach Absprache

Gebühr: entsprechend der Dauer

Osterburg KVHS, Raum 2.4

N280 entsprechend der Nachfrage

Tangerhütte KVHS, Raum 1

S615 entsprechend der Nachfrage

HINWEIS: Die Kurse N280 und S615 können auf Wunsch an verschiedenen Standorten im Landkreis durchgeführt werden. Ebenso sind Firmenschulungen oder Einzelunterricht vor Ort möglich.

Englisch - Niveaustufe B1 (B1.1 - B1.3)

Gutes Mittelstufenniveau - siehe Abbildung Seite 49.

Quereinsteiger sind in unseren Sprachkursen jederzeit herzlich willkommen!

Englisch B1.2

Leitung: Verena Fischer

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine, 18:45 - 20:15 Uhr

Gebühr: 135,00 Euro

Sie verwenden das Kursbuch Fairway Refresher B1.

 Havelberg
 Schulzentrum, Raum B 304

 N281
 Mo, 30. Januar 2023, 18:45 Uhr

 N282
 Mo, 21. August 2023, 18:45 Uhr



Englisch B1.2 - Online-Kurs



Leitung: Friedemann Schewel*

Dauer: 12 U-Std., 6 Termine, 18:00 - 19:00 Uhr

Gebühr: 66,00 Euro

Sie verwenden das Kursbuch Go for it B1.

online

S616 Do, 27. April 2023, 18:00 Uhr

S617 Do, 07. September 2023, 18:00 Uhr

Englisch B2 - Let's get talking!

Sehr gutes Mittelstufenniveau - siehe Abbildung Seite 49.

In den nachfolgenden Kursen steht das freie Sprechen im Vordergrund - über eine Vielfalt an Themen aus den Bereichen Kunst/ Kultur, Sport, Geschichte, Gesellschaft, Freizeit, Reisen, Alltag usw. Begleitend frischen Sie Ihre grammatischen Kenntnisse auf. Darüber hinaus erweitern und festigen Sie Ihren Wortschatz und Iernen neue Redewendungen in Themen- und Sprechanlass bezogenen Übungen.

Englisch B1 / B2 - English in the morning

Leitung: Martina Schultz

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine, 09:30 - 11:00 Uhr

Gebühr: 135.00 Euro

Osterburg KVHS, Raum 2.4

N283 Do, 16. Februar 2023, 09:30 Uhr N284 Do, 07. September 2023, 09:30 Uhr

Englisch B1 / B2 - English Refresher

Sprachanwendung mit Kompetenz und Spaß an der Sache! Das bleibt unser Motto bei Anwendung des Englischen in Sprachspielen, bei Neuem und der ständigen Wiederholung des Gelernten. Quereinsteiger mit guten Englischkenntnissen sind herzlich willkommen.

Leitung: Evelin Schmidt

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine, 17:30 - 19:00 Uhr

Gebühr: 135,00 Euro

Tangerhütte KVHS, Raum 1

S618 Di. 07. März 2023. 17:30 Uhr

S619 Di, 19. September 2023, 17:30 Uhr

Englisch B2.3

Leitung: Rainer Schulz

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine, 17:30 - 19:00 Uhr

Gebühr: 135,00 Euro

Havelberg Schulzentrum, Raum C 204

N285 Mo, 13. Februar 2023, 17:30 Uhr N286 Mo, 04. September 2023, 17:30 Uhr

Englisch B2 - Let's discuss that in English!

You have got good English skills but are lacking fluency or are simply missing the opportunity of exchanging thoughts and ideas with other people. We'll discuss various topics and use different materials to get you talking.

Leitung: n.n.

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine, 17:30 - 19:00 Uhr

Gebühr: 135,00 Euro

Osterburg KVHS, Raum 2.6

N287 Mo, 09. Januar 2023, 17:30 Uhr N288 Mo, September 2023, 17:30 Uhr

Englisch C1 - Let's get talking!

Fachkundiges und annähernd muttersprachliches Niveau - siehe Seite 49. Kursinhalt: siehe Kurs N287

Leitung: Rainer Schulz

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine, 19:00 - 20:30 Uhr

Gebühr: 135,00 Euro

Havelberg Schulzentrum, Raum C 204

N289 Mo, 13. Februar 2023, 19:00 Uhr N290 Mo, 04. September 2023, 19:00 Uhr



Buchen Sie bei uns Ihren "Bildungsurlaub"! Englischintensivkurse, anerkannt als Maßnahmen nach dem Bildungsfreistellungsgesetz in Sachsen-Anhalt und Niedersachsen, finden Sie auf Seite 9.

(>)

Sprachen

Französisch

Französisch für Anfänger

In unseren Anfängerkursen lernen Sie mit Leichtigkeit die französische Sprache und stehen als Lernender dabei stets im Mittelpunkt. Sie haben keine oder sehr geringe Vorkenntnisse und erhalten einen ersten und leichten Einstieg in die Grundlagen der Sprache und die Kultur französischsprachiger Länder. Sie können sich mittels einzelner Wörter und in kurzen Sätzen auf einfachste Weise in Alltags- und Reisesituationen verständigen.

Leitung: n. n.

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 135,00 Euro

Bismark Sekundarschule

S620 entsprechend der Nachfrage

Leitung: Simone Buchholz
Dauer: 30 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 135,00 Euro

Havelberg KVHS, Schulzentrum, Raum B 304

N291 September 2023

Leitung: Corrie Tiddens

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 135.00 Euro

Osterburg KVHS, Raum 2.4

N292 entsprechend der Nachfrage

Französisch A1.1

Leitung: Simone Buchholz
Dauer: 30 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 135,00 Euro

Havelberg KVHS, Schulzentrum, Raum B 304

N293 September 2023

Französisch A1.3

Leitung: n. n.

Dauer: 20 U-Std., 10 Termine

Gebühr: 135,00 Euro

Sie verwenden das Kursbuch Voyage Neu.

Tangerhütte KVHS, Raum 2

S621 entsprechend der Nachfrage

Spanisch

Spanisch A1.1

Sie haben keine oder sehr geringe Vorkenntnisse und erhalten in diesem Anfängerkurs einen ersten Einstieg in die Grundlagen der Sprache und die Kultur spanischsprachiger Länder. Sie können sich mittels einzelner Wörter und in kurzen Sätzen auf einfachste Weise verständigen.

Leitung: Elsa A. Roggenthin

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine, 17:15 - 18:45 Uhr

Gebühr: 135,00 Euro

Sie verwenden das Kursbuch Caminos neu A1.

Tangerhütte KVHS. Raum 2

S622 Mo, 23. Januar 2023, 17:15 Uhr S623 Mo. 21. August 2023, 17:15 Uhr

Spanisch A1.2

Leitung: Elsa A. Roggenthin

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine, 19:00 - 20:30 Uhr

Gebühr: 135.00 Euro

Sie verwenden das Kursbuch Caminos neu A1.

Tangerhütte KVHS, Raum 2

S624 Mo, 23. Januar 2023, 19:00 Uhr S625 Mo, 21. August 2023, 19:00 Uhr



Russisch

Russisch - Anfänger

Sie haben keine oder geringe Vorkenntnisse? Hier lernen Sie, die kyrillische Schrift zu lesen. Systematisch bauen Sie einen Grundwortschatz auf und können sich mit einfachen sprachlichen Mitteln in typischen Alltags- und Urlaubssituationen verständigen.

Leitung: Friedemann Schewel Dauer: 30 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 135,00 Euro

Osterburg KVHS, Raum 2.4

N294 entsprechend der Nachfrage

Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule S626 entsprechend der Nachfrage

Russisch - A1

Aufbauend auf den Anfängerkurs werden die bereits erworbenen Kenntnisse und Fähigkeiten wiederholt, trainiert und erweitert.

Leitung: Friedemann Schewel Dauer: 30 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 135,00 Euro

Osterburg KVHS, Raum 2.4

N295 entsprechend der Nachfrage

Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule **S627** entsprechend der Nachfrage

Niederländisch

Niederländisch - Anfänger

Sie erhalten einen ersten und einfachen Einstieg in die Sprache und Kultur. Sie eignen sich ein sprachliches Grundrüstzeug an, damit Sie sich mit einfachen Redemitteln im Alltag und auf Reisen verständigen und orientieren können.

Leitung: Corrie Tiddens
Dauer: 30 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 135.00 Euro

Osterburg KVHS, Raum 2.4

N296 entsprechend der Nachfrage

Polnisch

Polnisch - Anfänger

Sie erhalten einen ersten und einfachen Einstieg in die Sprache und Kultur. Sie eignen sich ein sprachliches Grundrüstzeug an, damit Sie sich mit einfachen Redemitteln im Alltag und auf Reisen verständigen und orientieren können.

Leitung: n. n.

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 135,00 Euro

Osterburg KVHS, Raum 2.4

N297 entsprechend der Nachfrage

Italienisch

Italienisch - Anfänger

Sprache und Kultur für Einsteiger und Wiedereinsteiger. In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, sich intensiv und in zeitlich übersichtlicher Form auf die wichtigsten Situationen im Alltag und auf Reisen vorzubereiten. Sie eignen sich ein sprachliches Grundrüstzeug an, welches Ihnen dabei hilft, sich mit einfachen sprachlichen Mitteln in Italien zurechtzufinden und zu verständigen. Die verschiedenen Sprechanlässe und Übungen sind dem realistischen Alltag entnommen.

Leitung: Elena Limke

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 135,00 Euro

Osterburg KVHS, Raum 2.4

N298 entsprechend der Nachfrage

(3)

Sprachen

Italienisch A1.1

Aufbauend auf den Anfängerkurs werden die bereits erworbenen Kenntnisse und Fähigkeiten wiederholt, trainiert und erweitert. Der Kurs ist auch für Wiedereinsteiger bzw. Teilnehmer mit Vorkenntnissen geeignet.

Leitung: Bettina Welzin

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine, 18:00 - 19:30 Uhr

Gebühr: 135.00 Euro

Sie verwenden das Kursbuch Allegro neu A1.

Tangerhütte KVHS

S628 Do, 16. März 2023, 18:00 Uhr S629 Do, 24. August 2023, 18:00 Uhr

Deutsch als Fremd- und Zweitsprache

Deutsch als Fremd- und Zweitsprache

Deutsch ist nicht Ihre Muttersprache und Verstehen, Sprechen oder Schreiben sind für Sie schwer oder noch nicht gut genug? In diesem Kurs verbessern und erweitern Sie Ihre Deutschkenntnisse. Der Kurs kann für jedes Sprachniveau angeboten werden, vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen.

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 135,00 Euro

Osterburg KVHS, Raum 2.4

N299 entsprechend der Nachfrage

Deutsch als Zielsprache (DaZ) für Schüler

Das Ministerium für Bildung bietet in Kooperation mit den Volkshochschulen ein zusätzliches unterrichtliches Angebot zur intensiven Sprachförderung von ukrainischen Schülerinnen und Schülern an. Grundsätzlich kommt die Einrichtung dieser zusätzlichen Angebote für alle Standorte in Betracht, an denen der Bedarf an Sprachförderunterricht nicht durch beim Land beschäftigte DaZ-Lehrkräfte gedeckt werden kann. Interessierte Schulen wenden sich bitte direkt an die Kreisvolkshochschule. Unterrichtstage und –zeiten werden individuell abgestimmt. Die Förderung erfolgt in kleinen Sprachlerngruppen auf Grundlage der Lehrplanergänzung "Deutsch als Zielsprache" und ist auf die inhaltlichen Anforderungen der Grundstufe

(elementaren Sprachverwendung auf dem Niveau A2) ausgerichtet. Hier können Schüler erste Schritte ohne Zeitund Erwartungsdruck in die Kultur der deutschen Sprache wagen. Im Zentrum des Unterrichts stehen mündliche Kommunikationsfertigkeiten, das Lesen und Schreiben auf der Niveaustufe A1 bis A2 sowie die Vorbereitung auf den Unterricht in Regelklassen.

DaZ für Grundschüler

In diesem Kurs lernen Schüler im Grundschulalter.

Dauer: 8 U-Std. pro Woche

Seehausen Grundschule "Dr. Albert Steinert" N300 Mo. 09. Januar 2023. 09:00 Uhr

Tangerhütte Grundschule "Am Tanger" **S630 Di, 10. Januar 2023, 09:00 Uhr**

DaZ für Sekundarschüler

In diesem Kurs lernen Schüler der Sekundarschule.

Dauer: 8 U-Std. pro Woche

Seehausen Gemeinschaftsschule

N301 Mo, 09. Januar 2023, 08:00 Uhr

Tangerhütte Sekundarschule "Wilhelm Wundt"

S631 Di, 10. Januar 2023, 07:25 Uhr

Integrationskurse:

Kursinhalt und Termine siehe Seite 16





Fit für den Beruf - Weiterkommen mit der VHS

Arbeit und Beruf sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil des Volkshochschul-Angebots.

Berufliche Weiterbildung setzt an bei Kompetenzen wie Lernfähigkeit und Sprachkenntnissen und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen. Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den neuen Medien ist ein Schwerpunkt des Programmbereichs "Arbeit und Beruf". Ebenfalls stark vertreten: Fachlehrgänge für das berufliche Weiterkommen in kaufmännischen, betriebswirtschaftlichen und technischen Bereichen sowie zur Optimierung von Managementkompetenzen. Angebote zu Querschnitts-Themen, wie Rhetorik, Selbstmarketing und Kreativitätstrainings, stärken berufliche und persönliche Kompetenzen.

Beruflich qualifizierte und verwertbare Kurse finden sich aber auch im Angebot anderer Programmbereiche, zum Beispiel: interkulturelle Kompetenztrainings, Angebote der betrieblichen Gesundheitsvorsorge oder berufsbezogene Sprachkurse.

Computer - EDV

Xpert - Europäischer ComputerPass



Ein auf Initiative der Volkshochschulen Deutschlands entwickeltes Konzept ermöglicht einen in Europa einheitlichen Abschluss. Dieses Lehrgangssystem vermittelt Teilnehmenden fundierte Kenntnisse aller gängigen Anwenderprogramme, die in

modernen Unternehmen vorausgesetzt werden.

European Computer Passport "Xpert"

Nach erfolgreicher Absolvierung von drei frei wählbaren Modulen wird der Abschluss "European Computer Passport Xpert" erreicht.

European Computer Passport "Xpert Master"

Wenn zwei weitere Module erfolgreich absolviert werden, wird der Abschluss "European Computer Passport Xpert Master" erreicht.

Xpert 3 Wahlmodule	Wahlmodule:
	Grundlagen der EDV
	Textverarbeitung Basic
Xpert Master + 2 weitere Wahlmodule	Tabellenkalkulation Basic
	Präsentation
	Textverarbeitung Pro
	Datenbankanwendung
	Kommunikation

Buchen Sie bei uns Ihren "Bildungsurlaub"!



Intensivkurse, anerkannt als Maßnahmen nach dem Bildungsfreistellungsgesetz in Sachsen-Anhalt, Niedersachsen und Berlin, finden Sie ab Seite 9. Die Anerkennung für Brandenburg kann auf Nachfrage beantragt werden.

Kursangebote am Vor- und Nachmittag

Erste Schritte am PC

Lernen Sie schnell und ohne Ballast, wie Sie mit dem Computer umgehen, Dateien und Ordner verwalten, Texte schreiben und im Internet surfen. In kürzester Zeit erfahren Sie, wie Sie den Computer sicher nutzen. Sie lernen anhand leicht nachvollziehbarer Beispiele alle grundlegenden Bestandteile eines Computers kennen.

Nachdem sich die ersten Erfolgserlebnisse eingestellt haben und Sie einen Überblick über die grundlegenden Möglichkeiten eines Computers erhalten haben, lernen Sie, wie Sie Texte schreiben und den Inhalt formatieren. Danach lernen Sie, wie Sie im Explorer Dateien und Ordner organisieren und den Computer Ihren Bedürfnissen anpassen, um danach zu erfahren, wie Sie Ihre eigenen Bilder archivieren. Nun wagen Sie die ersten Schritte ins Internet und erfahren, wie Sie im Internet surfen, eine E-Mail-Adresse anlegen können und vieles mehr.

Bismark Sekundarschule, PC-Raum S701 dienstags, 16:30 Uhr

Leitung: n. n.

Dauer: 30 U-Std., 10 Termine, 13:30 - 18:45 Uhr

Gebühr: 147,00 Euro

Havelberg Grundschule, PC-Raum N401 donnerstags, 13:30 Uhr

Leitung: Anke Dorsch

Dauer: 20 U-Std., 10 Termine, 13:30 - 15:00 Uhr

Gebühr: 98.00 Euro

Osterburg KVHS, PC-Raum 2.8

N402 Mi, 01. März 2023, 09:00 Uhr

N403 Mo. 18. September 2023, 09:00 Uhr

Leitung: Renate Hoyer

Dauer: 40 U-Std., 10 Termine, 09:00 - 12:15 Uhr

Gebühr: 196,00 Euro

Tangerhütte KVHS, Raum 3

S702 Di, 14. Februar 2023, 10:00 Uhr S703 Di, 07. November 2023, 10:00 Uhr

Leitung: Katrin Mushak

Dauer: 20 U-Std., 10 Termine, 10:00 - 11:30 Uhr

Gebühr: 98,00 Euro

Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule, PC-Raum

S704 dienstags, 16:00 Uhr

Leitung: n. n.

Dauer: 30 U-Std., 10 Termine, 16:00 - 18:15 Uhr

Gebühr: 174,00 Euro

Zweite Schritte am PC

Sie haben schon Grundkenntnisse am PC erworben, haben aber noch einige Fragen oder Probleme oder wollen mehr Sicherheit gewinnen? Dann ist dieser Kurs für Sie geeignet. Schwerpunkte sind vertiefende Kenntnisse über Textverarbeitung, Tabellenkalkulation und das Internet. Sie lernen auch, Audio und Video zu nutzen.

Havelberg Grundschule, PC-Raum donnerstags, 13:30 Uhr

Leitung: Anke Dorsch

Dauer: 20 U-Std., 10 Termine, 13:30 - 15:00 Uhr

Gebühr: 98.00 Euro

Osterburg KVHS. PC-Raum 2.8

N405 Mi, 20. September 2023, 09:00 Uhr

Leitung: Renate Hover

Dauer: 40 U-Std., 10 Termine, 09:00 - 12:15 Uhr

Gebühr: 196,00 Euro **Tangerhütte** KVHS, Raum 3

S705 Di, 02. Mai 2023, 12:30 Uhr

Leitung: Katrin Mushak

Dauer: 20 U-Std., 10 Termine, 12:30 - 14:00 Uhr

Gebühr: 98,00 Euro

Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule, PC-Raum

S706 dienstags, 16:00 Uhr

Leitung: n.n.

Dauer: 30 U-Std., 10 Termine, 16:00 - 18:15 Uhr

Gebühr: 147,00 Euro



Internet



Lernen Sie schnell und ohne Ballast, wie Sie im Internet surfen, eine E-Mail-Adresse anlegen, E-Mails versenden und empfangen sowie beantworten, Suchmaschinen nutzen und online einkaufen bzw. Bankgeschäfte tätigen oder soziale Netzwerke nutzen und über das Internet telefonieren. Ab-

schließend lernen Sie noch, wie Sie Informationen aus dem Internet effektiv nutzen und welche Tipps und Tricks es gibt.

Bismark Sekundarschule, PC-Raum 8707 mittwochs, 16:30 Uhr

Leitung: n.n.

Dauer: 15 U-Std., 5 Termine, 16:00 - 18:15 Uhr

Gebühr: 73,50 Euro

Havelberg Schulzentrum, PC-Raum N406 dienstags, 13:30 Uhr

Leitung: n. n.

Dauer: 20 U-Std., 7 Termine, 13:30 - 15:45 Uhr

Gebühr: 98.00 Euro

Osterburg KVHS, PC-Raum 2.8 N407 dienstags, 09:00 Uhr

Leitung: Renate Hoyer

Dauer: 20 U-Std., 7 Termine, 09:00 - 11:15 Uhr

Gebühr: 98,00 Euro **Tangerhütte** KVHS. Raum 3

S708 entsprechend der Nachfrage

Leitung: n. n.

Dauer: 15 U-Std., 5 Termine

Gebühr: 73.50 Euro

Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule, PC-Raum

S709 entsprechend der Nachfrage

Leitung: n. n.

Dauer: 15 U-Std., 5 Termine

Gebühr: 73,50 Euro

Betriebssysteme

Grundlagen der EDV - Anfängerkurs

Der Kurs ist für Einsteiger vorgesehen. Er vermittelt notwendige Kenntnisse über die Hardware und das Betriebssystem eines Computers. In diesem Kurs werden Ihnen Grundkenntnisse im Umgang mit der Windows-Benutzeroberfläche, der Fenstertechnik, den Menüs und der Systemsteuerung vermittelt und Sie Iernen diese zu konfigurieren. Die Teilnehmer/innen erhalten einen Einblick in die Einsatzbereiche von Windows und der Datensicherung.

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 147,00 Euro

Bismark Sekundarschule, PC-Raum 8710 entsprechend der Nachfrage

Leitung: n. n.

Havelberg Schulzentrum, PC-Raum N408 montags, 16:30 Uhr

Leitung: n.n.

Osterburg KVHS, PC-Raum M409 montags, 16:30 Uhr

Leitung: n.n.

Tangerhütte KVHS, Raum 3

S711 dienstags, 09:30 Uhr

Leitung: n. n.

Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule, PC-Raum

S712 Mo, 24. April 2023, 18:00 Uhr

Leitung: Christine Lehmann

Aktuelle Termine entnehmen Sie bitte der Presse, unserer Internetseite oder rufen Sie uns an.

Grundlagen der EDV - Aufbaukurs

Der Kurs setzt den Anfängerkurs fort. Sie erwerben aufbauende Kenntnisse im Umgang mit der Windows-Benutzeroberfläche und lernen, diese zu konfigurieren, Datenträger und Dateien zu organisieren und zu verwalten, Programme zu installieren und deinstallieren. Weiterhin werden Hilfsprogramme zum Lösen von Computerproblemen, Probleme der Kompatibilität und des Datenschutzes vorgestellt.

Dauer: 30 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 147,00 Euro

Osterburg KVHS, PC-Raum 2.8

N410 montags, 16:30 - 18:00 Uhr Leitung: Dr. Hans-Joachim Lehmann

Tangerhütte KVHS, Raum 3

S713 dienstags, 18:00 Uhr

Leituna: n. n.

Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule, PC-Raum

S714 dienstags, 18:00 Uhr

Leitung: n.n.

Textverarbeitung

Textverarbeitung Basics mit Word

Der Kurs vermittelt Kenntnisse über Aufbau, Arbeitsweise und Leistungsmerkmale des Textverarbeitungssystems. Sie eignen sich viele Fertigkeiten im Umgang mit dem Textverarbeitungssystem an. Sie lernen, Texte (z. B. Geschäftsbriefe) auf der Grundlage der DIN 5008 zu erstellen, diese zu speichern, schnell und einfach zu korrigieren, zu kürzen und zu ergänzen sowie ansprechend, auch mit Grafiken, zu gestalten.

Der Kurs bereitet Sie auf die Xpert-Prüfung vor.

Dauer: 30 U-Std., 10 Termine

Gebühr: 147,00 Euro

Havelberg Schulzentrum, PC-Raum N411 mittwochs, 18:00 - 20:15 Uhr

Leituna: n.n.

Osterburg KVHS. PC-Raum

N412 donnerstags, 16:30 - 18:45 Uhr

Leitung: Renate Hover

Tangerhütte KVHS, Raum 3

S715 donnerstags, 18:00 - 20:15 Uhr

Leitung: n. n.

Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule, PC-Raum **S716 Di**, 21. **Februar 2023 18:00 - 20:15 Uhr**

Leitung: Christine Lehmann

Tabellenkalkulation

Tabellenkalkulation mit Excel

In kürzester Zeit lernen Sie, ansprechende Tabellen und Diagramme in Excel zu erstellen. Sie lernen anhand von Beispielen alle grundlegenden Aspekte von Excel kennen, z. B. Daten eingeben, berechnen und formatieren, anschauliche Diagramme erstellen und Tabellen speichern und drucken.

Nach dem grundlegenden Überblick über die Möglichkeiten von Excel erlernen Sie nach und nach alle Excel-Features, die in der späteren Praxis von Bedeutung sein können - vom Einsatz von Formeln und Funktionen über Sortieren und Filtern von Daten bis hin zur effizienten Datenauswertung.

Der Kurs bereitet Sie auf die Xpert-Prüfung vor.

Dauer: 30 U-Std., 10 Termine

Gebühr: 147,00 Euro

Havelberg Schulzentrum, PC-Raum N413 mittwochs, 18:00 - 20:15 Uhr

Leitung: n. n.

Osterburg KVHS, PC-Raum

N414 dienstags, 19:00 - 21:15 Uhr

Leitung: Renate Hoyer **Tangerhütte** KVHS, PC-Raum

S717 mittwochs, 18:00 - 20:15 Uhr

Leitung: Christine Lehmann

Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule. PC-Raum

S718 Di, 14. Februar 203, 18:00 Uhr

Leitung: Christine Lehmann



Office - Das Büro im Computer

Unter dem Begriff "Office" werden in der Computertechnik Programmpakete zusammengefasst, die alle wichtigen Büroanwendungen in einem System vereinen.

Am Beispiel von MS Office 2016 führt dieser Kurs in die Bedienung einer Textverarbeitung, einer Tabellenkalkulation und eines Grafikprogramms ein. Daneben wird gezeigt, wie das Zusammenspiel der Einzelkomponenten im Office organisiert ist.

Dauer: 30 U-Std., 10 Termine

Gebühr: 147,00 Euro

Bismark Sekundarschule, PC-Raum S719 entsprechend der Nachfrage

Leitung: n.n.

Havelberg Schulzentrum, PC-Raum N415 dienstags, 18:00 - 20:15 Uhr

Leitung: n.n.

Osterburg KVHS, PC-Raum

N416 donnerstags, 19:00 - 21:15 Uhr

Leitung: Renate Hoyer **Tangerhütte** KVHS, Raum 3

S720 dienstags, 18:00 - 20:15 Uhr

Leitung: Christine Lehmann

Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule, PC-Raum **S721** Mo, 13. Februar 2023, 18:00 - 20:15 Uhr

Leitung: Christine Lehmann

Datenbankanwendung

Datenbankanwendung mit Access

Der Kurs vermittelt Kenntnisse über Aufbau, Arbeitsweise und Leistungsmerkmale des Datenbanksystems. Sie eignen sich Fertigkeiten im Umgang mit dem Datenbanksystem an. Mit einem modernen Datenbanksystem können Sie umfangreiches Datenmaterial aus allen Bereichen des Lebens speichern, verarbeiten und auswerten.

Der Kurs bereitet Sie auf die Xpert-Prüfung vor.

Leituna: n.n.

Dauer: 30 U-Std., 10 Termine

Gebühr: 147,00 Euro

Osterburg KVHS, PC-Raum 2

N417 entsprechend der Nachfrage

Tangerhütte KVHS, Raum 3

S722 entsprechend der Nachfrage

Präsentation

Präsentation mit PowerPoint

Im Lehrgangsmodul werden mit Hilfe dieser modernen Präsentations-Software Kenntnisse und Funktionen zu folgenden Schwerpunkten vermittelt: Erstellen von Overhead-Folien, Bildschirmshows, Handouts, Planen des Präsentationsablaufs, Gestalten von Texten, Bildern, Tabellen, Diagrammen und Organigrammen und Verwendung eines wirkungsvollen Farbeinsatzes.

Der Kurs bereitet Sie auf die Xpert-Prüfung vor.

Leitung: n. n.

Dauer: 30 U-Std., 10 Termine

Gebühr: 147,00 Euro

Havelberg Schulzentrum, PC-Raum
N418 entsprechend der Nachfrage

Osterburg KVHS, PC-Raum

N419 entsprechend der Nachfrage

Tangerhütte KVHS, Raum 3

S723 entsprechend der Nachfrage

Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule, PC-Raum S724 Mo. 09. Oktober 2023. 15:30 - 17:45 Uhr

Leitung: Christine Lehmann

Kommunikation

Kommunikation mit Outlook

Sie erhalten einen Einblick in den Aufbau, die Leistungsmerkmale und die Einsatzmöglichkeiten von Outlook und erwerben grundlegende Kenntnisse der wichtigsten Ansichten und ihrer Funktionen.

Der Kurs bereitet Sie auf die Xpert-Prüfung vor.

Leitung: n. n.

Dauer: 12 U-Std., 4 Termine

Gebühr: 58,80 Euro



Osterburg KVHS, PC-Raum

N420 entsprechend der Nachfrage

Tangerhütte KVHS, PC-Raum

S725 entsprechend der Nachfrage

Anwenderprogramme

Fotobuch selbst gestalten

Ein Fotobuch ist mehr als ein Fotoalbum. Durch persönliche Anmerkungen und eingescannte Eintrittskarten, Quittungen oder selbstgemalte Kinderzeichnungen machen Sie Ihr Buch einzigartig. Sie arrangieren mit einer erprobten kostenlosen Software Ihre digitalen Fotos. Schritt für Schritt erstellen Sie Ihr erstes eigenes Fotobuch und lernen einfache Möglichkeiten der Bildbearbeitung und -verbesserung kennen. Bringen Sie Ihre Bilder mit (auf CD oder auf einem USB-Stick) und gestalten innerhalb des Kurses das Buch.

Havelberg Grundschule
N421 donnerstags
Leitung: Anke Dorsch
Dauer: 10 U-Std., 5 Terr

Dauer: 10 U-Std., 5 Termine Gebühr: 49,00 Euro zzgl. MwSt.

Osterburg KVHS, PC-Raum

N422 mittwochs, 18:00 - 20:15 Uhr

Leitung: Dr. Hans-J. Lehmann
Dauer: 12 U-Std., 4 Termine
Gebühr: 58,80 Euro zzgl. MwSt.

Tangerhütte KVHS, Raum 3

S726 Do, 16. März 2023, 09:00 Uhr S727 Do, 14. September 2023, 09:00 Uhr

Leitung: Lutz Ling

Dauer: 24 U-Std., 8 Termine, 09:00 - 11:15 Uhr

Gebühr: 117,60 Euro

Computer-Club

Für aktive Senioren bietet die Volkshochschule einen regelmäßigen Treff (1x monatlich) zu aktuellen Fragen rund um den Computer und das Internet an.

EDV-Grundkenntnisse sind erforderlich.

Leitung: Lutz Ling

Dauer: 12 U-Std., 4 Termine, 09:00 - 11:15 Uhr

Tangerhütte KVHS, PC-Raum

S728 Mi, 18.01., 15.02., 15.03., 12.04., 24.05.,

14.06.2023, 09:00 Uhr

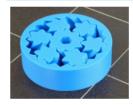
Gebühr: 88,20 Euro

S729 Mi, 13.09., 11.10., 15.11., 13.12.2023,

09:00 Uhr

Gebühr: 58,80 Euro

3D-Druck



Ersatzteile für Haushaltsgeräte ausdrucken, eine Spielfigur oder eine eigene Kreation erstellen? Mit einem 3D-Drucker machbar. Was diese Drucker alles können und was Sie damit anfangen können, erfahren Sie an diesem Informationsabend

- Drucktypen
- Stand der Technik
- Teile eines 3D-Druckers
- Inbetriebnahme mit Kalibrierung
- Verbrauchsmaterial
- Kriterien für den Kauf
- 3D-Vorlagen suchen und finden
- 3D-Modelle erstellen
- Tipps und Tricks

Dieser Informationsabend richtet sich an alle 3D-Druck-Interessierten. Spezielle Vorkenntnisse oder praktische Erfahrungen sind dazu nicht erforderlich. Es sollen Aufwand und die Voraussetzungen demonstriert werden, um den 3D-Druck praktisch anzuwenden. Sie erhalten unter anderem einen groben Überblick zu Druckern, Verbrauchsmaterialien, Software und dem benötigten Zeitaufwand.

Bei Interesse können sich Kurse für Selbstbauer oder zur Programmierung anschließen.



MEL

Leitung: n.n.

Dauer: 4 U-Std., 1 Termin Gebühr: 19.60 Euro

KVHS. PC-Raum **Osterburg**

N423 Mo, März 2023, 17:00 Uhr

Das Smartphone

Smartphone für Einsteiger

Dieser Einführungskurs richtet sich an Interessierte, die ein eigenes Smartphone mit dem Betriebssystem Android besitzen, den Umgang mit dieser Technologie erlernen und die Vorteile im Alltag und Beruf nutzen möchten.

Es werden die nötigen Grundkenntnisse für die allgemeine Bedienung erklärt und vielfältige Nutzungsmöglichkeiten vorgestellt. Die Oberfläche von Android und die individuelle Anpassung, das Anlegen und Bearbeiten von Kontakten, Surfen im Internet, Herunterladen nützlicher Anwendungen aus dem App-Store, Kameranutzung und Dateiverwaltung, sowie die Themen Sicherheit und Datenschutz werden behandelt. Da es ein Kleingruppenkurs ist, bleibt viel Zeit für persönliche Fragen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bringen Sie Ihr eingerichtetes Smartphone mit dem Betriebssystem Android und das Ladekabel mit.

Leituna: Katrin Mushak

Gebühr:

16 U-Std., 8 Termine Dauer: NEU 78,40 Euro

KVHS. PC-Raum **Osterburg**

N424 Di, 14. Februar 2023, 10:00 - 11:30 Uhr

N425 Di. 19. September 2023.

10:00 - 11:30 Uhr

KVHS. Raum 3 **Tangerhütte**

S730 Di. 07. März 2023. 14:30 - 16:00 Uhr

S731 Di, 07. November 2023, 14:30 - 16:00 Uhr

Smartphonetreff

Dieser Kurs ist für Sie der richtige, wenn Sie Ihr Smartphone oder Tablet mit dem Betriebssystem Android bereits bedienen können und wissen wollen, was man noch alles mit dem Gerät machen kann. Im Mittelpunkt steht hier nicht nur die Vermittlung von Smartphonekenntnissen, sondern auch die Hilfe bei individuellen Fragen und Problemen rund um Software und Technik.

Leituna: Katrin Mushak

16 U-Std., 8 Termine, 14:30 - 16:00 Uhr Dauer:

Gebühr: 78.40 Euro

Tangerhütte KVHS. Raum 3

S732 Di, 10. Januar 2023, 14:30 Uhr **S733** Di, 09. Mai 2023, 14:30 Uhr **S734** Di. 29. August 2023, 14:30 Uhr

Fotografieren mit dem Smartphone

"Die beste Kamera ist gerade die, die man dabei hat." Dieses Sprichwort von Elliot Erwitt ist heute aktueller denn je! Denn das Smartphone wird ein immer besserer Kameraersatz! Was vor wenigen Jahren noch undenkbar war, ist heute Realität. In diesem Kurs zeige ich Ihnen, welche Möglichkeiten es gibt, mehr als nur "Schnappschüsse" zu produzieren. Dieser Kurs findet mit und an dem eigenen Smartphone statt, so dass Sie das Erlernte iederzeit anwenden können. Jedoch: Aufgrund der Fülle der verschiedenen Betriebssysteme, Apps und Versionsnummern wird dieser Kurs nur für Android-Versionen angeboten. Wer ein anderes Handy besitzt, muss damit leben können, dass es die besprochenen Apps eventuell nur ähnlich gibt.

Zum Kurs mitzubringen sind: natürlich das eigene aufgeladene Smartphone mit genügend Speicherplatz und viel Wissensdurst. Spezielle Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leituna: Katrin Mushak Dauer: 10 U-Std., 5 Termine

Gebühr: 49.00 Euro

KVHS, PC-Raum **Osterburg**

Di, 18. April 2023, 10:00 - 11:30 Uhr N426

Tangerhütte KVHS, Raum 2

S735 Di, 29. August 2023, 12:30 - 14:00 Uhr

Tastschreiben

Tastaturschulung

Sie lernen mit viel Spaß und innerhalb kurzer Zeit die Tastatur blind zu beherrschen. Vermittelt wird das "alphanumerische Tastenfeld" als Eingabestation für Textund Datenverarbeitung am PC. Je sicherer die Bedienung erfolgt, umso besser können die Möglichkeiten der modernen Technik genutzt werden.

Dauer: 45 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 220,50 Euro, zzgl. Lernprogramm

Bismark Sekundarschule, PC-Raum **5736 Di + Do, September 2023**

Leitung: Heike Weigt
Osterburg KVHS, PC-Raum
N427 Mo + Mi, März 2023
Leitung: Heike Weigt

Tangerhütte KVHS, PC-Raum

S737 Do, 27. April 2023, 16:30 - 18:45 Uhr S737 Do, 14. Sept. 2023, 16:30 - 18:45 Uhr

Leitung: Siglinde Feind

Tangermünde Brunsberg-Sekundarschule, PC-Raum

S739 Mo, 15:00 Uhr Leitung: Siglinde Feind

Rechnungswesen

Buchführung mit dem PC für kleinere und mittlere Unternehmen - Einsteiger

Der Kurs richtet sich an interessierte Teilnehmer ohne Erfahrungen. Vermittelt werden übersichtlich, anschaulich und praxisnah die gesetzlichen Grundlagen der Buchführung für kleinere und mittlere Unternehmen von der Inventur bis zum Abschluss, also Buchhaltung, Buchung mit Geschäftsvorgängen, Anlagevermögen sowie Lohn und Gehalt (Grundlagen).

Gearbeitet wird im Kurs mit dem aktuellen Programm "Lexware pro". Für Teilnehmer des Kurses stellt die Firma Lexware auf Wunsch kostenlose Schülerversionen für das Üben zu Hause zur Verfügung.

Leitung: Siglinde Feind
Dauer: 45 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 220,50 Euro

Osterburg KVHS, PC-Raum

N428 entsprechend der Nachfrage

Tangerhütte KVHS, Raum 3

S740 Di, 29. August 2023, 18:00 - 20:15 Uhr

Buchführung mit dem PC für kleinere und mittlere Unternehmen - Fortgeschrittene

Der Kurs richtet sich an interessierte Teilnehmer mit Erfahrungen auf dem Gebiet der Buchführung. Kursinhalte sind: Vertiefung der laufenden Geschäftsvorgänge, Erstellung des Jahresabschlusses, Einnahme-Überschussrechnung bzw. Erstellung der Bilanz und die Auswertung der Geschäftsabschlüsse mit den zur Erstellung geforderten Formularen. Gearbeitet wird im Kurs mit dem aktuellen Programm "Lexware pro". Für Teilnehmer des Kurses stellt die Firma Lexware auf Wunsch kostenlose Schülerversionen für das Üben zu Hause zur Verfügung.

Leitung: Siglinde Feind
Dauer: 45 U-Std.. 15 Termine

Gebühr: 220.50 Euro

Tangerhütte KVHS, Raum 3

S741 entsprechend der Nachfrage

Vorbereitung aud den Jahresabschlusses

Voraussetzung für die Teilnahme am Kurs sind buchhalterische Kenntnisse. Inhaltlicher Schwerpunkt ist die steuerlich relevante Auswertung anhand von Ergebnissen des Jahresabschlusses hinsichtlich des aktuellen Steuerrechts.

Leitung: Siglinde Feind
Dauer: 45 U-Std., 15 Termine

Gebühr: 220,50 Euro

Tangerhütte KVHS, Raum 3

S742 Di. 17. Januar 2023. 18:00 Uhr



Organisation / Management

Gewaltfreie Kommunikation - Verbindende Kommunikation

Hand in Hand in ein neues Miteinander: Wie reden wir miteinander? Ob am Arbeitsplatz, in der Partnerschaft, in der Familie oder mit guten Freunden. Überall kann Kommunikation missglücken und unser Leben belasten. Die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg bietet uns eine Möglichkeit, in Konfliktsituationen neue Wege zu gehen. Sie ist eine innere Haltung, die uns darin unterstützt, uns selbst und andere so anzunehmen wie wir sind. Dadurch entsteht eine ganz neue Art der Verbindung zwischen uns und unseren Liebsten. Im Seminar schaffen wir gemeinsam eine vertraute Atmosphäre, die es uns ermöglicht, einfach wir selbst zu sein.

Leitung: Julia Mäder

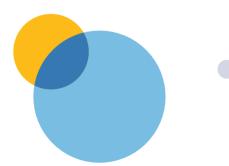
Dauer: 16 U-Std., 2 Termine

Gebühr: 74,80 Euro

Osterburg KVHS, Raum 0.11

N429 entsprechend der Nachfrage





Dozenten gesucht!

Sie sind
Fachmann/ -frau
auf Ihrem Gebiet
und möchten Ihr Wissen
weitergeben?

Rufen Sie uns an oder senden uns Ihr Angebot mit Ihren Bewerbungsunterlagen zu.

Telefon: 03931 608080 E-Mail: kvhs@landkreis-stendal.de



Grundbildung und Schulabschlüsse



Lesen und Schreiben für Erwachsene

In Deutschland gibt es ca. 4 Millionen Bürgerinnen und Bürger, die diesen Text nicht lesen und schreiben können und deshalb auf fremde Hilfe angewiesen sind. Damit dies nicht so bleibt, bieten wir Kurse an, die Ihnen ermöglichen, das Lesen und Schreiben zu erlernen oder die vorhandenen Kenntnisse wieder aufzufrischen. Wenn Sie Menschen kennen, die nicht oder nur wenig lesen und schreiben können, dann erzählen Sie von unserem Angebot.

Leitung: n. n.

Dauer: 16 U-Std., 8 Termine

Gebühr: 40.00 Euro

Osterbura KVHS. PC-Raum

N430 entsprechend der Nachfrage

Nachholen von Schulabschlüssen

Hauptschulabschluss

Dieser Vorbereitungslehrgang dauert ca. 1 Jahr und bereitet in den Fächern Deutsch, Mathematik, Physik, Geschichte und Geographie auf die Prüfung vor. Der Unterricht findet während der Schulzeit dreimal wöchentlich von 17:30 bis 20:00 Uhr statt.

Die Gebühr beträgt 721,00 Euro für ca. 360 Unterrichtsstunden zzgl. Unterrichtsmaterial.

Grundlage für diesen Lehrgang bildet die "Verordnung über die Prüfung zum Erwerb des Hauptschulabschlusses durch Nichtschülerinnen und Nichtschüler" vom 08.02.2005.

Leitung: Dozententeam
Dauer: 360 U-Std., 1 Jahr
Gebühr: 900,00 Euro

Stendal Comenius-Ganztagsschule, Raum 210

N431 April 2023

Realschulabschluss

Dieser Vorbereitungslehrgang dauert ca. 1,5 Jahre und bereitet in den Fächern Deutsch, Mathematik, Englisch, Biologie, Physik, Geschichte und Sozialkunde auf die Prüfung vor. Der Unterricht findet während der Schulzeit dreimal wöchentlich von 17:30 bis 20:00 Uhr statt. Die Gebühr beträgt 1001,00 Euro für ca. 500 Unterrichtsstunden zzgl. Unterrichtsmaterial.

Grundlage für diesen Lehrgang bildet die "Verordnung über die Prüfung zum Erwerb des Realschulabschlusses durch Nichtschülerinnen und Nichtschüler" vom 08.02.2005.

Leitung: Dozententeam
Dauer: 500 U-Std., 1,5 Jahre

Gebühr: 1250,00 Euro

Stendal Comenius-Ganztagsschule, Raum 210

N432 März 2023

Kreisvolkshochschule Stendal

Hinweise zum Schutz personenbezogener Daten und Speicherung der persönlichen Daten in der ADV:

Die Kreisvolkshochschule Stendal ist eine durch das Kultusministerium des Landes Sachsen-Anhalt als förderungsfähig anerkannte Einrichtung der Erwachsenenbildung. Der durch die Anerkennung begründete Anspruch auf Förderung gemäß Erwachsenenbildungsgesetz vom 25. Mai 1992 ist an bestimmte gesetzliche Kriterien gebunden. Aus diesem Grunde beabsichtigen wir, Ihre auf der Teilnehmerliste ausgewiesenen personenbezogenen Daten dem Kultusministerium des Landes Sachsen-Anhalt zu übermitteln. Zum Zwecke der Förderung sind diese Angaben durch die Bildungseinrichtung nachzuweisen. Eine Speicherung der personenbezogenen Daten erfolgt dort nicht.

Gemäß § 4 Abs. 2 des Gesetzes zum Schutz personenbezogener Daten der Bürger (DSG-LSA) vom 12. März 1992 (GVBI. LSA S. 152) steht jedem Teilnehmenden das Recht zu, die Einwilligung zur Weitergabe seiner personenbezogenen Daten zu verweigern.

Sofern vom Recht der Verweigerung Gebrauch gemacht wird, sind alle Eintragungen auf der Teilnehmerliste durch den Teilnehmer bzw. die Teilnehmerin unzulässig, weitere Folgen ergeben sich für Sie nicht. Eine Verweigerung kann unter Umständen zur Nichtförderung der Bildungsleistungen führen. Die Einwilligung gilt mit Unterschrift auf der Teilnehmerliste als erteilt, sie kann gemäß §4 Abs. 2 Satz 4 DSG LSA widerrufen werden.

Ihre zur Bearbeitung erforderlichen Angaben werden unter Beachtung der Datenschutzbestimmungen in einer automatisierten Datei gespeichert, in anonymisierter Form für statistische Zwecke verarbeitet und nach Ablauf gesetzlicher Aufbewahrungsfristen gelöscht.

Wichtiger Hinweis!

Die in diesem Programmheft verwendeten Software-Bezeichnungen sowie die Markennamen der jeweiligen Firmen unterliegen im Allgemeinen warenzeichen-, marken- oder patentrechtlichen Bestimmungen. WINDOWS ist ein eingetragenes Warenzeichen der Microsoft Corporation.

"QR Code" is a registered trademark of DENSO WAVE INCORPORATED.

Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)

1. Allgemeines

- (1) Diese AGB gelten für alle Veranstaltungen der Kreisvolkshochschule (KVHS).
- (2) Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der KVHS. Insoweit tritt die KVHS nur als Vermittler auf.
- (3) Soweit in den Regelungen dieser AGB die weibliche Form verwendet wird, geschieht das lediglich zur sprachlichen Vereinfachung. Die Regelungen gelten gleichermaßen auch für männliche Beteiligte und für juristische Personen.
- (4) Rechtsgeschäftliche Erklärungen (z. B. Anmeldungen und Kündigungen) bedürfen, soweit sich aus diesen AGB oder aus dem Verbraucher zustehenden Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften nichts anderes ergibt, der Schriftform oder einer kommunikationstechnisch gleichwertigen Form (Telefax, E-Mail, Login-Homepage der KVHS). Erklärungen der KVHS genügen der Schriftform, wenn eine nicht unterschriebene Formularbestätigung verwendet wird.

2. Vertragsschluss

- (1) Die Ankündigung von Veranstaltungen ist unverbindlich.
- (2) Die Anmeldende ist an ihre Anmeldung 3 Wochen lang gebunden (Vertragsangebot). Der Veranstaltungsvertrag kommt entweder durch Annahmeerklärung der KVHS zustande oder aber dadurch, dass die 3-Wochen-Frist verstreicht, ohne dass die KVHS das Vertragsangebot abgelehnt hat.
- (3) Mündliche oder fernmündliche Anmeldungen sind abweichend von Ziffer 1 (4) verbindlich, wenn sie sofort oder jedenfalls innerhalb von 10 Tagen mündlich oder schriftlich angenommen werden.
- (4) Das gesetzliche Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften wird durch die Regelungen der Absätze (2) und (4) nicht berührt.

3. Vertragspartnerin und Teilnehmerin

(1) Mit Abschluss des Veranstaltungsvertrags werden vertragliche Rechte und Pflichten nur zwischen der KVHS als Veranstalterin und der Anmeldenden (Vertragspartnerin) begründet. Die Anmeldende kann das Recht zur Teilnahme auch für eine dritte Person (Teilnehmerin) begründen. Diese ist der KVHS namentlich zu benennen.

Kreisvolkshochschule Stendal

Eine Änderung in der Person der Teilnehmerin bedarf der Zustimmung der KVHS. Diese darf die Zustimmung nicht ohne sachlichen Grund verweigern.

- (2) Für die Teilnehmerin gelten sämtliche die Vertragspartnerin betreffenden Regelungen sinngemäß.
- (3) Die KVHS darf die Teilnahme von persönlichen und/ oder sachlichen Voraussetzungen abhängig machen.

4. Entgelt

- (1) Das Veranstaltungsentgelt ergibt sich aus der bei Eingang der Anmeldung aktuellen Gebührensatzung.
- (2) Das Entgelt soll nach Erhalt des Gebührenbescheides bezahlt werden, falls es nicht zu Beginn der Veranstaltung gemäß §2 der Gebührensatzung in bar entrichtet wird.

5. Organisatorische Änderungen

- (1) Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch eine bestimmte Dozentin durchgeführt wird. Das gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit dem Namen einer Dozentin angekündigt wurde, es sei denn, die Vertragspartnerin hat erkennbar ein Interesse an einer Durchführung der Veranstaltung gerade durch die angekündigte Dozentin.
- (2) Die KVHS kann aus sachlichem Grund und in einem der Vertragspartnerin zumutbaren Umfang Ort und Zeit-punkt der Veranstaltung ändern.
- (3) Muss eine Veranstaltungseinheit aus von der KVHS nicht zu vertretenden Gründen ausfallen (beispielsweise wegen Erkrankung einer Dozentin), kann sie nachgeholt werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht. Wird die Veranstaltung nicht nachgeholt, gilt Ziffer 6 Abs. (2) Satz 2 und Satz 3 und Abs. (3) sinngemäß.
- (4) An gesetzlichen oder kirchlichen Feiertagen finden Veranstaltungen grundsätzlich nicht statt.

6. Rücktritt und Kündigung durch die KVHS

- (1) Die Mindestzahl der Vertragspartnerinnen wird in der Ankündigung der Veranstaltung angegeben. Sie beträgt mangels einer solchen Angabe 10 Personen. Wird diese Mindestzahl nicht erreicht, kann die KVHS vom Vertrag zurücktreten. Kosten entstehen der Vertragspartnerin hierdurch nicht.
- (2) Die KVHS kann ferner vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die die KVHS nicht zu vertreten hat (z. B. Ausfall einer Dozentin wegen Krankheit) ganz oder teilweise nicht stattfinden kann. In diesem Fall wird das Entgelt nach dem

Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zum Gesamtumfang der Veranstaltung geschuldet. Das gilt dann nicht, wenn die Berechnung der erbrachten Teilleistung für die Vertragspartnerin unzumutbar wäre, insbesondere wenn die erbrachte Teilleistung für die Vertragspartnerin ohne Wert ist.

- (3) Die KVHS wird die Vertragspartnerin über die Umstände, die sie nach Maßgabe der vorgenannten Abs. (1) und (2) zum Rücktritt berechtigen, innerhalb von 5 Werktagen informieren und ggf. das vorab entrichtete Entgelt innerhalb einer Frist von 14 Werktagen erstatten.
- (4) Die KVHS kann den Veranstaltungsvertrag aus wichtigem Grund kündigen. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere in folgenden Fällen vor:
- Gemeinschaftswidriges Verhalten in Veranstaltungen trotz vorangehender Abmahnung und Androhung der Kündigung durch die Dozentin, insbesondere Störung des Informations- bzw. Veranstaltungsbetriebes durch Lärmund Geräuschbelästigungen oder durch querulatorisches Verhalten.
- Ehrverletzungen aller Art gegenüber der Dozentin, gegenüber Vertragspartnerinnen oder Beschäftigten der KVHS.
- Diskriminierung von Personen wegen persönlicher Eigenschaften (Alter, Geschlecht, Hautfarbe, Volks- oder Religionszugehörigkeit etc.).
- Missbrauch der Veranstaltungen für parteipolitische od. weltanschauliche Zwecke oder für Agitationen aller Art,
- Beachtliche Verstöße gegen die Hausordnung.

Statt einer Kündigung kann die KVHS die Vertragspartnerin auch von einer Veranstaltungseinheit ausschließen.

Der Vergütungsanspruch der KVHS wird durch eine solche Kündigung oder durch einen Ausschluss nicht berührt.

7. Kündigung und Widerruf durch die Vertragspartnerin

(1) Weist die Veranstaltung einen Mangel auf, der geeignet ist, das Ziel der Veranstaltung nachhaltig zu beeinträchtigen, hat die Vertragspartnerin die KVHS auf den Mangel hinzuweisen und ihr innerhalb einer zu setzenden angemessenen Nachfrist Gelegenheit zu geben, den Mangel zu beseitigen. Geschieht dies nicht, kann die Vertragspartnerin nach Ablauf der Frist den Vertrag aus wichtigem Grund kündigen.

Kreisvolkshochschule Stendal

(2) Die Vertragspartnerin kann den Vertrag ferner kündigen, wenn die weitere Teilnahme an der Veranstaltung wegen organisatorischer Änderungen (Ziffer 5) unzumutbar ist. In diesem Fall wird das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zur gesamten Veranstaltung geschuldet. Das gilt dann nicht, wenn die Berechnung der erbrachten Teilleistung für die Vertragspartnerin unzumutbar wäre, insbesondere wenn die erbrachte Teilleistung für die Vertragspartnerin wertlos ist.

(3) Ein etwaiges gesetzliches Widerrufsrecht (z. B. bei Fernabsatzgeschäften) bleibt unberührt.

8. Schadenersatzansprüche

Für Unfälle und Diebstähle übernimmt die KVHS keine Haftung, im Übrigen gelten die gesetzlichen Bestimmungen. Eine Haftung, gleich aus welchem Grund, beschränkt sich ausschließlich auf Fälle von Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit.

9. Schlussbestimmungen

- (1) Das Recht, gegen Ansprüche der KVHS aufzurechnen, wird ausgeschlossen, es sei denn, der Gegenanspruch ist rechtskräftig festgestellt oder unbestritten.
- (2) Ansprüche gegen die KVHS sind nicht abtretbar.
- (3) Angaben zu Alter und Geschlecht dienen ausschließlich statistischen Zwecken. Der KVHS ist die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu Zwecken der Vertragsdurchführung gestattet. Die Vertragspartnerin kann dem jederzeit widersprechen.

Widerrufsbelehrung

Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Art. 246 § 2 i.V.m. § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312g Abs. 1 Satz 1 BGB i.V.m. Art. 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

Der Widerruf ist zu richten an: Kreisvolkshochschule Stendal Bahnhofstraße 3 39606 Osterburg Fax: 03937 895179

E-Mail: kvhs@landkreis-stendal.de

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns insoweit ggf. Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

Ende der Widerrufsbelehrung.

Impressum

Herausgeber: Landkreis Stendal

Redaktion: Kreisvolkshochschule Stendal Gestaltung: Licht + Werbung, Stendal

Erscheinungstermin: jährlich im Dezember, kostenlos

Ausgabe: 2023

Auflage: 3000 Exemplare

Alle Veröffentlichungen nach bestem Wissen, jedoch ohne Gewähr. Der Herausgeber haftet nicht für fehlerhafte Angaben. Das Manuskript ist Eigentum des Heraus-

gebers. Nachdruck verboten! Drucklegung: April 2023

Irrtümer, Druckfehler & Gebührenänderung vorbehalten.

Titelbild: Privat



39606 Osterburg

Bahnhofstraße 3 Tel.: 03937 895178 Fax: 03937 895179

39576 Stendal

Hospitalstraße 1-2 Tel.: 03931 608080 Fax: 03931 608081

39517 Tangerhütte

Stendaler Straße 2 Tel.: 03935 2486 Fax: 03935 213823

www.kvhs.landkreis-stendal.de E-Mail: kvhs@landkreis-stendal.de







