



vhs
g
o:

Frühjahr | 2017

Ihre **Volkshochschule**

in Duderstadt | Gieboldehausen | Radolfshausen

 GÖTTINGEN
STADT, DIE WISSEN SCHAFFT

LANDKREIS GÖTTINGEN

vhs
go
o:

 **PERSPEKTIVE
WIEDEREINSTIEG**
Potenziale erschließen!

Einzelcoaching
Gruppencoaching
Qualifizierung

Beratungsstelle für Wiedereinsteigerinnen und Minijobberinnen nach der Familienphase

Kontakt: Susanne Berdelmann, Tel. 0551 4952-16, s.berdelmann@vhs-goettingen.de · Goschka Grynia-Gallwitz, Tel. 0551 4952-59, g.grynia-gallwitz@vhs-goettingen.de · www.vhs-wiedereinstieg.de

Das Projekt „Perspektive Wiedereinstieg Göttingen“ wird im Rahmen des ESF-Bundesprogramms „Perspektive Wiedereinstieg – Potenziale erschließen“ durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und den Europäischen Sozialfonds gefördert. Dieses ESF-Programm wird in Kooperation mit der Bundesagentur für Arbeit im Rahmen des Aktionsprogramms „Perspektive Wiedereinstieg“ umgesetzt.

Editorial



Rüdiger Rohrig

*Geschäftsführer VHS Göttingen
Osterode gGmbH*

Auf ein Neues...

VHS-Arbeit bedeutet, nie stillzustehen. Was heute ein Trend ist, ist morgen schon vergessen. Wir reagieren auf das, was unsere Teilnehmer/innen wünschen: auf gesellschaftliche, soziale, kulturelle Entwicklungen, auf neue Anforderungen im Beruf, und wir bieten abwechslungsreiche Angebote, die Ihre Gesundheit stärken. Bei all dem sind wir auf Ihre Rückmeldungen angewiesen.

Auch Geschmäcker ändern sich...

Wenn Sie dieses Programmheft in der Hand halten, werden Sie einige Änderungen im Layout bemerken. Wir haben an der Schrift gefeilt, um unsere Programmhefte für alle lesbarer zu machen, und wir werden im Frühjahr auch mit einem neuen, benutzerfreundlicheren Internetauftritt aufwarten.

Und schließlich bin ich auch neu...

Seit September 2016 bin ich als Geschäftsführer der VHS Göttingen Osterode gGmbH tätig. Aber wirklich neu bin ich bei der VHS natürlich nicht. Seit 31 Jahren arbeite ich als Dozent, Projektmitarbeiter, Fachbereichsleiter und schließlich als stellv. Geschäftsführer und Prokurist für die VHS. Gerade die immer neuen Herausforderungen sind das Interessante an meiner Arbeit und die Begegnung mit den vielen Menschen, die bei der VHS tatsächlich lebenslang lernen. Scheuen Sie sich nicht, mich direkt anzusprechen, wenn Sie Kritik, Verbesserungsvorschläge oder Anregungen für unsere Arbeit haben.



Bernadett Lambertz

*Geschäftsstellenleiterin Ihrer
VHS in Duderstadt*

Auf in den Frühling...


Mit Ihrer Volkshochschule in Duderstadt können Sie, liebe VHS-Interessierte, in den Frühling starten. Unser neues Programm bietet Ihnen wieder einen bunten Strauß an Weiterbildung. In über 160 Kursen laden wir Sie ein, entsprechend Ihrer Interessen das breite Angebot vor Ort zu nutzen. Eine Vielzahl an Sprachkursen unterschiedlicher Niveaus, EDV-Kurse und Berufliche Weiterbildung wartet auf Sie.

Besonders wichtig ist es uns, Ihnen im Gesundheitsbereich ein vielfältiges Angebot zu offerieren. Neue Energien zu schöpfen und sich wohl zu fühlen, sind wesentliche Ziele in unseren Gesundheitskursen. Pilates, Yoga, Feldenkrais, Taijiquan, Fasten, Kochabende, Wohlfühltag und weitere Angebote sollen Ihnen einen guten Start in das Frühjahr geben.

Im Kultur- und Kreativbereich können Sie ebenfalls ein breites Spektrum an Kursen finden. Malkurse, Didgeridoo, Spinnen, Filzen, Stricken sind nur einige Stichworte. Selbstverständlich sind auch die Kinderferienangebote wieder dabei.

Sollten Sie örtliche Kurse in Duderstadt, Ebergötzen oder Gieboldehausen suchen, so hilft Ihnen das Inhaltsverzeichnis auf S. 8. Auf den Seiten 56/57 erfahren Sie einiges über unser Team in Duderstadt und unsere Aktivitäten, die wir neben unserem Kursprogramm veranstalten haben. Viel Spaß beim Lesen und in den Kursen.

Abkürzungen / Symbole

-  Unterrichtsmaterial in Gebühr enthalten
- Ermäßigung nicht möglich
- KG** kleine Gruppe; Minimum: 7 Teilnehmende

Parken VHS, Duderstadt

Parken im Stadtbereich und am ZOB kostenpflichtig möglich.

Parken VHS, Göttingen

Parkhaus am Bahnhof:
Bahnhofsallee 1

Parken am Schützenplatz:
Godehardstraße (rund um die Uhr), ein Fuß- und Radweg führt direkt zur VHS.

Behindertenparkplätze:

Drei Behindertenparkplätze am Gebäude der VHS, Bahnhofsallee 7: Zufahrt über Bahnhofsallee, vorbei am Nordeingang der Agentur für Arbeit. Alle Unterrichtsräume sind barrierefrei erreichbar.

Zwei Behindertenparkplätze vor dem Gebäude der VHS, Theodor-Heuss-Str. 21, direkt neben dem Haupteingang.

Schulferien in Niedersachsen

Halbjahresferien:
30./31. Januar 2017

Osterferien:
10. bis 22. April 2017

Schulfrei:
01. Mai und 25./26. Mai 2017

Pfingstferien:
05./06. Juni 2017

Sommerferien:
22. Juni bis 02. August 2017

Unser Programm...

VHS Göttingen Osterode gGmbH



Deutsch als Fremdsprache
Englisch
Französisch
Italiensich
Spanisch
Bildungsurlaub Englisch,
Italiensich, Spanisch

Sprachen

09



EDV für Senioren/innen
EDV für Schüler/innen
EDV Grundlagen
EDV für Anwender/innen
Bildbearbeitung
Internet

EDV

19



Yoga
Entspannung
Bewegung
Fasten
Kochen
Wissen rund um die
Gesundheit

Gesundheit

26



Tanz und Musik
Schreiben
Malen und Zeichnen
Fotografie
Textiles Gestalten
Kunsthandwerk
Leben und Umwelt
Freizeit

Kultur

33

ÖFFNUNGSZEITEN DUDERSTADT

Geschäftsstelle Duderstadt

Mo. bis Do., 9.00–12.00 Uhr, 14.00 –15.30 Uhr

Fr., 9.00–12.00 Uhr

Weitere Termine nach Vereinbarung

ÖFFNUNGSZEITEN GÖTTINGEN

Geschäftsstelle Göttingen

Mo., 9.00–13.00 Uhr

Di./Do., 9.00–13.00 Uhr und 14.30–17.00 Uhr

Mi./Fr. geschlossen

...finden Sie auch unter: www.vhs-goettingen.de



Kommunikation und Rhetorik
Wirtschaft und Verwaltung
EDV für Berufsrück-
kehrerinnen
Projekte

Beruf

40



Pädagogikwerkstatt
Kurse und Lehrgänge für
Mitarbeiter/innen aus
Kindertagesstätten
talentCAMPus – Ferien-
bildungswoche für Kinder

Pädagogik

48



Schulabschlüsse
Hauptschule
Realschule
Abitur

Grund-/Schulbildung

54



Geschäftsstelle Duderstadt
Die Mitarbeiter/innen
Außenstellen

Geschäftsstelle Duderstadt

06

ANMELDUNG

Persönlich: in den Geschäftsstellen

Per Post: Schicken Sie das Anmeldeformular ausgefüllt an uns.
Bei Ermäßigungswünschen bitte entsprechende Belege in Kopie
beifügen.

Per Internet: www.vhs-goettingen.de

Per E-Mail: dud@vhs-goettingen.de

Per Fax: 05527 841522 (Formular S. 66)

Volkshochschule

GESCHÄFTSSTELLE DUDERSTADT



Geschäftsführung
Rüdiger Rohrig

Geschäftsstelle Duderstadt

Marktstraße 75
37115 Duderstadt
Tel. 05527 841510
Fax: 05527 841522
dud@vhs-goettingen.de
www.vhs-goettingen.de

Außenstellen

Gieboldehausen
Tel. 05527 841510

Radolfshausen,
Luisenhof Ebergötzen,
Tel. 05507 7822
(Frau Siemann)

Öffnungszeiten

Montag bis Donnerstag
9.00–12.00 Uhr,
14.00–15.30 Uhr

Freitag
9.00–12.00 Uhr

Weitere Termine nach
Vereinbarung

Kursgebühr per
Lastschrift · PayPal · Kredit-
karte (Barzahlung bei der
Kursleitung ist nicht möglich.)

Die allgemeinen Geschäftsbe-
dingungen finden Sie auf S. 64.



Leitung

Bernadett Lambertz
Tel. 05527 841517
b.lambertz@vhs-goettingen.de



Verwaltung

Nadine Willig
Tel. 05527 841510
n.willig@vhs-goettingen.de



Integrationskurse

Maria Müller
Tel. 05527 841515
m.mueller@vhs-goettingen.de



Die VHS ist anerkannt nach AZAV
durch



Göttingen Osterode gGmbH

Weitere Geschäftsstellen

GESCHÄFTSSTELLE GÖTTINGEN



Geschäftsstelle Göttingen (weitere Infos auf S. 65)
Bahnhofsallee 7 · 37081 Göttingen
Tel. 0551 4952-0 · Fax 0551 4952-32
info@vhs-goettingen.de · www.vhs-goettingen.de

GESCHÄFTSSTELLE OSTERODE



Geschäftsstelle Osterode
Neustädter Tor 1-3 · 37520 Osterode am Harz
Tel. 05522 960-4450 · Fax 05522 960-4444
oha@vhs-goettingen.de · www.vhs-goettingen.de

GESCHÄFTSSTELLE HANN. MÜNDE



Geschäftsstelle Hann. Münden
Wilhelmshäuser Straße 90 · 34346 Hann. Münden
Tel. 05541 903610 · Fax: 05541 903629
hmue@vhs-goettingen.de · www.vhs-goettingen.de

Förderverein der Volkshochschule Göttingen e. V.

Nach der Fusion der südniedersächsischen Volkshochschulen und der Gründung der gemeinsamen Gesellschaft, der VHS Göttingen Osterode gGmbH, konstituierte sich am 12.11.2015 der neue **Förderverein der Volkshochschule Göttingen e. V.** als Nachfolger des bisherigen Trägervereins der VHS Göttingen. Aufgabe des neuen Vereins ist nicht mehr der Betrieb der Einrichtung Volkshochschule, sondern die Unterstützung und Förderung der Idee der Erwachsenenbildung.

Der von den Mitgliedern gewählte Vorstand besteht aus fünf Personen: Constanze Conrady, Wilhelm Gerhardy, Michael Höfer, Wolfgang Meyer und Markus Bötte.

Ein Vorstand kann die Arbeit natürlich nicht alleine bewältigen, darum unsere Bitte an Sie:

Unterstützen Sie uns! Werden Sie Mitglied!

Was macht der Verein?

- Der Verein fördert die VHS ideell, finanziell und materiell.
- Der Verein unterstützt die Arbeit der VHS in der Öffentlichkeit.
- Der Verein unterstützt die VHS durch das Netzwerk der Mitglieder.

Was wünscht sich der Verein?

- Mitglieder, die Lust haben, mit ihrem Engagement die Arbeit der VHS zu unterstützen und voran zu bringen.
- Mitglieder, die durch ihre finanzielle Unterstützung dazu beitragen, dass der Verein Bildungsangebote durchführen kann.

Was bietet der Verein?

- Mitglieder des Vereins bekommen auf ermäßigungs-fähige Kurse (außer Lehrgänge) der VHS Göttingen Osterode einen Nachlass in Höhe von 10 %.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann melden Sie sich bitte bei: Constanze Conrady,
Tel. 0551 4952-17, c.conrady@vhs-goettingen.de

Förderverein der Volkshochschule Göttingen e. V.
Postfach 3865 · 37028 Göttingen

Duderstadt | Geschäftsstelle

Sprachen

Integrationskurse	9, 11
Deutsch	11
Englisch	12-16
Französisch.....	16
Italienisch.....	17
Spanisch.....	17, 18
Sprach-Lern-Cafe.....	18

EDV

EDV für Berufsrückkehrerinnen.....	20, 21, 41
EDV für Seniorinnen und Senioren.....	19
EDV für Kids.....	19, 20
EDV Grundlagen	20
Windows	20
Textverarbeitung	20, 21
Excel / PowerPoint / Präsentation.....	21, 22
Bildbearbeitung	22
Internet	22, 23

Gesundheit

Yoga	26, 27
Taijiquan	28
Feldenkrais	28
Pilates.....	29
Zumba®	29
Kochen	29, 30

Kultur

Tango Argentino	33
Didgeridoo.....	34
Sütterlin.....	34
Zeichnen und Malen	35
Acrylmalerei	35
Ölmalerei	35
Mixed Media.....	35
Fotografie	35, 36
Nähen und Zuschneiden.....	36
Spinnen am Spinnrad gestern und heute	37
WollLust- Filzhandwerk neu entdeckt	37
Wir stricken eine Mütze.....	37
Frühstückseier von eigenen Gartenhühnern	38
Fotovoltaikanlagen – Ein Erfahrungsbericht	38
talentCAMPus – Ferienbildungswoche für Kinder.....	39, 52
Abenteuerferien in Niedeck.....	39

Beruf/Kommunikation

EDV für Berufsrückkehrerinnen.....	20, 21, 41
Aussitzen oder Aussprechen	40
Teams erfolgreich führen.....	40
Fachkraft Personalabrechnung / Lohn- & Gehalt (VHS)	41
Weiterbildung zum Finanzbuchhalter (VHS)	41

Pädagogik

Konstruktives Konfliktmanagement in Kitas und Schulen.....	48, 49
Waldpädagogik in der KITA.....	49
Mit Kindern unterwegs auf der Wiese.....	49
Fachkraft Kleinstkindpädagogik (vhs-concept)	50
talentCAMPus „Auf der Spur der Kultur“	39, 52
filmCAMPus „Ihr dreht euren eigenen Film“	39, 52

Gieboldehausen | Außenstelle

Außenstellenangebote

Yoga.....	26, 27
Yoga im Frühling.....	27
Fasten für Gesunde.....	27, 28
Ein Wohlfühltag für Frauen im Schloss	28
Aquafitness – Aquajogging.....	29
Küchenparty.....	29
Tanz und Entspannung.....	33

Radolfshausen | Außenstelle

Außenstellenangebote

Yoga.....	27
Yoga – Auf dem Stuhl zur Ruhe kommen	27
Taijiquan	28
Ein Wohlfühltag für Frauen im Luisenhof.....	29
Werkstatt Malerei	35
Nähen und Zuschneiden.....	36
Mit Stil zu neuer Sicherheit oder was passt wirklich zu mir.....	36
Englisch	12

Kinderkurse

Nähen und Zuschneiden für Schülerinnen in Ebergötzen	36
Tastschreiben am PC für Kids.....	19
EDV für Kids.....	19, 20
talentCAMPus „Auf der Spur der Kultur“	39, 52
filmCAMPus „Ihr dreht euren eigenen Film“	39, 52
Abenteuerferien in Niedeck.....	39

Informationen

zu allen Kursen in Duderstadt, Gieboldehausen
und Radolfshausen erhalten Sie unter

Geschäftsstelle Duderstadt
Marktstr. 75
37115 Duderstadt
Tel. 05527 841510
dud@vhs-goettingen.de

Fachbereich Sprachen



Einstufung gemäß des „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprachen“, siehe Seite 19

Integrationsprojekt für Neuzuwanderer/innen und Zuwanderer/innen in Duderstadt und Gieboldehausen



Integrationskurse nach dem Aufenthaltsgesetz

Wir bieten Sprach- und Integrationskurse an. Hierbei sollen u. a. folgende Fähigkeiten erweitert bzw. ausgebaut werden:

- die deutschen Sprachkenntnisse in Hörverständnis, Schrift und Aussprache
- die Lernerfolge werden regelmäßig geprüft zur Vorbereitung der Zertifikatsprüfung Deutsch Niveau B1
- die Vermittlung Ihrer bürgerlichen Rechte in der BRD
- die Selbstständigkeit bei den Behördengängen und im Alltag

Sprachkurse

Tage: Montag bis Freitag

Uhrzeit: 9.00–13.00 Uhr

Ort: VHS, Marktstraße 75, 37115 Duderstadt

IKurs3 (à 100 UE)

Modul 3 06.02.–03.03.2017 Kurs 16H71162 A2.1

Modul 4 06.03.–07.04.2017 Kurs 16H71163 A2.2
(Ferien: 10.04.–21.04.2017)

Modul 5 24.04.–02.06.2017 Kurs 16H71164 B1.1

Modul 6 06.06.–10.07.2017 Kurs 16H71164 B1.2

Orientierungskurs 11.07.–14.08.2017 Kurs 16H71166

Test zum Orientierungskurs „Leben in Deutschland“ am 15.08.2017, Kurs 16H71167

Nach dem Einstufungstest ist ein Einstieg in verschiedene Module möglich. Der Integrationskurs endet mit der Prüfung **Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ A2-B1)** am 18.08.2017, Kurs 16H71168

IKurs4 (à 100 UE)

Modul 2 13.02.–17.03.2017 Kurs 17F1161 A1.2

Modul 3 20.03.–08.05.2017 Kurs 17F1162 A2.1
(Ferien: 10.04.–21.04.2017)

Modul 4 09.05.–10.06.2017 Kurs 17F1163 A2.2

Modul 5 19.06.–11.08.2017 Kurs 17F1164 B1.1
(Ferien: 10.07.–28.07.2017)

Modul 6 14.08.–15.09.2017 Kurs 17F1165 B1.2

Orientierungskurs 18.09.–23.10.2017 Kurs 17F1166

Test zum Orientierungskurs „Leben in Deutschland“ am 24.10.2017, Kurs 17F1167

Nach dem Einstufungstest ist ein Einstieg in verschiedene Module



möglich. Der Integrationskurs endet mit der Prüfung **Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ A2-B1)** am 27.10.2017, Kurs 17F1168

IKurs4 (à 100 UE)

Modul 1 02.05.–09.06.2017 Kurs 17F71169 A1.1

Modul 2 12.06.–14.07.2017 Kurs 17F71170 A1.2
(Ferien: 17.07.–04.08.2017)

Modul 3 07.08.–08.09.2017 Kurs 17F71171 A2.1

Modul 4 11.09.–13.10.2017 Kurs 17F71172 A2.2

Modul 5 16.10.–17.11.2017 Kurs 17F71173 B1.1

Modul 6 20.11.–22.12.2017 Kurs 17F71174 B1.2

Orientierungskurs 02.01.–05.02.2018 Kurs 17F71175

Test zum Orientierungskurs „Leben in Deutschland“ am 06.02.2018, Kurs 17F71176

Nach dem Einstufungstest ist ein Einstieg in verschiedene Module möglich. Der Integrationskurs endet mit der Prüfung **Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ A2-B1)** am 09.02.2018, Kurs 17F71177

Zertifikat Deutsch A2 – B1

Mit dem *Deutsch-Test für Zuwanderer* kann man die Kompetenzstufe B1 oder – falls dies noch nicht gelingt – ein Zertifikat der Stufe A2 erwerben.

Die Prüfung kann aber auch ohne Teilnahme an einem Sprachkurs abgelegt werden, sofern ausreichende Sprachkenntnisse vorhanden sind und kostet € 115,00.

Einbürgerungstests

Fr., 03.03.2017, Kurs 17F71560

Fr., 02.06.2017, Kurs 17F71561

Fr., 01.09.2017, Kurs 17H71560

Fr., 01.12.2017, Kurs 17H71561

Wir beraten Sie gern!

Frau Müller, Mittwoch, 8.30–12.30 Uhr, Tel.: 05527 841515

VHS Göttingen Osterode gGmbH

Geschäftsstelle **Duderstadt**

Marktstraße 75, 37115 Duderstadt

Weitere Informationen über die Fachbereichsleitungen



Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen vom Europarat für alle Mitgliedsstaaten verbindlich eingeführt

Am Ende der jeweiligen Stufe können Sie:		Hören	Sprechen	Lesen	Schreiben	Prüfungen Englisch/Spanisch
Kompetente Sprachverwendung ↑	C2	ohne Schwierigkeit die gesprochene Sprache verstehen	sich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen sicher und angemessen beteiligen	jede Art geschriebenen Texts mühelos durchlesen	anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und sich differenziert ausdrücken	Certificate of Proficiency in English (CPE)
	C1	Unterhaltungen und Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen	sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken	komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen	sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben	Cambridge Business English Certificate Higher Certificate in Advanced English (CAE) TOEFL
	B2	im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird	sich relativ mühelos an einer Diskussion beteiligen und eigene Ansichten vertreten	Artikel und Berichte über aktuelle Fragen der Gegenwart verstehen	detaillierte Texte, z. B. Aufsätze oder Berichte, schreiben	Cambridge First Certificate in English (FCE) Cambridge Business English Certificate Vantage TELC Spanisch B2
Selbstständige Sprachverwendung ↑	B1	das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird	in einfachen, zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedergeben	Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen	persönliche Briefe schreiben	Cambridge Preliminary TELC Spanisch B1
	A2	einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche von kurzen Mitteilungen verstehen	kurze einfache Gespräche in Situationen des Alltags führen	kurze einfache Texte, z.B. Anzeigen, Speisekarten, verstehen	kurze Notizen und Mitteilungen abfassen	TELC English A2 TELC Spanisch A2
Elementare Sprachverwendung	A1	einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen	sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen	einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z. B. auf Schildern und Plakaten	einfache Standardformulare (z. B. im Hotel) ausfüllen	TELC English A1

Deutsch-Prüfungen und Zertifikate zu weiteren Sprachen siehe www.vhs-nds.de und www.telc.net.
Alle Sprachkurse werden gemäß diesen Niveaustufen gekennzeichnet.

Allgemeiner Integrationskurs BAMF

Der allgemeine Integrationskurs umfasst 700 Unterrichtsstunden und hat zum Ziel, in 600 Unterrichtsstunden Deutschkenntnisse auf dem Niveau B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) sowie in 100 Unterrichtsstunden Kenntnisse der Rechtsordnung, Kultur und Geschichte in Deutschland zu vermitteln. Der Erwerb der Deutschkenntnisse geschieht anhand von alltagsbezogenen Inhalten wie Arbeit, Wohnen, Gesundheit oder Ämter und Behörden.

Im 100 Unterrichtsstunden umfassenden Orientierungskurs werden die Themenbereiche Politik in der Demokratie, Geschichte und Verantwortung sowie Mensch und Gesellschaft behandelt.

Der allgemeine Integrationskurs schließt mit den beiden skalierten Abschluss-tests „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (DTZ) und „Leben in Deutschland“ (LiD) ab.

Leitung: Dozent/innenteam

Mo., 21.11.2016–25.08.2017, 9.00–13.00 Uhr, 140 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 1.365,00
Kurs 16HI71271 ●

Mo., 09.01.–23.10.2017, 9.00–13.00 Uhr, 140 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 1.365,00
Kurs 17FI71060 ●

Di., 02.05.2017–05.02.2018, 9.00–13.00 Uhr, 140 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 1.365,00
Kurs 17FI71061 ●

Deutschkurs B2

Ziel ist das detaillierte Verstehen längerer und schwieriger Texte, das Durchschauen komplizierterer grammatischer Strukturen und die Erweiterung der Ausdrucksmöglichkeiten im Mündlichen und Schriftlichen.

Leitung: Dozent/innenteam

Mo./Do., 20.03. bis 09.10.2017, 18.00–20.15 Uhr, 40 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 445,00
Kurs 17F71278 ●

Deutsch Sommerkurs A1 intensiv

Dies ist ein Deutschkurs für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse. Die Teilnehmenden lernen



in zügigem Tempo die Basisgrammatik und den Wortschatz um sich in einfachen Sätzen zu verständigen. Lernziel ist das Niveau A1.

Lehrbuch: Schritte plus 1 (Verlag: Hueber), Kursbuch und Arbeitsbuch (ca. 11,50 €), ISBN 978-3-19-011911-0 und Schritte plus 2 (Verlag: Hueber), Kursbuch und Arbeitsbuch (ca. € 11,50), ISBN 978-3-19-011912-7.

Leitung: Kursleiterteam

Mo., 17.07.–18.08.2017, 8.45–13.45 Uhr, 25 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 369,40, inkl. Zusatzmaterial
Kurs 17F71303 ●

E-Learning im Deutschunterricht

Fortbildung für Lehrende
Viele Teilnehmer/innen verfügen über eine gute technische Ausstattung (Smartphone). Wie können wir diese begleitend für den Unterricht nutzen und so autonomes Lernen der Teilnehmer/innen unterstützen? Der Workshop vermittelt einen Überblick über die Lernplattform (iwdl) und zeigt die Möglichkeit mobiler Lernangebote.

Leitung: Matthias Rossel

Mi., 01.03.2017, 14.00–17.00 Uhr, 1 Termin; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 15,00
Kurs 17F71916

Englisch

Englisch Grundstufe A1

Sie haben bereits Vorkenntnisse aus etwa 50 Unterrichtsstunden oder wollen als „Wiedereinsteiger“ Ihre Kenntnisse jetzt erweitern und festigen – für Ihre nächste Reise oder den Beruf? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig: Englisch sprechen, lesen und verstehen steht im Mittelpunkt dieses Kurses. Außerdem werden einfache Grammatikthemen behandelt und der Spaß kommt auch nicht zu kurz.

Leitung: Inga Tölg

Mi., 15.02.–17.05.2017, 17.30–19.00 Uhr, 12 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 72,00
Kurs 17F72160

Englisch Grundstufe A2

Dieser Kurs richtet sich an alle diejenigen, die den Mittwochskurs besucht haben oder Englisch bereits in der Schule gelernt haben und es jetzt wieder auffrischen und festigen möchten. In diesem Kurs stehen vor allem das Sprechen und Verstehen im Vordergrund. Dabei werden vielfältige Themen und Alltagssituationen behandelt. Hinzu kommen ein wenig Grammatik- und Wortschatzübungen und auch der Spaß kommt nicht zu kurz.

Leitung: Inga Tölg

Mi., 15.02.–17.05.2017, 19.15–20.45 Uhr, 12 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 72,00
Kurs 17F72161

Englisch für Nochmal-Anfänger/innen A1

Sie haben schon ein wenig Englisch gelernt und wollen Ihre Kenntnisse jetzt erweitern und festigen – für Ihre nächste Reise oder für den Beruf? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig: an Beispielen aus Alltagssituationen festigen und erweitern Sie das Hörverständnis sowie Ihre Wortschatz- und Grammatikkenntnisse – und haben viel Gelegenheit zu sprechen. Es erwartet Sie ein vielfältiges, lebendiges Kursprogramm, bei dem auch der Spaß nicht zu kurz kommt. **Lehrbuch:** English Network Starter, New Edition (Langenscheidt) ISBN 978-3-12-606544-3.

Leitung: Jörg Wilms

Do., 09.02.–18.05.2017, 9.00–10.30 Uhr, 12 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 72,00
Kurs 17F72162

Englisch für Einsteiger/innen A1 – Folgekurs

Dieser Kurs richtet sich an Interessenten/innen, die die erlernten Kenntnisse aus dem Wintersemester 2016 vertiefen möchten. **Lernziele:** Verschiedene Alltagssituationen, unterwegs auf Reisen, smalltalk – nicht nur über das Wetter.

Leitung: Brita Bunke-Wucherpfennig

Mo., 06.02.–08.05.2017, 19.00–20.30 Uhr, 12 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 72,00
Kurs 17F72163

Englisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Dieser Kurs richtet sich an Interessenten/innen, die die englische Sprache erlernen möchten und bisher noch keine Kenntnisse besitzen. **Lernziele:** verschiedene Alltagssituationen meistern und selbst „smalltalk“ halten. **Lehrbuch** wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.

Leitung: N. N.

Do., 16.02.–18.05.2017, 19.00–20.30 Uhr, 12 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 72,00
Kurs 17F72164

Englisch von Anfang an – Folgekurs

Das dritte Semester Englisch von Anfang an startet. Sie haben im Herbst und/oder Frühjahr den Kurs mitgemacht oder verfügen über geringe Vorkenntnisse, dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Mit viel Spaß und Humor wird Ihnen die Dozentin „Englisch“ näher bringen. Small-talk im Urlaub wird Ihnen leicht fallen. Auch einfache Alltagssituationen werden Sie sprachlich meistern können. Es wird viel gesprochen und gelacht! Neue Teilnehmer/innen sind herzlich willkommen

Lehrbuch: English Network Starter, New Edition (Klett-Langenscheidt).

Leitung: Zsófia Kóródy

Di., 07.02.–25.04.2017, 18.00–19.30 Uhr, 10 Termine; Luisenhof, **Ebergötzen**, Bergstraße 8
Gebühr: € 60,00
Kurs 17F72170

Englisch am Vormittag

Dieser Kurs richtet sich an Junggebliebene und auch ältere Interessenten/innen mit guten Kenntnissen der englischen Sprache. Im Mittelpunkt stehen Hörverständnis und Sprechen. Materialien werden von der Dozentin mitgebracht.

Leitung: Brita Bunke-Wucherpfennig

Di., 07.02.–09.05.2017, 9.00–10.30 Uhr, 12 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 72,00
Kurs 17F72260

Englisch für Fortgeschrittene II

Dieser Kurs richtet sich an Interessenten/innen, die bereits über sehr gute Grundkenntnisse verfügen.

Lernziele: verschiedene Alltagssituationen meistern und Hörverständnis steigern, viel sprechen.

Lehrbuch wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.

Leitung: Brita Bunke-Wucherpfennig

Do., 09.02.–11.05.2017, 17.15–18.45 Uhr, 12 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 72,00
Kurs 17F72360

Going for Gold! A2

Für Interessenten/innen mit Grundkenntnissen, die lieber etwas langsamer und sehr gezielt Englisch lernen. Wir sind eine starke, vielseitig interessierte Stammgruppe. Wir sprechen

gern über aktuelle Themen und lassen den Humor nicht zu kurz kommen. Neue Teilnehmer/innen sind herzlich willkommen.

Leitung: Jörg Wilms

Do., 09.02.–11.05.2017, 10.45–12.15 Uhr, 12 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 72,00
Kurs 17F72262

Englisch für den Urlaub A2

Ein Kurs für Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen oder für Wiedereinsteiger/innen, die ihre Englischkenntnisse auffrischen und ihre Sprechfertigkeit festigen möchten.

Fast überall werden Reisende verstanden, wenn sie Englisch sprechen. Lernen Sie die Basics für stressfreie Verständigung und einen erholsamen Urlaub.

Wir behandeln in diesem Kurs typische Urlaubssituationen, für die Sie sich sprachlich fit machen wollen: Flughafen, Hotel, Restaurant, Essen und Trinken, Einkaufen, Sightseeing, Verkehr... In einem angemessenen Lerntempo trainieren wir die Sprache, lernen Basisvokabular und wichtige Redewendungen. Mit gleichgesinnten Teilnehmern/innen werden Sie in entspannter Atmosphäre viel Spaß haben, und Sie können sich einfach mal trauen, das Sprechen zu üben. Freuen Sie sich auf Ihren nächsten Urlaub! Lehrbuch: English Network Tourist. (Langenscheidt) ISBN 978-3-12-606555-9.

Leitung: N. N.

Fr./Sa., 28./29.04. und 05./06.05.2017, Fr., 17.00–20.15 Uhr, Sa., 10.00–17.00 Uhr, 4 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 72,00
Kurs 17F72263

English for Advanced Learners B1

We are a friendly, lively group who are interested in a wide variety of topics. In addition to our book we enjoy reading interesting articles and discussing current events. Our goal in this course is to brush up our grammar and expand our vocabulary while we work on becoming more fluent.

Leitung: Zsófia Kóródy

Do., 09.02.–11.05.2017, 9.00–10.30 Uhr, 12 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 72,00
Kurs 17F72361

Englische Sprachwochen Bildungsurlaube

Für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen A1

Sie haben schon ein wenig Englisch gelernt und wollen Ihre Kenntnisse jetzt erweitern und festigen – für Ihre nächste Reise oder für den Beruf? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig: an Beispielen aus Alltagssituationen festigen und erweitern Sie das Hörverständnis sowie Ihre Wortschatz- und Grammatikkenntnisse – und haben viel Gelegenheit zu sprechen. Es erwartet Sie ein vielfältiges, lebendiges Kursprogramm, bei dem auch der Spaß nicht zu kurz kommt. Lehrbuch: English Network Starter, New Edition (Langenscheidt) ISBN 978-3-12-606544-3.

Leitung: Jörg Wilms

Mo. bis Fr., 24.04.–28.04.2017, 8.00–15.30 Uhr, 5 Termine; VHS,

Duderstadt, Marktstraße 75
Gebühr: € 160,00
Kurs 17F72060

Mo. bis Fr., 20.03.–24.03.2017, Mo. bis Do., 8.00–15.30 Uhr, Fr., 8.00–12.00 Uhr, 5 Termine; VHS, **Osterode**, Neustädter Tor 1–3
Gebühr: € 160,00
Kurs 17F72040 kg

Für Anfänger/innen A 1.2 Folgekurs

Sie haben schon ein wenig Englisch gelernt und wollen Ihre Kenntnisse jetzt erweitern und festigen – für Ihre nächste Reise oder für den Beruf? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig: an Beispielen aus Alltagssituationen festigen und erweitern Sie das Hörverständnis sowie Ihre Wortschatz- und Grammatikkenntnisse – und haben viel Gelegenheit zu sprechen. Es erwartet Sie ein vielfältiges, lebendiges Kursprogramm, bei dem auch der Spaß nicht zu kurz kommt. Lehrbuch: English Network 1, New Edition (Langenscheidt) ISBN 978-3-12-606544-3.

Leitung: Jörg Wilms

Mo. bis Fr., 15.05.–19.05.2017, 8.00–15.30 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 160,00
Kurs 17F72062

Mo. bis Fr., 20.02.–24.02.2017, 8.00–15.30 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 160,00
Kurs 17F72063

Refresher A2/B1

Ihre Englischkenntnisse sind etwas verstaubt und brauchen eine Auffrischung? Der 5-tägige Intensivkurs führt Sie wieder an die wichtigsten grammatikalischen Strukturen heran und verbessert das freie Sprechen in den unterschiedlichsten Situationen. Sie werden erstaunt sein, was in dieser Sprachwoche an aktivem und passivem Wissen aktiviert wird. Vorausgesetzt werden 4–6 Jahre Schulenglisch. Sollten Sie unsicher sein, ob ein Intensivkurs für Sie geeignet ist, so lassen Sie sich vorab beraten.

Leitung: Jörg Wilms

Mo. bis Fr., 12.06.–16.06.2017, 8.00–15.30 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 160,00
Kurs 17F72061



Allgemeinsprachlich A2

Eine Sprachwoche ist eine besonders intensive Form des Lernens. Eine Woche lang tauchen Sie ein in die Sprache und erfahren so einen besonders produktiven Lernschub. Geboten wird Ihnen ein vielfältiges Programm, in dem Sprechen und Hörverstehen im Mittelpunkt stehen. Die Sprachwoche ist bestimmt für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen. Sie haben bereits ein Lehrwerk abgeschlossen oder ca. 100 Unterrichtsstunden Englisch gehabt.

Leitung: Hoda Abedimoghaddam, Antje Menster

Mo. bis Fr., 28.08.–01.09.2017, 9.00–16.00 Uhr, 5 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 177,80, inkl. Zusatzmaterial
Kurs 17F72000

Refresher A2/B1

Sie hatten mal 5, 6, 10 oder mehr Jahre Englisch und glauben, „alles vergessen“ zu haben? – Sie üben hier vor allem Sprechen und Verstehen, dies anhand vielfältiger Themen in Partner- und Gruppenarbeit, dazu kommen ein wenig Grammatik- und Wortschatzarbeit. Sie können Ihre Sprachfertigkeiten bis zum Kompetenzniveau B1 wieder aktivieren. Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: A2. Frühzeitige Anmeldung ist ratsam.

Leitung: Marina Cziesielsky, Olena Prykhid

Mo. bis Fr., 26.06.–30.06.2017, 9.00–16.00 Uhr, 5 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 177,80, inkl. Zusatzmaterial
Kurs 17F72001

Allgemeinsprachlich B1

halbtags

Für Leute mit ca. 5/6 Jahren. Schulenglisch (Realschulenglisch) oder vergleichbaren Kenntnissen. Diese Sprachwoche ist als Bildungsurlaub besonders für Teilzeitkräfte gedacht; sie kann aber auch von allen anderen Interessierten besucht werden. Sie üben hier vor allem Sprechen und Verstehen. Dabei werden vielfältige Themen in Partner- und Gruppenarbeit behandelt, hinzu kommt ein wenig Grammatik- und Wortschatzarbeit. Keine Vorbesprechung zu dieser Sprachwoche, lassen Sie sich aber beraten!
Kompetenzniveau: B1.



Leitung: Heike Giesen

Di. bis Fr., 18.04.–21.04.2017, 9.00–12.30 Uhr, 4 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 88,90, inkl. Zusatzmaterial
Kurs 17F72002 kG

Allgemeinsprachlich B1

Für Leute mit ca. 5/6 Jahren. Schulenglisch (Realschulenglisch) oder vergleichbaren Kenntnissen. Sie üben hier vor allem Sprechen und Verstehen. Dabei werden vielfältige Themen in Partner- und Gruppenarbeit behandelt, hinzu kommen ein wenig Grammatik- und Wortschatzarbeit. Keine Vorbesprechung zu dieser Sprachwoche, lassen Sie sich aber beraten!
Kompetenzniveau: B1.

Leitung: Judy Winter, Heike Giesen

Mo. bis Fr., 26.06.–30.06.2017, 9.00–16.00 Uhr, 5 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 221,00, inkl. Zusatzmaterial
Kurs 17F72003 kG

Allgemeinsprachlich B2

Für Leute mit 7–9 Jahren Gymnasialenglisch oder vergleichbaren Kenntnissen. Sie üben hier anhand eines thematisch vielfältigen Programms vor allem Sprechen und Verstehen, und dies in anregender Partner- und Gruppenarbeit, hinzu kommen ein wenig Grammatik- und Wortschatzarbeit. Kompetenzniveau: B2. Keine Vorbesprechung zu dieser Sprachwoche, lassen Sie sich aber beraten!

Leitung: Hoda Abedimoghaddam, Mona Abedi Moghadam

Mo. bis Fr., 26.06.–30.06.2017, 9.00–16.00 Uhr, 5 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 221,00, inkl. Zusatzmaterial
Kurs 17F72004

Business English: Englische Sprachwochen

Business English A2

Bildungsurlaub – halbtags

Für Bürokräfte. Hier erweitern und festigen Sie den richtigen englischen Wortschatz für alle Kommunikationsformen, die in typischen Bürosituationen gebraucht werden: E-Mail, Fax, Brief, Telefonat, Umgang mit Beschwerden. Ausgewählte Grammatikübungen runden das Programm ab.

Leitung: Hoda Abedimoghaddam

Di. bis Fr., 18.04.–21.04.2017, 9.00–12.30 Uhr, 4 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 104,00, inkl. Zusatzmaterial
Kurs 17F72006 kG

Business English B1

Bildungsurlaub

Sie haben häufig beruflich telefonischen oder schriftlichen Kontakt mit englischsprachigen Geschäftspartnern? Hier erwerben Sie Kenntnisse in verschiedenen Bereichen mündlicher und schriftlicher Kommunikation, die im Geschäftsleben gebraucht werden, wie zum Beispiel Geschäftsbriefe, e-mails, Telefonate, Besprechungen, etc.

Leitung: Marianne Koch, Geraldine Krause

Mo. bis Do., 10.04.–13.04.2017, 9.00–16.30 Uhr, 4 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 203,00, inkl. Zusatzmaterial
Kurs 17F72007 kG

Business English B2

Bildungsurlaub

Upper-Intermediate level, that is about 8–9 years School English and a good command of spoken English.

This language week places emphasis on the basic essentials of effective communication skills in both our business and social lives, whilst further consolidating your acquired grammatical skills in the process. It is intended as an opportunity for participants to develop confidence and fluency in key communication areas such as socializing, telephoning, and meetings. The material includes, e.g. case studies and simulations and is also based on participant contribution in the form of group work, discussion and individual analysis.

Competence level: B2/C1

Leitung: Mona Abedi Moghadam, Hoda Abedimoghaddam

Mo. bis Do., 10.04.–13.04.2017, 9.00–16.30 Uhr, 4 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 203,00, inkl. Zusatzmaterial
Kurs 17F72008 kG

Business English A2

Bildungsurlaub – halbtags

Für Personen mit elementaren Sprachkenntnissen. Hier erweitern und festigen Sie den richtigen englischen Wortschatz für alle Kommunikationsformen, die in typischen Bürosituationen gebraucht werden: E-Mail, Fax, Brief, Telefonat, Umgang mit Beschwerden. Ausgewählte Grammatikübungen runden das Programm ab. In dem hier folgend angegebenen Einstufungstest sollten Sie zwischen 21 und 40 Punkten erreichen: einstuftest.klett-sprachen.de/projekte/eb/vhs_e_fairway_einstufung.php
Gerne beraten wir Sie.

Leitung: Brandy Schuster

Mo. bis Do., 27.02.–02.03.2017, 9.00–12.30 Uhr, 4 Termine; VHS, **Osterode**, Neustädter Tor 1–3
Gebühr: € 66,00, inkl. Zusatzmaterial
Kurs 17F72046

kG kleine Gruppe; Minimum: 7 Teilnehmende

Mit Cambridge English können Sie

- > in verschiedenen kulturellen und sozialen Situationen angemessen reagieren
- > im englischsprachigen Ausland erfolgreich studieren
- > im beruflichen englischsprachigen Umfeld sicher agieren



Cambridge English Language Assessment

Exam Preparation Centre

GENERAL ENGLISH

> Cambridge First Certificate in English

Voraussetzung: aktiv präsenste B1-Kenntnisse.

Ziel: Der Kurs führt Sie in 91 UStd. von B1 zu B2 nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER).

Leitung: Antje Menster

Info-Abend: Mi., 27.09.2017, 18.00 Uhr; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7

Kurs: Mi., 25.10.2017 bis 23.05.2018, 18.00–20.30 Uhr, 29 Termine

Kursnummer: **17H72801** ●

> Cambridge Certificate in Advanced English

Voraussetzung: aktiv präsenste B2-Kenntnisse.

Ziel: Der Kurs führt Sie in 91 UStd. von B2 zu C1 nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER).

Leitung: Andrew Knight

Info-Abend: Mi., 27.09.2017, 18.00 Uhr; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7

Kurs: Mi., 25.10.2017 bis 23.05.2018, 18.00–20.30 Uhr, 29 Termine

Kursnummer: **17H72803** ●

> Cambridge Certificate of Proficiency

Voraussetzung: aktiv präsenste C1-Kenntnisse.

Ziel: Der Kurs führt Sie in 91 UStd. von C1 zu C2 nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER).

Leitung: Christopher Ekanayake

Info-Abend: Mi., 27.09.2017, 18.00 Uhr; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7

Kurs: Mi., 25.10.2017 bis 23.05.2018, 18.00–20.30 Uhr, 29 Termine

Kursnummer: **17H72805** ●

Veranstaltungsorte: Infoabende/ Kurse: VHS, Göttingen, Bahnhofsallee 7 und VHS, Osterode, Neustädter Tor 1–3
Anmeldungen: erfolgen mit einem Lehrgangsvertrag über den Fachbereich
Kursgebühr: für alle Cambridge-Prüfungskurse dieser Doppelseite jeweils € 397,50 (inkl. Zusatzmaterial)

Prüfungslehrgänge

BUSINESS ENGLISH

> Cambridge Business English Certificate Vantage

Voraussetzung: aktiv präsente B1-Kenntnisse.

Ziel: Der Kurs führt Sie in 91 UStd. von B1 zu B2 nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER).

Leitung: Christopher Ekanayake

Info-Abend: **Mo.**, 25.09.2017, 18.00 Uhr; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7

Kurs: **Mo.**, 23.10.2017-04.06.2018, 18.00-20.30 Uhr, 29 Termine

Kursnummer: **17H72809** ●

> Cambridge Business English Certificate Vantage

Voraussetzung: aktiv präsente B1-Kenntnisse.

Ziel: Der Kurs führt Sie in 91 UStd. von B1 zu B2 nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER).

Leitung: Michael Haasche

Info-Abend: **Di.**, 24.01.2017, 19.00 Uhr; VHS, **Osterode**, Neustädter Tor 1-3

Kurs: **Di.**, 07.02.-05.12.2017, 18.00-20.30 Uhr, 33 Termine; VHS, Osterode, Neustädter Tor 1-3

Kursnummer: **17H72849** ●

> Cambridge Business English Certificate Higher

Voraussetzung: aktiv präsente B2-Kenntnisse.

Ziel: Der Kurs führt Sie in 91 UStd. von B2 zu C1 nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER).

Leitung: Judy Winter

Info-Abend: **Mo.**, 25.09.2017, 18.00 Uhr; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7

Kurs: **Mo.**, 23.10.2017-04.06.2018, 18.00-20.30 Uhr, 29 Termine

Kursnummer: **17H72811** ●

PRÜFUNGSZENTRUM:



PRÜFUNGSORT:
VHS Göttingen
Osterode gGmbH



Cambridge-Prüfung VHS Göttingen 2016

Im Juni 2016 stand im English Department der VHS alles unter dem Stern der Cambridge-Prüfungen: Als autorisiertes Prüfungszentrum für die Vorbereitung und Durchführung von Cambridge-Prüfungen bietet die VHS Göttingen Osterode gGmbH der Region jedes Jahr die Möglichkeit einer professionellen Vorbereitung auf die internationale Cambridge-Prüfung mit der Option, die Prüfung im Sommer abzulegen. Knapp 50 Prüfungskandidaten und -kandidatinnen aus VHS-Cambridge-Lehrgängen, Göttinger Gymnasien und der regionalen Wirtschaft stellten sich im Juni 2016 der anspruchsvollen internationalen Cambridge-Sprachprüfung. Sprachprüfungen nach dem Europäischen Referenzrahmen für Sprachen wurden im Bereich allgemeinsprachliches Englisch und Business English bis zur höchsten Niveaustufe abgelegt.



More information about the Cambridge Certificates: www.cambridgeesol.org

Kostenfreier Einstufungstest von Cambridge:

<http://www.cambridgeesol.org/test-your-english/index.php>

English on Saturday – Intensivkurse



Intensivkurs A1.1

Frisch und ausgeruht können Sie hier zügig, intensiv und mit Spaß Englisch lernen. Dies ist der erste Teil eines ca. sechs Semester umfassenden Lehrgangs, in dem das ganze Englischprogramm bis einschließlich B1 durchgenommen wird. Vor allem Sprechen und Hörverstehen werden geübt, aber auch Lesen und Schreiben. Dieser Grundstufenkurs ist für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse geeignet. Lehrbuch: „Great!“ A1 (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-501480-0), ab Unit 1.

Leitung: Adrian David Elgnowski

Sa., 11.02.–20.05.2017, 9.00–12.15 Uhr, 13 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 221,80, inkl. Zusatzmaterial
Kurs 17F72010 kG

Intensivkurs A1.3

Frisch und ausgeruht können Sie hier zügig, intensiv und mit Spaß Englisch lernen. Dieser Kurs richtet sich an Anfänger/innen mit Vorkenntnissen (ca. 100 Unterrichtsstunden). Vor allem Sprechen und Hörverstehen werden geübt, aber auch Lesen und Schreiben. Lehrbuch: „Great!“ A1 (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-501480-0), ab Unit 9/10.

Leitung: Anja Kolle

Sa., 11.02.–20.05.2017, 9.00–12.15 Uhr, 13 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 221,80, inkl. Zusatzmaterial
Kurs 17F72012 kG

Intensivkurs B1

Frisch und ausgeruht können Sie hier zügig, intensiv und mit Spaß Englisch lernen. Vor allem Sprechen und Hörverstehen werden geübt, aber auch Lesen und Schreiben. Dieser Intensivkurs festigt A2 Kenntnisse und führt in B1 ein. Lehrbuch: „Great! B1“ (Klett-Verlag 978-3-12-501484-8), ab Unit 1.

Leitung: Olena Prykhid

Sa., 11.02.–20.05.2017, 9.00–12.15 Uhr, 13 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 221,80, inkl. Zusatzmaterial
Kurs 17F72013 kG

English on Saturday – Intensivkurs C-Level

We are a small group who meet up every week to practice and improve our English. The members already have a good grasp of English grammar and a wide vocabulary. So far we have read, listened to or discussed political journalism, German history, nineteenth century poetry, fairy tales, political satire, pop songs, stand up comedy, etc. The lessons are very relaxed and we have fun but the whole lesson is in the English language.

We would be delighted if you came to join us! New members will be made most welcome.

Leitung: Robert OBraonáin

Sa., 11.02.–29.04.2017, 9.00–13.00 Uhr, 10 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 221,80, inkl. Zusatzmaterial
Kurs 17F72016 kG

Französisch

Französisch für Anfänger/innen

Bonjour! Dieser Kurs richtet sich an alle, die beim nächsten Frankreichurlaub sprachliche Alltagssituationen meistern wollen. Vorkenntnisse sind dabei nicht erforderlich. In einer angenehmen Atmosphäre gehen wir kleinschrittig voran, sodass sich der Kurs an alle Altersstufen richtet. Fragen können im Voraus gerne mit der Kursleitung besprochen werden.

Leitung: Christoph Ashauer

Mi., 08.02.–10.05.2017, 18.30–20.00 Uhr, 12 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 72,00
Kurs 17F73160

Französisch Grundstufe A1

Comment ça va?! Dieser Kurs richtet sich an alle, die bereits ein paar Vorkenntnisse haben und ihr Sprachrepertoire weiter ausbauen wollen. Inhaltlich schließt dieser Kurs an den „Französisch Grundstufe A1“ aus dem Herbstsemester an. Fragen können im Voraus gerne mit der Kursleitung besprochen werden.

Leitung: Christoph Ashauer

Do., 09.02.–11.05.2017, 19.45–21.15 Uhr, 12 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 72,00
Kurs 17F73161

Französisch A2

Bonjour et bienvenue! Dieser Kurs richtet sich an alle, die bereits über einen angemessenen Wortschatz verfügen und den Umgang mit der französischen Sprache vertieft trainieren wollen. Dies wird vor allem durch kommunikative Situationen erreicht. Medien jenseits des Lehrbuches sorgen für eine produktive Lernatmosphäre. Fragen können im Voraus gerne mit der Kursleitung besprochen werden.

Leitung: Christoph Ashauer

Do., 09.02.–11.05.2017, 18.00–19.30 Uhr, 12 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 72,00
Kurs 17F73260

Französische Sprachwoche, Auffrischung für Fortgeschrittene A2

Bildungsurlaub – halbtags

Für Fortgeschrittene mit Französischkenntnissen ab vier Jahren Schulfranzösisch, dem Niveau von „Voyages“ Band 2 oder vergleichbaren Lehrwerken, die ihre Kenntnisse auffrischen wollen. Der Schwerpunkt liegt auf der gesprochenen Sprache. Es wird anspruchsvolle Grammatik systematisch wiederholt und in Sprechübungen trainiert.

Leitung: Christine Wiegandt

Mo., 10.04.–13.04.2017, 9.00–13.30 Uhr, 4 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 126,60, inkl. Zusatzmaterial
Kurs 17F73002 kG



Italienisch für Anfänger/innen – Folgekurs

Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen, die bereits ein Semester Italienisch gelernt haben, und für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen geeignet. Sie erwerben die Fähigkeit, sich in Alltagssituationen mit einfachen sprachlichen Mitteln zu verständigen.

Lehrbuch: Allegro A1 ISBN 978-3-12-525580-7.

Leitung: Katrin Kruse

Do., 09.02.–11.05.2017, 17.15–18.45 Uhr, 12 Termine; VHS,

Duderstadt, Marktstraße 75

Gebühr: € 72,00

Kurs 17F74160

Italienisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse geeignet. Sie erwerben die Fähigkeit, sich in Alltagssituationen mit einfachen sprachlichen Mitteln zu verständigen.

Lehrbuch: Allegro A1, ISBN 978-3-12-525580-7.

Leitung: N. N.

Do., 09.02.–11.05.2017, 19.00–20.30 Uhr, 12 Termine; VHS,

Duderstadt, Marktstraße 75

Gebühr: € 72,00

Kurs 17F74161

Neu: Italienisch für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

Bildungsurlaub

Sie haben schon ein wenig Italienisch gelernt und wollen Ihre Kenntnisse jetzt erweitern und festigen – für Ihre nächste Reise oder für den Beruf? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig: an Beispielen aus Alltagssituationen festigen und erweitern Sie das Hörverständnis sowie Ihre Wortschatz- und Grammatikkenntnisse – und haben viel Gelegenheit zu sprechen. Es erwartet Sie ein vielfältiges, lebendiges Kursprogramm, bei dem auch der Spaß nicht zu kurz kommt.

Lehrbuch: Allegro A1 ISBN 978-3-12-525580-7.

Leitung: Katrin Kruse

Mo. bis Fr., 27.03.–31.03.2017, 9.00–16.30 Uhr, 5 Termine; VHS,

Duderstadt, Marktstraße 75

Gebühr: € 160,00

Kurs 17F74060



Italienische Sprachwoche für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Bildungsurlaub

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse.

Vor allem Sprechen und Verstehen lernen Sie hier; an Grammatik wird nur so viel eingeführt, wie es zunächst für die Verständigung in einfachen Alltagssituationen erforderlich ist. Die Sprachwoche ist für Anfänger ohne Vorkenntnisse bestimmt. Wenn Sie schon Vorkenntnisse haben, beraten wir Sie gern, welcher andere Kurs besser für Sie geeignet ist.

Leitung: Fabrizio Mortarotti

Mo. bis Do., 10.04.–13.04.2017, 9.00–16.30 Uhr, 4 Termine; VHS,

Göttingen, Bahnhofsallee 7

Gebühr: € 177,80, inkl. Zusatz-

material
Kurs 17F74001 kG

Italienische Sprachwoche für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

Bildungsurlaub

Für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen.

Sprachwochen stellen eine besonders intensive Form des Lernens dar: Eine Woche lang – fünf Tage mit je acht Unterrichtsstunden – tauchen Sie gleichsam in die fremde Sprache und Kultur ein und erfahren so einen besonders produktiven Lernschub.

Im Mittelpunkt stehen Sprechen und Hörverständnis, an Grammatik wird nur so viel eingeführt, wie es zunächst für die Verständigung in einfachen Alltagssituationen erforderlich ist. Die Sprachwoche ist für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen bestimmt (ca. 30 Stunden Unterricht).

Leitung: Fabrizio Mortarotti

Mo. bis Fr., 28.08.–01.09.2017, 9.00–16.30 Uhr, 5 Termine; VHS,

Göttingen, Bahnhofsallee 7

Gebühr: € 221,00, inkl. Zusatz-

material

Kurs 17F74002 kG

Spanisch

Spanisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

In diesem Kurs können Sie grundlegende Spanischkenntnisse erwerben, die Ihnen helfen, typische Alltagssituationen sprachlich zu bewältigen. Ideal zur Urlaubsvorbereitung. Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Con Gusto A1.

Leitung: Helga Baumgardt-Kleinn

Do., 16.02.–18.05.2017, 18.15–19.45 Uhr, 12 Termine; VHS,

Duderstadt, Marktstraße 75

Gebühr: € 72,00

Kurs 17F76161

Spanisch für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen

In diesem Kurs können Sie grundlegende Spanischkenntnisse erwerben, die Ihnen helfen, typische Alltagssituationen sprachlich zu bewältigen. Ideal zur Urlaubsvorbereitung. Für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen und Teilnehmer/innen, die im Herbst den Anfängerkurs besucht haben.

Lehrbuch: Con Gusto A1.

Leitung: Helga Baumgardt-Kleinn

Mi., 15.02.–17.05.2017, 17.30–19.00 Uhr, 12 Termine; VHS,

Duderstadt, Marktstraße 75

Gebühr: € 72,00

Kurs 17F76160

Spanisch für Fortgeschrittene

Ein Kurs für Teilnehmer/innen, die schon über Grundkenntnisse im Spanischen verfügen und diese auffrischen und ausbauen möchten. Neue Teilnehmer/innen sind herzlich willkommen. Lehrbuch: Caminos A2, ISBN 978-3-12-514956-4.

Leitung: Helga Baumgardt-Kleinn

Mo., 13.02.–22.05.2017, 18.15–19.45 Uhr, 12 Termine; VHS,

Duderstadt, Marktstraße 75

Gebühr: € 72,00

Kurs 17F76260

Spanische Sprachwoche für Anfänger/innen A1

Bildungsurlaub

Sie wollen Spanisch lernen und wünschen sich einen intensiven Einstieg in die spanische Alltagssprache – für die Reise, für den Beruf? In diesem Kurs erhalten Sie eine grundlegende Einführung: An Beispielen aus Alltagssituationen lernen Sie verstehen und sprechen und bauen Schritt für Schritt Wortschatz- und Grammatikkenntnisse auf. Es erwartet Sie ein vielfältiges, lebendiges Kursprogramm, bei dem Sie auch viele landeskundliche Einblicke erhalten.

Lehrbuch: Caminos hoy A1 (Klett) ISBN 978-3-12-515770-5.

Leitung: Katrin Kruse

Mo. bis Fr., 15.05.–19.05.2017, 9.00–17.00 Uhr, 5 Termine; VHS,

Duderstadt, Marktstraße 75

Gebühr: € 160,00

Kurs 17F76060

Neu: Spanische Sprachwoche für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse A1

Bildungsurlaub – halbtags

Die Sprachwoche ist für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse geeignet. Im Mittelpunkt stehen Sprechen und Hörverstehen.

Leitung: Roxana Orradre

Mo. bis Fr., 13.02.–17.02.2017, 9.00–12.30 Uhr, 5 Termine; VHS,

Göttingen, Bahnhofsallee 7

Gebühr: € 126,60, inkl. Zusatzmaterial

Kurs 17F76000 kG



Spanische Sprachwoche für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen A1

Bildungsurlaub

Die Sprachwoche ist für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen aus etwa 30 bis 60 Unterrichtsstunden geeignet und steht allen Interessierten offen. Im Mittelpunkt stehen Sprechen und Hörverstehen – beides wird methodisch vielfältig geübt. Bitte lassen Sie sich beraten, wenn Sie keine VHS-Kurse besucht haben, ob das Niveau für Sie passt.

Leitung: Viviana Castillo

Mo. bis Fr., 26.06.–30.06.2017, 9.00–16.15 Uhr, 5 Termine; VHS,

Göttingen, Bahnhofsallee 7

Gebühr: € 203,00, inkl. Zusatzmaterial

Kurs 17F76001 kG

Spanische Sprachwoche Auffrischung für Fortgeschrittene A2

Bildungsurlaub – halbtags

Die Sprachwoche ist für Fortgeschrittene mit etwa 3 Jahren Schulspanisch oder Kenntnissen

auf Niveau von „Con gusto 2“ oder dem zweiten Band eines anderen Lehrwerks bestimmt. Der Schwerpunkt liegt auf der gesprochenen Sprache.

Leitung: Viviana Castillo

Mo. bis Fr., 03.07.–07.07.2017, 9.00–12.30 Uhr, 5 Termine; VHS,

Göttingen, Bahnhofsallee 7

Gebühr: € 126,60, inkl. Zusatzmaterial

Kurs 17F76002 kG

Arabisch

Neu: Arabisch Blitzkurs für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Wie begrüße ich jemanden? Wie nenne ich meinen Namen? Wie verabschiede ich mich?

In diesem Kurs erhalten Sie einen ersten Einblick in die arabische Sprache und Kultur – und lernen Ihren Namen in arabischer Schrift von rechts nach links zu schreiben.

Leitung: Noura Khalale

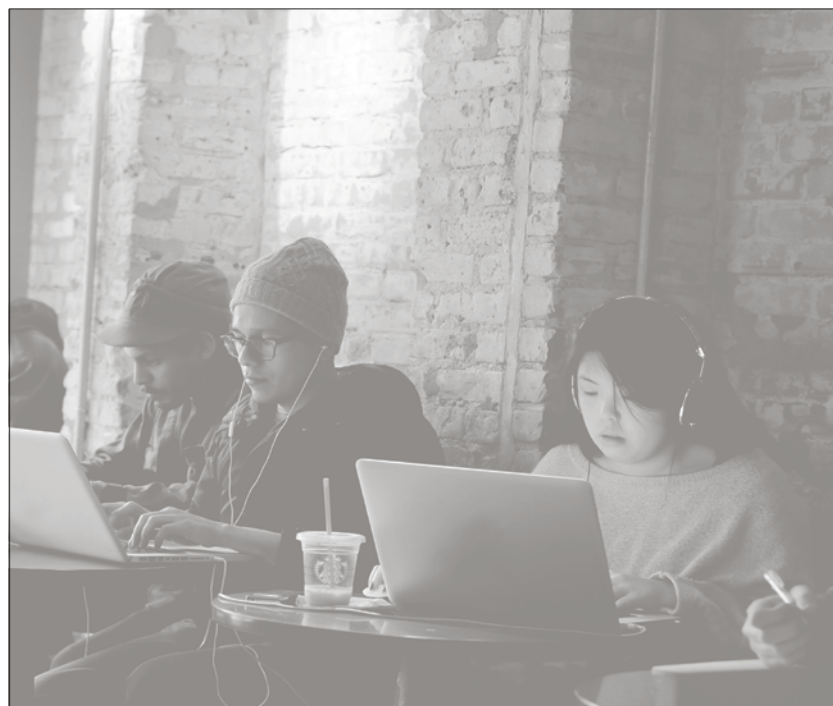
Sa., 18.02.2017, 10.00–15.00 Uhr, 1 Termin; VHS, Hann. Münden,

Wilhelmshäuser Straße 90

Gebühr: € 5,00, inkl. Lehrmaterial. Diese reduzierte Gebühr

wurde ermöglicht durch die Förderung des Spendenparlaments Hann. Münden e.V.

Kurs 17F78380 ●



SPRACH-LERN-CAFÉ

Unser Sprach-Lern-Café bietet Ihnen die Möglichkeit, in entspannter Atmosphäre Ihre Deutschkenntnisse zu erweitern und zu vertiefen. An Computerarbeitsplätzen haben wir für Sie die entsprechende Software eingerichtet, die Sie beim Erlernen der deutschen Sprache unterstützt. Kostenfrei + unverbindlich.

Öffnungszeiten: Mo–Do 13.00–15.30 Uhr.

Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

VHS Göttingen Osterode
Geschäftsstelle Duderstadt
Marktstr. 75 · Duderstadt
Tel. 05527 841510
dud@vhs-goettingen.de

Fachbereich EDV



EDV-Angebote für Senioren

EDV für die Generation 60+ – Einführungskurs

Für Einsteiger ohne PC-Erfahrungen. In diesem Kurs können Sie den Umgang mit einem PC in kleinen Schritten erlernen. Sie werden sehen, wie schnell Ängste und Vorurteile vor einem Computer verschwinden, wenn Sie diesen bedienen.

Inhalte des Kurses:

- Funktionsweise und Bedienung eines PCs
- Umgang mit Tastatur und Maus
- Einführung in das Arbeiten mit Windows (Desktop, Fenster-technik etc.)
- Ordner und Dateien
- Eingabe, Korrektur, Speichern, Drucken von Texten
- Einfache Textgestaltung (Formatierung)

Leitung: Vica Rasche

Di., 28.02.–25.04.2017, 9.30–11.00 Uhr, 7 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 54,60
Kurs 17F51160

Di., 02.05.–20.06.2017, 11.00–12.30 Uhr, 7 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 54,60
Kurs 17F51161

EDV für die Generation 60+ – Aufbaukurs

Sie besitzen erste Erfahrungen im Umgang mit einem PC? Dann können Sie in diesem Kurs Ihre Kenntnisse erweitern und vertiefen.

Inhalte des Kurses:

- Eingabe, Korrektur, Speichern, Drucken von Texten
- Formatieren von Texten (Textgestaltung)
- Einfügen von Tabellen
- Umgang mit Tabellen
- Einfügen von Grafiken, Texten, Tabellen, Autoformen etc.
- Kopf- und Fußzeilen
- Texte anordnen



Leitung: Tanja Preiß

Di., 02.05.–20.06.2017, 9.30–11.00 Uhr, 7 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 56,00
Kurs 17F51162

EDV für die Generation 60+ – Einführung in Excel

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die erste Kenntnisse im Umgang mit dem PC haben (Maus, Tastatur, Ordner etc.). In diesem Kurs werden Einblicke in das Programm Excel 2010 gegeben mit leichten Übungen zum Kennenlernen der Tabellenstruktur.

Inhalte:

- Was ist ein Arbeitsblatt?
- Zahleneingabe
- Formatierungen in den Zellen/Bereichen
- Einfache Funktionen
- Wozu das Ganze? Beispiele aus und für den Alltag.

Leitung: Vica Rasche

Mo., 27.02.–27.03.2017, 9.30–11.00 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 40,00
Kurs 17F51163

EDV für die Generation 60+ – Einführung in PowerPoint

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die erste Kenntnisse im Umgang mit dem PC haben (Maus, Tastatur, Ordner etc.). In diesem Kurs werden Einblicke in das Programm PowerPoint 2010 gegeben mit leichten Übungen zum Kennenlernen. Hier können Sie lernen, kleine Vorträge für Geburtstage oder andere Feierlichkeiten vorzubereiten. Auch Einladungen können mit diesem Programm einfach erstellt werden.

Inhalte:

- Was ist eine Präsentation?
- Foliengestaltung
- Textfelder
- Bilder einfügen
- Wozu das Ganze? Beispiele aus und für den Alltag.

Leitung: Vica Rasche

Mo., 08.05.–12.06.2017, 11.00–12.30 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 40,00
Kurs 17F51164

EDV für die Generation 60+ – Workshop

Dieser Workshop bietet den Teilnehmern/innen die Möglichkeit über Fragen und Anregungen den Inhalt des Kurses selbst zu gestalten. Thematisch soll es um Fragen rund um das Office-Paket gehen: Textgestaltung, PowerPoint oder Excel. Auch Fragen zum Internet werden bearbeitet. Eine bunte Mischung rund um den PC!

Grundkenntnisse sollten vorhanden sein.

Leitung: Vica Rasche

Di., 28.02.–28.03.2017, 11.00–12.30 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 40,00
Kurs 17F51165

EDV Angebote für Schüler/innen

Tastschreiben am PC für Kids

Ferienkurs

Es ist möglich das Blindschreiben mit 10 Fingern in kurzer Zeit zu erlernen. Die Anwendung von Assoziationstechniken ermöglicht es, in wenigen Stunden die Tastatur des PC sicher zu bedienen – eine Methode, die viel Spaß macht.

Leitung: Tanja Preiß

Di. bis Fr., 18.04.–21.04.2017, 10.00–11.30 Uhr, 4 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 24,00
Kurs 17F51261 ●

Internet für Kids

Ferienkurs

In diesem Kurs soll das gefahrlose „Surfen“ im Internet durchgeführt werden. Hierbei geht es nicht nur um den Spaßfaktor, sondern „wie finde ich was“ als Unterstützung für die Schule. Lernziel ist es, den richtigen Umgang mit dem Internet zu lernen bzw. zu vertiefen mit Hilfe von geeigneten Suchmaschinen.

Aber auch das Spielen kommt nicht zu kurz.

Leitung: Tanja Preiß

Di. bis Fr., 18.04.–21.04.2017, 14.00–15.30 Uhr, 4 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 24,00
Kurs 17F51260 ●

EDV-Grundlagen

Grundlagen der EDV Ein Kurs für Einsteiger/innen

Nehmen Sie sich die Zeit und Muße, in die Welt der Computer einzusteigen. Sie sind stolzer PC-Besitzer und nun möchten Sie natürlich auch alle Möglichkeiten nutzen, die Ihnen Ihr Computer bietet! Doch zugegeben, anschalten und gleich alles nutzen können: Ganz so einfach, wie die Werbung es verspricht, geht das doch nicht.

Starten Sie mit dem Grundlagenkurs. Wir vermitteln Ihnen fundierte Grundkenntnisse im Bereich der EDV. Der Kurs ist für alle gedacht, die noch keine Erfahrungen mit einem Computer sammeln konnten, aber in Zukunft wissen möchten, was man alles mit einem Computer machen kann. Er vermittelt u. a. einen Überblick über die verschiedenen Möglichkeiten der Anwenderprogramme (Textverarbeitung, Systemwartung etc.) sowie Grundfertigkeiten im Umgang mit dem PC und der Benutzeroberfläche Windows. Darüber hinaus werden Sie mit grundlegenden Begriffen und Zusammenhängen vertraut gemacht, die Ihnen den Umgang mit der EDV zukünftig erleichtern.

Leitung: Christian Hupe

Mo., 06.03.–03.04.2017, 18.30–21.30 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 78,00
Kurs 17F52060

Office 2010

Ein Kurs für Anwender von Office 2010 mit vielen Tipps und Tricks für den privaten, aber auch für den beruflichen Einsatz. Es werden Gemeinsamkeiten und Unterschiede zu Office 2003 aufgezeigt. Anhand von gezielten Übungen können Sie Ihr Wissen auffrischen und vertiefen. Dabei werden vor allem die Programme „Word 2010“ und „Excel 2010“ zum Einsatz kommen.

Leitung: Christian Hupe

Do., 02.03.–23.03.2017, 18.30–21.30 Uhr, 4 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 64,00
Kurs 17F55560

Workshop EDV

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle

In diesem Workshop können Sie zu verschiedenen Problemen und Schwierigkeiten in der Handhabung von Programmen und Betriebssystemen Fragen stellen und sich austauschen. Fragen werden fachgerecht aufgearbeitet, Lösungsansätze werden aufgezeigt und ähnliche Strukturen in den Programmen dargestellt, so dass vernetztes Denken geschult wird. Erfahrungen im Umgang mit Windows sowie Grundkenntnisse der EDV werden vorausgesetzt.

Leitung: Bärbel Reimann

Mi., 10.05.–07.06.2017, 9.00–12.15 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 80,00
Kurs 17F51061

Windows

Windows 10 zum Kennenlernen

In diesem Kurs können Sie einen ersten Einblick in das Betriebssystem „Windows 10“ bekommen. Unterschiede und Neuerungen zu älteren Betriebssystemen werden Ihnen dargestellt. Kleinere Übungen werden Ihnen das Arbeiten mit diesem Betriebssystem verdeutlichen. Auch Fragen, die Sie bereits haben, werden beantwortet. Inhalte: Startseite, Desktop, Explorer, Anmeldebildschirm, Touchscreen, Apps. Voraussetzung sind Windows-Kenntnisse (Windows 7 oder XP). Sollten Sie ein eigenes Notebook mitbringen, geben Sie dies bitte bei der Anmeldung an.

Leitung: Christian Hupe

Do., 23.03.–30.03.2017, 18.30–21.30 Uhr, 2 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 32,00
Kurs 17F53060

Di., 23.05.–30.05.2017, 18.30–21.30 Uhr, 2 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 32,00
Kurs 17F53061

Textverarbeitung

Textverarbeitung mit Pfiff

Ein Kurs aus der Praxis für die Praxis!

Auch Verzweifler am PC erfahren, wie man ohne Hektik und Stress sein Wissen vertiefen kann. Viele von Ihnen verfügen bereits über Grundkenntnisse am PC, kommen aber mit der

Anwendung nicht zurecht. Wir schaffen Abhilfe und vermitteln Ihnen in zahlreichen Übungen Wissenswertes über die Textverarbeitung mit WORD. Sie erfahren, wie Sie Dokumente komfortabel gestalten können, ob mit kurzen oder langen Texten, wie Sie Privat- oder Geschäftsbriefe formulieren, Einladungen fertigen unter der Einbindung von Grafiken und Fotos und vieles mehr.

Koordinierungsstelle „Frauenförderung in der privaten Wirtschaft“

Zurück in den Beruf ...

Lassen Sie sich bei der Koordinierungsstelle „Frauenförderung in der privaten Wirtschaft“ zu Fragen der Berufsrückkehr beraten.

Im persönlichen Gespräch erhalten Sie Informationen über:

- die Vorbereitung des beruflichen Wiedereinstiegs
- Weiterbildungsmöglichkeiten
- Bewerbungsstrategien
- die Arbeitsmarktsituation
- Wege in die Selbständigkeit

Terminvereinbarung unter 0551 400-2860 (Frau Wagener).

E-Mail: koordinierungsstelle.frauenfoerderung@goettingen.de, www.frauen-wirtschaft.de

Beratungszeiten: jeden 2. Donnerstag im Monat 10.00–12.00 Uhr.

Sie finden uns im Haus der Volkshochschule n Hann. Münden, Wilhelmshäuser Str. 90.

Vormittagskurse für Berufsrückkehrerinnen

Haben Sie Ihre Berufstätigkeit für die Arbeit in der Familie unterbrochen? Befinden Sie sich in der Elternzeit und wollen während dieser Zeit beruflich „am Ball“ bleiben?

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle „Frauenförderung in der privaten Wirtschaft“ führt die VHS Göttingen Osterode gGmbH in Hann.Münden und Duderstadt spezielle Kurse durch, die aus Mitteln des Landes Niedersachsen und der Europäischen Union (EFRE) sowie der Stadt und des Landkreises Göttingen gefördert werden. Diese Kurse unterstützen Sie gezielt bei der Planung und Vorbereitung Ihres beruflichen Wiedereinstiegs.

Frauen, die **seit mindestens einem Jahr nicht mehr sozialversicherungspflichtig beschäftigt** sind, wird eine ermäßigte Kursgebühr geboten.

Interessentinnen, die diese Voraussetzungen nicht erfüllen, haben die volle Kursgebühr zu zahlen.



Koordinierungsstelle
„Frauenförderung in der
privaten Wirtschaft“

Bitte beachten Sie:

Die angegebenen Ermäßigungen für Frauen, die die Förderbedingungen der „Koordinierungsstelle Frauenförderung in der privaten Wirtschaft“ (s.o.) erfüllen, können nur gewährt werden, wenn sich mindestens 7 förderungsberechtigte Frauen für den jeweiligen Kurs angemeldet haben.

Weitere Informationen zu den Kursen erhalten Sie bei der VHS-Geschäftsstelle Duderstadt, Marktstr. 75, Tel. 05527 841510

Leitung: Andreas Lott

Do., 16.03.–06.04.2017, 18.30–21.30 Uhr, 4 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 64,00
Kurs 17F55060

Word Refresher

Voraussetzung sind Grundkenntnisse am PC. Sie verfügen über Kenntnisse am PC und wollen diese vertiefen bzw. erweitern. Mit dem Textverarbeitungsprogramm haben Sie vielfältige Möglichkeiten (ob im Beruf- oder Privatleben) Briefe zu schreiben, Tabellen anzulegen, Kopfbögen, Glückwunschkarten zu gestalten u. v. m. Trauen Sie sich! Sie werden begeistert sein, was Sie an 5 Abenden alles lernen und erfahren können.

Leitung: Christian Hupe

Do., 11.05.–15.06.2017, 18.30–21.30 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 80,00
Kurs 17F55061

Word Refresher

Crashkurs

Voraussetzung sind Grundkenntnisse am PC. Sie verfügen über Kenntnisse am PC und wollen diese vertiefen bzw. erweitern. Mit dem Textverarbeitungsprogramm haben Sie vielfältige Möglichkeiten (ob im Beruf- oder Privatleben) Briefe zu schreiben, Tabellen anzulegen, Kopfbögen, Glückwunschkarten zu gestalten u. v. m. Trauen Sie sich! Sie werden begeistert sein, was Sie an diesem Wochenende alles erlernen werden.

Leitung: Christian Hupe

Fr./Sa., 24./25.03.2017, Fr., 15.00–18.00 Uhr, Sa., 9.00–15.30 Uhr, 2 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 48,00
Kurs 17F55062

Word 2010

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle

Mit diesem Kurs bieten wir Ihnen eine leicht verständliche Einführung in die Textverarbeitung mit Word. Sie lernen die wichtigsten Werkzeuge kennen und werden sicher in der Gestaltung und Formatierung Ihrer Texte.

Inhalte:

- Seite einrichten
- Texte eingeben und formatieren
- Tabellen erstellen und formatieren
- Bilder einfügen und Größe ändern

Leitung: Bärbel Reimann

Mi., 15.02.–15.03.2017, 9.00–12.15 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 80,00
Kurs 17F51062

Besser arbeiten mit Word

Teilzeitbildungsurlaub

Zugangsvoraussetzungen: Sichere Windows-Kenntnisse, Textverarbeitungsgrundkenntnisse.

Inhalte: Wiederholung und Vertiefung der grundlegenden Fähigkeiten von Word für Windows zur Formatierung von Texten; Arbeiten mit Tabellen, Textbausteinen, Serienbriefen, Fußnoten, Dokumentvorlagen, Einbindung von Grafiken.

Wochenseminar: Als Bildungsurlaub (NBildUG) in Teilzeit für Arbeitnehmer/innen in Teilzeitbeschäftigung (max. die Hälfte der Arbeitszeit vollbeschäftigter Arbeitnehmer/innen) anerkannt!

Leitung: Christina Gerlach

Mo. bis Fr., 27.03.–31.03.2017, 8.15–12.30 Uhr, 5 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 110,00
Kurs 17F55010

Tabellenkalkulation

Einstieg in Excel 2010

Dieser Kurs bietet einen Einstieg in das Tabellenkalkulationsprogramm Excel 2010. Aufbau und Struktur des Programms werden anschaulich erläutert. Viele praktische Übungen helfen Ihnen, Tabellen zu erstellen. Formeln und Funktionen werden erklärt und ihre Anwendung geübt (z. B. Summenfunktion, Mittelwert, Maximum, Minimum). Auch die grafische Darstellung wird Ihnen gezeigt. Es werden Ihnen Möglichkeiten aufgezeigt, Tabellen schnell und optisch eindrucksvoll zu präsentieren.

Leitung: Andreas Lott

Di., 07.03.–28.03.2017, 18.30–21.30 Uhr, 4 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 72,00
Kurs 17F55160

Excel Refresher

Sie haben Kenntnisse in Excel, aber bereits einige Zeit nicht mehr mit dem Programm gearbeitet? Einiges ist vergessen. In diesem Kurs können Sie anhand konkreter Beispiele Ihre Kenntnisse wieder auffrischen und vertiefen.

Leitung: Udo Beka

Mo., 20.02.–20.03.2017, 18.00–19.30 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 40,00
Kurs 17F55161

Excel 2010

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle

Dieser Kurs bietet einen Einstieg in das Tabellenkalkulationsprogramm Excel 2010. Aufbau und Struktur des Programms werden anschaulich erläutert. Viele praktische Übungen helfen Ihnen, Tabellen zu erstellen. Formeln und Funktionen werden erklärt und ihre Anwendung geübt (z. B. Summenfunktion, Mittelwert, Maximum, Minimum). Außerdem werden Grafiken erstellt und bearbeitet. Zudem werden Ihnen Möglichkeiten aufgezeigt, Tabellen schnell und optisch eindrucksvoll zu präsentieren.

Leitung: Bärbel Reimann

Mi., 22.03.–03.05.2017, 9.00–12.15 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 80,00
Kurs 17F51060

Daten auswerten mit Filtern und Pivot-Tabellen in Excel

Sie möchten wie ein Profi Filter und Pivot-Tabellen nutzen, um in Excel ihre Daten auszuwerten? Wir zeigen Ihnen praxisnah und leicht verständlich, wie Sie richtig vorgehen! Nutzen Sie die vielfältigen Funktionen des AutoFilters, um in Ihren Tabellen gezielt bestimmte Informationen anzuzeigen. Erstellen Sie professionelle Pivot-Tabellen aus Excel-Daten oder aus den Daten einer externen Datenbank. Setzen Sie die vielfältigen Möglichkeiten von Pivot-Tabellen ein, um Ihre Daten übersichtlich anzuzeigen und flexibel auszuwerten. Passen Sie bestehende Pivot-Tabellen mit wenigen Klicks Ihren individuellen Anforderungen an. Stellen Sie Inhalte Ihrer Pivot-Tabellen in aussagekräftigen Diagrammen grafisch dar. Voraussetzungen: Sie sollten über gute Excel-Grundkenntnisse verfügen. Für Excel 2007 und Excel 2010 geeignet!

Leitung: Ralf Haberer

Mi., 31.05.–14.06.2017, 18.30–21.45 Uhr, 3 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 104,00
Kurs 17F55105



Excel 2013 – Grundkurs

Bildungsurlaub: Einführung in die Tabellenkalkulation

Zugangsvoraussetzung: sichere Windows-Kenntnisse. **Inhalte:** Tabellenaufbau, Befehle, Rechenformeln, Funktionen, logische Verknüpfungen, Tabellenformatierung, Präsentationsgrafik. **Wochenseminar.** Als Bildungsurlaub (NBildUG) anerkannt!

Leitung: Sabina Reifenrath

Mo. bis Fr., 03.04.–07.04.2017, 8.15–16.15 Uhr, 5 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 199,90
Kurs 17F55110

Präsentation

Arbeiten mit PowerPoint 2010

Voraussetzung sind Grundkenntnisse am PC. Sie verfügen über Kenntnisse am PC und wollen diese vertiefen bzw. erweitern. PowerPoint 2010 bietet Ihnen viele Möglichkeiten, Vorträge und Präsentationen effektiv zu gestalten. Sie lernen, Folien optisch geschickt zu gestalten, Grafiken und Texte einzufügen und Folienhintergründe einzustellen. Daneben werden Sie mit Folienübergängen und weiteren Effekten vertraut gemacht, die moderne Präsentationen bieten. Für die nächste Feierlichkeit oder auch im beruflichen/schulischen Bereich sind Sie nach dem Kurs für eine gelungene Präsentation gut gerüstet.

Leitung: Christian Hupe

Do., 16.02.–23.02.2017, 18.00–21.15 Uhr, 2 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 32,00
Kurs 17F55260

Einfach und inspirierend mit Prezi

Nach dem Besuch des Seminars können Sie einfach und schnell inspirierende Präsentationen erstellen. Prezi ist eine online Anwendung, die einfach zu bedienen und mit anderen Personen zu bearbeiten und teilen ist. Die Basisversion ist kostenfrei.

Inhalte:

- Registrieren und Anmelden
- Programmlogik und wesentliche Funktionen
- Inhalte vor- und aufbereiten
- Einfügen, Gestalten und Positionieren verschiedenster Objekte
- Präsentieren und Navigieren (Pfade und Rahmen)

Erforderliche Vorkenntnisse: Windows-Grundkenntnisse

Leitung: Angela Lott

Di., 25.04.–02.05.2017, 18.00–21.30 Uhr, 2 Termine; VHS, Duderstadt, Marktstraße 75
Gebühr: € 32,00
Kurs 17F55261 ●

Design, Grafik und Bild

Picasa – Digitale Bilder organisieren und bearbeiten

Die ersten 200 Fotos sind noch einigermaßen zu überblicken, aber irgendwann wird die Bilderflut auf dem Rechner unübersichtlich. Mit der kostenlosen Software Picasa können Sie Ihre Fotos auf dem eigenen PC auf einfache Weise verwalten. Das Programm beherrscht sowohl die Bildverarbeitung als auch das Verwalten von Fotos und anderen Mediadateien.

In diesem Kurs geht es darum, Picasa zu installieren und individuell einzustellen, Bilder zu importieren und zu verwalten. Außerdem werden die grundlegenden Bildbearbeitungsmöglichkeiten von Picasa erläutert und angewendet.

Leitung: Andreas Lott

Do., 02.03.2017, 18.30–21.30 Uhr, 1 Termin; VHS, Duderstadt, Marktstraße 75
Gebühr: € 16,00
Kurs 17F56060 ●

Einführung in Sketchup (3D Modelle erstellen)

Möchten Sie Ihre eigenen Ideen in 3D modellieren? Mit dem gratis verfügbaren Google Programm Sketchup ist es möglich 3D Modelle zu erstellen. Den Teilnehmern/innen werden grundlegende Kenntnisse in der SketchUp-Anwendung vermittelt. Ziel ist es, eigene Ideen in 3D zu modellieren und effizient mit SketchUp arbeiten zu können.

Inhalte:

- Flächen, Linien, Körper zeichnen
 - Gruppieren
 - Farben und Materialien zuweisen
 - Linieneigenschaften verändern
 - Komponenten erstellen und abspeichern
 - Skalieren
 - Bemaßen
 - Ausdruck aus SketchUp
- Erforderliche Vorkenntnisse: Windows-Grundkenntnisse.

Leitung: Angela Lott

Di., 07.03.–21.03.2017, 18.00–21.30 Uhr, 2 Termine; VHS, Duderstadt, Marktstraße 75
Gebühr: € 48,00
Kurs 17F56062

Einführung in Adobe Photoshop Elements

Bilder sprechen mehr als tausend Worte! Die digitale Welt im Internet kommt ohne Bildbearbeitung nicht mehr aus. Eines der professionellsten Programme für diese Arbeit ist Adobe Photoshop Elements. Der Kurs richtet sich an Anfänger, die den Umgang mit diesem Programm erlernen möchten, aber schon Computergrundkenntnisse haben. Dieser Kurs vermittelt folgende Inhalte:

- Kennenlernen der Benutzeroberfläche und Werkzeugleisten
 - Druckqualität, Farbwähler und Textwerkzeug
 - Bildoptimierung
 - Ebenenfunktionen
 - Filterfunktionen
 - Freischneiden von Objekten und Retuschieren
- Bitte USB-Stick (mindestens 4 Gigabyte) mitbringen!

Leitung: Klaus Habenicht


Mi., 08.02.–01.03.2017, 18.00–21.00 Uhr, 4 Termine; VHS, Duderstadt, Marktstraße 75
Gebühr: € 64,00
Kurs 17F56061

Adobe Photoshop

Grundlagen der professionellen Bildbearbeitung

Zugangsvoraussetzung: sichere Windows-Kenntnisse!
Inhalte: Begriffe und Voreinstellungen; grundlegende Bildbearbeitung: Bildgröße, Skalieren, Zuschneiden, Drehen und Spiegeln; Korrektur von Tonwert, Farbe und Sättigung; Arbeit mit Zeichen- und Korrekturwerkzeugen; Filter und Aktionen – ein Überblick; Einfügen und Formatieren von Text; eine Auswahl erstellen und bearbeiten; Fotomontage: Grundzüge der Ebenentechnik; Pfade, Formen und Stile; Farbmodelle, Dateitypen und Druck; Automatisierung und weitere Helfer. Es wird mit Adobe Photoshop CS5.5 gearbeitet.

Leitung: Roberto Kohlstedt

Fr. bis So., 24.03.–26.03.2017, Fr., 18.15–21.30 Uhr, Sa., 9.00–16.30 Uhr, So., 9.00–15.15 Uhr, 3 Termine; VHS, Göttingen, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 156,50 
Kurs 17F56101

Internet

Internet für Einsteiger/innen

EDV Grundkenntnisse sind Voraussetzung

In diesem Kurs erfahren Sie Nutzungsmöglichkeiten des Internets und das Arbeiten mit Suchmaschinen. Eine Orientierung mit anschaulichen Beispielen, Schritt-für-Schritt-Anleitungen, Profitipps und praktischen Anwendungen machen diesen Kurs zu einem unentbehrlichen Begleiter auf dem Weg in die Wissens- und Informationsgesellschaft. Per Mausclick lernen Sie, durch die digitale Welt zu surfen und „online“ zu schnuppern.

Leitung: Christian Hupe

Do., 27.04.–04.05.2017, 18.00–20.15 Uhr, 2 Termine; VHS, Duderstadt, Marktstraße 75
Gebühr: € 24,60
Kurs 17F57060

Einführung ins Internet

Der Kurs richtet sich an Internet-Anfänger, die schon Erfahrungen im Umgang mit dem Computer (Betriebssystemkenntnisse) haben, aber sich mit dem Medium Internet noch nicht auskennen. Sie lernen den Umgang mit dem Internet, um sich sicher im World Wide Web (www) zu bewegen: Was benötige ich, um ins Internet zu kommen?

Lernen Sie die verschiedenen Browserprogramme, wie Internet Explorer, Firefox, Google Chrome, Opera, Safari etc. kennen.

Wie suche ich was im Internet: Suche über Google, Yahoo, Bing etc. – E-Mails mit Hilfe von Outlook Express schreiben und versenden – Dateien wie Programme, Musik, Bilder usw. runterladen – Sicherheitsprogramme wie Antivir, Norton, Kaspersky, Zonealarm, Stinger usw.

Bitte USB-Stick (mindestens 4 Gigabyte) mitbringen!

Leitung: Klaus Habenicht

Mi., 08.03.–05.04.2017, 18.00–21.00 Uhr, 5 Termine; VHS, Duderstadt, Marktstraße 75
Gebühr: € 82,00
Kurs 17F57061

Soziale Netzwerke – Beispiel Facebook

Anmeldung in einem Sozialen Netzwerk (Facebook) – die eigene Seite befüllen – Privatsphäre- und Kontoeinstellungen – Text, Fotos, Videos mit anderen teilen (oder schützen) – wie lade ich Bilder hoch, wie erstelle ich ein Fotoalbum – Vor- und evtl. Nachteile von Facebook – wie schütze ich mich in Facebook vor unerlaubten Zugriffen – wer kann mich wie finden – neue Freunde sammeln und alte Freunde wiederfinden – Freundeslisten erstellen – themenbezogene Gruppen und Anwendungen finden – Ihre professionelle Fanpage (Homepage) zur Kundengewinnung – chatten. All dies können Sie in diesem Kurs kennenlernen.

Voraussetzung: Windows-Grundkenntnisse und sicherer Umgang mit der Maus. Zusätzlich benötigen Sie für den Kurs eine gültige E-Mail-Adresse (mit Passwort), auf die Sie während des Kurses online zugreifen können.

Leitung: Christian Hupe

Di., 21.03.–28.03.2017, 18.30–21.30 Uhr, 2 Termine; VHS, Duderstadt, Marktstraße 75
Gebühr: € 32,80
Kurs 17F57062

Sa., 06.05.–13.05.2017, 9.00–12.00 Uhr, 2 Termine; VHS, Duderstadt, Marktstraße 75
Gebühr: € 32,80
Kurs 17F57063

Erstellen einer Internetseite

Es gibt verschiedene Anbieter für Internetauftritte (Webhoster). Diese bieten die Möglichkeit eine Internetseite relativ einfach und ohne Vorkenntnisse aus einem Baukasten zu erstellen. So erstellen Sie relativ einfach Ihre eigene Website.

Inhalte:

- Welche Webhoster gibt es, was sind die Unterschiede?
- Domainname, Emailadressen
- Wie melde ich mich an?
- Wie baue ich eine passende Internetseite auf?

Erforderliche Vorkenntnisse: Windows-Grundkenntnisse

Leitung: Angela Lott

Di., 16.05.-23.05.2017, 18.00-21.30 Uhr, 2 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 32,00
Kurs 17F57064 ●

Sicherheit im Internet

Einführung

Sie haben ein ungutes Gefühl, wenn Sie im Internet surfen? Sie haben Bedenken, bei Internetaufkäufen Ihre Kreditkarte zu benutzen? Sie möchten gern wissen, wie das Internet funk-

tioniert, möchten die Möglichkeiten, aber auch die Risiken kennen lernen? Dann sollten Sie diesen Vortrag besuchen. Folgende Themen werden wir u. a. behandeln:

- Was ist das Internet?
- Warum ist das Internet unsicher?
- Risiken versus Möglichkeiten
- die wichtigsten Sicherheitsziele
- Was ist Malware?
- Kann man sich absichern?
- Angriffsmöglichkeiten im Internet
- Schwachstellen
- Was ist eine Digitale Identität?
- Identitätsdiebstahl
- Schutzmaßnahmen
- Angriffs-Szenarien
- Privatsphäre und Datenschutz
- Miniscript mit weiterführenden Links

Mit diesem Wissen werden Sie sich künftig sicherer im Internet bewegen. Es gibt keine Voraussetzungen für die Teilnahme.

Leitung: Jürgen Arve


Do., 16.03.2017, 18.00-21.15 Uhr, 1 Termin; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 24,00
Kurs 17F57010 ●

Grundlagen der JAVA-Programmierung

Voraussetzung: sichere Windows-Kenntnisse.

Der Kurs bietet einen Einstieg in die Grundlagen der Java-Programmierung. Von der Installation nützlicher Werkzeuge über die Anwendung einfacher Entwicklungsmuster bis hin zur Erstellung von grafischen Benutzeroberflächen wird hier der Grundstein gelegt, um tiefer in das Thema einzusteigen. Grundlegende Programmierkenntnisse sind hilfreich, für die Teilnahme aber nicht notwendig. Wochenseminar: Als Bildungsurlaub (NbildUG) anerkannt!

Leitung: Christian Beulke

Mo./Di., 27.02. bis 14.03.2017, 17.30-20.45 Uhr, 6 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 262,80 
Kurs 17F55791

Neu: Tatort Internet

Wie schütze ich mich vor Netzkriminalität?

Egal, ob Sie im Internet einkaufen, Ihre Bankgeschäfte tätigen, kommunikativ über die sozialen Medien aktiv sind oder einfach nur im Netz surfen: Überall

lauern Gefahren, die Ihren Computer, Ihre persönlichen Daten oder im schlimmsten Fall Ihr Geldkonto gefährden können. Dieser Vortrag mit Diskussion möchte Sie anhand aktueller polizeilicher Praxisfälle zum verantwortungsvollen Umgang mit dem Medium Internet inspirieren. Mit anschaulichen Beispielen werden Ihnen vor Ort die Gefahren aufgezeigt und wie Sie sich dagegen schützen können.

Leitung: Wolfgang Köhler, Kriminalhauptkommissar, Dozent bei der Polizeiakademie

Fr., 10.03.2017, 17.00-20.00 Uhr, 1 Termin; VHS, **Hann. Münden**, Wilhelmshäuser Straße 90
Gebühr: € 16,00
Kurs 17F57080 ●

Fr., 28.04.2017, 17.00-20.00 Uhr, 1 Termin; VHS, **Hann. Münden**, Wilhelmshäuser Straße 90
Gebühr: € 16,00
Kurs 17F57081 ●

Nicht hängen lassen ...

Berufsbegleitende Studiengänge auf Universitätsniveau auch ohne Abitur:

- Betriebswirt/in
- Marketing-Betriebswirt/in
- Logistik-Betriebswirt/in
- Informatik-Betriebswirt/in
- Gesundheits-Ökonom/in
- Gesundheits-Betriebswirt/in

Duale Bachelor-Studiengänge:

- Business Administration
- Health Care Management
- Soziale Arbeit

Neuer Studiengang
ab 2017

Einschreibfrist: 20. September



Verwaltungs- und
Wirtschafts-Akademie
und Berufsakademie
Königsstieg 94
37081 Göttingen
(05 51) 4 00 45 70
wva-goettingen.de



Outlook – Einsteigerseminar

Zugangsvoraussetzungen: sichere Windows-Kenntnisse; Kenntnisse mindestens eines anderen Office-Programms (möglichst Word). Microsoft Outlook ist die ideale Organisationszentrale für Ihren PC. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie E-Mails (auch mit Anhängen) verschicken, empfangen, beantworten und weiterleiten und dabei Übersicht behalten. Wir zeigen Ihnen, wie Sie mit unterschiedlichen Typen von Anhängen umgehen. Sie lernen den Outlook-Terminkalender und die Aufgabenverwaltung für Ihr individuelles Zeitmanagement zu nutzen. Die Kontaktverwaltung wird zu Ihrem persönlichen Adressbuch. Schließlich zeigen wir Ihnen auch, wie Sie diese Outlook-Funktionen koordiniert nutzen, um eine möglichst umfassende Arbeitserleichterung zu erzielen.

Leitung: Sabina Reifenrath
Mo./Mi., 27./29.03.2017, 18.30–21.45 Uhr, 2 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
 Gebühr: € 61,90
Kurs 17F55301

Outlook – Aufbaukurs

In diesem Kurs werden die einzelnen Outlook-Module vertieft behandelt.
 Kalender: Kategorien, Formatierung der Termine; E-Mail: Regellistenten, Quicksteps, Optionen, Abstimmungsschaltflächen; Kontakte: Import/Export, Seriendruck, Outlook-Adressbücher in Word nutzen; Sicherung und Archivierung von Outlook-Daten.
 Zugangsvoraussetzungen: sichere Windows-Kenntnisse
Leitung: Sabina Reifenrath
Mo./Mi., 08./10.05.2017, 18.30–21.45 Uhr, 2 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
 Gebühr: € 61,90
Kurs 17F55303

Access

Access Datenbanken

Wochenendintensivkurs
 Sie haben keine oder nur recht geringe Kenntnisse im Umgang mit Access, dem verbreitetsten Datenbankprogramm auf dem PC? In diesem Kurs lernen Sie in kurzer Zeit alles, was für die typischen Büroaufgaben benötigt wird.

Zugangsvoraussetzung: sichere Windows-Kenntnisse.
 Inhalte: Einrichten und Ändern einer Datenbank; Erzeugen und Bearbeiten von Tabellen, Abfragen, Formularen und Berichten.
Leitung: Norbert Grigo
Fr. bis So., 31.03.–02.04.2017, Fr., 18.15–21.30 Uhr, Sa., 9.00–16.45 Uhr, So., 9.00–15.15 Uhr, 3 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
 Gebühr: € 172,90
Kurs 17F55401

Access Datenbanken

Bildungsurlaub: Einführung in die Datenverwaltung
 Zugangsvoraussetzung: sichere Windows-Kenntnisse. Es werden keine Access-Kenntnisse vorausgesetzt!
 Inhalte: Einrichten und Ändern einer Datenbank, Erzeugen und Bearbeiten von Tabellen, Abfragen, Formularen, Berichten; Makros, Grafikkassistent.
 Wochenseminar. Als Bildungsurlaub (NbildUG) anerkannt!
Leitung: Norbert Grigo
Mo. bis Fr., 08.05.–12.05.2017, 8.15–16.15 Uhr, 5 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
 Gebühr: € 199,90
Kurs 17F55410



Apple iMac/MacBook Grundkurs

Sie möchten gerne Ihren Macintosh näher kennen lernen? Texte am Computer schreiben, Musik hören, Bilder und Videos betrachten und lernen, wie man im Internet surft? Dann ist dieser Kurs für Sie!
 Inhalte:
 – erste Schritte & Tipps für Umsteiger/innen

– die Arbeitsoberfläche (Dock & Finder)
 – Verwalten von Dokumenten, Bilder, Videos, Musik
 – Systemeinstellungen
 – Programme, die der Mac mitbringt
 – Datensicherung
 – Apple ID und eMail
 – der App Store
 – im Internet per Safari im World Wide Web (WWW) surfen
 Es werden einfache Grundkenntnisse der Bedienung eines Computers vorausgesetzt. Wenn Sie über ein Apple-Notebook verfügen, können Sie dieses gern aufgeladen mitbringen.
Leitung: Jürgen Arve
Di., 07.03.–14.03.2017, 18.30–21.45 Uhr, 3 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
 Gebühr: € 115,95
Kurs 17F53101 ●

Apple iPhone Schritt für Schritt – Grundlagen

Unter den Smartphones erfreut sich insbesondere das Apple iPhone großer Beliebtheit. Es ist vielseitig nutzbar und vereinigt viele Funktionen in einem Gerät, z. B. Handy, Terminkalender, Musikplayer, Fotokamera, Navigationsgerät, Internet und vieles mehr. In diesem Seminar wird der Gebrauch des eigenen iPhones Schritt für Schritt gemeinsam erarbeitet.
 Inhalte:
 – die Ersteinrichtung (ein kleiner Exkurs)
 – Bedeutung der Apple ID
 – das Gerät kennen lernen
 – Sicherheit und Einstellungen
 – Vorstellung wichtiger Grundfunktionen
 – Bedienung mit Finger-Gesten
 – mobile Daten, WLAN und Internet
 – App Store und iCloud
 – Daten austauschen und synchronisieren

– Vorstellung der wichtigsten Programme (Mail, Safari, App Store, iTunes Store)
 – E-Mails einrichten, senden und empfangen
 Es werden keine Vorkenntnisse in der Bedienung eines iPhones verlangt. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit einem eigenen Apple iPhone, das Sie bitte aufgeladen mitbringen. Der Kurs kann auch iPod-Touch und iPad-Nutzern helfen, besser mit dem Apple-Betriebssystem iOS (ab Version 5.0) umzugehen. Aber Achtung: Mit dem iPad/iPod kann man grundsätzlich weder telefonieren noch Mobile Daten nutzen!
Leitung: Jürgen Arve
Di./Do., 04./06.04.2017, 18.00–21.15 Uhr, 2 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
 Gebühr: € 61,00
Kurs 17F53301 ●

Apple iPad Schritt für Schritt – Grundlagen

Sie haben ein iPad (ab Version 3) und wollen über das Experimentieren hinaus von Grund auf den optimalen Umgang erlernen? Oder man hat Ihnen das Gerät geschenkt und Sie wissen nicht, was man alles damit machen könnte? In diesem Grundlagen-Seminar wird der Gebrauch des eigenen iPads Schritt für Schritt gemeinsam erarbeitet!
 Themen:
 – die Ersteinrichtung (Übersicht)
 – Bedeutung der Apple ID
 – das Gerät kennenlernen
 – Sicherheit und Einstellungen
 – Vorstellung wichtiger Grundfunktionen
 – Bedienung mit Finger-Gesten
 – WLAN und Internet
 – App Store und iCloud
 – Daten austauschen und synchronisieren
 – Vorstellung der wichtigsten Programme (Mail, Safari, App Store, iTunes Store, ...)
 – E-Mails einrichten, senden und empfangen

Es werden keine Vorkenntnisse in der Bedienung eines iPads verlangt. Bitte bringen Sie Ihr eigenes (aufgeladenes!) iPad mit!
Leitung: Jürgen Arve
Di./Do., 25./27.04.2017, 18.00–21.15 Uhr, 2 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
 Gebühr: € 61,00
Kurs 17F53303 ●

Apple iPad oder iPhone optimal nutzen

Aufbaukurs
 Nachdem Sie erste Erfahrungen mit Ihrem iPad oder iPhone gemacht haben (siehe Kurse „iPad –

flippothek

...deine Spielhalle

Spielteilnahme ab 18 Jahren Übermäßiges Spiel ist keine Lösung bei persönlichen Problemen
 Beratung/Info Tel. 0800 1372700 (kostenlos).

Grundlagen“ bzw. „iPhone Schritt für Schritt“), zeigen wir Ihnen in diesem Kurs, wie Sie mehr aus Ihrem Gerät herausholen.

- weitere Anpassungen an die eigene Arbeitsweise
- Standard Apps (Mail, Safari, Kontakte, Kalender, Karten)
- Multimedia (iTunes und iBooks, Foto und Video, Podcasts)
- weitere Apple-Anwendungen (Telefon, Mitteilungen, Kamera, Memos)
- Videotelefonie (FaceTime, Skype)
- zusätzliche nützliche Apps (Dropbox, Acrobat Reader, Reise-Apps, Zeitungen, Zeitschriften, Documents, Evernote...)

Bitte bringen Sie Ihr eigenes (aufgeladenes) iPad/iPhone inklusive Anschlusskabel mit!

Der Kurs kann auch iPod-Touch Nutzern helfen, besser mit dem Apple-Betriebssystem iOS (ab Version 5.0) umzugehen!

Leitung: Jürgen Arve

Di./Do., 09./11.05.2017, 18.00–21.15 Uhr, 2 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 61,00
Kurs 17F53305 ●

Apple Aufbaukurs – Mac OS X für Anwender/innen

Wer bereits Kenntnisse entsprechend dem „Apple MacOS Grundkurs“ hat, entdeckt hier weitere Anwendungs- und Wartungsprogramme sowie weitergehende Konfigurationsmöglichkeiten. Inhalte:

- Überblick über MacOS
- Hardware und weitere Komponenten
- Tastenkürzel
- Rechnerkonfigurationen
- Virtuelle Maschinen
- Arbeitsumgebung
- Mehrbenutzer-Betrieb
- Netzwerke (Ethernet, WLAN, PPPoE, Thunderbolt, VPN)
- gemeinsame Datennutzung
- Datensicherung
- Stores (App Store, iBook, iTunes (Multimedia))
- Produktionsprogramme (nur Überblick(!): Pages/Keynote/Numbers/iBooks Author)
- Lifestyle- und Hobby-Programme (Überblick(!): Fotos, iMovie, Garage Band, QuickTime)
- Rechner in Auslieferungszustand versetzen („Rechner löschen“)

Voraussetzung ist der Apple MacOS Grundkurs oder entsprechende Praxiserfahrung.

Leitung: Jürgen Arve

Di., 16.05.–23.05.2017, 18.30–21.45 Uhr, 3 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 96,00
Kurs 17F54103 ●

Apple iTunes – Music-store und universelle Mediathek

iTunes unter MacOS hat sich zu einer „eierlegenden Wollmilch-sau“ für Multimedia entwickelt und ist entsprechend unübersichtlich geworden. Hier gilt es, systematisch die einzelnen Bereiche zu trennen. Unter iOS (iPod, iPad, iPhone) hat Apple angefangen, die einzelnen Bereiche aufzuteilen in iTunes Store, Music, Video, iBooks, iTunes U. Der Kurs soll einen Einblick in folgende Themen bieten:

- iOS-Geräte-Verwaltung(!)
- Apple-ID und Apple Kontenverwaltung
- iTunes Match (nicht ohne einen Haken!)
- Musik
- Filme
- TV-Sendungen
- Podcasts
- iTunes U
- Hörbücher & Bücher (iBooks)
- Apps
- Internetradio
- Apple Music Streaming
- Reklamationen, Umtausch, Rücktritt, Apple kontaktieren

In dem Kurs wird zudem gezeigt, wie mit iTunes/iTunes Store Medien erworben werden. Sie lernen auch, wie Sie Ihre Medien archivieren und verwalten und dafür sorgen, dass sie zentral über ein Netzwerk oder iCloud verfügbar werden.

Mit der Bedienung Ihres iPods, iPhones oder iPads sollten Sie grundsätzlich vertraut sein! Grundkenntnisse im Umgang mit Windows oder Mac OS X sollten vorhanden sein! Sie können Ihr mobiles Gerät (mit aufgeladenem Akku(!) sowie das Anschlusskabel) mitbringen. In diesem Fall ist eine Apple ID mit aktivierter iCloud wünschenswert.

Leitung: Jürgen Arve

Di./Do., 13./15.06.2017, 18.30–21.45 Uhr, 2 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 52,00
Kurs 17F54105 ●

Apple Pages – Die Alternative zu Word!

Apple Pages gehört zur Office-Suite von Apple: Numbers und Keynote vervollständigen diese Programmsammlung. Sie wurde als Bundle iWorks vertrieben.

Jetzt sind die Programme einzeln im Apple App Store für iOS (iPad, iPhone, iPod Touch 5G) und Mac OS erhältlich. Darüber hinaus gibt es eine Browserversion, die von Safari, Chrome, und Internet Explorer unterstützt wird, so dass Sie z. B. auch auf Ihrem Windows-Rechner mit diesem Programm arbeiten können. Pages ist kein klassisches Textprogramm. Es ist zwischen einem Texteditor (z. B. Apple Textedit) und einem professionellen Seitenlayoutprogramm (z. B. Adobe Indesign) einzuordnen. Man kann nicht nur einen gewöhnlichen Text, sondern auch Druckerzeugnisse erstellen. Diese Themen erwarten Sie u. a. in diesem Kompaktkurs:

- Pages installieren
- Arbeitsoberfläche kennen lernen (Gemeinsamkeiten mit Numbers und Keynote)
- Dateien öffnen und speichern, erstellen und bearbeiten
- Bedienelemente und Vorlagen
- Dokumente bearbeiten (Text, Grafiken, Bilder, Tabellen)
- Dokumente gestalten (formatieren, Elemente/Objekte anordnen)
- Dokumente überprüfen (Rechtschreibprüfung, Lexikon, Kommentare, Änderungen verfolgen)
- Dokumente austauschen und gemeinsam bearbeiten
- Dokumente weitergeben (exportieren, drucken, versenden)

Voraussetzung ist der Apple MacOS- oder iOS-Grundkurs oder entsprechende Praxiserfahrung. Obwohl die eigentliche Anwendung auf Apple-spezifischen Betriebssystemen aufbaut, kann man unter Windows mit dem Internet Explorer oder Google Chrome die browserbasierte Version nutzen. Hierzu sollte man minimale Windows- und Browserkenntnisse mitbringen. Textverarbeitungskenntnisse werden NICHT vorausgesetzt.

Leitung: Jürgen Arve

Di./Do., 30.05./01.06.2017, 18.30–21.45 Uhr, 2 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 52,00
Kurs 17F54107 ●

Smartphones und Tablets

Das Android Smartphone Schritt für Schritt kennen lernen

Smartphones mit dem Android-Betriebssystem werden von vielen Herstellern angeboten und

sind insgesamt die meistgenutzten. Sie vereinigen viele Funktionen in einem Gerät z. B. Handy, Terminkalender, Musikplayer, Fotokamera, Navigationsgerät, Internet und vieles mehr. Damit dieser „Mehrwert“ gegenüber dem klassischen Handy auch genutzt wird, befassen wir uns in diesem Seminar mit folgenden Themen:

- das Gerät kennen lernen, Ersteinrichtung
- Vorstellung wichtiger Grundfunktionen
- Verbindungsaufbau mit einem Wi-Fi-Netzwerk
- Sicherheit und Einstellungen
- grundsätzliche Bedienung, individuelles Einrichten der Oberfläche
- den Google PlayStore nutzen
- Apps installieren und nutzen. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit einem eigenen Android Smartphone, das Sie gerne (aufgeladen) mitbringen können!

Leitung: Roberto Kohlstedt

Mi., 01.03.2017, 18.00–21.15 Uhr, 1 Termin; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 40,00
Kurs 17F53201 ●

Mo., 24.04.2017, 18.00–21.15 Uhr, 1 Termin; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 40,00
Kurs 17F53202 ●

Das Android Tablet

Grundlagen

Sie haben ein Android Tablet und wollen über das Experimentieren hinaus von Grund auf den optimalen Umgang erlernen? In diesem Kurs zeigen wir Ihnen Schritt für Schritt, wie Sie das Tablet richtig einrichten, inkl. WLAN und Internetzugang, E-Mail-Adresse und dem Google PlayStore. Sie lernen, wie Sie mit Hilfe von Finger-Gesten optimal navigieren, das Tablet grundsätzlich organisieren und z. B. mit mehreren Programmen gleichzeitig arbeiten. Wir zeigen Ihnen, wie Sie das Tablet nutzen um Bücher und Zeitschriften zu lesen, Musik zu hören, Fotos und Filme zu machen und diese zu organisieren.

Bitte bringen Sie Ihr eigenes (aufgeladenes) Android Tablet mit!

Leitung: Roberto Kohlstedt

Mi., 26.04.2017, 18.00–21.15 Uhr, 1 Termin; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 40,00
Kurs 17F53205 ●

Fachbereich Gesundheit



Yoga

Yoga – auch für Anfänger/innen geeignet

Yoga ist ein ganzheitlicher Übungsweg, der auf einzigartige Weise unseren Körper, unseren Geist und unsere Seele anspricht. Im Kurs werden Körperübungen und -haltungen (Asanas) zur Dehnung, Kräftigung und mehr Beweglichkeit erlernt. Körperwahrnehmung mit dem Atem führt uns zur (Tiefen-) Entspannung. Darüber kommt der Geist zur Ruhe und die Seele entspannt. Wir stärken unsere Gesundheitskompetenzen für eine stressreduzierte Gestaltung des Alltags.

Bitte Yoga-Matte oder Decke, Kissen und bequeme Kleidung mitbringen.

Leitung: Maria Mentzel

Mo., 30.01.–03.04.2017, 19.30–21.00 Uhr, 10 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 63,00
Kurs 17F04460

Di., 31.01.–04.04.2017, 19.30–21.00 Uhr, 10 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 63,00
Kurs 17F04462

Do., 02.02.–06.04.2017, 19.45–21.15 Uhr, 10 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 63,00
Kurs 17F04463

Yoga – auch für Anfänger/innen geeignet

Am Morgen

Yoga ist ein ganzheitlicher Übungsweg, der auf einzigartige Weise unseren Körper, unseren Geist und unsere Seele anspricht. Im Kurs werden Körperübungen und -haltungen (Asanas) zur Dehnung, Kräftigung und mehr Beweglichkeit erlernt. Körperwahrnehmung mit dem Atem führt uns zur (Tiefen-) Entspannung. Darüber kommt der Geist zur Ruhe und die Seele

entspannt. Wir stärken unsere Gesundheitskompetenzen für eine stressreduzierte Gestaltung des Alltags.

Bitte Yoga-Matte oder Decke, Kissen und bequeme Kleidung mitbringen.

Leitung: Maria Mentzel

Di., 31.01.–04.04.2017, 9.00–10.30 Uhr, 10 Termine; Alte Schule (St. Georg) Nesselröden; **Duderstadt**, Schulstraße 7
Gebühr: € 63,00
Kurs 17F04461

Hatha-Yoga

Yoga ist ein ganzheitlicher Übungsweg, der auf einzigartige Weise unseren Körper, unseren

Geist und unsere Seele anspricht. Im Kurs verbinden wir Körperbewegungen mit Atmung und Konzentration. Darüber kommt der Geist zur Ruhe und die Seele entspannt. Über eine größere Beweglichkeit und Körperwahrnehmung stärken wir unsere Gesundheitskompetenzen für eine stressreduzierte Gestaltung des Alltags. Über das achtsame Üben werden die individuellen Möglichkeiten der Teilnehmenden berücksichtigt. Bitte Yoga-Matte oder Decke, Kissen und bequeme Kleidung mitbringen.

Leitung: Gabriele Hug

Mi., 08.02.–26.04.2017, 19.00–20.30 Uhr, 10 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 63,00
Kurs 17F04160

Mi., 08.02.–26.04.2017, 9.00–10.30 Uhr, 10 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 63,00
Kurs 17F04161

Mi., 08.02.–26.04.2017, 10.45–12.15 Uhr, 10 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 63,00
Kurs 17F04162

Benefit®-Yoga

Europäischer Fachverband für Yogalehrer und Yogatherapeuten (EUYT)

Benefit®-Yoga ist eine Schulung in Achtsamkeit auf allen Ebenen – Körper, Gefühl, Geist. In dem Kurs geht es zunächst darum, die Achtsamkeit für den eigenen Körper zu üben und die gesundheitsfördernden Wirkungen der Bewegungen und Haltungen entsprechend ihren eigenen körperlichen Möglichkeiten zu erfahren. Entspannungstechniken und meditative Elemente fließen auf natürliche Weise mit in den Unterricht ein. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Der Kurs kann zweisprachig gehalten werden. Bitte bringen Sie eine Decke, bequeme Kleidung und warme Socken mit.

Leitung: Heidemarie Kneisner
Mo., 06.02.–08.05.2017, 17.30–19.00 Uhr, 10 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 63,00
Kurs 17F04464

Yoga

Yoga-Körperhaltungen, Atem- und Entspannungsübungen sollen helfen, ein lebendiges Körpergefühl zu erreichen. Schon nach kurzer Zeit des Übens lassen sich positive Veränderungen bemerken: körperliche Geschmeidigkeit,

„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.

Kostenerstattung für Präventionskurs nach § 20 SGB V

Ihre Volkshochschule bietet Ihnen ein umfangreiches Angebot zur Gesundheitsförderung an, u.a. auch Präventionskurse nach § 20 Abs.1 SGB V in den Bereichen Bewegung, Stressbewältigung/ Entspannung, Ernährung und Suchtmittelkonsum. Aufgrund des neuen zentralen Anerkennungsverfahrens und der veränderten Rahmenbedingungen sind manche langjährig bezuschusste Kursangebote aus der Förderung herausgefallen. Bei Fragen zur Bezuschussungspraxis wenden Sie sich bitte direkt an Ihre Krankenkasse bzw. an die Zentrale Prüfstelle Prävention.

Wir als Volkshochschule haben darauf leider nur bedingt Einfluss.

Bitte beachten Sie bei Ihrer Kursauswahl:

In unserem Lernverständnis in der Gesundheitsbildung verstehen Volkshochschulen Gesundheit (entsprechend der Definition der Weltgesundheitsorganisation WHO) im ganzheitlichen Sinne, als Zusammenspiel von körperlichem, seelischem, geistigem, ökologischem und sozialem Wohlbefinden. Wir bieten Ihnen ein breit gefächertes Programm mit zum Teil auch alternativen Gesundheitsmethoden als weitere Option zur Schulmedizin. Alle Kurse an der Volkshochschule sind mit fachlich und pädagogisch qualifizierten Kursleitungen qualitätsgesichert. Bei der Wahl eines Gesundheitskurses empfehlen wir Ihnen Ihren eigenen Möglichkeiten, Neigungen und Impulsen zu folgen. Wichtiger als ein Zuschuss der Krankenkasse ist, dass Ihnen der Kurs einfach nur gut tut!

die sich durch aufmerksamen, ausgewogenen und sanften Gebrauch der Muskeln, Bänder, Sehnen und Gelenke entwickelt, dazu Gelassenheit, innere Ruhe, Konzentration auf sich sowie anderen gegenüber. Bitte eine Wolldecke mitbringen.

Leitung: Bianca Gawor

Mo., 06.02.–03.04.2017, 18.45–20.15 Uhr, 9 Termine; **Wollbrandshausen, Dorfgemeinschaftshaus
Gebühr: € 56,70
Kurs 17F04170**

Mo., 08.05.–12.06.2017, 18.45–20.15 Uhr, 6 Termine; **Wollbrandshausen, Dorfgemeinschaftshaus
Gebühr: € 37,80
Kurs 17F04171**

Di., 07.02.–04.04.2017, 18.45–20.15 Uhr, 9 Termine; Schloss **Gieboldehausen, Hahlestr. 1
Gebühr: € 56,70
Kurs 17F04172**

Di., 02.05.–13.06.2017, 18.45–20.15 Uhr, 7 Termine; Schloss **Gieboldehausen, Hahlestr. 1
Gebühr: € 44,10
Kurs 17F04173**

Di., 07.02.–04.04.2017, 17.00–18.30 Uhr, 9 Termine; Schloss **Gieboldehausen, Hahlestr. 1
Gebühr: € 56,70
Kurs 17F04174**

Di., 02.05.–13.06.2017, 17.00–18.30 Uhr, 7 Termine; Schloss **Gieboldehausen, Hahlestr. 1
Gebühr: € 44,10
Kurs 17F04175**

Frühlingsyoga

Ähnlich wie die Natur zu „neuem Leben“ erwachen. Nach den dunklen Monaten den Körper/die Sinne sprießen lassen. Mit Atemtechniken, Yogaübungen (Flows und Tanz), Yogastellungen den ganzen Körper recken, strecken, dehnen und dehnen lassen. (Partnerübungen, Faszienyoga). Ein rundum Yogaprogramm, um sich zu öffnen für das beginnende Neue.

Leitung: Bianca Gawor

Sa., 11.03.2017, 12.00–15.00 Uhr, 1 Termin; Schloss **Gieboldehausen, Hahlestr. 1
Gebühr: € 12,60
Kurs 17F04271 ●**

Yoga

Yoga ist ein ganzheitlicher Übungsweg. Eine Harmonisierung von Körper, Geist und Seele wird erreicht. Jeder Teilnehmer/in übt individuell nach seinen Möglichkeiten und kann so die



Verabschiedung Frau Hug nach 46 Jahren als YOGA-Lehrerin. Nochmals herzlichen Dank.

positiven Effekte des Yoga erfahren. Voranmeldung und Informationen bei der Dozentin Frau Hunger (Yogalehrerin BDY/EYU), Tel. 05556 4455.

Leitung: Sylvia Hunger

Mi., 25.01.–29.03.2017, 18.00–19.30 Uhr, 10 Termine; Schloss **Gieboldehausen, Hahlestr. 1
Gebühr: € 63,00
Kurs 17F04176**

Hatha-Yoga

Yoga fördert die Gesundheit. Mit sanften Bewegungen wird der Körper gekräftigt und der Geist belebt. Die Gelenke werden mobilisiert und die Körperzellen werden mit mehr Sauerstoff und Lebensenergie versorgt, da die Bewegungen mit Atem verbunden bewusst erlebt werden. Voranmeldung und weitere Infos bei der Dozentin, Tel. 0551 300154.

Leitung: Ewa Dietz

Di., 07.02.–25.04.2017, 17.00–18.30 Uhr, 10 Termine; DGH **Waake
Gebühr: € 63,00
Kurs 17F04177**

Fr., 10.02.–28.04.2017, 18.00–19.30 Uhr, 10 Termine; Luisenhof, **Ebergötzen, Bergstraße 8
Gebühr: € 63,00
Kurs 17F04178**

Yoga – Auf dem Stuhl zur Ruhe kommen

Auch im Sitzen ist es möglich, Körper und Geist zu bewegen und zu stärken. Wir aktivieren

die Wirbelsäule und fördern die Beweglichkeit der Gelenke. Atemübungen beruhigen das Nervensystem und haben reinigende Wirkung. Der Körper wird gekräftigt und bewusster erfahren. Einer Anspannung folgt eine Entspannung. Die Übungen vermitteln neue Lebensenergie, mehr Beweglichkeit und Lebensfreude. Nur durch Bewegung bleiben wir beweglich. Tun wir es, damit wir es noch lange bleiben.

Weitere Infos bei der Dozentin, Tel. 0551 300154.

Leitung: Ewa Dietz

Fr., 07.04.2017, 16.30–17.30 Uhr, 9 Termine; Luisenhof, **Ebergötzen, Bergstraße 8
Gebühr: € 37,80
Kurs 17F04272 ●**

Fasten

Fasten für Gesunde „Fastenwoche nach Buchinger“

Dieser Kurs richtet sich an Interessenten/Innen, die sich für das Fasten unter fachkundiger Anleitung interessieren. Die Dozentin ist ausgebildete Fastenleiterin. Sie werden begeistert sein, welche positiven und gesundheitlichen Auswirkungen das Fasten auch auf Gesunde hat. In der Gruppe haben Sie die Möglichkeit, Befindlichkeiten auszutauschen, Fragen zu stellen u. v. m. Kleine Entspannungs- und Bewegungsübungen runden das Programm ab.

Auskünfte erteilt die Dozentin auf Anfrage unter 05528 3161.

Leitung: Carmen Gerhardy

Vorbereitung und Infotermin: Mo., 06.03.2017, 18.00–19.30 Uhr

Weitere Termine:

1. Entlastungstag: Do., 09.03. 18.00–19.30 Uhr

1. Fastentag: Fr., 10.03., 18.00–19.30 Uhr

2. + 3. Fastentag: Sa./So., 11./12.03., 11.00–12.30 Uhr

4. + 5. Fastentag: Mo./Di., 13./14.03., 18.00–19.30 Uhr

1. Auftagtag/Fastenbrechen: Mi., 15.03., 18.00–19.30 Uhr

2. Auftagtag: Do., 16.03., 18.00–19.30 Uhr

Mo., 06.03.–16.03.2017, 18.00–19.30 Uhr, 9 Termine; Schloss **Gieboldehausen, Hahlestr. 1
Gebühr: € 56,70
Kurs 17F04370**

Vorbereitung und Infotermin: Mo., 20.03.2017, 18.00–19.30 Uhr

Weitere Termine:

1. Entlastungstag: Do., 23.03. 18.00–19.30 Uhr

1. Fastentag: Fr., 24.03., 18.00–19.30 Uhr

2. + 3. Fastentag: Sa./So., 25./26.03., 11.00–12.30 Uhr

4. + 5. Fastentag: Mo./Di., 27./28.03., 18.00–19.30 Uhr

1. Auftagtag/Fastenbrechen: Mi., 29.03., 18.00–19.30 Uhr

2. Auftagtag: Do., 30.03., 18.00–19.30 Uhr

Mo., 20.03.–30.03.2017, 18.00–19.30 Uhr, 9 Termine; Schloss **Gieboldehausen, Hahlestr. 1
Gebühr: € 56,70
Kurs 17F04371**

Vorbesprechung/Infotermin:
Di., 18.04.2017, 18.00–19.30 Uhr

Weitere Termine:

1. Entlastungstag: Do., 20.04. 18.00–19.30 Uhr
 1. Fastentag: Fr., 21.04., 18.00–19.30 Uhr
 2. + 3. Fastentag: Sa./So., 22./23.04., 11.00–12.30 Uhr
 4. + 5. Fastentag: Mo./Di., 24./25.04., 18.00–19.30 Uhr
1. Aufbau- und Fastenbrechen:
Mi., 26.04., 18.00–19.30 Uhr
2. Aufbau- und Fastenbrechen:
Do., 27.04., 18.00–19.30 Uhr

Di., 18.04.–27.04.2017, 18.00–19.30 Uhr, 9 Termine; Schloss **Gieboldehausen**, Hahlestr. 1
Gebühr: € 56,70
Kurs 17F04372

Vorbesprechung/Infotermin:
Mo., 08.05.2017, 18.00–19.30 Uhr

Weitere Termine:

1. Entlastungstag: Do., 11.05. 18.00–19.30 Uhr
 1. Fastentag: Fr., 12.05., 18.00–19.30 Uhr
 2. + 3. Fastentag: Sa./So., 13./14.05., 11.00–12.30 Uhr
 4. + 5. Fastentag: Mo./Di., 15./16.05., 18.00–19.30 Uhr
1. Aufbau- und Fastenbrechen:
Mi., 17.05., 18.00–19.30 Uhr
2. Aufbau- und Fastenbrechen:
Do., 18.05., 18.00–19.30 Uhr

Mo., 08.05.–18.05.2017, 18.00–19.30 Uhr, 9 Termine; Schloss **Gieboldehausen**, Hahlestr. 1
Gebühr: € 56,70
Kurs 17F04373

Fasten, Yoga und Meditation – Achtsames Fasten in Einklang mit Körper, Geist und Seele

Wochenkurs in den Osterferien

In dieser Woche verzichten wir bewusst auf feste Nahrung, um dem Körper Ruhe zu schenken, ihm die Möglichkeit zu geben sich zu reinigen, zu entsäuern und sich von Altem zu lösen. Fastenbrühe, Säfte und Tees sind in dieser Zeit unsere Nahrung. Yoga und Meditation unterstützen diesen Reinigungsprozess, bieten andere Möglichkeiten, uns mit Energie zu versorgen und den Körper zu stärken, ihn neu zu erfahren und achtsam mit ihm umzugehen. Auch auf der Bewusstseins- und Achtsamkeitsebene ist die Fastenzeit eine Zeit des Loslassens und der Neuausrichtung, der es in dieser Woche nachzuspüren gilt. Wir treffen uns in dieser Woche morgens und abends, um Yoga zu praktizieren und uns im Austausch durch diese Tage und in unserem Prozess zu begleiten.

Leitung: Annika Hesse, Yoga-lehrerin KRI, staatl. geprüfte Kosmetikerin

Vorbesprechung: Di., 04.04.2017, 17.30–19.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7

Wochenseminar: Fr. bis Do., 07.04.–13.04.2017, Fr. + Mo.–Do., 7.00–8.00 + 18.00–20.15, Sa./So., 12.00–15.00 Uhr, 13 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 130,00
Kurs 17F04310 ●

Körperarbeit

Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung

Mit der Feldenkrais-Methode erlernen wir den bewussten Umgang mit unserem Körper. Die angenehmen und leichten Lektionen verändern unser Haltungsmuster und Bewegungsmuster, so dass z.B. Rückenschmerzen und Verspannungen zurückgehen. Größere Beweglichkeit führt zu mehr Lebendigkeit und Lebensfreude im Alltag. Bitte Decke, Kissen, Socken und bequeme Kleidung mitbringen.

Leitung: Gabriele Hug

Mi., 08.02.–26.04.2017, 17.45–18.45 Uhr, 10 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 44,10
Kurs 17F04560

Mi., 08.02.–26.04.2017, 16.30–17.30 Uhr, 10 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 44,10
Kurs 17F04561

Qi Gong

Taijiquan

Taijiquan ist eine Bewegungskunst aus der TCM und wird mit der Akupunktur auf eine Ebene gestellt. Taijiquan heißt das Arbeiten mit den körpereigenen Abwehrkräften, mit unserer Lebensenergie „Qi“. Die Selbstheilungskräfte des ganzen Körpers werden aktiviert. Ruhe und Harmonie tritt an die Stelle von Hetze und Hektik. Der Blick nach Innen wird frei für Gesundheit und Vitalität. Das Training des Ganzkörperbewusstseins stärkt die Psyche und führt zu mehr Gelassenheit und Frohsinn. Taijiquan ist eine Bewegungsmeditation, sie wirkt harmonisierend in der Balance zwischen Körper, Geist und Seele.

Voranmeldung und Informationen beim Dozenten, Tel.: 05508 923364.

Leitung: Karl Holzinger

Mi., 22.03.–07.06.2017, 19.30–21.00 Uhr, 10 Termine; Luisenhof, **Ebergötzen**, Bergstraße 8
Gebühr: € 63,00
Kurs 17F04571

Fr., 24.03.–16.06.2017, 10.30–12.00 Uhr, 10 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 63,00
Kurs 17F04562

Entspannung/ Meditation

Ein Wohlfühltag für Frauen im Schloss

In diesem Kurs werden Sie unterschiedliche Methoden der Erholung und Entspannung kennenlernen. Neben den klassischen Methoden des Autogenen Trainings und der Progressiven Muskelentspannung werden Ihnen auch alternative Möglichkeiten wie Bewegungselemente aus dem Qi Gong, Achtsamkeitsübungen, meditatives Tanzen, Körper- und Fantasiereisen und die Wirkung von Düften und Klängen für Ihr Wohlbefinden vermittelt.

Das Schloss liegt in einem wunderschönen Park, sodass auch der Ort und die Umgebung das Wohlfühlen besonders unterstützen. Damit Sie sich rundum wohl fühlen können, ist auch für das leibliche Wohl gesorgt. Ziel ist, dass Sie für sich passende Elemente der Entspannung finden und in den Alltag übernehmen können oder einfach etwas Gutes für sich tun.

Leitung: Heike Loeper-Menge

Sa., 11.02.2017, 11.00–16.45 Uhr, 1 Termin; Schloss **Gieboldehausen**, Hahlestr. 1
Gebühr: € 22,50, zzgl. € 8,00 Verzehrgeld zahlbar vor Ort
Kurs 17F04670 ●

Sa., 25.03.2017, 13.15–18.45 Uhr, 1 Termin; Schloss **Gieboldehausen**, Hahlestr. 1
Gebühr: € 22,50, zzgl. € 8,00 Verzehrgeld zahlbar vor Ort
Kurs 17F04671 ●

Sa., 29.04.2017, 13.15–18.45 Uhr, 1 Termin; Schloss **Gieboldehausen**, Hahlestr. 1
Gebühr: € 22,50, zzgl. € 8,00 Verzehrgeld zahlbar vor Ort
Kurs 17F04672 ●

Sa., 20.05.2017, 13.15–18.45 Uhr, 1 Termin; Schloss **Gieboldehausen**, Hahlestr. 1
Gebühr: € 22,50, zzgl. € 8,00 Verzehrgeld zahlbar vor Ort
Kurs 17F04673 ●

Sa., 16.09.2017, 13.15–18.45 Uhr, 1 Termin; Schloss **Gieboldehausen**, Hahlestr. 1
Gebühr: € 22,50, zzgl. € 8,00 Materialumlage zahlbar vor Ort
Kurs 17H04670 ●

Sa., 30.09.2017, 13.15–18.45 Uhr, 1 Termin; Schloss **Gieboldehausen**, Hahlestr. 1
Gebühr: € 22,50, zzgl. € 8,00 Materialumlage zahlbar vor Ort
Kurs 17H04671 ●

Einfach viel drin... für die ganze Familie

Viel Beratung, viel Auswahl, viel Erspanis*

Nicht vergessen: Lösen Sie doch auch Ihr Rezept bei uns ein.





easy Apotheke
Duderstadt

* Für rezeptpflichtige Arzneimittel, die der Arzneimittelpreisverordnung unterliegen, sowie für Bücher gelten einheitliche Abgabepreise.

Inh.: Apotheker Adrian Knoch e.K. Geöffnet: Mo-Fr 8:00-19:00 Uhr, Sa 9:00-15:00 Uhr
Bahnhofstr. 3, 37115 Duderstadt Tel.: 05527 / 9988-206, Fax: 05527 / 9988-212

Ein Wohlfühltag für Frauen im Luisenhof

Entfliehen Sie der Hektik des Alltags und gönnen Sie sich einen Tag zum Wohlfühlen im Luisenhof. Der Luisenhof ist ein ehemaliger Bauernhof mit einem wunderschönen Garten, so dass auch der Ort und die Umgebung das Wohlfühlen besonders unterstützen.

Um in den Genuss von Entspannung zu kommen, entführe ich Sie in die Welt der Düfte, Farben und Klangschalen. Neben den klassischen Methoden des Autogenen Trainings und der Progressiven Muskelentspannung lernen Sie auch weitere alternative Möglichkeiten wie Bewegungselemente aus dem Qi Gong, meditativen Tanzen, Körper- und Phantasiereisen kennen. Mit neuer Energie und innerer Gelassenheit können Sie dem Sommer entgegengehen. Damit Sie sich rundum wohl fühlen können, ist auch für das leibliche Wohl gesorgt.

Ziel ist, dass Sie für sich passende Elemente der Entspannung finden und in den Alltag übernehmen können oder einfach etwas Gutes für sich tun.

Leitung: Heike Loeper-Menge
Sa., 10.06.2017, 13.15–18.45 Uhr, 1 Termin; Luisenhof, **Ebergötzen**, Bergstraße 8
Gebühr: € 22,50, zzgl. € 8,00 Verzehrgeld zahlbar vor Ort
Kurs 17F04674 ●

Sa., 26.08.2017, 13.15–18.45 Uhr, 1 Termin; Luisenhof, **Ebergötzen**, Bergstraße 8
Gebühr: € 22,50, zzgl. € 8,00 Verzehrgeld zahlbar vor Ort
Kurs 17F04675 ●

Fitness

Aquafitness-Aquajogging

Hier kommen Sie in Schwung! Aqua-Fitness ist ein hocheffektives Training im Wasser, bei dem Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit durch gezielte Übungen gegen den Wasserwiderstand gesteigert werden. Dieses Training ist nicht nur besonders wirksam, sondern durch den Auftrieb des Wassers äußerst gelenkschonend. Aqua-Fitness kräftigt die gesamte Muskulatur und strafft das Gewebe. Eine gewisse Grundkondition sollte vorhanden sein, da ausschließlich im Tiefwasser gejoggt wird. Diese Sportart ist auch ein Trendsport für junge Sportler. Es finden Kurse an folgenden



Tagen statt: montags, mittwochs und donnerstags. Die Anmeldung erfolgt direkt bei der Dozentin: 05528/3181.

Leitung: Ilona Diederich
Mo., 09.01.–20.03.2017, 19.00–19.45 Uhr, 10 Termine; Kooperative Gesamtschule **Gieboldehausen**, St.-Laurentius-Straße 5
Gebühr: € 60,00
Kurs 17F03270

Mi., 11.01.–15.03.2017, 18.00–18.45 Uhr, 10 Termine; Kooperative Gesamtschule **Gieboldehausen**, St.-Laurentius-Straße 5
Gebühr: € 60,00
Kurs 17F03271

Do., 12.01.–16.03.2017, 18.00–18.45 Uhr, 10 Termine; Kooperative Gesamtschule **Gieboldehausen**, St.-Laurentius-Straße 5
Gebühr: € 60,00
Kurs 17F03272

Leitung: N. N.
Mi., 15.02.–16.08.2017, 20.00–20.45 Uhr, 10 Termine; Kooperative Gesamtschule **Gieboldehausen**, St.-Laurentius-Straße 5
Gebühr: € 60,00
Kurs 17F03273

Zumba®

Zumba® ist ein dynamisches und mitreißendes Tanz-Fitness-Training. Es besteht aus latein-amerikanischen Rhythmen (Salsa, Samba, Tango, Merengue) kombiniert mit Tanzbewegungen. Ein Kalorien verbrennendes, Muskel formendes und jede Menge Spaß bringendes Ganzkörpertraining. Bitte mitbringen: Sportbekleidung.

Leitung: Anke Kahlmeyer
Do., 02.03.–18.05.2017, 18.30–19.30 Uhr, 10 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 44,10
Kurs 17F03061 ●

Pilates

Das Ganzkörpertraining nach Joseph Pilates kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching. Im Zentrum stehen Bauch, Hüften, Po, Rücken – die Körpermitte. Pilates kräftigt, entspannt und dehnt auf sanfte Weise die tiefen Muskeln. Der Körper wird straff und geschmeidig, die Haltung aufrecht. Die Bewegungen werden sehr bewusst und mit großer Konzentration ausgeführt. Keine Vorkenntnisse nötig, für jedes Alter geeignet! Bitte bequeme Kleidung und Handtuch mitbringen.

Leitung: Helga Baumgardt-Kleinn
Mo., 13.02.–22.05.2017, 16.00–17.00 Uhr, 12 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 50,40
Kurs 17F03463

Mo., 13.02.–22.05.2017, 17.00–18.00 Uhr, 12 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 50,40
Kurs 17F03460

Mi., 15.02.–17.05.2017, 19.15–20.15 Uhr, 12 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 50,40
Kurs 17F03461

Do., 16.02.–18.05.2017, 17.00–18.00 Uhr, 12 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 50,40
Kurs 17F03462

Kochkurse

Kochen für besondere Gelegenheiten

Es werden kreative, hochwertige 3-Gänge-Menüs zubereitet, die bei der Zubereitung ein wenig Geschick und Zeitaufwand benötigen. Themenabende werden gemeinsam festgelegt, z. B.: An der Nordseeküste...: Fische werden lehrmäßig zerlegt; Variationen aus dem Wok und andere Spezialitäten. (Sachkosten für Lebensmittel in Höhe von € 10,00 pro Termin sind am jeweiligen Kursabend zu entrichten. Schürze, Geschirrtuch und Getränke für den eigenen Bedarf sind mitzubringen.)

Die weiteren Termine: 05.04., 17.05., 07.06.2017.
Schriftliche Anmeldung erforderlich!

Leitung: Heinrich Möller
Mi., 22.02.–07.06.2017, 18.30–21.30 Uhr, 4 Termine; BBS **Duderstadt**, Kolpingstraße 4–6, Eingang bei der Sporthalle
Gebühr: € 60,00
Kurs 17F07060 ●

Küchenparty

Kochen mit Freundinnen und Freunden als gemeinsame Freizeit- oder Abendgestaltung findet immer mehr Zuspruch. Es sollen Konzepte und Rezepte für gesellige Abende mit 3-Gänge-Menü, das gemeinsam zubereitet wird, in Form einer Küchenparty durchgeführt werden. Die Zubereitung und „Aufsicht“ mit Erstellung der Einkaufsliste erfordert ein wenig Kreativität und Organisationsgeschick, worauf eingegangen werden soll. (Sachkosten für Lebensmittel und Getränke in Höhe von € 50,00 sind im Kursentgelt enthalten. Schürze und Geschirrtuch sind mitzubringen.)

Leitung: Wolfgang Schöngraf
Mi., 15.03., 26.04., 17.05., 14.06.2017, 18.30–21.30 Uhr, 4 Termine; Kooperative Gesamtschule **Gieboldehausen**, St.-Laurentius-Straße 5
Gebühr: € 110,00
Kurs 17F07071 ●

Kursgebühr zahlen mit:

Lastschrift · PayPal · Kreditkarte
(Barzahlung bei der Kursleitung ist nicht möglich.)

Alles aus einem Topf

Ob Suppe, ein deftiger Eintopf oder ein leckeres Schmorgericht, sie kommen bei jedem gut an. Gerichte aus einem Topf sind schnell zubereitet und gelingen immer.

Mitzubringen sind Schürze, Geschirrtuch und Behälter für nicht verzehrte Speisen.

Das Verzehrgeld wird direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Leitung: Iris Hellmold

Mi., 15.02.2017, 18.30–21.30 Uhr, 1 Termin; BBS **Duderstadt**, Kolpingstraße 4–6, Eingang bei der Sporthalle
Gebühr: € 12,60
Kurs 17F07160 ●

Pikante Kuchen

Aus verschiedenen Teigarten und saftiger Füllung, in der Springform oder ganzes Blech. Bei diesen Rezepten ist für jeden Geschmack etwas dabei.

Mitzubringen sind Schürze, Geschirrtuch und Behälter für nicht verzehrte Speisen.

Das Verzehrgeld wird direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Leitung: Iris Hellmold

Mi., 08.03.2017, 18.30–21.30 Uhr, 1 Termin; BBS **Duderstadt**, Kolpingstraße 4–6, Eingang bei der Sporthalle
Gebühr: € 12,60
Kurs 17F07161 ●

Geschenke aus der Küche

Selbstgemacht und lecker. Köstliche Marmeladen, Pestos, Öl, Essig und noch vieles mehr. Schnell selbstgemacht diese kleinen Köstlichkeiten, die Freude schenken – als essbare Geschenke für alle Anlässe und Möglichkeiten.

Mitzubringen sind Schürze, Geschirrtuch und Behälter für nicht verzehrte Speisen.

Das Verzehrgeld wird direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Leitung: Iris Hellmold

Mi., 22.03.2017, 18.30–21.30 Uhr, 1 Termin; BBS **Duderstadt**, Kolpingstraße 4–6, Eingang bei der Sporthalle
Gebühr: € 12,60
Kurs 17F07162 ●

Ostermenü

Wir zaubern frühlingsfrische Menüs für Familie und Freunde zu Ostern. Mit Fleisch oder vegetarisch das Osterfest genießen... Mitzubringen sind Schürze, Geschirrtuch und Behälter für nicht verzehrte Speisen.

Das Verzehrgeld wird direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Leitung: Iris Hellmold

Mi., 29.03.2017, 18.30–21.30 Uhr, 1 Termin; BBS **Duderstadt**, Kolpingstraße 4–6, Eingang bei der Sporthalle
Gebühr: € 12,60
Kurs 17F07163 ●

Verrückt nach Hack

Was für ein Multitalent: Hack macht sich in Suppen und Soßen, als Füllung und als Hauptgericht. Echte Lieblingsrezepte, schnell, lecker und immer anders.

Mitzubringen sind Schürze, Geschirrtuch und Behälter für nicht verzehrte Speisen.

Das Verzehrgeld wird direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Leitung: Iris Hellmold

Mi., 26.04.2017, 18.30–21.30 Uhr, 1 Termin; BBS **Duderstadt**, Kolpingstraße 4–6, Eingang bei der Sporthalle
Gebühr: € 12,60
Kurs 17F07164 ●

Veggie-Hits

Quer durch die vegetarische Küche gekocht. Sattmacher, für Gäste, Fast Food, schnelle Rezepte und vieles mehr, einfach vegetarisch.

Mitzubringen sind Schürze, Geschirrtuch und Behälter für nicht verzehrte Speisen.

Das Verzehrgeld wird direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Leitung: Iris Hellmold

Mi., 03.05.2017, 18.30–21.30 Uhr, 1 Termin; BBS **Duderstadt**, Kolpingstraße 4–6, Eingang bei der Sporthalle
Gebühr: € 12,60
Kurs 17F07165 ●

Sehnsucht nach Sonne

Mit köstlichen mediterranen Leckereien, für unseren Speiseplan, warten wir auf den Sommer. Herrlich leicht, wunderbar frisch und ruck zuck fertig.

Mitzubringen sind Schürze, Geschirrtuch und Behälter für nicht verzehrte Speisen.

Das Verzehrgeld wird direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Leitung: Iris Hellmold

Mi., 10.05.2017, 18.30–21.30 Uhr, 1 Termin; BBS **Duderstadt**, Kolpingstraße 4–6, Eingang bei der Sporthalle
Gebühr: € 12,60
Kurs 17F07166 ●

Wildkräuter für die Küche

Ein Vortrag mit Kostprobe

Wussten Sie, dass Giersch im Trockengewicht mehr Eiweiß enthält als Soja? Heute finden wir im Supermarkt Nahrungsmittel aus China, Argentinien oder Spanien. Wir haben jedoch vergessen, was hier direkt in der Umgebung wächst und was wir essen können: die Wildkräuter, meist als Unkraut angesehen. Was wächst vor unserer Haustür und darf gegessen werden? Was bringt uns „zivilisierte Menschen“ dazu, wieder „Wildes“ zu essen? Neben dem Vortrag mit vielen Informationen über das Thema bereiten wir kleine Kostproben zu: Smoothie und Pesto aus dem, was uns die Pflanzenwelt zu der Jahreszeit schenkt.

Leitung: Blandine Dufour, Heilpraktikerin, Kinesiologin

Do., 27.04.2017, 18.00–20.15 Uhr, 1 Termin; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 22,50, inkl. Verzehrumlage: € 3,00
Kurs 17F07113 ●

Ohne Gluten und ohne Milch? Kann das schmecken?

Ja! Natürlich! Wer dem Käse-Brot und „mit Käse überbacken“ den Rücken kehrt, kann eine Vielfalt an neuen Geschmacksrichtungen erleben: Ob Kokos-Mandel-Crêpes oder Blumenkohl-Pizzateig, Cashewkern-Käse oder Buchweizen-Brot... Lassen Sie sich überraschen! Ohne Gluten und ohne Milch zu kochen ist: neu, unerwartet, unkonventionell! Es ist bestimmt nicht langweilig und lässt uns Überraschungen erleben, die wirklich zum Nachkochen animieren und nach „mehr“ rufen! Die Rezepte sind alle vegetarisch (zum Teil auch vegan).

Leitung: Blandine Dufour, Heilpraktikerin, Kinesiologin

Do., 30.03.–06.04.2017, 18.30–21.30 Uhr, 2 Termine; Voigt-Realschule (neue IGS), **Göttingen**, Theodor-Heuss-Str. 29
Gebühr: € 44,00, inkl. Verzehrumlage: € 12,00
Kurs 17F07115 ●

Wein und Käse aus Frankreich

Sie verkosten acht verschiedene Weine aus unterschiedlichen Regionen mit den geschmacklich dazu passenden Käsesorten. Sie werden traumhafte Kombinationen von Wein und Käse erleben.

Leitung: Michel Alusse, Restaurantmeister, Sommelier

Do., 02.03.2017, 18.00–21.00 Uhr, 1 Termin; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 36,00, inkl. Verzehrumlage: € 12,00
Kurs 17F07018 ●

Das Weinanbaugebiet Burgund

Das Burgund ist eine wunderschöne Gegend mit abwechslungsreicher Landschaft, stimmungsvollen Städtchen und manchem historischen Bauwerk. Es ist vor allem aber eine Weinregion – eine der berühmtesten der Welt, seit Jahrhunderten ein Begriff. Von einer Reise in dieses Weinbaugebiet vermittelt Ihnen der Dozent in einem bilderderten Vortrag viele Informationen.

Sie werden hochwertige Weine vom Chablis im Norden bis zum Beaujolais im Süden dieses Gebietes probieren und auch kleine kulinarische Delikatessen genießen.

Leitung: Michel Alusse, Restaurantmeister, Sommelier

Do., 23.02.2017, 18.00–21.00 Uhr, 1 Termin; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 39,00, inkl. Verzehrumlage: € 15,00
Kurs 17F07019 ●

Bildungsurlaube

Gesundheit aus dem Reich der Mitte

Stressbewältigung mit Qi Gong und Taiji Quan – Bildungsurlaub

Wir nehmen uns Zeit, um zu erforschen, wie in China mit Qi Gong seit langem die Gesundheit gestützt wird und wie mit Stress umgegangen wird. Zwischen intensiven Übungsphasen wandert der Blick zu Hintergründen und sucht Brücken in unsere Lebenswelt. Partnerübungen aus Taiji Quan und Massage kommen hinzu, um zu erfahren, wie es gelingen kann ins Reich der eigenen Mitte einzuziehen.

Leitung: Christian Auerbach, Päd. M. A., Ausbilder (DDQT)

Mo. bis Fr., 26.06.–30.06.2017, 8.30–16.30 Uhr, 5 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 198,00
Kurs 17F04400 ●

Frau sein in den besten Jahren

Bildungsurlaub

Die Mitte des Lebens erleben viele Frauen als herausfordernde Zeit. Zu den sich verändernden Körperprozessen gesellt sich ein seelisch-emotionaler Wandel, der nicht selten zu existenziellen Sinnfragen und Umbrüchen führt. Eine gute Zeit um innezuhalten, Fähigkeiten und Erreichtes zu realisieren und sich von unnötigem Ballast und hinderlichen Konzepten zu befreien. Mit frischem und immer wieder leichtem Blick schauen wir auf unsere „besten Jahre“, entdecken neue Freiräume und Kraftquellen und entwickeln ein gestärktes Bewusstsein für eigene Ressourcen.

Inhalte: körperliche und seelische Veränderungen verstehen lernen | ganzheitliche Wege zum Erhalt von Gesundheit und innerem Gleichgewicht | Selbstwert und Selbstfürsorge | Innehalten – Der Halt von innen | Burn-out verstehen und vorbeugen – Energiebilanz optimieren | Aufbruch in neue Freiräume – Chancen wahrnehmen.

Leitung: Patricia Siebert, Heilpraktikerin

Mo. bis Fr., 29.05.–02.06.2017
Mo. bis Do., 8.45–16.30 Uhr, Fr., 8.45–13.45 Uhr; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 245,00
Kurs 17F06000 ●

Mo. bis Fr., 03.04.–07.04.2017,
Mo. bis Do., 8.45–16.30 Uhr,
Fr., 8.45–13.45 Uhr, 5 Termine;
Schloss **Gieboldehausen**, Hahlestr. 1
Gebühr: € 245,00
Kurs 17F06060 ●

Stressbewältigung

Ausgeglichen leben durch Schulung der Achtsamkeit und ressourcenorientiertem Selbstmanagement – Bildungsurlaub

In dieser Bildungswoche lernen Sie einfach anzuwendende Techniken zur Stressbewältigung und Entspannung aus den Bereichen Achtsamkeitstraining, Meditation und ressourcenorientiertem Selbstmanagement (Züricher Ressourcenmodell, ZRM) kennen. Eingebettet in die Auseinandersetzung mit aktuellen, gesellschaftspolitischen Zusammenhängen der ganzheitlichen Gesundheitsförderung erarbeiten Sie Ihr persönliches, ressourcenaktivierendes Gesundheitskonzept.

Leitung: Alfons Claes, Dipl. Pädagoge, Entspannungstrainer

Mo. bis Fr., 12.06.–16.06.2017,
9.00–16.30 Uhr, 5 Termine;
Schloss **Gieboldehausen**, Hahlestr. 1
Gebühr: € 245,00
Kurs 17F04570 ●

Stressabbau und Rückenfitness durch gezieltes Körpertraining von Körper, Geist und Seele mit der Pilates-Methode

Bildungsurlaub in Teilzeit

Stress kann sich nachteilig auf die Gesundheit auswirken, wenn nicht der richtige Umgang damit gefunden wird. Es sollen die Ursachen und Auslöser für Stress aufgedeckt und Möglichkeiten der Gegensteuerung bzw. Bewältigung des nicht immer stressfreien Berufs- und Lebensalltag erlernt werden. Ein Hauptschwerpunkt liegt hierbei u.a. auf Stress in Zusammenhang mit Rückenbeschwerden. Eine Möglichkeit Stress entgegen zu wirken, ist Pilates, eine gelenkschonende Entspannungsmethode zur Kräftigung des ganzen Körpers und zur Schulung des Körperbewusstseins. In diesem Seminar wird die Pilates-Methode in Theorie und Praxis unter besonderer Berücksichtigung der Rücken-/Wirbelsäulenregion vorgestellt.

Leitung: Mathias Emanuel-Christoffel, Physiotherapeut, Pilatesinstrainer, Nordic Walking Instructor

Mo. bis Fr., 23.10.–27.10.2017,
8.30–13.30 Uhr, 5 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 160,00
Kurs 17H03400 ●

Stressreduzierung im Berufsalltag

Gesundheitsbildung durch bewusste Körperwahrnehmung Bildungsurlaub in Teilzeit

Die Feldenkrais-Methode ermöglicht es Ihnen, mehr Klarheit über das eigene Bewegungsverhalten zu erlangen. In vielfältigen Variationen erforschen Sie, wie Sie Ihre Bewegungsabläufe so gestalten, dass Sie sie mit größerer Leichtigkeit ausführen können. Dies geschieht durch eine Verfeinerung der Eigenwahrnehmung. Die Beschäftigung mit der eigenen Bewegungsqualität bringt größere Präsenz, mehr Kreativität und Lebendigkeit hervor, sowie Bewegungserfahrungen, die nicht von Schmerzen und Belastungen geprägt sind.

Durch ihren besonderen pädagogischen Ansatz, der die Eigenwahrnehmung und Achtsamkeit schult, bietet die Feldenkrais-Methode eine äußerst effektive Möglichkeit, Stress abzubauen bzw. sich in Stress auslösenden Situationen flexibler verhalten zu können. Ihre individuellen Bedürfnisse und Wünsche finden Berücksichtigung! In diesem Bildungsurlaub stellen Sie sich ein kleines alltagsnahes Repertoire an für Sie förderlichen Bewegungsabläufen zusammen.

Leitung: Susanne Bleick, Feldenkrais-Pädagogin

Mo. bis Fr., 25.09.–29.09.2016,
Mo.–Do., 8.30–14.00 Uhr, Fr., 8.30–13.00 Uhr; 5 Termine
VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 198,00
Kurs 17H04501 ●

Achtsamkeit, innere Balance und Lebensfreude in Beruf und Freizeit

Stressfrei und bewusster leben – Bildungsurlaub

In dieser Woche erfahren Sie ganz praktisch, wie leicht der Zugang zu mehr Ausgeglichenheit und Lebensenergie sein kann. Sie erlernen eine einfache, natürliche Form der stillen Meditation und Übungen für Stressabbau und entspannte Präsenz im Alltag. Es ist neben der Praxis viel Raum für die Reflexion der individuellen Erfahrungen und die Integration in Beruf und Freizeit. Weitere Themen und Übungen sind: Dialog mit dem inneren Team; emotionale Anreize befriedigen: Selbstführung und achtsame Beziehungen; Atemwahrnehmung im Alltag, Body-Scan sowie bewusstes Spüren, Hören und Schauen zur Stärkung der Verkörperung von Achtsamkeit; Metta-Meditation für innere Harmonie und Mitgefühl.

Leitung: Ernst Schulze Bremer, Heilpraktiker für Psychotherapie
Mo. bis Fr., 13.03.–17.03.2017,
9.00–16.30 Uhr, 5 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 245,00
Kurs 17F04700 ●

Ruhe und Kraft finden – Entspannen und auftanken

Stressprävention und Bewältigung – Bildungsurlaub

Viele Menschen leiden unter chronischem Stress, Zeitdruck, Überforderung, Reizüberflutung, Beziehungsproblemen. Oftmals

beeinträchtigen Existenzsorgen die körperliche und seelische Gesundheit. Nicht selten verausgaben sich Menschen bis zum Burnout. In diesem Seminar können Ressourcen zur Stressprävention und -bewältigung erkannt werden, um diese fruchtbringend zur Gesunderhaltung im Alltag einzusetzen. Es werden verschiedene Entspannungsmethoden vorgestellt (Autogenes Training, Qi Gong, Progressive Muskelentspannung, Yoga und Traumreisen).

Leitung: Christiane Taeye, Dipl. Pädagogin, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Mo. bis Fr., 24.04.–28.04.2017,
8.30–16.00 Uhr, 5 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 198,00
Kurs 17F04701 ●

Gelassen kommunizieren – Stressbewältigung in der Kommunikation

Meridian-Tapping und Gewaltfreie Kommunikation – Bildungsurlaub

Wie finde ich zu einer gelassenen Haltung im Gespräch, wenn ich aufgeregt, gestresst, im Konflikt bin oder unter Druck stehe? Wir stellen Ihnen Meridianklopfen und gewaltfreie Kommunikation als zwei sich gegenseitig bereichernde praktische Methoden vor, die Sie in Alltag und Beruf zur Unterstützung eines lebendigen Miteinanders und zur Entlastung schwieriger Situationen anwenden können. Gewaltfreie Kommunikation bietet Ihnen eine praktische Handlungsanleitung zur Gesprächsführung. Durch Meridian-Tapping stärken Sie Ihr inneres Gleichgewicht. In praktischen Übungen und an konkreten Beispielen lernen Sie, wie Sie sich auf bedeutsame Gespräche vorbereiten, sich in herausfordernden Situationen selbst unterstützen und Stresssituationen bewältigen können. Sie erfahren eine lebensbejahende Haltung, die mit Wertschätzung und Respekt die Verbindung zu sich selbst und anderen Menschen vertieft.

Leitung: Andrea Raith, Dipl. Supervisorin, ROMPC®-Ausbilderin/Bäbel Klein, Mediatorin, ROMPC®-Beraterin und -Coach
Mo. bis Fr., 29.05.–02.06.17, Mo. bis Do., 8.30–16.00 Uhr, Fr., 8.30–12.45 Uhr; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 245,00
Kurs 17F04703 ●

Klare Kommunikation – Klare Beziehungen

Bildungsurlaub

Beziehungen, die gelingen machen glücklich. Ob im privaten oder beruflichen Leben, eigene Bedürfnisse klar kommunizieren zu können, Probleme anderer verstehen und Konflikte gemeinsam ohne Verlierer lösen zu können, sind Faktoren für mehr Selbstbewusstsein und Ausgeglichenheit. Stress wird deutlich reduziert, wenn man Menschen auf Augenhöhe begegnet. Dies gilt sowohl in den Beziehungen zu unseren Kindern, Partnern und Eltern, als auch zu unseren Freunden, Kollegen oder Vorgesetzten. Gegenseitiger Respekt schafft eine kooperative und vertrauensvolle Atmosphäre. In diesem Kurs werden wir unsere Haltung in Begegnungen unter die Lupe nehmen, um anhand des Gordon-Modells klare und praktische Kommunikationstechniken zu erlernen und zu praktizieren. Anhand von Beispielen aus dem familiären, partnerschaftlichen und beruflichen Alltag werden wir diese Techniken einüben. Konkrete Konfliktsituationen der Kursteilnehmer können auch eingebracht werden.

Das Gordon-Modell wird seit über 40 Jahren weltweit mit Erfolg angewendet und bietet eine wirkungsvolle Alternative zu Machtanwendung und Unterwerfung in Beziehungen jeglicher Art. Es basiert auf dem personenzentrierten Ansatz der humanistischen Psychologie. In Deutschland ist es vor allem seit den Siebzigerjahren durch das Buch „Familienkonferenz“ bekannt. Die Teilnehmer/innen erhalten ein Zertifikat für die Teilnahme am Gordon-Konfliktlösungstraining für persönliche und berufliche Beziehungen.

Leitung: Donatella Abate, Montessori-Pädagogin, autorisierte Kursleiterin für Gordon-Konfliktlösungstraining für persönl. und berufl. Beziehungen

Mo. bis Fr., 27.03.–31.03.2017, 9.00–16.30 Uhr, 5 Termine; VHS, Göttingen, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 235,00, inkl. € 35,00 Unterrichtsmaterial
Kurs 17F06002 ●

Neu: Bewusster Alltag – Vom Burnout zur Work-Live-Balance

Bildungsurlaub auf der Nordsee-Insel Wangerooge

In unserer Leistungsgesellschaft leiden viele Beschäftigte unter

Druck und Stress, was bis zu psychosomatischen Krankheiten und Burn-out führen kann. Es braucht individuelle Kunst, die vier Lebensbereiche Arbeit / Freizeitinteressen / Familie / Besinnung in eine gute Balance zu bringen, bei der nichts dauerhaft zu kurz kommt. Neben der Analyse unserer Arbeitsbedingungen und individueller Gestaltungsmöglichkeiten darin, können Teilnehmende in diesem Seminar ihr individuelles Programm einer ausgewogenen Lebenskunst entwickeln – inklusive Entspannungs-, Konzentrations- und Zeitmanagement-Techniken. Es erwartet Sie im schönen Seminarraum mit Meerblick und insgesamt auf dieser wunderbaren Nordsee Insel mit herrlich frischer Luft eine regenerierende und genussvolle Woche – auch mit Übungen am Strand und vielen Möglichkeiten für Ihre Freizeit.

Leitung: Cord Cordes, Dipl. Pädagoge

So. bis Fr., 07.05.–12.05.2017, Anreise So., 07.05. – Seminarbeginn: 19.00–22.00 Uhr, Mo. bis Do., 10.00–17.00 Uhr, Fr., 10.00–13.00 Uhr, Abreise nachmittags, 12.05.; Anreise, Zimmerbuchung und Verpflegung selbst, detaillierte Infos siehe www.vhs-goettingen.de oder über c.piechota@vhs-goettingen.de, 6 Termine;
Insel **Wangerooge**
Gebühr: € 290,00
Kurs 17F06003 ●

Persönlichkeitsentwicklung

Mit Stil zu neuer Sicherheit oder was passt wirklich zu mir?

Schrank voll und doch nichts anziehen? Welcher Stil schmeichelt meiner Figur und unterstreicht am besten meine Persönlichkeit? Was passt zu mir beruflich und privat? Sie lernen Ihren individuellen Körperformen entsprechende Stilmerkmale auszuwählen und entdecken eine „Wohlfühl-Garderobe“ passend zu den unterschiedlichen Bedürfnissen und Anlässen in Ihrem Leben. Ihre besonderen körperlichen Merkmale werden in Trümpfe verwandelt und sogenannte „Problemzonen“ verschwinden. Sie wissen nun, worauf es für Sie beim Kleidungskauf ankommt und können sicher und effizient wählen. Ihre bestehende Garderobe wirkt jetzt „maßgeschnei-

dert“ durch kleine Änderungen und neue Kombinationsmöglichkeiten. Die passenden Brillen- und Schmuckformen, sowie Frisurenideen vervollständigen das kreative Gesamtbild. Bringen Sie repräsentative Beispiele Ihrer Garderobe und Accessoires mit!

Leitung: Ekta Tina Pabst, Coach f. indiv. Farb- & Stildesign, Ausbilderin IHK

Sa., 11.03.2017, 10.30–17.30 Uhr, 1 Termin; Luisenhof, Ebergötzen, Bergstraße 8
Gebühr: € 42,00, inkl. € 6,00 Materialumlage
Kurs 17F38370 ●

Neu: Was Hans kann, schafft Gretel auch!

Stimmtraining für Frauen

Dieser Kurs richtet sich an alle Frauen, die sich in Ihrem Beruf mehr Gehör verschaffen wollen. In Teamsitzungen am Arbeitsplatz, in denen die Dominanz der Männer meistens überwiegt, ziehen sich Frauen oft innerlich zurück. Ihre Stimme wirkt dünn, wackelig, und der Atem geht zu schnell. Vielleicht haben Sie den Spruch schon einmal gehört: Die Stimme muss aus dem Bauch kommen. Viele Frauen schaffen das aber nicht. Der Grund hierfür ist oft eine falsche Atmung und eine fehlerhafte Körperspannung. Gerade Frauen in sprechintensiven Berufen benutzen ihre Stimme jahrelang falsch. Die Folge: Stimmstörungen und andauernde Heiserkeit. Anhand von ausgewählten Stimmtrainings-Übungen lernen Sie die richtige Tonlage zu finden, lauter und durchdringender zu sprechen, optimale Körperspannung, typische weibliche Fehler zu vermeiden und Ihrer Stimme Raum und Präsenz zu geben.

Leitung: Maja Müller-Bula, Schauspielerin

Fr./Sa., 24./25.03.2017, Fr., 18.30–20.45 Uhr, Sa., 10.00–17.00 Uhr, 2 Termine; VHS, Göttingen, Theodor-Heuss-Str. 21
Gebühr: € 52,00
Kurs 17F06107 ●

Sich selbst auf die Spur kommen – Kampfkunst einmal anders

Energisch Nach-Vorne-Gehen, Gelassen Ausweichen, Aufrichtig/aufgerichtet sein, Standhaftigkeit zeigen – uns selbstsicher zu behaupten, wünschen wir uns oft im Alltag. Kampfkunst kann unterstützen, diese Qualitäten herauszubilden und zu stärken. In diesem Kurs wollen wir uns

mit Mitteln des traditionellen Karate-Do darin üben, unsere eigenen Kräfte bewusster wahrzunehmen, zu spüren, wie wir uns sammeln und zentrieren können. Damit fördern wir Beweglichkeit, Konzentration und eine starke Mitte – eine gute Voraussetzung, um auch in „wackeligen“ Situationen stabil und präsent zu bleiben. Achtsam und respektvoll lernen wir uns und unsere Bewegungsmuster besser kennen. Um Selbstverteidigung, Wettkampf oder den Zwang zur sportlichen Höchstleistung geht es nicht, vielmehr um Freude an der Bewegung. Entdecken Sie Ihre schlummernden Karate-Fähigkeiten!

Leitung: Tamara Rühle, Kampfkunstlehrerin, 1. Dan Karate

Fr./Sa., 12./13.05.2017, Fr., 18.00–21.00 Uhr, Sa., 10.00–14.00 Uhr, 2 Termine; VHS, Göttingen, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 39,90
Kurs 17F06108 ●

Aus- und Fortbildung im Gesundheitsbereich

Einführung in die Selbsthypnose

Der Begriff Hypnose bezeichnet einen natürlichen Bewusstseinszustand. Was uns jedoch nicht angeboren wurde, sind die notwendigen Methoden und Techniken, die Hypnose auch bewusst und eigenständig anzuwenden.

Sie erhalten ein fundiertes Wissen über das Wesen der Hypnose und lernen außerdem unterschiedliche Techniken der Tranceinduktion und -ausleitung sowie der Autosuggestion kennen. Selbsthypnose ist kein Wundermittel und ersetzt keinesfalls eine Therapie oder ärztliche Behandlung, aber sie kann durch die Freisetzung unserer unbewussten Kräfte praktische Lebenshilfe im Alltag bieten. So kann sie zu einer vollkommenen Entspannung führen, die Konzentration steigern, bei der Bewältigung von Schlafstörungen, Ängsten, Schmerzen oder Süchten helfen.

Leitung: Heidemarie Hofmann, Therapeutin für tiefenpsycholog. analytische Hypnose

Sa., 11.03.2017, 10.00–17.00 Uhr, 1 Termin; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90
Gebühr: € 26,00
Kurs 17F04687 ●



Tanz

Tanz & Entspannung- Schnupperkurs

Schöpfen Sie Kraft und genießen Sie Entspannung. Lassen Sie sich zu verschiedenen Musikrichtungen und Rhythmen aus verschiedenen Ländern inspirieren und anleiten, sich zu bewegen. Je nach Musik und Bewegung gelangen Sie in eine ausgelassene Lebendigkeit oder eine sanfte zufriedene Stimmung. Ruhige Elemente aus verschiedenen Entspannungsmethoden runden das Wohlfühlprogramm ab. Es ist keine Tanzerfahrung erforderlich.

Leitung: Heike Loeper-Menge
Do., 16.02.2017, 19.15–20.45 Uhr, 1 Termin; Schloss Gieboldehausen, Hahlestraße 1
Gebühr: € 9,50
Kurs 17F18370 ●

Tanz & Entspannung

Schöpfen Sie Kraft und genießen Sie Entspannung. Lassen Sie sich zu verschiedenen Musikrichtungen und Rhythmen aus verschiedenen Ländern inspirieren und anleiten, sich zu bewegen. Je nach Musik und Bewegung gelangen Sie in eine ausgelassene Lebendigkeit oder eine sanfte zufriedene Stimmung. Ruhige Elemente aus verschiedenen Entspannungsmethoden runden das Wohlfühlprogramm ab. Keine Tanzerfahrung erforderlich.

Leitung: Heike Loeper-Menge
Do., 23.02.–30.03.2017, 19.15–20.45 Uhr, 6 Termine; Schloss Gieboldehausen, Schloss, Hahlestraße 1
Gebühr: € 37,80
Kurs 17F18371

Tango Argentino zum Kennenlernen

Feinste Körpersignale, ausgetauscht zwischen Mann und Frau, münden in elegante Bewegung. Leise schleifen Tanzschuhe übers Parkett. Gefällige Kleider umschmeicheln die Frauen.



Matias Guinazú
und Partnerin

Jeder Mann ein Gentleman! Jede Frau eine Tänzerin mit Ausstrahlung! Argentinischer Sologesang ist der schönste Paartanz der Welt. Tango ist – anders als der Standardtango – kein Figurensystem mit auswendig gelernten Schritten, sondern ein offenes Kommunikationssystem. Fokussierung, Klarheit, Präsenz, Sensibilität, Empathie und Hingabe stehen im Vordergrund. Wer die Grundlagen beherrscht, kann mit jedem Tanguero/mit jeder Tanguera auf der Welt tanzen, selbst wenn er diesem Menschen nie zuvor begegnet ist. Tango ist eine Weltsprache. Das kleine Extra: Es besteht die Möglichkeit zur Teilnahme an einer Milonga (Tangotanztee) am 26.03.! Der Kurs eignet sich für jedes Alter. Bitte Wechselschuhe mitbringen, die gut drehen. Paarweise. Zum Kurs bitte etwas Kaffee & Kuchen für die Pause mitbringen.

Leitung: Dr. Michael Groß, Dipl. Biologe
So., 12.03.2017, 15.00–18.00 Uhr, 1 Termin; Atelier Siegrid Nienstedt, Krebeck, Hauptstr. 24
Gebühr: € 14,00
Kurs 17F18160 ●

Neu: Crashkurs Tango und Tanztee

Der Kurs dient dem Kennenlernen des wunderschönen Kulturgutes Tango Argentino. Es ist ein UNESCO Weltkulturerbe, das in sog. Milongas (= Tangotanzveranstaltungen) gehegt und gepflegt wird. Man kann davon ausgehen, dass heute weltweit jede größere Stadt eine Milonga beherbergt, wo man – auch als Einzelreisende/r – jederzeit herzlich aufgenommen wird. Der Kurs besteht aus einer kurzen, praktischen Einführung in den Tango, an die sich eine klassische Milonga anschließt.

Die Milonga ist seit Jahren im Landkreis Göttingen etabliert, es erscheinen Tänzerinnen und Tänzer aus der gesamten Region. Der Kurs bietet somit die Möglichkeit, bei Kaffee und Kuchen eine Milonga aus nächster Nähe zu erleben. Der Kurs eignet sich für jedes Alter. Anmeldung möglichst paarweise. Einzelanmeldungen sind möglich, allerdings kann ein Tanzpartner nicht garantiert werden. Bitte ein Paar Wechselschuhe mitbringen, die gut drehen. Für die Milonga wird vor Ort um eine Spende gebeten.

Leitung: Dr. Michael Groß, Dipl. Biologe
So., 26.03.2017, 13.30–18.00 Uhr, 1 Termin; Atelier Siegrid Nienstedt, Krebeck, Hauptstr. 24
Gebühr: € 7,00
Kurs 17F18260 ●

Tango Argentino

Für Anfänger/innen

Dynamisch, ruhig, lebendig, verträumt – der Tango Argentino ist ein vielseitiger und abwechslungsreicher Tanz. Es ist die Präsenz und das aufeinander Achtgeben der beiden Tanzpartner, das dem Tanz so viel Harmonie und gleichzeitig so viel Dynamik gibt. Wir möchten mit viel Spaß dieses Miteinander vermitteln und dazu einladen, ihn kennen zu lernen, den „Spaziergang in inniger Umarmung“. Der Anfänger-Workshop bietet einen intensiven Einstieg in den argentinischen Tango. Im Mittelpunkt stehen das gemeinsame Gehen und die Techniken des Führens und Folgens. Darauf aufbauend, werden grundlegende Figuren vermittelt. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Anmeldung erfolgt bitte paarweise!

Leitung: Matias Guinazú, Tangolehrer, Tango DJ und Partnerin
Sa./So., 18./19.03.2017, Sa., 14.00–16.30 Uhr, So., 12.30–15.00 Uhr, 2 Termine; VHS, Göttingen, Theodor-Heuss-Str. 21
Gebühr: € 46,00
Kurs 17F18100 ●

Musik

Didgeridoo

Erlern werden die Herstellung und das Spiel auf diesem ältesten Blasinstrument der Welt. Von den Aborigines, den Ureinwohnern Australiens zur Begleitung von Tanz, Gesang und bei Heilungsritualen verwendet, wird es heute als Musikinstrument in der Therapie und in Musikgruppen und Orchestern auf der ganzen Welt eingesetzt. Die heilende Wirkung des Didgeridoo-Spiels beruht darauf, dass durch die besondere Klangcharakteristik und die Zirkuläratmung, die es ermöglicht, den Ton beliebig lange ohne Unterbrechung zu halten, der Zugang zu einer gesteigerten Wahrnehmung erleichtert und ein Zustand tiefer Entspannung erreicht wird. Das Didgeridoo-Spiel hilft auch bei Schlafapnoe, asthmatischen Erkrankungen und Tinnitus. In diesem Seminar lernen Sie Ihr eigenes Instrument zu bauen, in der traditionellen Punkt-in-Punkt-Malerei (dot-painting) zu bemalen und es zu spielen in Verbindung mit der richtigen Atmung und Entspannung. Bitte eine Decke mitbringen. Materialkosten betragen je nach Ausführung ab € 65,00.

Leitung: Ulrich Soppa, Musiker, Künstler

So., 07.05.2017, 9.30–18.00 Uhr, 1 Termin; VHS, **Duderstadt,** Marktstraße 75
Gebühr: € 35,00
Kurs 17F35460

Neu: Scratches, Mixen, Rocken!

Der Einsteigerkurs zum Thema Deejaying

Jeder hat die Möglichkeit DJ zu werden, egal ob Jung oder Alt! In diesem Kurs wird theoretisches sowie praktisches Fachwissen vermittelt. Vom ersten Papierkram angefangen, über die Anschaffung von Equipment, bis hin zu Bookings – es gibt viel zu erfahren. Das „Auflegen“ an sich darf natürlich nicht fehlen. Jede/r Teilnehmer/in kann sich künstlerisch frei entfalten und entdecken wieviel Spaß das Djing mit sich bringt. Das notwendige Equipment wird gestellt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leitung: Kevin Wolf

Fr./Sa., 10./11.03.2017, Fr., 18.00–21.00 Uhr, Sa., 10.00–15.30 Uhr, 2 Termine; VHS, **Göttingen,** Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 48,00
Kurs 17F35501 ●

Blues-Rock-Gitarre I

Workshop Akkorde und Rhythmus

„Wir alle haben den Blues!“, sagte einer der einflussreichsten Bluesmusiker. Viele Stilrichtungen wurden vom Blues beeinflusst: Jazz, Gospel, Country, Rock'n'Roll, Pop... Deshalb ist es für jeden Gitarrenspieler wichtig, mit der grundlegenden Akkordfolge vertraut zu sein. Viele Fragen werden von Anfang an durch praktische Übungen am Instrument ausführlich behan-

delt. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Lediglich die Grundakkorde wie E-Dur, A-Dur und D-Dur sollten Sie wechseln spielen können. Der Kurs ist geeignet für Jugendliche ab 14 Jahren und für Erwachsene. Bitte mitbringen: Gitarre, Schreibutensilien und (soweit bereits vorhanden) ein Stimmgerät. Wenn Sie fachliche Fragen zum Kurs haben, wenden Sie sich bitte direkt an den Kursleiter (Kontaktdaten über die VHS).

Leitung: Sven Vaupel, Gitarrist, Musikwissenschaftler

Fr./Sa., 31.03./01.04.2017, Fr., 15.30–19.30 Uhr, Sa., 10.00–16.00 Uhr, 2 Termine; VHS, **Hann. Münden,** Wilhelmshäuser Straße 90
Gebühr: € 63,00
Kurs 17F35082 kG

Literatur / Lesen / Schreiben

Sütterlin – Einführungskurs

ein Einführungskurs

Die heutige allgemeine Schreibschrift (die lateinische Schrift) gilt seit 1941. Bis dahin wurde in der alten deutschen Handschrift geschrieben. Die Sütterlin-Schrift wurde 1911 von dem Berliner Graphiker Ludwig Sütterlin entwickelt. Sie ist eine spezielle Form der älteren deutschen Kurrentschrift. Bis 1942 wurde

Sütterlin in den deutschen Schulen gelehrt, bevor es vom lateinischen Alphabet abgelöst wurde. In vielen Familien schlummern noch Zeugnisse aus vergangenen Zeiten: Urkunden, (Liebes-) Briefe der Großeltern, Ortschroniken, Behördenbriefe, Kriegstagebücher oder Kochrezepte. Doch dieser Schatz wird bald nicht mehr zugänglich sein, wenn die (alte-) deutsche Handschrift nicht mehr gelesen werden kann. Sie erlernen in einem Einführungskurs die Sütterlinschrift schreiben und lesen. Teilnehmende, die diese Schrift neu erlernen möchten oder bereits kennen und Erlernes auffrischen wollen, sind in diesem Kurs herzlich willkommen. Kursunterlagen (Lehrheft und Schreibheft) können Sie in der ersten Unterrichtsstunde für insgesamt € 3,50 erwerben. Bitte bringen Sie ein Schreibgerät, möglichst einen Füllhalter, zum Kurs mit.

Leitung: Birgit Tröbe

Do., 02.03.–30.03.2017, 16.30–19.00 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt,** Marktstraße 75
Gebühr: € 43,50
Kurs 17F24460

Sütterlin – Für Fortgeschrittene

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmer/innen, die erste Kenntnisse in Sütterlin besitzen. Sie können hier bereits erworbene Kenntnisse erweitern und vertiefen. Zum Kurs werden das Lehrheft „Schreibschule der deutschen Schrift“ und ein Schulschreibheft A4 Lineatur 2 benötigt. Diese Kursunterlagen können Sie in der ersten Unterrichtsstunde für insgesamt 3,50 Euro erwerben. Bitte bringen Sie ein Schreibgerät, möglichst einen Füllhalter, zum Kurs mit.

Leitung: Birgit Tröbe

Do., 04.05.–08.06.2017, 19.00–21.15 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt,** Marktstraße 75
Gebühr: € 43,50
Kurs 17F24461

Kalligraphie – Federstrich und Pinselschwung

Im Mittelpunkt des Kalligraphietages steht das Schreiben mit dem Pinsel: Flach- und Spitzpinsel ermöglichen ganz unterschiedliche Ausdrucksformen einer Schrift. Wir wollen mit schmalen, breiten, spitzen und borstigen Pinseln experimentieren und Schriftblätter oder Faltoobjekte kreativ gestalten. Ergänzt werden die Pinselschwünge mit Texten, die mit der Bandzug-

feder geschrieben sind. Bitte kurze Texte zum Schreiben nicht vergessen! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Viel Übungs-(Pack)papier, Zeichen-/Skizzenblock DIN A3 oder größer, Flach- und Spitzpinsel verschiedener Größen, Bandzugfedern mit Halter, farbige Tinten oder Deckfarben, Bleistift, Lineal, Küchenkrepp, Wasserglas, weite Farbbehälter für große Pinsel. Falls vorhanden: Pinsel-Filzstifte. Kopiergeld € 1,00.

Leitung: Sabine Pfeiffer

Sa., 20.05.2017, 10.00–16.30 Uhr, 1 Termin; VHS, **Osterode**, Neustädter Tor 1–3
Gebühr: € 34,00, Materialgeld: € 6,00
Kurs 17F30041 ●

Malen/Zeichnen

Zeichnen und Malen lernen

Zeichnen lernen kann jeder! In diesem Kurs lernen die Teilnehmer/innen das figürliche Zeichnen, Proportionen des menschlichen Körpers sowie Portrait-Zeichnen. Stil-Leben und Landschafts- und Gebäudezeichnen runden den Inhalt des Kurses ab. Des Weiteren wird das Malen mit Farben erlernt.

- Inhalte:
- Proportionen des menschlichen Gesichts, Körpers sowie der Hand
 - perspektivisches Zeichnen mit Schattenwurf
 - Malen von Landschaften, Gebäuden, Tieren etc. mit Tusche, Aquarell und/oder Acryl

Zeichenmaterial, wie Art-Pen (Tintenfüllhalter), Bleistifte (Stärken B10 über HB bis max. H6) und Tusche oder Aquarell bitte mitbringen! Ansonsten wird beim 1. Termin eine Umlage gemacht und wir gehen vorher in einem Zeichenbedarfsladen einkaufen!

Leitung: Klaus Habenicht
Mi., 03.05.–17.05.2017, 18.00–21.00 Uhr, 3 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 36,00
Kurs 17F30060

Neu: Acrylmalerei für Anfänger/innen

Hier sind alle neuen Künstler herzlich Willkommen. Mit Beendigung des Kurses, nehmen Sie Ihr selbst gestaltetes Acrylgemälde selbstverständlich mit nach Hause.

Die Dozentin ist eine Künstlerin aus Südafrika, die spezielle Techniken entwickelt hat. Freuen Sie sich auf dieses Angebot. Ein Materialbeitrag von € 10,00 ist am Kurstag an die Dozentin zu entrichten.

Leitung: Emmie Reinecke
Sa., 25.03.–01.04.2017, 10.00–13.00 Uhr, 2 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 24,00
Kurs 17F30260 ●

Neu: Ölmalerei für Anfänger/innen

Hier sind alle neuen Künstler herzlich Willkommen. Mit Beendigung des Kurses, nehmen Sie Ihr selbst gestaltetes Ölgemälde selbstverständlich mit nach Hause.

Die Dozentin ist eine Künstlerin aus Südafrika, die spezielle Techniken entwickelt hat. Freuen Sie sich auf dieses Angebot. Ein Materialbeitrag von € 12,00 ist am Kurstag an die Dozentin zu entrichten.

Leitung: Emmie Reinecke
Di., 07.03.–21.03.2017, 18.00–20.15 Uhr, 3 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 27,00
Kurs 17F30360 ●

Mixed Media

Dieser Kurs ist ideal für den jungen Künstler, aber auch für ältere Personen geeignet, um kreativ mit Farben zu spielen. Sie experimentieren mit unterschiedlichsten Materialien, um Oberflächen zu gestalten, während Sie eine spannende Ehe entdecken zwischen Ölkreide, Farbe und Fineliner. Die Dozentin ist eine Künstlerin aus Südafrika, die spezielle Techniken entwickelt hat. Freuen Sie sich auf dieses Angebot. Ein

Materialbeitrag von € 4,00 ist am Kurstag an die Dozentin zu entrichten.

Leitung: Emmie Reinecke
Sa., 18.03.2017, 10.00–13.00 Uhr, 1 Termin; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 12,00
Kurs 17F30061 ●

Werkstatt Malerei

Bei freier Themenwahl werden die Teilnehmer/innen individuell beraten und gefördert. Anfänger/innen erhalten eine grundlegende Anleitung, Fortgeschrittene können durch neue Impulse ihre Fähigkeiten und Techniken vertiefen. Mitzubringen: Eigene Materialien wie Öl- und Acrylfarbe, Leinwand etc.

Leitung: Emmie Reinecke
Do., 09.02.–30.03.2017, 19.45–22.00 Uhr, 8 Termine; Luisenhof, **Ebergötzen**, Bergstraße 8
Gebühr: € 72,00
Kurs 17F30070

Neu: Blätter und Blüten – Skizzieren und Malen

Wochenendkurs für Anfänger/innen als auch für Fortgeschrittene Blätter und Blüten werden skizziert, später mit Acrylfarben gemalt. Blätter und Blüten werden sowohl real als auch als Fotovorlage genutzt. Zu Beginn helfen Skizzen, die Größe von Papier oder Malpappe zu nutzen und einen eigenen Bildaufbau zu entwerfen. Sämtliche Arbeitsmaterialien (insbesondere Vorlagen, Bleistift, Kohle, Papier, Malpappe, Pinsel, Acrylfarbe) werden gegen einen Kostenbeitrag gestellt.

Leitung: Prof. Dr. Johannes Eichhorn

Fr./Sa., 28./29.04.2017, Fr., 17.00–21.00 Uhr, Sa., 10.00–16.30 Uhr, 2 Termine; VHS, **Hann. Münden**, Wilhelmshäuser Straße 90
Gebühr: € 46,00, zzgl. € 10,00 für Arbeitsmaterialien an die Kursleitung
Kurs 17F30081

Relief – Skulptur – Malerei im Künstleratelier

Wochenseminar in den Sommerferien

Angeregt durch Arbeiten von Kurt Schwitters, werden Reliefs in Holz aufgebaut, mit Fotos und gefundenen Materialien beklebt und bemalt. Es wird gesägt, geklebt, geschliffen, gebohrt, gehämmert und geschraubt. Die Kursleiterin führt und begleitet durch jeden Arbeitsprozess und hilft bei der Umsetzung von technischen Herausforderungen. Wir beginnen mit einfachen Designs und lassen die Formen immer komplexer werden. Auf diese Weise wächst die Malerei regelrecht in den Raum hinein, bis sie sich zur freistehenden Skulptur hin entwickelt. Mitzubringendes Material siehe der Anmeldebestätigung beigefügte Materialliste.

Leitung: Ute Gruenwald, Künstlerin MFA

Mo. bis Fr., 26.06.–30.06.2017, 10.00–13.00 Uhr, 5 Termine; Atelier U. Gruenwald, Gleichen / **Sattenhausen**, Vor dem Tor 10
Gebühr: € 92,00
Kurs 17F30214 ●

Fotografie

Digitale Kompakt Kamera – Einführung

Sie sollten Ihre Digitale Kompaktkamera optimal ausnutzen. Dieser Kurs richtet sich an fotografische Einsteiger mit einer Digitalen Kompaktkamera, die mit den Einstellmöglichkeiten Ihrer Kamera noch nicht vertraut sind und vorwiegend den Automatik-Modus nutzen. Je nach Kameratyp sind bereits einige Programme für entsprechende Situationen verfügbar. Lassen Sie sich überraschen, welche Möglichkeiten Ihre Kamera bietet.

Leitung: Manfred Gebert
Sa., 11.02.2017, 9.30–13.30 Uhr, 1 Termin; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 20,00
Kurs 17F31060



Die Künstlerinnen der Werkstattmalerei im Herbst 2016

Workshop Digitalfotografie – Außenaufnahmen mit der digitalen Kamera

Die Digitalkamera für Außenaufnahmen: Mögliche und unmögliche Objekte auf der Marktstraße und Umgebung aussuchen und nach Ihren Vorstellungen auf den Chip bannen. Nicht darüber nachdenken, ob es möglich ist, sondern Schnappschüsse einfangen und die daraus entstehenden Effekte nach Wunsch gemeinsam anschauen und bewerten.

Lassen Sie sich überraschen, welche Möglichkeiten es gibt.

Leitung: Manfred Gebert

Sa., 25.03.2017, 9.30–13.30 Uhr, 1 Termin; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 20,00
Kurs 17F31061

Workshop Digitalfotografie – Innenaufnahmen mit der digitalen Kamera

Die Digitalkamera für Innenaufnahmen: Mögliche und unmögliche Objekte in Innenräumen aussuchen und nach Ihren Vorstellungen auf den Chip bannen. Nicht darüber nachdenken, ob es möglich ist, sondern Schnappschüsse einfangen und die daraus entstehenden Effekte nach Wunsch gemeinsam anschauen und bewerten. Außerdem werden im Kurs die beiden Kirchen vor Ort aufgesucht, um die Handhabung der Kamera in Innenräumen vertieft zu trainieren.

Lassen Sie sich überraschen, welche Möglichkeiten es gibt.

Leitung: Manfred Gebert

Sa., 13.05.2017, 9.30–13.30 Uhr, 1 Termin; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 20,00
Kurs 17F31062

Textiles Gestalten

Nähen und Zuschneiden

Dieser Kurs richtet sich an alle nähbegeisterten Hobby-schneiderinnen. Sie lernen den Zuschnitt, das Lesen von Schnittmustern und den Umgang mit der Nähmaschine genauso wie das Lösen von Detailproblemen. Der Kurs ist für Anfängerinnen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Nähmaschinen stehen in begrenzter Anzahl zur Verfügung, müssen aber bei der Kursleitung angemeldet werden. Alle benötigten Materialien müs-

sen von der Kursteilnehmerin selbst mitgebracht werden! Die schriftliche Anmeldung ist erforderlich, die Teilnehmerzahl ist auf 9 Personen begrenzt! Interessenten können sich auch direkt mit der Dozentin in Verbindung setzen (05594 804840).

Leitung: Ute Anwand-Schwarze

Mi., 08.02.–22.03.2017, 18.15–21.15 Uhr, 7 Termine; VHS, Duderstadt, Marktstraße 75
Gebühr: € 84,00
Kurs 17F38060

Mi., 05.04.–31.05.2017, 18.15–21.15 Uhr, 7 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 84,00
Kurs 17F38061

Mo., 06.02.–20.03.2017, 19.00–21.15 Uhr, 7 Termine; Luisenhof, **Ebergötzen**, Bergstraße 8
Gebühr: € 63,00
Kurs 17F38070

Mo., 03.04.–12.06.2017, 19.00–21.15 Uhr, 7 Termine; Luisenhof, **Ebergötzen**, Bergstraße 8
Gebühr: € 63,00
Kurs 17F38071

Nähen und Zuschneiden am Vormittag

Dieser Kurs richtet sich an alle nähbegeisterten Hobbyschneiderinnen die vormittags Zeit habe und kreativ sein möchten. Hier lernen Sie alles rund ums Nähen: den Umgang mit der Nähmaschine genauso wie das Kopieren von Schnittmustern, das Lösen von Detailproblemen. Dabei können Sie an vorgegebenen oder freien Projekten arbeiten.

Der Kurs ist für Anfängerinnen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Nähmaschinen stehen in begrenzter Anzahl zur Verfügung, müssen aber bei der Kursleitung angemeldet werden. Alle benötigten Materialien müssen von der Kursteilnehmerin selbst mitgebracht werden! Die schriftliche Anmeldung ist erforderlich, die Teilnehmerzahl ist auf neun Personen begrenzt! Interessenten können sich auch direkt mit der Dozentin in Verbindung setzen (05594 804840).

Leitung: Ute Anwand-Schwarze
Do., 09.02.–23.03.2017, 10.00–12.15 Uhr, 7 Termine; Luisenhof, **Ebergötzen**, Bergstraße 8
Gebühr: € 63,00
Kurs 17F38072

Nähen und Zuschneiden für Schüler/innen in den Osterferien

Ein Kurs für Schüler/innen ab 10 Jahren

Maßeinheiten und der Umgang mit dem Lineal/Metermaß sollten beherrscht werden. In diesem Kurs könnt ihr die Grundlagen des Nähens erlernen und bereits vorhandene Kenntnisse vertiefen und erweitern. Ob Tasche, Shirt oder Kissenbezug, hier bekommt ihr die Hilfestellung, die ihr für die Umsetzung eurer Ideen benötigt. Nähmaschinen stehen in begrenzter Anzahl zur Verfügung, müssen aber bei der Kursleitung angemeldet werden. Ansonsten sollte jede/r Teilnehmer/in ihre/seine Nähmaschine und Materialien mitbringen. Die schriftliche Anmeldung ist erforderlich, die Teilnehmerzahl ist auf neun Personen begrenzt! Anfragen und Auskunft erteilt die Dozentin unter der Rufnummer 05594 804840.

Leitung: Ute Anwand-Schwarze

Mo. bis Do., 10.04.–13.04.2017, 10.00–13.00 Uhr, 4 Termine; Luisenhof, **Ebergötzen**, Bergstraße 8
Gebühr: € 44,80
Kurs 17F38073 ●

Nähen und Zuschneiden für Schüler/innen in den Sommerferien

Ein Kurs für Schüler/innen ab 10 Jahren

Maßeinheiten und der Umgang mit dem Lineal/Metermaß sollten beherrscht werden. In diesem Kurs könnt ihr die Grundlagen des Nähens erlernen und bereits vorhandene Kenntnisse vertiefen und erweitern. Ob Tasche, Shirt oder Kissenbezug, hier bekommt ihr die Hilfestellung, die ihr für die Umsetzung eurer Ideen benötigt. Nähmaschinen stehen in begrenzter Anzahl zur Verfügung, müssen aber bei der Kursleitung angemeldet werden. Ansonsten sollte jede/r Teilnehmer/in ihre/seine Nähmaschine und Materialien mitbringen. Die schriftliche Anmeldung ist erforderlich, die Teilnehmerzahl ist auf 9 Personen begrenzt! Anfragen und Auskunft erteilt die Dozentin unter der Rufnummer 05594 804840.

Leitung: Ute Anwand-Schwarze

Mo. bis Do., 24.07.–27.07.2017, 10.00–13.00 Uhr, 4 Termine; Luisenhof, **Ebergötzen**, Bergstraße 8
Gebühr: € 44,80
Kurs 17F38074 ●

Mit Stil zu neuer Sicherheit oder was passt wirklich zu mir?

Schrank voll und doch nichts anzuziehen? Welcher Stil schmeichelt meiner Figur und unterstreicht am besten meine Persönlichkeit? Was passt zu mir beruflich und privat? Sie lernen Ihren individuellen Körperformen entsprechende Stilmerkmale auszuwählen und entdecken eine „Wohlfühl-Garderobe“ passend zu den unterschiedlichen Bedürfnissen und Anlässen in Ihrem Leben. Ihre besonderen körperlichen Merkmale werden in Trümpfe verwandelt und sogenannte „Problemzonen“ verschwinden. Sie wissen nun, worauf es für Sie beim Kleidungskauf ankommt und können sicher und effizient wählen. Ihre bestehende Garderobe wirkt jetzt „maßgeschneidert“ durch kleine Änderungen und neue Kombinationsmöglichkeiten. Die passenden Brillen- und Schmuckformen, sowie Frisurenideen vervollständigen das kreative Gesamtbild. Bringen Sie repräsentative Beispiele Ihrer Garderobe und Accessoires mit! Weitere Infos über die Dozentin unter der 05542 3037795.

Leitung: Ekta Tina Pabst, Coach für indiv. Farb- & Stildesign, Ausbilderin IH

Sa., 11.03.2017, 10.30–17.30 Uhr, 1 Termin; Luisenhof, **Ebergötzen**, Bergstraße 8
Gebühr: € 42,00, inkl. € 6,00 Materialumlage
Kurs 17F38370 ●

Neu: Wir stricken eine Mütze

Strickworkshop für erwachsene Anfänger/innen

Eine schöne Mütze selber stricken ist ganz leicht zu lernen. In diesem Workshop beschäftigen wir uns mit einfachen Techniken:

- Maschen aufnehmen auf eine Rundnadel
- Rechte und linke Maschen stricken
- Maschenab- und zunahme
- Maschen abketten
- Fehler im Strickwerk beheben
- Bommel herstellen

Bitte mitbringen: Rundnadel in 40er oder 60er Länge und in der Stärke, die zur Wolle passt und die gewünschte Wolle. Nadeln stehen auch als Leihgabe zur Verfügung und Wolle kann bei Bedarf auch im Kurs erworben werden.

Leitung: Christina Emser

Sa./So., 11./12.02.2017, Sa., 10.00–13.00 Uhr, So., 10.00–



14.00 Uhr, 2 Termine; VHS,
Duderstadt, Marktstraße 75
Gebühr: € 27,00
Kurs 17F38260

Kunsth Handwerk

Neu: WollLust – Filzhandwerk neu entdeckt

Filzen ist eine uralte Technik der Textilherstellung, die vermutlich schon vor mehreren tausend Jahren zur Anwendung kam. Mit ein wenig Geschick und Geduld können auch Anfänger/innen schnell schöne und praktische Unikate zaubern.

Lernen Sie in diesem Kurs die wichtigsten Filztechniken und alle nötigen Materialien kennen. Hier können Sie sich ausprobieren, ohne gleich jede Menge Material anschaffen zu müssen und ein neues und produktives Hobby für sich entdecken. Materialkosten: € 20,00 (werden am ersten Kurstag mit der Dozentin abgerechnet)

Leitung: Christine Schöppe
Do., 09.03.–23.03.2017, 18.00–21.00 Uhr, 3 Termine; VHS,
Duderstadt, Marktstraße 75
Gebühr: € 36,00
Kurs 17F32060

Spinnen am Spinnrad gestern und heute

Eine alte Handwerkskunst wird modern, Spinnen am Spinnrad: Eintauchen in die Welt der Kammzüge, Batts und Fasern / Sich begeistern lassen vom Spinnrad und seinen Möglichkeiten / Fasziniert werden von der Entstehung des Wollfadens. Der Workshop bietet einen Einstieg in die Welt des Spinnens.

Nach einer Einführung in moderne Fasern wie Merino, Kaschmir, Alpaka, Mohair oder Seide kreieren wir während des Workshops eigene Fasermischungen an der Kardiermaschine, die dann von jedem/jeder Teilnehmer/in selbst versponnen und verzwirrt werden können. Es stehen ausreichend Spinnräder zur Verfügung. Eigene Spinnräder können und sollen gerne mitgebracht werden. Materialkosten (€ 5,00) werden am Kurstag von der Dozentin abgerechnet.

Leitung: Christina Emser
Sa., 25.02.2017, 10.00–16.30 Uhr, 1 Termin; VHS,
Duderstadt, Marktstraße 75
Gebühr: € 24,00
Kurs 17F38160

Neu: Faden für Faden – Verwoben zu einem Ganzen

Einführung in das Handweben
Dieser Workshop bietet Ihnen einen Einblick in das faszinierende Handwerk Weben. Nach einer kurzen Einführung können Sie sich an bereits eingerichtete Webstühle setzen und loslegen. Im Laufe dieses Tages erfahren Sie viel Wissenswertes rund um Kette und Schuss und können am Ende ihre fertig gewebten Stücke mit nach Hause nehmen. Material wird gestellt.

Leitung: Hella Podlipnik, Handwebmeisterin, Produktdesignerin
Sa., 13.05.2017, 10.00–18.00 Uhr, 1 Termin; Northeimer Straße 11,
Katlenburg
Gebühr: € 80,00, inkl. Materialkosten
Kurs 17F38100 ●

Grundkurs Papierverarbeitung

Buchbinden in der Buchbindewerkstatt

Es ist ein uraltes Wissen, Geschriebenes, Gedrucktes oder Gezeichnetes so zusammen zu fügen, dass eine gebrauchsfertige Einheit entsteht, die auch ästhetischen Ansprüchen genügt. Sie werden in die Welt des Buchbindens eingeführt und lernen alle Grundtechniken, die Sie zur Verarbeitung von Papier und Pappe benötigen. In diesem Kurs werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt. Es wird ein klebegebundenes Buch hergestellt. Alle Werkzeuge stehen zur Verfügung. Bitte ca. 150 Blatt DIN A4 Papier mitbringen.

Leitung: Renate-Katrin Zimmermann, Buchbindermeisterin, Dipl. Pädagogin
Fr./Sa., 31.03./01.04.2017, Fr., 18.00–20.30 Uhr, Sa., 10.30–17.00 Uhr, 2 Termine; Unikate Buchwerkstatt, **Göttingen**, Carl-Giesecke-Straße 3
Gebühr: € 74,00, zzgl. Materialkosten: ca. € 15,00
Kurs 17F32000 ●

Neu: Gartengefäße und mehr – Kreatives aus Beton

Wenig Aufwand – große Wirkung! Es ist ganz leicht, aus Beton eigene Kreationen zu gießen. Nach einer Einführung in das Grundwissen zur Betonverarbeitung (was ist Beton, welche Arten von Beton gibt es, wie stelle ich Beton her, welche Möglichkeiten und Eigenschaften hat Beton?) fertigen wir kleine Gefäße und Gegenstände. Dabei lernen Sie die Gestaltung und Dekorationsmöglichkeiten von

Beton mit unterschiedlichen Materialien und erhalten Anregungen und Ideen für Größeres zum Selbermachen für zuhause. Mitzubringenes Material siehe der Anmeldung beigefügte Materialliste.

Leitung: Katharina Tanneberger, Landschaftsgärtnerin
Sa., 01.04.2017, 10.00–14.00 Uhr, 1 Termin; VHS, **Göttingen**, Theodor-Heuss-Str. 21
Gebühr: € 24,00, zzgl. € 5,00 Materialkosten
Kurs 17F32008 ●

Kunst-Schmieden

Grundkurs

Die Teilnehmer/innen lernen, behutsam mit dem kalten Material Eisen warm zu werden. Am Ende des Kurses können selbstgefertigte Stücke, wie z. B. Wikingermesser, Grillspieße, Schlüsselanhänger etc., mit nach Hause genommen werden.

Leitung: Kristian Marx, Schmied, Iris Speck, Schmiedin

Fr. bis So., 09.06.–11.06.2017, Fr., 18.00–21.00 Uhr, Sa., 10.00–18.00 Uhr, So., 10.00–16.00 Uhr, 3 Termine; Freie Waldorfschule, **Göttingen**, Arbecksweg 1
Gebühr: € 124,00, zzgl. Materialkosten: € 15,00
Kurs 17F32200 ●

Messer schmieden

Aufbaukurs – In Kooperation mit der VHS Werra Meißner

In diesem Kurs wird auf altertümliche Art ein Messer mit der Hand geschmiedet und anschließend im offenen Feuer gehärtet. Grundkenntnisse der Techniken und Wärmebehandlung sowie das Verbinden verschiedener Stähle durch Feuerschweißen (Damast) / Drei-Lagen-Stahl werden vermittelt.

Anschließend wird an der alten Drechselbank ein Holzgriff gedreht und das Messer eingepasst. Grundkenntnisse im Schmieden (z. B. durch Teilnahme am Grundkurs) werden vorausgesetzt. Bei Fragen zum Kursprogramm wenden Sie sich bitte direkt an die Kursleitung (Tel. 0175 7925040).

Leitung: Iris Speck, Schmiedin, Kristian Marx, Schmied
Fr. bis So., 28.04.–30.04.2017, Fr., 18.00–21.00 Uhr, Sa., 10.00–18.00 Uhr, So., 10.00–16.30 Uhr, 3 Termine; Schmiede Hemeln, **Hann. Münden**, Marienkirchstraße 5
Gebühr: € 164,00, zzgl. € 25,00 für Material und Werkstattnutzung an Kursleitung
Kurs 17F32281 kg ●

Schrott-Kreativ

Schmieden und Schweißen – Grundkurs in Kooperation mit der VHS Werra Meißner

In diesem Kurs werden aus mitgebrachten oder in der Werkstatt vorhandenen Schrott-Teilen nach eigenen Vorstellungen durch Umschmieden und Verschweißen kunstvolle Objekte / Skulpturen zusammengefügt. Bei Fragen zum Kursprogramm wenden Sie sich bitte direkt an die Kursleitung (Tel. 0175 7925040).

Leitung: Iris Speck, Schmiedin, Kristian Marx, Schmied

Fr. bis So., 12.05.–14.05.2017, Fr., 18.00–21.00 Uhr, Sa., 10.00–18.00 Uhr, So., 10.00–16.30 Uhr, 3 Termine; Schmiede Hemeln, Hann. Münden, Marienkirchstraße 5
Gebühr: € 124,00, zzgl. € 15,00 an die Kursleitung für Material und Werkstattnutzung
Kurs 17F32282 kG ●

Neu: Gold- und Silberschmieden

Schritt für Schritt zu edlem Schmuck

In diesem Kurs erhalten Sie von der Idee bis zur Ausführung einen Einblick in die vielfältigen Möglichkeiten der Schmuckgestaltung und werden an die Grundtechniken des Goldschmiedens herangeführt: Sägen, Feilen, Biegen, Löten. Sie gestalten Ihr persönliches, individuelles Schmuckstück. Auch schon vorhandener, alter oder defekter Schmuck lässt sich manchmal verarbeiten. Teilnehmern können Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren. Anfänger/innen sollten auf jeden Fall beide Termine dabei sein. Sämtliche Werkzeuge und Materialien werden zur Verfügung gestellt.

Leitung: Thomas Dienst
Sa./So., 25./26.03.2017, Sa., 10.00–17.30 Uhr, So., 10.00–17.30 Uhr, 2 Termine; VHS, Hann. Münden, Wilhelmshäuser Straße 90
Gebühr: € 79,00, zzgl. Materialkosten ab ca. € 20,00 (je nach Verbrauch), die an die Kursleitung zu entrichten sind.
Kurs 17F32283 ●

Neu: Töpferkurs I

Schöne Dinge für drinnen und draußen

Egal ob Gartenkeramik, Gefäße für den täglichen Gebrauch oder Tierfiguren – wir töpfern an zwei Terminen anhand der Plattentechnik und dem Ausformen von



Hohlkörpern ganz individuelle Gegenstände. Dabei sind der eigenen Phantasie keine Grenzen gesetzt. An einem dritten Termin bemalen wir die gebrannten Werke mit einer Glasur.

Leitung: Silke Kuri
Fr., 17.03.–31.03.2017, 16.00–19.00 Uhr, 3 Termine; Hermann-Gmeiner-Schule, Staufenberg, Gartenstraße 23
Gebühr: € 43,00, zzgl. ca. 10,00 € für Materialien an die Kursleitung
Kurs 17F32495

Seifensiedekurs für Anfänger/innen

Sie erlernen das Kaltverseifungsverfahren von Seifen. Die Teilnehmenden sieden unter Anleitung eigene Seife. Öle, Duft- und Farbstoffe, Kräuter oder Blüten lassen sich nach Grundrezepten beliebig kombinieren und es entstehen sehr unterschiedlich Seifen.

ACHTUNG: Seifensieden erfordert ein großes Maß an Vorsicht. Natriumhydroxid (Ätznatron) ist stark ÄTZEND und nur unter Sicherheitsmaßnahmen zu verarbeiten. Kinder können an diesem Kurs nicht teilnehmen. Bitte mitbringen: Kleidung mit langen Ärmeln,

Haushalts-Gummihandschuhe, Schutzbrille, Frotteehandtuch, Küchenrolle, Kunststoffschüssel und -löffel, 4–5 leere Kunststoff- oder Silikonformen (z. B. Eis-, Frischkäse- oder Quarkpackung, Eiswürfelbehälter oder Muffin-Form). Alle Küchenutensilien sind anschließend unbrauchbar für das Verarbeiten von Lebensmitteln.

Leitung: Birgitt Thimm-Brinkmann
Sa./So., 25./26.02.2017, Sa., 10.00–15.30 Uhr, So., 10.00–15.30 Uhr, 2 Termine; Hermann-Gmeiner-Schule, Staufenberg, Gartenstraße 23
Gebühr: € 49,00, zzgl. € 20,00 Materialkosten an die Kursleitung
Kurs 17F32496

Leben & Umwelt

Neu: Frühstückseier von eigenen Gartenhühnern

Eier von gesunden und artgerecht gehaltenen Hühnern im Garten – ein verlockendes Angebot, zumal Hühner recht unproblematisch gehalten werden können. Auf einige grundlegende Überlegungen sollten sich

die zukünftigen Hühnerhalter/innen jedoch im Vorfeld einstellen. Die Teilnehmer erhalten bei der drei- bis vierstündigen Exkursion den Einblick in eine artgerechte Haltung. Die Beschaffenheit des Hühnerstalls, die Funktion des Wintergartens, wichtige Hilfsmittel und das Beispiel eines gut strukturierten Freilaufs werden den Teilnehmer/innen am konkreten Haltungsbeispiel einer bedrohten Hühnerrasse (Deutscher Sperber) vorgestellt. Tipps zur abwechslungsreichen Ernährung der Hühner, Gesundheit, rechtliche Bedingungen und zur Netzwerkbildung runden das Angebot ab.

Leitung: Helmut Schröder
Sa., 29.04.2017, 9.00–13.00 Uhr, 1 Termin; Katlenburg-Lindau, Am Anger 3
Gebühr: € 12,50
Kurs 17F01060 ●

Neu: Fotovoltaikanlagen

Ein Erfahrungsbericht

Ein Erfahrungsbericht, Erfahrungsaustausch am Beispiel einer bestehenden 7,4 kWh-Anlage (Südausrichtung) mit 10kWh-Speicher. Reale Ertragszahlen über mehrere Jahre werden vorgestellt.

Leitung: Andreas Lott
Di., 04.04.2017, 18.30–21.30 Uhr, 1 Termin; VHS, Duderstadt, Marktstraße 75
Gebühr: € 16,00
Kurs 17F01061 ●

Schritt für Schritt zum Naturgarten – Mehr Freude am Garten

ökologische Grünpflege

Ruhe vom Alltag, verträumte, lauschige Plätze, ein buntes Blütenmeer und eine lebendige Tierwelt – dieser Traum könnte schon morgen in Ihrem Garten beginnen. Die VHS zeigt Ihnen die reizvollen Aspekte eines naturnahen Gartens. Der Weg zum Ökogarten funktioniert auch ohne die ganz große Aktion, einfach Schritt für Schritt. Gärtnern soll in erster Linie Spaß machen und entspannen. Auch ohne das ganz große Umkrempeln geht es Schritt für Schritt Richtung Naturgarten.

Leitung: Wolfgang Sachitzki
Mo., 06.03. und 13.03., 18.30–20.45 Uhr (Theorie) / Sa., 11.03.2017, 14.00–17.00 Uhr (Praxisteil), 3 Termine; VHS, Osterode, Neustädter Tor 1–3
Gebühr: € 32,00
Kurs 17F68643

„Geheimsache“ Morcheln

Vortrag und theoretische Einführung

Speise- und Spitzmorcheln sind im Frühjahr die ersten Delikatessen, die uns das Pilzjahr bietet. Besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Die Module können auch einzeln gebucht werden.

Zu den Exkursionen bitte Sammelkorb, Mittagsimbiss und Getränke für zwischendurch mitbringen.

Wetterangepasste Kleidung und Trittsicherheit sind von Vorteil. Treffpunkt zu allen Modulen: VHS Hann. Münden, Wilhelmshäuser Str. 90.

Zu den Exkursionen werden Fahrgemeinschaften gebildet.

Leitung: Günther Schier, geprüfter Pilzsachverständiger

Fr., 24.03.2017, 18.30–21.30 Uhr, 1 Termin; VHS, **Hann. Münden**, Wilhelmshäuser Straße 90
Gebühr: € 16,00
Kurs 17F68680 ●

Gartengestaltung

Grüne Ideen für Ihren Garten
Verwünschen, formal oder ganz individuell, vielleicht auch pflegeleicht – im Garten kann jeder seine eigenen, kreativen Ideen umsetzen und sich so sein eigenes Stück Paradies schaffen. Egal, ob Sie Ihren Gartentraum schon verwirklicht haben, einen ganz neuen Garten planen oder einen bestehenden umgestalten wollen: Hier treffen sich alle Garteninteressierten für den Austausch von Erfahrungen, Ideen und Inspirationen mit einer erfahrenen Gartenarchitektin.

Leitung: Karin Eichhorn, Gartenarchitektin

Mi., 26.04./03.05., 18.00–20.15 Uhr, 10.05.2017, 17.00–19.15 Uhr, 3 Termine; VHS, **Hann. Münden**, Wilhelmshäuser Straße 90
Gebühr: € 34,00
Kurs 17F68683

Neu: Parkführung der besonderen Art

Exkursion: Der Ahnepark in Vellmar

Rundgang durch den Ahnepark in Vellmar, der in den 80er Jahren auf dem weitläufigen Gelände einer Auenlandschaft geschaffen wurde. Besonderer Augenmerk gilt der Wegeführung, Sitzplätzen, Skulpturen und der Gesamtkonzeption für einen viel besuchten öffentlichen Park. Auch die inzwischen ca. 30 Jahre alten Bäume werden vorgestellt, stimmige Gehölz- und Staudenpflanzungen werden erläutert.

Eigene Anreise, Treffpunkt: Café-Restaurant Ahnepark.

Leitung: Karin Eichhorn, Gartenarchitektin

Fr., 05.05.2017, 15.30–17.45 Uhr, 1 Termin; Café-Restaurant Ahnepark, **Vellmar**, Holländische Str. 28
Gebühr: € 13,00
Kurs 17F68684 ●

Freizeit

Neu: talentCAMPus – Auf der Spur der Kultur – Schafft eine eigene Zivilisation

Ferienbildungswoche gefördert vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF)

...heißt es für dich und deine Freunde in diesem Sommer bei der Volkshochschule in Duderstadt. Am Vormittag könnt ihr eure Computerkenntnisse einsetzen und viel Neues dazu lernen. Wer möchte, kann den XPERT-Computerführerschein ITBasics light erwerben. Am Nachmittag werdet ihr eine eigene Zivilisation schaffen. Dabei werdet ihr viel über Kulturen lernen, wie sie entstehen und sich verändern. Ein spannendes Planspiel erwartet euch!!!

Leitung: Dozent/innenteam
Mo. bis Fr., 26.06.–30.06.2017, 9.00–16.30 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebührenfrei
Kurs 17F68360

Neu: filmCAMPus – Ihr dreht euren eigenen Film

Ferienbildungswoche gefördert vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF)

...heißt es für dich und deine Freunde in diesem Herbst bei der Volkshochschule in Duderstadt. Ihr dreht euren eigenen Film, den ihr am Ende der Woche euren Eltern und Freunden vorführen könnt. Viel Spaß ist garantiert! In der Woche werdet ihr erleben, wie ein Film gedreht wird. Das Thema bestimmt ihr selbst. Euer Team wird lernen, wie ein Film von der Idee bis zur Vorführung entsteht. Ihr macht kleine Exkursionen, um entsprechende Kulissen festzulegen, Interviews zu führen, Ideen zu sammeln, lernt Ton- und Bildtechniken kennen und gestaltet so euer eigenes Video. Ein spannendes Projekt mit vielen neuen Freunden!

Leitung: Dozent/innenteam

Mo. bis Fr., 09.10.–13.10.2017, 9.00–16.30 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebührenfrei
Kurs 17F68361

Abenteuerferien Niedeck für 6–12-Jährige

Träumst Du auch manchmal von einem Spielplatz, auf dem viel mehr möglich ist als auf dem Schulhof? Nicht nur Rutschen, Schaukeln und im Sand spielen, sondern: mit Katzen auf dem Zaun balancieren – mit Kühen kuscheln – mit Hunden fangen und verstecken spielen – Buden im Heu bauen – Musik unter Baumkronen machen – das Mittagessen selber kochen – erleben, wie es Kindern in Indien oder Afrika ergeht – Kunstwerke aus allem, was man so findet, herstellen...

Alle diese Möglichkeiten findest Du bei den Abenteuerferien in Niedeck. Aber natürlich machen Deine Ideen die Sache erst richtig spannend! Für Kinder aus Göttingen ist es möglich, den Linienbus Nr. 154 für Hin- und Rückfahrt zu nutzen.

Leitung: Inga Espig, Rosina Espig, Mio Espig, Karla Marie, Paquet, Wanja Felix Voll, Katharina Paquet

Mo. bis Fr., 26.06.–30.06.2017, 8.00–16.00 Uhr, 5 Termine; Niedeck 7, **Gleichen**
Gebühr: € 140,00
Kurs 17F68362 ●

Astronomie

Astronomie als Hobby im Hainberg-Observatorium

Dieser Kurs richtet sich an alle, die den Sternenhimmel beobachten möchten und Anleitung oder praktische Tipps bei der Nutzung von Sternkarten und Ferngläsern oder Teleskopen suchen. Vorkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Warme Kleidung nicht vergessen - bei gutem Wetter steht Sternenhimmel „live“ auf dem Programm. Der Kurs findet im Hainberg-Observatorium am Kehr statt, das für Beobachtungen genutzt wird.

Inhalte: Astronomische Grundlagen; Auffinden von Sternbildern mit praktischen Übungen; einfache Beobachtung von Mond, Sonne, Planeten, Sternen und anderen Himmelsobjekten; Tipps zum Umgang mit Ferngläsern oder Teleskopen; Nutzung von Digitalkameras und einfache

Methoden, eigene Beobachtungen festzuhalten, Besichtigung und Erklärung der Einrichtungen des Hainberg-Observatoriums.

Leitung: Matthias Elsen

Sa./So., 01./02.04.2017, Sa., 15.00–21.00 Uhr, So., 15.00–21.00 Uhr, 2 Termine; Hainberg-Observatorium, **Göttingen**, Bismarckstraße 123
Gebühr: € 42,00
Kurs 17F68501 ●

Faszinierendes Weltall

Vortragsreihe



Das Weltall: Du lebst darin – entdecke es!

Der Förderkreis Planetarium Göttingen e.V. (FPG) veranstaltet in Zusammenarbeit mit der VHS seit dem 18. Oktober 2016 die 23. Staffel seiner Vortragsreihe „Faszinierendes Weltall“. Namhafte Wissenschaftler aus dem ganzen Bundesgebiet und darüber hinaus berichten auf populäre Weise über Themen der Astronomie und verwandter Gebiete.

Folgende Vorträge finden Anfang 2017 noch statt:

24. Januar 2017: „Dawn“ - eine Reise zu den großen Asteroiden Ceres und Vesta; Dr. Andreas Nathues, Max-Planck-Institut für Sonnensystemforschung, Göttingen

07. Februar 2017: Warum sind Sterne magnetische? Prof. Dr. Manfred Schüssler, Max-Planck-Institut für Sonnensystemforschung, Göttingen

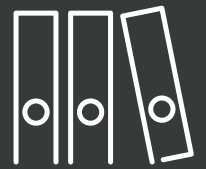
21. Februar 2017: Verborgene Botschaften im Sonnenlicht; Prof. Dr. Dietrich Lemke, Max-Planck-Institut für Astronomie, Heidelberg

07. März 2017: Aus Sternenstaub und mit Migrationshintergrund – unser Sonnensystem; Prof. Dr. Harald Lesch, Ludwig-Maximilians-Universität München, Institut für Astronomie und Astrophysik

Bitte beachten Sie die Ankündigungen unter <http://www.planetarium-goettingen.de/vortragsreihe/> für eventuelle kurzfristige Änderungen.

Veranstaltungsort: Zentrales Hörsaalgebäude (ZHG) der Universität **Göttingen**, Platz der Göttinger Sieben, Raum 009: jeweils dienstags, 20.00 Uhr; Eintrittspreis: jeweils € 4,00 / ermäßigt € 2,50 / für Mitglieder des FPG frei

Fachbereich Arbeit und Qualifizierung



Kommunikation und Rhetorik

Aussitzen oder Aussprechen!

Konstruktive Konfliktbewältigung im Beruf

Im Beruf ist es normal, dass Sie von Konflikten zum Teil auch persönlich betroffen sind. Manchmal kommt es dann zu anhaltenden Störungen, im schlimmsten Fall zum Zerwürfnis (z. B. Kündigung). Oder Konflikte lösen sich im Klärungsprozess auf. Sie möchten ihren eigenen Umgang mit Konflikten verbessern bzw. konstruktiver mit diesen umgehen?

Sie arbeiten zunächst an Ihren Hörgewohnheiten, um besser verstehen zu können, um was es dem anderen in der Auseinandersetzung tatsächlich geht. Sie trainieren Gesprächstechniken der kooperativen Konfliktbewältigung und erhalten damit einen Schlüssel für den konstruktiven Umgang mit Konflikten. Sie kommen Ihrem persönlichem Verhalten in Konflikten auf die Spur und entwickeln dieses durch ausgewählte Übungen weiter.

Inhalte:

- die vier Seiten einer Nachricht
- Gesprächstechniken: Spiegeln, offene Fragen, aktives Zuhören
- Persönlichkeitsentwicklung und Kommunikationsstile
- ausgewählte Übungen zum Modell der kooperativen Konfliktbewältigung

Leitung: Peter Funke

Fr./Sa., 03./04.03.2017, Fr., 18.00–21.00 Uhr, Sa., 9.00–15.30 Uhr, 2 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 37,80
Kurs 17F41060

Teams erfolgreich führen

Sie sind Leiter/in eines Teams. Sie wollen Ihre Teamarbeit noch erfolgreicher gestalten. In diesem Kurs beschäftigen Sie sich zunächst damit, welche Füh-

rungsaufgaben für die Führung von Teams wesentlich sind und welche unterschiedlichen Rollen Sie als Leitung wann einnehmen sollten.

In diesem Zusammenhang geht es auch um Ihren Führungstyp. Anhand von praxisbezogenen Übungen kommen Sie (weiter) den Stärken und Schwächen Ihres Führungsstils auf die Spur und erhalten konkrete Hinweise, um diesen weiterentwickeln zu können.

Daran anknüpfend gehen wir der Frage nach, inwieweit es einen optimalen Führungsstil für Teams gibt. Abschließend behandeln wir weitere Faktoren, die neben einer guten Führung die Grundlage einer erfolgreichen Teamarbeit bilden. Methodisch wird u. a. mit kurzen komprimierten Inputs, Kleingruppenübungen sowie Fallarbeiten im Plenum gearbeitet.

Inhalt:

- Führungsaufgaben und Führungsrollen in Teams
- Persönlichkeit und Führung
- Spezielle Verhaltenstraining zu Persönlichkeit und Führung
- Theorien des Führungserfolges: Gibt es einen optimalen Führungsstil?
- Das Konzept der Stimmigen Führung von Schulz von Thun
- Weitere Voraussetzungen für eine erfolgreiche Teamarbeit

Leitung: Peter Funke

Fr./Sa., 05./06.05. und 12./13.05.2017, Fr., 18.00–21.00 Uhr, Sa., 9.00–15.30 Uhr, 4 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 72,00
Kurs 17F41061

Wirkungsvolles Sprechen – sicheres Auftreten

Unsere persönliche Wirkung auf andere wird entscheidend durch unsere persönliche Ausstrahlung und Persönlichkeit geprägt. Nicht, was wir sagen, sondern wie wir etwas sagen, ist bestimmend für den ersten Eindruck, den wir anderen vermitteln. Natürlich ist es wichtig, dass wir unsere Anliegen, unsere Inhalte strukturiert und klar darstellen, aber auch, wie wir durch unser körpersprachliches Verhalten und die persönliche Sprechweise unsere Kommunikation gestalten.

In diesem Seminar geht es um die Klärung folgender Fragen:

- Wie schätze ich mich selbst ein und wie werde ich von anderen gesehen?
- Wo liegen meine persönlichen Stärken?
- Wie kann ich strukturiert meine Inhalte gestalten?
- Wie kann ich meine Körpersprache und die eigene Sprechweise bewusst und überzeugend einsetzen?

- Wie kann ich mich auf schwierige Rede- oder Gesprächssituationen vorbereiten?
- Wie gehe ich mit Nervosität und Lampenfieber um?

Der Ablauf des Seminars wird durch praktische Übungen sowie das Gruppen- und Videofeedback gestaltet, so dass Sie die Möglichkeit haben, neue Verhaltens- und Vorgehensweisen auszuprobieren.

Leitung: Agnes Galuschka, Rhetoriktrainerin DGSS, Mediatorin

Fr. bis So., 10.03.–12.03.2017, Fr., 18.00–22.00 Uhr, Sa., 9.00–18.00 Uhr, So., 10.00–16.00 Uhr, 3 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 94,00
Kurs 17F41005 ●

Die Kunst, Redesituationen zu gestalten

Die fachliche oder persönliche Darstellung eines Themas in einem Gremium oder vor einem (un-) bekannten Zuhörerkreis kann anregend und impulsgebend sein, sie kann informativ sein und zur weiteren Auseinandersetzung mit dem Thema führen. Sie kann aber auch von Unsicherheit, Langeweile und Langatmigkeit geprägt und schwer verständlich sein, so dass die Zuhörer die Lust zum Zuhören verlieren.

Ziel dieses Seminars ist, dass Sie Redesituationen lebendiger und souveräner gestalten und den Zuhörer/innen aktiv ins Zuhören einbinden können. Inhalte:

- Wie kann ich meine Anliegen und Themen präzise und auf den Punkt gebracht ausdrücken und transportieren?
- Wie bereite ich mich auf solche Situationen vor?
- Welche unterstützenden Hilfsmittel kann ich nutzen? (Stichwortkonzept, Einsatz von Medien)
- Wie präsentiere ich körpersprachlich und sprecherisch in solchen Situationen?
- Wie gehe ich mit Nervosität und Lampenfieber um?

BZ
BILDUNGSZENTRUM
KASSEL

Einfach gut abschneiden!

Meistervorbereitung im Friseurhandwerk – Teil I und II
14.08.2017 (VZ+TZ) · 15.01.2018 (VZ) · 13.08.2018 (VZ + TZ)
Margitta Kloth, Tel. 0561 9596-113, E-Mail: m.kloth@bz-kassel.de

- Wie sehe ich mich selbst und wie werde ich von anderen gesehen?
 - Wie kann ich Sicherheit und Überzeugung gewinnen?
- Der Ablauf des Seminars wird neben der Vermittlung von fachlichen Kenntnissen zur Rhetorik durch praktische Übungen und das Gruppen- und Videofeedback begleitet.

Leitung: Agnes Galuschka, Rhetoriktrainerin DGSS, Mediatorin
Fr. bis So., 07.04.–09.04.2017, Fr., 18.00–22.00 Uhr, Sa., 9.00–18.00 Uhr, So., 10.00–16.00 Uhr, 3 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
 Gebühr: € 94,00
Kurs 17F41007 ●

Wirtschaft und Verwaltung

Fachkraft Personalabrechnung/Lohn & Gehalt (VHS)

Der Lehrgang wendet sich an Personen, die die Lohn- und Gehaltsabrechnung in Klein- und Mittelbetrieben selbständig durchführen wollen. Im Modul „Lohn und Gehalt Theorie“ erlernen Sie die Grundlagen der Lohn- und Gehaltsabrechnung, sowie die entsprechenden sozialversicherungs- und arbeitsrechtlichen Bestimmungen. Im dritten Modul „EDV- Lohn- und Gehaltsabrechnung“ erstellen Sie eigene Abrechnung mit dem Lohnprogramm Datev. Jedes Modul schließt mit einer Prüfung ab. Nach Bestehen der Prüfungen erhalten Sie die Zertifikate „Fachkraft Lohn- und Gehaltsabrechnung (VHS)“. Voraussetzung zur Teilnahme ist eine kaufmännische Ausbildung bzw. Berufserfahrung im kaufmännischen Bereich. Das Entgelt wird in drei Raten erhoben, die Prüfungsgebühren sind im Entgelt enthalten. In Ausnahmefällen kann auch ein Teilmodul belegt werden.

Leitung: Detlef Schwarz
Infotermin: 21.02.2017, 18.00 Uhr; VHS, Duderstadt, Marktstraße 75
Di., 07.03.2017–24.04.2018, 18.00–20.15 Uhr, 50 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
 Gebühr: € 809,00
Kurs 17F48060

Weiterbildung zum Finanzbuchhalter (VHS)

Finanzbuchhalter/innen übernehmen Sachbearbeitungsauf-

gaben in der Buchhaltung oder Kostenrechnung.
 Inhalte: gründliche Einführung in die Buchführung (A-Z), Bilanzierung, Steuern, Kostenrechnung, Finanzierung und Recht, EDV-Finanzbuchhaltung.
 Zielgruppe: Kaufleute, die entweder in der Buchhaltung/Kostenrechnung tätig sind oder in diese Bereiche wechseln möchten; auch für Berufsrückkehrer/innen geeignet.
 Prüfung: Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens, Abschluss „Finanzbuchhalter/in“.
 Lehrgangunterlagen und weitere Informationen unter www.vhs-goettingen.de/Berufliche-Bildung/Kaufmännische-Lehrgänge oder bitte anfordern: Tel. 0551 495223.

Leitung: Dozent/innenteam
Infoveranstaltung: 20.02.2017, 18.00 Uhr; VHS, Duderstadt, Marktstraße 75
Mo./Mi., 06.03.2017–11.06. 2018, 18.00–20.15 Uhr, 115 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
 Gebühr: € 1.922,90
Kurs 17F48061

Ausbilder-Eignungsverordnung (AEVO) – Crashkurs

Bildungsurlaub

Mit dem Erwerb der Ausbilder-eignung erhalten Auszubildende berufs- und arbeitspädagogischen Fertigkeiten, Kenntnisse und Fähigkeiten, um die Ausbildung im Unternehmen durchzuführen.
 Inhalte:

- Ausbildungsvoraussetzungen prüfen und Ausbildung planen
 - Ausbildung vorbereiten und bei der Einstellung von Auszubildenden mitwirken
 - Ausbildung durchführen
 - Ausbildung abschließen
- Zielgruppe: kaufmännische und gewerbliche Mitarbeiter/innen mit abgeschlossener Berufsausbildung und Interesse an der betrieblichen Ausbildung von Auszubildenden. Auch künftige Meister oder künftige Industriefachwirte können den pädagogischen Teil der Meisterprüfung zeitlich vorziehen und an diesem Lehrgang teilnehmen.
 Schwerpunkt an den Workshop-Samstagen: Gruppenarbeit, Medieneinsatz, Visualisierung, Präsentationstechniken.

Leitung: Christian Deppe
Mo. bis Fr., 24.07.–28.07.2017 (BU) plus 2 Sa., 22.07. und 29.07.2017, jeweils 8.30–16.00 Uhr; Prüfung: IHK Hannover, 08.08.2017; mündl. Prüfung ca.

eine Woche später; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
 Gebühr: € 368,00, (inkl. Unterrichtsmaterial; zzgl. Prüfungsgebühr IHK € 210,00)
Kurs 17F48011 ●

Controlling kompakt

Grundlagen für Nichtbetriebswirte

Zielgruppe: Fach- und Führungskräfte, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ohne bzw. mit geringen betriebswirtschaftlichen Vorkenntnissen, die sich für moderne Controllingkonzepte und -verfahren interessieren, z. B. Ingenieure, Naturwissenschaftler, Pädagogen, Juristen.
 Inhalte:

- Controllingziele und -aufgaben
- der Controller als Navigator und betriebswirtschaftlicher Berater
- strategisches und operatives Controlling
- Instrumente/Werkzeuge des Controllers
- Kostenrechnung und Kostenmanagement, Target-Costing, Life-Cycle-Costing,
- Planungstechniken und Budgetierung
- Berichtswesen/Reporting
- Analysetechniken wie Abweichungsanalysen, ABC-Analysen, Portfolio
- Kennzahlen und -systeme wie ROI, EBITDA, ROCE, EVA etc.
- Controlling in den Funktionsbereichen, z. B. Marketing-Controlling, Finanz- und Investitionscontrolling
- Balanced Scorecard, wertorientiertes Management, Benchmarking und co.

Methoden: Seminar mit hoher Teilnehmeraktivität durch eine Kombination aus kleineren computergestützten Simulationen (Planspielen), Bearbeiten von praktischen Übungen, Fallstudien und Szenarien.

Leitung: Thomas Klein, Dipl-Ökonom
Fr./Sa., 10./11.03.2017, Fr., 9.00–16.15 Uhr, Sa., 9.00–16.15 Uhr, 2 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
 Gebühr: € 198,00
Kurs 17F43007

Vormittagskurse für Berufsrückkehrerinnen

Excel 2010

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle
 Dieser Kurs bietet einen Einstieg in das Tabellenkalkulationspro-

gramm Excel 2010. Aufbau und Struktur des Programms werden anschaulich erläutert. Viele praktische Übungen helfen Ihnen, Tabellen zu erstellen. Formeln und Funktionen werden erklärt und ihre Anwendung geübt (z.B. Summenfunktion, Mittelwert, Maximum, Minimum). Außerdem werden Grafiken erstellt und bearbeitet. Zudem werden Ihnen Möglichkeiten aufgezeigt, Tabellen schnell und optisch eindrucksvoll zu präsentieren.

Leitung: Bärbel Reimann
Mi., 22.03.–03.05.2017, 9.00–12.15 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
 Gebühr: € 80,00
Kurs 17F51060

Workshop EDV

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle

In diesem Workshop können Sie zu verschiedenen Problemen und Schwierigkeiten in der Handhabung von Programmen und Betriebssystemen Fragen stellen und sich austauschen. Fragen werden fachgerecht aufgearbeitet, Lösungsansätze werden aufgezeigt und ähnliche Strukturen in den Programmen dargestellt, so dass vernetztes Denken geschult wird. Erfahrungen im Umgang mit Windows sowie Grundkenntnisse der EDV werden vorausgesetzt.

Leitung: Bärbel Reimann
Mi., 10.05.–07.06.2017, 9.00–12.15 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
 Gebühr: € 80,00
Kurs 17F51061

Word 2010

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle

Mit diesem Kurs bieten wir Ihnen eine leicht verständliche Einführung in die Textverarbeitung mit Word.

Sie lernen die wichtigsten Werkzeuge kennen und werden sicher in der Gestaltung und Formatierung Ihrer Texte.

- Inhalte:
- Seite einrichten
 - Texte eingeben und formatieren
 - Tabellen erstellen und formatieren
 - Bilder einfügen und Größe ändern

Leitung: Bärbel Reimann
Mi., 15.02.–15.03.2017, 9.00–12.15 Uhr, 5 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
 Gebühr: € 80,00
Kurs 17F51062

KOMPASS global – Qualifizierung zur Pflegehilfskraft



KOMPASS global wendet sich an Asylsuchende mit Bleibeperspektive und Geduldete sowie an anerkannte Geflüchtete und Asylberechtigte. Voraussetzung ist ein Leistungsbezug nach Asylbewerberleistungsgesetz (Agentur für Arbeit) oder nach der Anerkennung ein Leistungsbezug nach SGB II (Jobcenter). Die Teilnehmenden sollten einen Integrationskurs abgeschlossen bzw. das Sprachniveau B1 erreicht haben. Sollten diese Voraussetzungen nicht erfüllt sein, sind Einzelfallentscheidungen möglich!

Übergeordnetes Ziel des Projektes ist es, Sie bei der Integration in den Arbeitsmarkt zu unterstützen. Durch die Steigerung Ihrer Sprach- und Fachkompetenz eröffnen sich für Sie darüber hinaus weitere berufliche Entwicklungsperspektiven, wie z.B. eine Fachausbildung zur Pflegeassistentin oder Pflegefachkraft.

Inhalte

- berufsbezogene Sprachförderung
- Basisqualifizierung Pflegediensthelfer/in (inkl. kultursensible Pflege und interkulturelle Sterbebegleitung)
- Grundwerte und -kenntnisse Leben in Deutschland, interkulturelle Kommunikation
- EDV
- Profiling, Bewerbungstraining, Vermittlung in den ersten Arbeitsmarkt.

Termin/Umfang: 01.02.2017 bis 31.01.2018 (12 Monate). Nach erfolgreicher Vermittlung in Beschäftigung werden die Teilnehmenden bis Ende April 2018 weiter begleitet.

Unterrichtszeiten: Mo. bis Fr., 8.30–14.00 Uhr

Unterrichtsort: VHS, **Göttingen**, Theodor-Heuss-Straße 21. Von September 2017 bis Januar 2018 findet die Qualifizierung an drei Tagen in der Woche in Altenpflegeeinrichtungen in Stadt und Landkreis Göttingen und an zwei Tagen in der Woche in der VHS statt.

Kontakt: Angelika Böttcher, Tel. 0551 4952-63, a.boettcher@vhs-goettingen.de



Fachkraft für interkulturelle soziale Arbeit (Insa)

VHS Göttingen Osterode gGmbH in Kooperation mit IfaK e. V.

Fachkraft Insa ist eine Weiterbildung für Asylsuchende mit Bleibeperspektive und Geduldete sowie anerkannte Geflüchtete und Asylberechtigte. Voraussetzung ist ein Leistungsbezug nach Asylbewerberleistungsgesetz (Agentur für Arbeit) oder nach der Anerkennung ein Leistungsbezug nach SGB II (Jobcenter).

Sie sollten einen Integrationskurs abgeschlossen bzw. das Sprachniveau B1 erreicht haben. Sollten diese Voraussetzungen nicht erfüllt sein, sind Einzelfallentscheidungen möglich!

Ziel des Projektes ist es, Sie zu unterstützen, einen Arbeitsplatz im ersten Arbeitsmarkt zu finden. Vor dem Hintergrund Ihrer mitgebrachten Kompetenzen können Sie sich weiterbilden, damit sie an verschiedenen Stellen der sozialen Arbeit mit Geflüchteten als Integrationskraft und vermittelnde Person zwischen den Kulturen tätig werden können.

Inhalte

- berufsbezogene Sprachförderung
- interkulturelle soziale Arbeit
- Grundkenntnisse Leben und Arbeiten in Deutschland
- EDV
- dreimonatiges Praktikum bei potentiellen späteren Arbeitgebern wie Erstaufnahmehäusern, Wohnunterkünften, Beratungs- und Betreuungseinrichtungen sowie Nachbarschafts- und Familienzentren
- Vermittlung in den ersten Arbeitsmarkt.

Die Qualifizierung schließt mit einem innovativen IHK-Zertifikat „Fachkraft für interkulturelle soziale Arbeit“ ab.

Termin/Umfang: 01.10.2016 bis 31.12.2017 (15 Monate) Nach erfolgreicher Vermittlung in Beschäftigung werden die Teilnehmenden bis Ende März 2018 weiter begleitet. Ein späterer Einstieg ist nach Absprache möglich.

Unterrichtszeiten: Mo. bis Fr., 8.30–14.00 Uhr

Unterrichtsort: VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7

Kontakt: Jutta Deitermann, Tel. 0551 4952-43, j.deitermann@vhs-goettingen.de



ADELANTE! Göttingen

Mit spanischen Auszubildenden gegen den Fachkräftemangel

In Deutschland hat eine zunehmende Anzahl von Betrieben Schwierigkeiten, ihre Ausbildungsplätze zu besetzen, und beklagt einen Fachkräftemangel. In Spanien dagegen ist nahezu jeder zweite Jugendliche arbeitslos.

ADELANTE! Göttingen hilft seit 2013 Betrieben aus der Region bei der Suche nach geeigneten Auszubildenden. Gleichzeitig unterstützt das Projekt junge Spanier/innen bei der Aufnahme und dem erfolgreichen Abschluss einer Ausbildung in Deutschland. Die Auszubildenden erhalten Deutschunterricht in Spanien und absolvieren anschließend in südniedersächsischen Betrieben ein Praktikum und ab August eine Ausbildung. Während der gesamten Praktikums- und Ausbildungsdauer werden sowohl die Ausbildungsbetriebe als auch die spanischen Azubis eng durch die VHS begleitet. Ein Schwerpunkt des Programms ist die Sicherstellung ausreichender Deutschkenntnisse vor Praktikumsantritt.

Die VHS Göttingen Osterode setzt in diesem Projekt die erfolgreiche Zusammenarbeit mit der IHK Hannover, der Agentur für Arbeit Göttingen, der Handwerkskammer Hildesheim-Südniedersachsen und der Kreishandwerkerschaft Südniedersachsen fort.

ADELANTE! Göttingen wird durch das Sonderprogramm des Bundes zur „Förderung der beruflichen Mobilität von ausbildungsinteressierten Jugendlichen aus Europa“ (MobiPro-EU) gefördert.

Kontakt

Maria Casan, Tel. 0551 4952-20, m.casan@vhs-goettingen.de
Ursula Kraft, Tel. 0551 384386-62, u.kraft@vhs-goettingen.de

„Das Sonderprogramm verfolgt das Ziel, einen Beitrag zum Abbau der Jugendarbeitslosigkeit in Europa und zur Fachkräftesicherung in Deutschland zu leisten. Eine gezielte Förderung versetzt junge EU-Bürgerinnen und EU-Bürger in die Lage, außerhalb ihrer Herkunftsländer in Deutschland eine betriebliche Berufsausbildung erfolgreich abzuschließen. Das Programm wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales (BMAS) gefördert.“



Coaching – Kompetenzen – Mobilität

Qualifizierung zur Integration in Ausbildung oder Arbeit

Die Qualifizierung richtet sich an Personen von 18 bis 54 Jahren, die

- ALG I oder II beziehen,
- eine Ausbildung oder Arbeit suchen oder
- sich weiter qualifizieren möchten.

Wir bieten Ihnen Unterstützung bei allem, was Sie für das Finden einer Ausbildung oder Arbeit benötigen, z. B.:

- bei beruflicher Orientierung,
- Ihrer Bewerbungsmappe oder
- dem Erwerb von wichtigen Schlüsselqualifikationen.

Es können Kenntnisse erworben und erweitert werden, z. B. in Fächern wie:

- Deutsch (ab B2),
- Mathematik oder
- EDV (Europäischer Computerpass).

Wir helfen bei der Suche von geeigneten Praktikumsplätzen, um Berufe und Betriebe kennenzulernen, Erfahrungen zu sammeln und herauszufinden, ob ein Beruf zu Ihnen passt.

Bei Bedarf organisieren wir für Sie passgenaue externe berufliche Qualifizierungen, z. B. in den Berufsfeldern

- Hotel- und Gaststättengewerbe,
- Pflege,
- Lager und Logistik,
- Handwerk sowie
- Wirtschaft und Verwaltung.

Sie können über uns auch für Ihre berufliche Integration einen Führerschein der Klasse B erwerben.

Unterrichtsort: VHS Göttingen Osterode gGmbH, Theodor-Heuss-Str. 21, 37075 Göttingen

Die Qualifizierung wird durch die Jobcenter der Stadt und des Landkreises Göttingen gefördert. Bitte sprechen Sie mit Ihrer/m zuständigen Fallmanager/in.

Kontakt: Krischna Gutschke; Tel. 0551 384386-74; E-Mail: k.gutschke@vhs-goettingen.de
Hilke Thomas, Tel.: 0551 384386-76, E-Mail: h.thomas@vhs-goettingen.de



Beratungsstelle für Wiedereinsteigerinnen und Minijobberinnen nach der Familienphase



Sie haben Ihre Berufstätigkeit aufgrund von Kinderbetreuung oder der Pflege eines Angehörigen unterbrochen? Sie möchten nun wieder in den Beruf einsteigen?

Sie haben aus familiären Gründen Ihre Erwerbstätigkeit auf eine geringfügige Beschäftigung (Minijob) reduziert? Sie möchten jetzt Ihre Berufstätigkeit ausweiten und sozialversicherungspflichtig arbeiten?

Die Beratungsstelle Perspektive Wiedereinstieg **Göttingen** begleitet Sie individuell zum Erfolg.

Familie und Beruf – Wiedereinstieg jetzt! Minijob? – Ich mache mehr daraus!

Unser Beratungsangebot richtet sich an

- Frauen mit abgeschlossener Ausbildung und/oder Studium, die nach einer Familien- oder Pflegephase über den Wiedereinstieg in den Arbeitsalltag nachdenken und
- Frauen nach einer Familien- oder Pflegephase, die bereits geringfügig beschäftigt sind oder waren und in eine sozialversicherungspflichtige Tätigkeit wechseln möchten.

Neben individueller Unterstützung erhalten Sie von uns Tipps und Informationen zum beruflichen Wiedereinstieg. Wir begleiten Sie persönlich und kompetent auf Ihrem Weg zurück in eine sozialversicherungspflichtige Beschäftigung.

Coaching: Wiedereinstieg

Im Einzel- und Gruppencoaching unterstützen wir Sie dabei, Ihre beruflichen Ziele sowie die Balance zwischen Beruf und Familie zu finden. Sie können eigene Potentiale aktivieren, berufliche Möglichkeiten erkennen, passgenaue Qualifizierungen finden, bei Selbstpräsentation und Bewerbung erfolgreich sein.

Gruppencoaching für Wiedereinsteigerinnen und Minijobberinnen

Ein Gruppencoaching besteht aus acht Terminen und findet zweimal wöchentlich von 8.30–12.30 Uhr in der VHS Göttingen Osterode, Geschäftsstelle Göttingen statt.

Kurs I für Akademikerinnen

Montags und mittwochs: 20.02.–15.03.2017

Kurs II für Frauen mit Berufsabschluss

Dienstags und donnerstags: 21.02.–16.03.2017

Kurs III für Akademikerinnen

Montags und mittwochs: 08.05.–14.06.2017

Unser Beratungs- und Coachingangebot ist für Teilnehmerinnen kostenfrei. Bitte vereinbaren Sie einen individuellen Beratungstermin, damit wir uns ausreichend Zeit für Sie nehmen können. Tipp: Besuchen Sie auch das Portal www.perspektive-wiedereinstieg.de.

Auf den folgenden Seiten finden Sie unsere Qualifizierungsangebote für Berufsrückkehrerinnen in Teilzeit. Welche Weiterbildung ist die richtige für Sie? Wir nehmen uns Zeit und beraten Sie gern. Sprechen Sie uns an oder besuchen Sie unsere Info-Veranstaltungen!

Kontakt

Susanne Berdelmann, Tel. 0551 4952-16, s.berdelmann@vhs-goettingen.de

Goschka Grynia-Gallwitz, Tel. 0551 4952-59, g.grynia-gallwitz@vhs-goettingen.de

Das Projekt „Perspektive Wiedereinstieg Göttingen“ wird im Rahmen des ESF-Bundesprogramms „Perspektive Wiedereinstieg – Potenziale erschließen“ durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und den Europäischen Sozialfonds gefördert. Dieses ESF-Programm wird in Kooperation mit der Bundesagentur für Arbeit im Rahmen des Aktionsprogramms „Perspektive Wiedereinstieg“ umgesetzt.“



**Frühstücks-Treff im
Café INTI (mit Spielecke),
Burgstr. 17, Göttingen**
jeweils 9.30–11.00 Uhr,
Termine: 18.1., 15.2., 15.3.,
17.5., 21.6.2017

T.Ak.T. – Training für Akademikerinnen in Teilzeit



Sie verfügen über eine akademische Ausbildung und möchten nach einer Familienphase wieder in den Beruf einsteigen? Wir bieten Ihnen Unterstützung bei einem Kompetenzcheck, Orientierung, Erwerb von Fach-, Sozial- und Methodenkompetenzen und der beruflichen Zielfindung. Nutzen Sie das zweimonatige Praktikum zur Erprobung und um Kontakte zu Unternehmen aufzubauen.

Inhalte

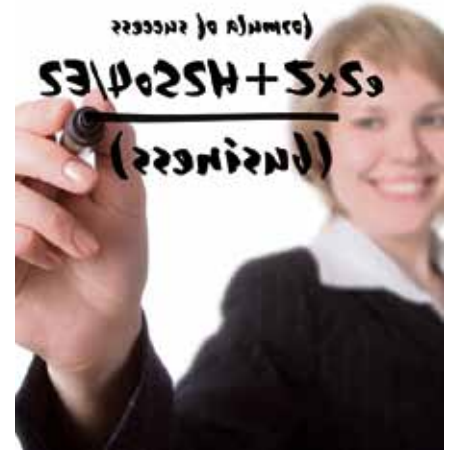
- Berufsorientierung, Profiling, Bewerbungstraining
- Kommunikation, Präsentation und Moderation, Projektmanagement, Verhandlungstechnik, Führungskompetenz
- Office (Word, Excel, PowerPoint, Outlook), X-Pert-Prüfung
- Betriebswirtschaftliche Grundlagen
- Existenzgründung, Drittmittelakquise
- Business English
- Büroorganisation (inkl. DIN 5008)
- Zeitmanagement und Work-Life-Balance

Optional

- European Business Competence Licence (externe Prüfung)
- Lohn- und Gehaltsabrechnung (Theorie und Praxis)
- EDV (Access, MS Project)

Praktikum

- acht Wochen betriebliche Qualifizierung in regionalen Unternehmen



Starttermin / Umfang: September 2017 / acht Monate

Unterrichtszeiten: Step 1: 8.30–12.30 Uhr | Step 2: 8.30–13.30 Uhr | Step 3: 8.30–13.30 Uhr plus 3 Stunden/Woche individuell

Unterrichtsort: VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7

Vorbehaltlich der Förderung durch die Agentur für Arbeit bzw. das Jobcenter können die Kursgebühren über einen Bildungsgutschein übernommen sowie Fahrt- und Kinderbetreuungskosten erstattet werden. Sprechen Sie Ihre/n Arbeitsvermittler/in oder Fallmanager/in an.

Kontakt: Susanne Berdelmann, Tel. 0551 4952-16, s.berdelmann@vhs-goettingen.de

Einsteigen – Umsteigen – Aufsteigen

Orientierung, Qualifizierung und berufliche Integration für Wiedereinsteigerinnen in Teilzeit

Sie besitzen eine abgeschlossene Berufsausbildung oder haben bereits Erfahrungen als Mini-jobberin? Sie möchten sich nach der Familienphase neu orientieren und wieder in den Beruf einsteigen? Diese sechsmonatige Qualifizierung bietet Ihnen Möglichkeiten, sich für den aktuellen Arbeitsmarkt zu qualifizieren und Ihre (Wieder-)Einstiegschancen zu verbessern.

Inhalte

Orientierung und Arbeitsmarktkompetenzen

- Profiling, Bewerbungstraining, Zeitmanagement, Planung einer beruflichen Perspektive

Berufliche Qualifizierung

- Modernes Büromanagement (Korrespondenz, Terminplanung, Veranstaltungsorganisation, Telefontraining, Neue Rechtschreibung)
- EDV (Office-Anwendungen), Business English (alternativ Deutsch als Zweitsprache)
- Kaufmännisches Rechnen – Grundlagen, Wirtschaft und Soziales

Sozial- und Methodenkompetenzen:

- Präsentation/Moderation, Kommunikation und Konfliktmanagement

Betriebspraktikum

- sechs Wochen Praktikum in Betrieben aus der Region

Durch ergänzende Einzelgespräche erhalten Sie Unterstützung, um z. B. Familie und Beruf vereinbaren zu können, ein Qualifikationsprofil zu erstellen oder einen Praktikums-, Umschulungs- bzw. Arbeitsplatz zu finden.

Termin/Umfang: 17.10.2016 bis 07.04.2017 und wieder im Herbst 2017/ sechs Monate

Unterrichtszeiten: Mo. bis Fr. 8.30–13.15 Uhr

Unterrichtsort: VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7

Kontakt: Susanne Berdelmann, Tel. 0551 4952-16, s.berdelmann@vhs-goettingen.de



Vorbehaltlich der Förderung durch die Agentur für Arbeit bzw. das Jobcenter können die Kursgebühren über einen Bildungsgutschein übernommen sowie Fahrt- und Kinderbetreuungskosten erstattet werden. Sprechen Sie Ihre/n Arbeitsvermittler/in oder Fallmanager/in an.

Assistentin für personen- und haushaltsnahe Dienstleistungen (HDL)



Vorbehaltlich der Förderung durch die Agentur für Arbeit bzw. das Jobcenter können die Kursgebühren über einen Bildungsgutschein übernommen sowie Fahrt- und Kinderbetreuungskosten erstattet werden. Sprechen Sie Ihre/n Arbeitsvermittler/in oder Fallmanager/in an.

Sie möchten nach einer Familienphase (wieder) in den Beruf einsteigen? Sie haben Interesse an einer professionellen hauswirtschaftlichen Tätigkeit und/oder an der Betreuung von pflegebedürftigen Personen? Die VHS Göttingen Osterode bietet Ihnen eine Qualifizierung im Bereich personen- und haushaltsnahe Dienstleistungen mit individuellem Coaching. Falls erforderlich erhalten Sie Unterstützung bei der Organisation der Kinderbetreuung. Für Migrantinnen besteht das Angebot, an berufsbezogenem Deutschunterricht teilzunehmen.

Basismodule personen- und haushaltsnahe Dienstleistungen

- Die Wohnung und das Umfeld: Reinigung und Pflege
- Kleidung und Wäsche: Professionell reinigen und pflegen
- Ernährung und Verpflegung: Im Alltag und für Gäste und Feste
- Grundlagen der hauswirtschaftlichen Betreuung: Begleitung bei eingeschränkter Alltagskompetenz
- Prüfung und Zertifikat des Berufsverbandes Hauswirtschaft

Aufbaumodule (optional)

Ergänzende Qualifikation personen- und haushaltsnahe Dienstleistungen

- Leistungen der hauswirtschaftlichen Versorgung und Betreuung planen, steuern, gestalten
- Marketing hauswirtschaftlicher Dienstleistungen
- Vorbereitung auf die externe Prüfung zur Hauswirtschafterin

Ergänzende Qualifikation „Begleitung bei eingeschränkter Alltagskompetenz“

- Betreuungsassistentin für Menschen mit Demenzerkrankung nach § 87b SGB XI
- Zertifikat der Johanniter Unfallhilfe e.V.

Praktikum

Vier Wochen Praktikum in regionalen Betrieben / Dienstleistungsagenturen, 6 Std. pro Tag

Termin/Umfang: 16.01. bis 14.07.2017 / sechs Monate, späterer Einstieg möglich

Unterrichtszeiten: Mo. bis Fr., 8.30–12.45 Uhr

Unterrichtsort: VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7

Kontakt

Goschka Grynia-Gallwitz, Tel. 0551 4952-59, g.grynia-gallwitz@vhs-goettingen.de

Unternehmen mit Weitsicht: Familienfreundlichkeit zahlt sich aus



Unternehmen wollen attraktiv sein für qualifizierte Mitarbeiterinnen und Fachkräfte langfristig binden. Dabei spielt Familienfreundlichkeit eine immer größere Rolle.

Wir unterstützen Betriebe dabei, dass

- Mitarbeiterinnen nach der Familienphase der berufliche Wiedereinstieg erleichtert wird
- Beschäftigte mit Pflegeaufgaben bestmöglich unterstützt werden.

In einzelbetrieblichen Beratungen erarbeiten wir mit Ihnen eine Bestandsaufnahme: Wie familienfreundlich ist Ihr Unternehmen bereits aufgestellt? Wo zeichnet sich Entwicklungs- und Verbesserungspotenzial ab?

Oft können schon kleine Veränderungen eine große Entlastung für die Mitarbeitenden mit Familienaufgaben darstellen. In kleinen Schritten kann so eine familien- und pflegesensible Unternehmenskultur entstehen.

Tischgespräche für Unternehmen – Anregungen und Austausch

In den Tischgesprächen haben Unternehmensvertreter/innen die Möglichkeit, konkrete Ideen für die betriebliche Praxis zu entwickeln. Expert/innen geben kurze Inputs als Anregung und Diskussionsgrundlage. Der Fokus liegt auf dem Erfahrungsaustausch zwischen großen und kleinen Unternehmen, zwischen unterschiedlichen Branchen, zwischen alteingesessenen Betrieben und „Start ups“. Mögliche Themen: Unterstützung bei Pflegeverantwortung, Elternzeit-Management, flexible Arbeitszeitmodelle, Beispiele für Best Practice.

Kontakt: Susanne Berdelmann, Tel. 0551 4952-16, s.berdelmann@vhs-goettingen.de
Bärbel Okatz, Tel. 0551 4952-34, b.okatz@vhs-goettingen.de

Perspektive MINT 4.0

Beruflicher Wiedereinstieg für Frauen in Teilzeit

Sie haben ein naturwissenschaftliches oder technisches Studium bzw. eine entsprechende Berufsausbildung absolviert und möchten wieder in den Beruf einsteigen? Oder Sie verfügen über einen wirtschaftswissenschaftlichen Studienabschluss, interessieren sich für technische Berufsfelder und wünschen sich eine Zusatzqualifikation auf hohem Niveau?

Die VHS Göttingen Osterode bietet Ihnen in Kooperation mit der HAWK, Fakultät Naturwissenschaften und Technik und Fakultät Ressourcenmanagement eine hochwertige Wiedereinstiegsqualifizierung.

Inhalte

- Orientierung, Profiling, Vereinbarkeit Familie und Beruf
- Mathematik, Physik, EDV/Informatik, Ingenieurwissenschaftliche Grundlagen/ Präzisionsmaschinenbau, naturwissenschaftlich-technische Grundlagen/ Physik- und Medizintechnik
- Präsentation/Moderation, Betriebswirtschaftliche Planung, Projektmanagement, Beratungskompetenzen
- Zusätzliche Auswahl von Seminaren zur Spezialisierung möglich
- Coaching und aktive Unterstützung bei der Arbeitsplatzsuche
- dreimonatige betriebliche Qualifizierung/ Praktikum in regionalen Unternehmen

Termin/Umfang: 01.02.2017 bis 27.04.2018 / 15 Monate

Unterrichtszeiten: 8.30–12.30 Uhr (VHS), ca. 8.00–15.00 (HAWK, ein Tag/ Woche)

Unterrichtsorte: VHS, Bahnhofsallee 7 und HAWK, Fakultät N, Von-Ossietzky-Str. 99 und Fakultät R, Büsgenweg 1a, **Göttingen**

Vorbehaltlich der Förderung durch die Agentur für Arbeit bzw. das Jobcenter werden die Gebühren sowie Fahrt- und Kinderbetreuungskosten übernommen. Sprechen Sie Ihre/n Arbeitsvermittler/in oder Fallmanager/in an.

Kontakt

Bärbel Okatz, Tel. 0551 4952-34, b.okatz@vhs-goettingen.de



HAWK

Gemeinsam für eine starke Region!

www.wrg-goettingen.de

Büro Göttingen

Bahnhofsallee 1b, 37081 Göttingen
0551 999 54 98-0
goettingen@wrg-goettingen.de

Büro Osterode

Aegidienstr. 8, 37520 Osterode am Harz
05522 50 66 64-0
osterode@wrg-goettingen.de

WRG
Wirtschaftsförderung
Region Göttingen GmbH



Pädagogik- Werkstatt

Fachkräfte in pädagogischen Berufen sind gefordert, sich kontinuierlich weiterzubilden und darauf zu achten, dass sie ausreichend für sich selber sorgen.

Nutzen Sie die Angebote der Pädagogik-Werkstatt der VHS Göttingen Osterode, um einmal abseits des beruflichen Alltags neue Impulse für Ihre Einrichtung oder Ihre tägliche Arbeit zu erhalten. Dieses Veranstaltungsformat bietet über den Wissenszuwachs hinaus ausreichend Raum zum (fachlichen) Austausch. Sollte Ihr Wunschthema/-termin nicht dabei sein – sprechen Sie uns an, gerne unterstützen wir Sie auch bei der Umsetzung einer Schulung in Ihrer Einrichtung.

Die Teilnahmegebühr enthält neben den Seminarunterlagen und Getränken während der Kaffeepausen auch einen Mittagsimbiss (ohne Getränke). Wir freuen uns auf Ihre Anmeldungen!

Resilienz

trotz herausfordernder Arbeitssituation im pädagogischen Bereich ausreichend auf sich selber achten

Die eigene psychische Widerstandskraft kann verändert, trainiert werden. Sie lernen ein dynamisches Resilienzmodell und seine sieben Schutzfaktoren kennen. Durch praktische Übungen erhalten Sie Anregungen für Ihren beruflichen und privaten Alltag.

Bitte mitbringen: Neugier und Humor.

Die Dozentin ist Dipl. Pädagogin, Resilienz-Coach und Trainerin.

Die Teilnahmegebühr enthält neben den Seminarunterlagen und Getränken während der Kaffeepausen auch einen Mittagsimbiss (ohne Getränke).

Leitung: Ines Polzin

Sa., 25.03.2017, 10.00–15.00 Uhr, 1 Termin; VHS, [Osterode](#), Neustädter Tor 1–3
Gebühr: € 59,00
Kurs 17F21941 ●

Frühkindliche Reflexe Aufgaben und Auswirkungen bei mangelnder Integration

Wer sich in dieses Thema einarbeitet bekommt „erschreckend“ viele Erklärungen für Verhaltensweisen und motorische Probleme.

Von diesen Problemen zu wissen ist die eine Sache, wie man das neue Wissen konkret zum Fördern und Fordern anwenden kann erfährt man in diesem Kurs. Die Teilnahmegebühr enthält neben den Seminarunterlagen und Getränken während der Kaffeepausen auch einen Mittagsimbiss (ohne Getränke).

Leitung: Sandra Bartsch

Sa., 20.05.2017, 10.00–15.00 Uhr, 1 Termin; VHS, [Osterode](#), Neustädter Tor 1–3
Gebühr: € 59,00
Kurs 17F21140 ●

Theater und Rollenspiel in der KiTa

Viele Kinder tun sich schwer ihre Gefühle und Emotionen auszudrücken, das Theater und das Rollenspiel regen nicht nur die Kreativität und Fantasie an sondern fördern auch Emotionen mit Mimik und Gestik überein zu bringen. Hier lernt Ihr viele Spiele und Übungen kennen und erfährt die theaterpädagogischen Grundlagen.

Die Teilnahmegebühr enthält neben den Seminarunterlagen und Getränken während der Kaffeepausen auch einen Mittagsimbiss (ohne Getränke).

Leitung: Sandra Bartsch

Sa., 25.03.2017, 10.00–15.00 Uhr, 1 Termin; VHS, [Osterode](#), Neustädter Tor 1–3
Gebühr: € 59,00
Kurs 17F21240 ●

ICF und ICF-CY – professionelles Dokumentieren

Interdisziplinäres Arbeiten wird in der heutigen Zeit immer wichtiger, um dies erfolgreich zu tun müssen aber alle dieselbe „Sprache“ sprechen. Um Fähigkeiten, Fertigkeiten und Teilhabe zu klassifizieren, wurde ein weltweit geltendes System entwickelt: ICF und für Kinder ICF-CY Hier wird der Umgang damit trainiert und ein sinnvolles System individuell entwickelt.

Die Teilnahmegebühr enthält neben den Seminarunterlagen und Getränken während der Kaffeepausen auch einen Mittagsimbiss (ohne Getränke).

Leitung: Sandra Bartsch

Sa., 04.03.2017, 10.00–15.00 Uhr, 1 Termin; VHS, [Osterode](#), Neustädter Tor 1–3
Gebühr: € 59,00
Kurs 17F21640 ●

Gruppendynamische Prozesse

Wie kann ich unter Berücksichtigung der gruppendynamischen Prozesse das „Klima“ in der Gruppe verbessern oder verändern? Anhand vieler Fallbeispiele, Übungen und Spielen werden konkrete Tipps an die Hand gegeben.

Die Teilnahmegebühr enthält neben den Seminarunterlagen und Getränken während der Kaffeepausen auch einen Mittagsimbiss (ohne Getränke).

Leitung: Sandra Bartsch

Sa., 01.04.2017, 10.00–15.00 Uhr, 1 Termin; VHS, [Osterode](#), Neustädter Tor 1–3
Gebühr: € 59,00
Kurs 17F21940 ●

Konstruktives Konfliktmanagement in Kitas und Schulen

Wenn Sie in einer Kindertagesstätte oder in einer Schule, z.B. als Erzieher/in, Kinderpfleger/in, Lehrer/in oder Schulbegleiter/in arbeiten, ist es normal, dass Sie von Konflikten manchmal auch persönlich betroffen sind. Dieses kann der Kollege sein, mit dem Sie schon seit längerem Probleme haben. Oder Sie geraten immer wieder mit bestimmten Eltern aneinander. Zunächst erhalten Sie grundlegende Informationen über die Entstehung und Entwicklung von Konflikten. Anhand von praktischen Übungen lernen Sie dann in der Praxis bewährte kommunikationspsychologische Modelle zur Konfliktvermeidung bzw. zum Umgang mit Konflikten kennen. Dabei kommen Sie auch Ihrem persönlichem Verhalten in Stress- und Konfliktsituationen auf die Spur. Insgesamt erfahren Sie damit in diesem Tageskurs, wie Sie mit Konflikten konstruktiver umgehen können.

Inhalt:
Konfliktursachen und Konflikt-
dynamik

Missverständnisse vermeiden:
„Die Nachricht ist ein Machwerk
des Empfängers“
Umgang mit kontroversen Mei-
nungen: Zuhören und verstehen
In Konflikten Chancen zur kons-
truktiven Kommunikation nutzen
Kommunikationsstile

Leitung: Peter Funke

Sa., 18.03.2017, 10.00–15.00
Uhr, 1 Termin; VHS, **Duderstadt**,
Marktstraße 75
Gebühr: € 59,00
Kurs 17F21961 ●

Waldpädagogik in der Kita – Möglichkeiten und Grenzen

Der Philosoph und Biologe
Andreas Weber fordert es seit
Jahren: Lasst sie raus! Und ist mit
dieser Bitte an Eltern, Kitas und
Schulen längst nicht mehr allein.
Die Sorge der Eltern engt die
Spielräume der Kinder immer
weiter ein. Ein Weg zurück zur
Natur führt für Kinder über die
Waldpädagogik. Aber was kann
diese Form des zielgerichteten
Draußenseins leisten, wo liegen
die Chancen und wo enden die
Möglichkeiten? Erfahren Sie
anhand von praktischen Beispielen,
welche Aktionen Kitas ohne
großen Aufwand in Wald und
Wiese durchführen können. Was
Sie im Vorfeld dringend abklären
müssen, ist dabei ebenso wichtig
wie das richtige Einschätzen
möglicher Risiken. Wann ist es
sinnvoll einen Experten einzu-
laden, was nehmen die Kinder
mit in den Alltag und wann ist
es Zeit, auf gerichtete Aktionen
zu Gunsten von freiem Spiel
zurückzugreifen?
Das Essen ist im Kursentgelt
enthalten!
Achtung: Bitte an wetterfeste
Kleidung denken, da ein Teil des
Seminars draußen stattfindet.
Die Dozentin ist Dipl. Landschaft-
sökologin, zertifizierte Wald-
pädagogin und freiberufliche
Umweltpädagogin.



Leitung: Christine Schöppe

Sa., 29.04.2017, 10.00–15.00
Uhr, 1 Termin; VHS, **Duderstadt**,
Marktstraße 75
Gebühr: € 59,00
Kurs 17F21962 ●

Mit Kindern unterwegs auf der Wiese

Bunte Wiesen voll von duftenden
Blumen und brummenden
Insekten werden in unserer
Landschaft immer seltener,
genauso wie Kinder, die frei
draußen spielen. Vom Frühjahr
bis in den Winter warten auf der
Wiese eine Vielzahl spannender
Forschungsprojekte, lustige
Spiele für viele und wenige
Kinder und tausend Ideen für
kreatives Gestalten.
Anhand von vielen praktischen
Beispielen werden wir erleben,
was Erzieher, Lehrer, Tagesel-
tern und Eltern gemeinsam mit
Kindern unter 8 Jahren auf der

Wiese erleben können. Was Sie
im Vorfeld dringend abklären
müssen, ist dabei ebenso wichtig
wie das richtige Einschätzen
möglicher Risiken. Wann ist es
sinnvoll, einen Experten einzu-
laden, was nehmen die Kinder
mit in den Alltag und wann ist
es Zeit, auf gerichtete Aktionen
zu Gunsten von freiem Spiel zu
verzichten?

Das Essen ist im Kursentgelt
enthalten!
Achtung: Bitte an wetterfeste
Kleidung denken, da ein Teil des
Seminars draußen stattfindet.
Die Dozentin ist Dipl. Landschaft-
sökologin, zertifizierte Wald-
pädagogin und freiberufliche
Umweltpädagogin.

Leitung: Christine Schöppe
Sa., 20.05.2017, 10.00–15.00
Uhr, 1 Termin; VHS, **Duderstadt**,
Marktstraße 75
Gebühr: € 59,00
Kurs 17F21963 ●

Die „Gesichter“ der Volkshochschule



Karen Richter

*Wie stehen Sie mit der
Volkshochschule in Verbindung?*
Seit dem 15. Juni diesen
Jahres leite ich die Ge-
schäftsstelle Osterode der
Volkshochschule Göttingen
Osterode gGmbH. Darüber
hinaus bin ich für die Bereiche
Berufliche Bildung, Firmen-
kurse, Pädagogik, Zweiter
Bildungsweg und Gesundheit
zuständig. Davor war ich
über zwölf Jahre für einen
Weiterbildungsanbieter in
Göttingen tätig und habe dort
unterschiedlichste Bildungs-
und Beratungsangebote für
verschiedenste Zielgruppen
entwickelt und durchgeführt.
Weitere berufliche Stationen
waren eine längere Tätigkeit
im Bereich Stadtmarketing
(documenta-Stadt Kassel) so-
wie in einem EU-geförderten
Projekt zum Strukturwandel
im Kurwesen in Bad Ganders-
heim.

Ihr erster VHS-Lehrgang?
Mein erster VHS-Lehrgang
war ein Spanisch-Kurs in
meiner kleinen süddeutschen
Heimatstadt: Als Schülerin
war mein größter Wunsch
an einem Austausch nach
Peru teilzunehmen – für
meine Eltern war dies ohne
entsprechende Spanisch-
Kenntnisse indiskutabel,
so besuchte ich mehrere
Spanisch-Lehrgänge in der
örtlichen Volkshochschule,
um dann mit 17 Jahren ein
Vierteljahr eine Schule in Lima
besuchen zu dürfen.

Ihr liebster Ort im Landkreis?
Definitiv der Wochenmarkt
hier in Osterode – ich genieße
die Vielfalt des Angebots und
das bunte Treiben.

*Kurse, die Sie aktuell selber
bei der VHS besuchen bzw.
anbieten?*
Ich liebäugle mit dem
Lehrgang „Yoga in der
Mittagspause“ – wäre ein
guter Ausgleich

Bei Rückfragen zur Pädagogik-Werkstatt stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

Karen Richter 05522 960-4455 (Osterode am Harz)
Bernadett Lambert 05527 841517 (Duderstadt)

Interesse an einer längeren Weiterbildung im pädagogischen Bereich: Informieren Sie
sich über die vhsConcept-Lehrgänge im aktuellen Programm der VHS Göttingen Osterode
gGmbH:

- Pädagogische/r Mitarbeiter/in an Grundschulen (Start März 2017)
- Fachkraft Kleinstkindpädagogik (Start März 2017, Duderstadt)
- Fachkraft Inklusion (Start März 2017)

Nähere Informationen hierzu auch unter www.vhs-goettingen.de. Wir beraten Sie gerne, ob
eine Teilnahme für Ihren weiteren beruflichen Werdegang sinnvoll ist – sprechen Sie uns an!

Fachkraft Kleinstkindpädagogik (vhsConcept)

Berufsbegleitender Lehrgang

Der Ausbau der Kinderbetreuung ist ein erklärtes Ziel der Bundesregierung. Neben der Notwendigkeit, mehr Krippenplätze einzurichten und die Infrastruktur zu verbessern, ist die frühkindliche Bildung in den Fokus gerückt. Eltern wünschen sich die qualitativ beste Betreuung für ihr Kind. Um diesem Anspruch gerecht zu werden, vermittelt der Lehrgang den Teilnehmenden eine dem aktuellen Lern- und Wissensstand angemessene Reihe praxisbezogener Inhalte:

- Rolle und Selbstverständnis der Mitarbeiter/-innen
- Entwicklungspsychologie der ersten Lebensjahre
- Gestaltung inklusiver frühkindlicher Lernprozesse
- Körper- und Gesundheitspflege
- Beobachtung und Dokumentation

Interesse an weiteren Fortbildungsangeboten für pädagogische Fachkräfte, Beratung über Fördermöglichkeiten für Teamfortbildungen?

Die VHS Göttingen Osterode hat den Programmbereich Pädagogik mit dem Schwerpunkt Elementarpädagogik ausgestattet, um Kita-Teams in ihrer Arbeit zu unterstützen. In der Geschäftsstelle Göttingen bekommen Sie Informationen zu weiteren Fortbildungsangeboten und können zu Fördermöglichkeiten für Inhouseschulungen u. a. zu den Themen alltagsbasierte Sprachbildung, Kinder unter drei Jahren und Brückenjahr beraten werden.

Kontakt und Information

Martina Kopf,
Tel. 0551 4952-56,
m.kopf@vhs-goettingen.de,
www.vhs-goettingen.de
VHS Göttingen Osterode
gGmbH, Bahnhofsallee 7,
37081 Göttingen

- Erziehungspartnerschaft mit Eltern
- Bildung und pädagogische Ansätze in der Kindertageseinrichtung
- Rahmenbedingungen und pädagogischer Ablauf

Zielgruppe: Pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Erzieher/innen, Spielkreisleiter/innen, Kinderpfleger/innen, Sozialassistent/innen. Die Teilnehmenden müssen eine Abschlussarbeit verfassen und die Fortbildung schließt mit einem Kolloquium ab. Die erfolgreiche Teilnahme wird mit einem Zertifikat von vhsConcept (Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e. V.) bescheinigt. - Die Prüfungsgebühr von € 120,00 ist zusätzlich zu entrichten. Ratenzahlung ist möglich.

Leitung: Tobias Capito

Infotermin: 22.02.2017, 18.00 Uhr; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75

Mi., 08.03.2017-14.02.2018, 18.00-21.00 Uhr, 42 Termine; VHS, **Duderstadt**, Marktstraße 75
Gebühr: € 1.115,00
Kurs 17F21160

Pädagogische/r Mitarbeiter/in an Grundschulen (vhsConcept)

Berufsbegleitender Lehrgang

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

- Durchführung unterrichtsergänzender Angebote
- Unterstützung einer Lehrkraft im Unterricht
- Beaufsichtigung/ Betreuung von Klassen bei kurzfristigen Ausfällen von Lehrkräften

Die Teilnehmer/innen eignen sich ein grundlegendes pädagogisches Fachwissen an und entwickeln ihre Kompetenzen praxisnah weiter. Der Lehrgang richtet sich an alle, die sich auf eine Tätigkeit als Pädagogische/r Mitarbeiter/in vorbereiten oder bereits in diesem Feld tätig sind und ihre Kompetenzen weiterentwickeln möchten. Der Lehrgang umfasst insgesamt 185 Unterrichtsstunden, inklusive Hospitation und Selbstlernzeit.

Inhalte der Qualifizierung:

- Pädagogik
- Methodik und Didaktik und Unterrichtsergänzende Angebote
- Organisations- und Rechtsfragen
- Inklusion

Die erfolgreiche Teilnahme wird mit dem Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e. V. bescheinigt. Voraussetzung dafür ist die aktive Beteiligung an allen Modulen. Ratenzahlung der Lehrgangsg Gebühr ist möglich, gerne unterstützen wir Sie auch bei der Klärung, ob die Nutzung der Bildungsprämie für Sie in Frage kommt - sprechen Sie uns an!

Leitung: Ramona Wielsch

Infotermin: Mo., 06.02.2017, 17.30 Uhr; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7

Mo., 20.03.-02.12.2017, 17.30-20.50 Uhr; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 609,00, inkl. Prüfungsgebühr von z. Zt. € 30,00
Kurs 17F21300

Leitung: Torge Friedhoff, Annette Markert

Informationsveranstaltung: 15.02.2017, 17.00 Uhr

Di./Fr./Sa., 17.03.-15.11.2017. Di./Fr., 17.00-21.00 Uhr, Sa., 9.00-16.00 Uhr, 21 Termine; VHS, **Osterode**, Neustädter Tor 1-3
Gebühr: € 579,00
Kurs 17F21340

Integrative Erziehung und Bildung in Tageseinrichtungen für Kinder im Kontext inklusiver Bildungsprozesse (vhsConcept)

Berufsbegleitender Lehrgang

Die gemeinsame Erziehung und Bildung von Kindern mit und ohne Behinderung gehört zum Bildungsauftrag der Tageseinrichtung für Kinder. Ein wesentlicher Erfolgsfaktor dafür ist die Verfügbarkeit von heilpädagogisch qualifizierten Fachkräften. In diesem Lehrgang erwerben Erzieher/innen mit einer durch das Land Niedersachsen anerkannten Qualifizierung die heilpädagogische Zusatzqualifikation.

Die VHS Göttingen Osterode wird den Lehrgang nach dem aktualisierten Rahmenplan des Kultusministeriums mit einem Stundenumfang von 280 Unterrichtsstunden umsetzen.

Inhalte der Qualifizierung u. a.:

- Bildung, Entwicklung und Lernen von Kindern im Alter von 0-10 Jahren
- Beeinträchtigung kindlicher Entwicklung: Diagnose und ihre Bedeutung für Pädagogik und Therapie
- Pädagogisch-didaktische Ansätze im Kontext integrativer Arbeit
- systematisches Beobachten und Dokumentieren
- Partizipation, Kommunikation und Sprache
- Pädagogisches Arbeiten mit Kindern mit „schweren Behinderungen“
- Praxis in integrativen Tageseinrichtungen für Kinder
- Pädagogik, Diagnostik und Therapie bei Kindern mit Behinderung als interdisziplinärer Auftrag

Ratenzahlung der Lehrgangsg Gebühr ist möglich, gerne unterstützen wir Sie auch bei der Klärung, ob die Nutzung der Bildungsprämie für Sie in Frage kommt - sprechen Sie uns an!

Leitung: Britta Engelhardt

Infotermin: Di., 07.03.2017, 17.00-18.30 Uhr, Bahnhofsallee 7
Di., 02.05.2017 bis Oktober 2018, 15.00-18.30 Uhr und einzelne Samstage 9.00-16.30 Uhr; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 1.995,00 (inkl. Prüfungsgebühr von zur Zt. € 120,00)
Kurs 17F21000



Seit 1890

**PÄDAGOGIUM
BAD SACHSA**
Bildung mit Perspektive

**Staatlich anerkanntes Gymnasium
mit Internat**
Ostertal 1-5 · 37441 Bad Sachsa
Telefon: 05523/30 01-0
www.internats-gymnasium.de

Fachkraft Inklusion (vhsConcept)

Berufsbegleitender Lehrgang

Inklusionspädagogik geht von einer Welt der Vielfalt aus. Ziel ist, die Lern- und Ausbildungsfähigkeit insbesondere von Menschen mit Migrationshintergrund und/oder aus benachteiligten oder bildungsfernen Milieus sowie Menschen mit besonderen körperlichen oder geistigen Voraussetzungen zu erhöhen, um damit die soziale und kulturelle Teilhabe von Kindern, Jugendlichen und Eltern zu fördern. Der Kurs richtet sich an pädagogische Fachkräfte aus Schule, Kindertagespflegeeinrichtungen, Kindergärten, Jugendarbeit und Bildungseinrichtungen, die zum Thema Inklusion beratend tätig sein möchten.

Inhalte:

- theoretische Grundlagen der Inklusion
- Praxiskonzepte und Methoden von Inklusion
- interkulturelle Kompetenz
- Inklusionspädagogik in der Praxis (inklusive Lern- und Spielumgebung)
- Beobachtung und Dokumentation
- Kommunikation- und Konfliktmanagement
- Erziehungspartnerschaft.

Die erfolgreiche Teilnahme wird mit einem Zertifikat des Landesverbandes der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. bescheinigt. Die Prüfungsgebühr (€ 120,00, Änderungen vorbehalten) ist zusätzlich zur Lehrgangsgebühr zu entrichten. Ratenzahlung der Lehrgangsgebühr ist möglich, gerne unterstützen wir Sie auch bei der Klärung, ob die Nutzung der Bildungsprämie für Sie in Frage kommt – sprechen Sie uns an!

Leitung: Monika Friedhoff, Sandra Bartsch

Informationsveranstaltung: 18.01.2017, 17.00 Uhr

Mi./Fr./Sa., 16.03.2017–05.05.2018, 17.00–21.00 Uhr, 28 Termine; VHS, **Osterode**, Neustädter Tor 1–3
Gebühr: € 906,00
Kurs 17F21042

Neu: Leuener Engagiertheitsskala und pädagogische Strategien

Fortbildungsmodul
Early Excellence

Das emotionale Wohlbefinden und die Engagiertheit von Kindern sind zwei untrennbar miteinander verknüpfte Elemente, die Auskunft über die Handlungs-

motivation der Kinder geben. Eigens dafür wurde von der Universität Leuven ein Beobachtungssystem entwickelt; die Leuener Engagiertheitsskala. Dieses System basiert auf der Erkenntnis, dass Kinder sich weiterentwickeln und lernen, wenn sie in ihren Tätigkeiten Wohlbefinden wahrnehmen und unterschiedliche Grade von Engagiertheit umsetzen können. Die Fortbildung richtet sich insbesondere an Fachkräfte aus Familienzentren und heilpädagogische Fachkräfte. Es können aber alle interessierten Mitarbeiter/innen aus Kindertagesstätten teilnehmen.

Leitung: Anke Vetter

Mo./Di., 15./16.05.2017, 9.00–17.00 Uhr, 2 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 120,00
Kurs 17F21101 ●

Kinder und Familien mit Flucht-/Migrationserfahrung

Erzieher/innen treffen in ihrem beruflichen Alltag in der heutigen Einwanderungsgesellschaft verstärkt auf Familien mit Fluchterfahrung und Migrationshintergrund, die aus einer Vielzahl unterschiedlicher Kulturen stammen. In der Fortbildung lernen wir, wie wir mit kulturellen Unterschieden, z. B. in Bezug auf Erziehungsvorstellungen umgehen können und wie eine Willkommenskultur durch eine interkulturell orientierte pädagogische Arbeit gestaltet werden kann. Darüber hinaus wird auch Wissen zu einzelnen Ländern und zu den psychischen Folgen von Flucht und Migration vermittelt. Die Fortbildung knüpft an die pädagogische Praxis der Teilnehmer/innen an und enthält



Aus dem Nest gefallen

Gesucht: Eltern für Pflegekinder

Sie wollen ein Pflegekind aufnehmen, sind aber nicht sicher, ob Sie und Ihre Familie damit zurechtkommen? Pflegeeltern brauchen heute eine spezielle Vorbereitung und Fortbildung, um den Erziehungsanforderungen entsprechen zu können. Das Kinder- und Jugendhilfegesetz (KJHG) sieht bei einer Fremdunterbringung verschiedene Formen vor, u. a. die Vollzeitpflege.

Die Betreuung dieser Kinder im familiären Kontext kann nur von Familien geleistet werden, die auf diese Aufgabe vorbereitet und während der Inpflegegabe begleitet werden. Der Grundkurs dient zur Vorbereitung der Aufnahme eines Pflegekindes, in dem alle wesentlichen Elemente zur Aufnahme und Erziehung vorgestellt werden. An eigene Erfahrungen anknüpfend sollen im Kurs folgende Schwerpunkte behandelt werden:

- Veränderung der Familie durch die Aufnahme eines Pflegekindes
 - rechtliche und gesellschaftliche Aspekte/die Funktion der Pflegeeltern zwischen Privatheit und Öffentlichkeit/Kontakte mit dem Jugendamt
- psychologische Aspekte: Bindung und Trennung, traumatisierte Kinder, Phasen der Eingewöhnung, kindliche Entwicklung
- pädagogische Aspekte: Geschwisterbeziehungen, Umgang mit Verhaltensauffälligkeiten

Leitung: Isabel Benzler-Günther

Mi./Sa., 15.02., 18.02., 01.03., 08.03., 18.03., 29.03., 22.04., 26.04.2017, Mi., 19.00–21.30 Uhr, Sa., 10.00–16.00 Uhr
VHS, Göttingen, Bahnhofsallee 7

Gebühr: € 25,00, Den Restbetrag trägt das Jugendamt des Landkreises Göttingen. Die Gebühr für Teilnehmende aus anderen Landkreisen ist abweichend.

Kurs 17F21400

Start in Osterode: wenn genügend Teilnehmer/innen vorliegen

Weitere Informationen erhalten Sie beim Pflegekinderdienst oder bei der Studienleitung Pädagogik: Martina Kopf, Tel. 0551 4952-56, E-Mail: m.kopf@vhs-goettingen.de

neben wissensvermittelnden Elementen auch eine Vielzahl an Praxishilfen und praxisreflektierenden Übungen. Dabei besteht auch die Möglichkeit, ein kleines Projekt für die eigene pädagogische Arbeit zu entwickeln.

Leitung: Dr. Leena Ferogh

Mo., 24.04., 08.05., 22.05., 12.06., 26.06., 07.08.2017, 9.00–14.00 Uhr, 6 Termine; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 185,00
Kurs 17F21102 ●

Neu: Bildungsort Essstisch

Ernährungsbildung im pädagogischen Alltag

Was bedeutet es, gemeinsame Mahlzeiten auch als Bildung für Kinder zu gestalten und diese ganzheitlich zu fördern? Wie kann ich die Essenszeit dazu nutzen, die Kompetenzen der Kinder, sozusagen nebenbei zu stärken? Was bedeutet überhaupt „vollwertige und kindgerechte Ernährung“?

Gemeinsam werden Ideen und Grundlagen erarbeitet, um für die eigene Einrichtung das beste Konzept für eine ausgewogene Ernährung zu entwickeln und gleichzeitig die Kinder in ihren Kompetenzen zu stärken.

Leitung: Bettina Meints-Korinth
Di., 02.05.2017, 9.00–16.00 Uhr, 1 Termin; VHS, **Göttingen**, Bahnhofsallee 7
Gebühr: € 75,00
Kurs 17F21103 ●



talentCAMPus

Spannende Ferienwochen 2017
bei der VHS Göttingen Osterode gGmbH
in **Duderstadt**



Auch im Jahr 2017 bieten wir von der VHS Göttingen Osterode gGmbH im Sommer und im Herbst wieder Ferienbildungswochen für euch an.

Viel Spaß ist garantiert!
Spannende Projekte mit vielen neuen Freunden!

Sommer 2017 **Auf der Spur der Kultur – Schafft eine eigene Zivilisation:**
Wann? 26.06.– 30.06.2017 von 9.00–16.30 Uhr

Am Vormittag könnt ihr eure Computerkenntnisse einsetzen und viel Neues dazulernen. Wer möchte, kann den Xpert-Computerführerschein ITBasics light erwerben. Am Nachmittag geht es raus: „Auf der Spur der Kultur – Schafft eine eigene Zivilisation“, ein spannendes Planspiel.

Herbst 2017 **filmCAMPus – Ihr dreht euren eigenen Film:**
Wann? 09.10. –13.10.2017 von 9.00–16.30 Uhr

Am Vormittag könnt ihr eure Computerkenntnisse einsetzen und viel Neues dazulernen. Wer möchte, kann den Xpert-Computerführerschein ITBasics light erwerben. Am Nachmittag dreht ihr euren eigenen Film.

Wo? VHS Göttingen Osterode gGmbH, Marktstraße 75, Duderstadt
Wer? Jugendliche zwischen 10 und 13 Jahren
Kosten? Das Projekt ist für dich völlig **kostenfrei!**
Und der Clou ist, eine vollwertige Mahlzeit sowie Getränke sind auch noch dabei.

Für deine Teilnahme ist eine verbindliche **Anmeldung** erforderlich. 18 Jugendliche können teilnehmen. Die Plätze werden nach Eingang der Anmeldung vergeben.

VHS Göttingen Osterode gGmbH
Telefon: 05527 841510
E-Mail: dud@vhs-goettingen.de



Das Projekt wird in Kooperation mit der Heinz-Sielmann-Realschule, der St. Ursula-Schule und der Familienbildungsstätte Untereichsfeld, Duderstadt angeboten. Der talentCAMPus wird über das Programm „Kultur macht stark.Bündnisse für Bildung“ des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBF) gefördert.



Alltagsbasierte Sprachbildung in der Kita

Fortbildungsmöglichkeiten für Kita-Teams im Landkreis Göttingen
im Rahmen des Regionalen Konzeptes für Sprachbildung

Das Regionale Konzept für Sprachbildung im Landkreis Göttingen bietet Kindertagesstätten u. a. die Chance, eine Förderung für Teamfortbildungen im Rahmen von Studientagen zu erhalten.

Diese eröffnen vielfältige Möglichkeiten für neue Impulse, Reflexion und Neuorientierung. Die VHS Göttingen Osterode unterstützt Kitas in der Suche nach geeigneten Dozent/innen.

Sprechen Sie sich mit Ihrer Fachberatung ab und melden Sie sich bei der VHS. Dort besprechen Sie die inhaltlichen Schwerpunkte und mögliche Termine.

Mögliche Themen

- alltagsbasierte und kultursensitive Sprachbildung
- interkulturelle Kommunikation mit Kindern und Familien mit Fluchterfahrung
- Marte Meo
- Prozessbegleitung bei der Umsetzung
- Zusammenarbeit mit Familien
- Umgang mit Mehrsprachigkeit und Deutsch als Zweitsprache
- Analyse der Kommunikationsmuster in der eigenen Kita

Kontakt und Informationen

VHS Göttingen Osterode

Martina Kopf
Tel. 0551 4952-56
m.kopf@vhs-goettingen.de

Kitafachberatung Landkreis Göttingen

Heike Bleckwedel-Röhrs
Tel. 0551 525 2862
bleckwedel-roehrs@landkreisgoettingen.de

Diese Fortbildungsmöglichkeiten gelten vorbehaltlich der Förderzusage durch das Niedersächsische Kultusministerium.

Die Arbeit mit Kindern unter drei Jahren in Krippe und KiTa

Qualifizierungsinitiative

Im Zeitraum von 2016 bis 2018 wird eine Qualifizierungsinitiative für die Arbeit mit Kindern bis drei Jahren über das **Niedersächsische Institut für frühkindliche Bildung und Entwicklung (nifbe)** angeboten. Die Initiative hat zum Ziel, die Umsetzung der Handlungsempfehlungen zum Orientierungsplan „Die Arbeit mit Kindern unter drei Jahren“ (Niedersächsisches Kultusministerium, 2012) in Krippen und altersübergreifenden Gruppen mit mehreren Kindern unter drei Jahren in Kindertageseinrichtungen zu unterstützen.

Umfang und Umsetzung

Für die Bearbeitung der Themen der Handlungsempfehlungen stehen für das gesamte pädagogische Team mindestens 16 bis maximal 20 Unterrichtsstunden (Fortbildung und Prozessbegleitung) kostenfrei zur Verfügung. Die Qualifizierung ist als Teamfortbildung und Inhouse-Schulung gedacht. Dabei können Fortbildungen auch von Verbänden wahrgenommen werden, um den einrichtungs- und trägerübergreifenden Austausch zu fördern. Die Teilnahme ganzer Teams (einer Krippe bzw. einer ganzen Einrichtung) an einer Fortbildung ist Voraussetzung.

Inhalte der Fortbildung

Die Qualifizierung können Sie für eine allgemeine Annäherung und Auseinandersetzung mit den Empfehlungen nutzen oder um gezielt Ihre derzeitigen Themen und Fragestellungen zu bearbeiten (z. B. Elternarbeit, Eingewöhnung, Raumgestaltung, Beobachtung und Dokumentation).

Kooperation mit der VHS Göttingen Osterode

Die VHS steht Ihnen gern als Bildungspartnerin zur Verfügung und wickelt für Ihre Einrichtung das Bewerbungsverfahren und alle weiteren Formalitäten ab (Dozentenabsprache, Terminfindung, Honorarabrechnungen, Mittelnachweise). Die Zusammenarbeit erfolgt mit renommierten Dozent/innen. Die Bewerbung für die Teilnahme an der Qualifizierungsinitiative in 2017 ist bis 30.04.2017 möglich. Sprechen Sie uns an!

Kontakt

Martina Kopf, Tel. 0551 4952-56, m.kopf@vhs-goettingen.de



nifbe Niedersächsisches Institut
für frühkindliche Bildung und Entwicklung

Fachbereich Schule Grundbildung



Informationen zu den Schulabschlüssen

Studienleiterin: Astrid Schneller (rechts), Tel. 0551 384386-27, a.schneller@vhs-goettingen.de

Sprechzeiten: dienstags und donnerstags, 9.00–11.00 Uhr

Verwaltung: Sylvia Bogdan-Moch (links), Tel. 0551 384386-77, s.bogdan@vhs-goettingen.de

Sprechzeiten: montags/dienstags + donnerstags/freitags, 9.00–12.00 Uhr

Unterrichtsort: VHS, Theodor-Heuss-Str. 21, 37075 Göttingen

VORKURS ZUM HAUPTSCHULKURS

- Lesen und Schreiben fällt Ihnen schwer?
- Rechnen fällt Ihnen schwer?
- Sie möchten mehr über Gesundheit und gesunde Lebensweise erfahren?
- Sie möchten versuchen, den Hauptschulabschluss nachzuholen?
- Sie möchten sich beruflich verändern?

Dieser Kurs ist für Menschen, die in verschiedenen Bereichen Lücken in ihrer Bildung haben. Er bereitet auf den Besuch eines Hauptschul-Kurses vor. Oder unterstützt beim Einstieg in den Arbeitsmarkt. Der Kurs ermöglicht Lücken zu schließen, die in der Schulbildung geblieben sind. Er orientiert sich an Problemen, die im Alltag auftreten.

Schule ist zu lange her oder zu mühsam? Wir helfen Ihnen.

Unterrichtsfächer: Lesen und Schreiben; Deutsch als Zweitsprache; Grundlagen im Rechnen und Umgang mit Geld; Biologie / Für die eigene Gesundheit sorgen; Arbeitswelt; zur Wahl: Grundlagen in Englisch oder Deutsch als Zweitsprache (DAZ)

Unterrichtszeiten:

Mo. bis Fr., 8.45–12.00 Uhr

Kursdauer: 6 Monate oder 1 Jahr

Kursgebühr: Aufgrund einer Förderung durch das niedersächsische Ministerium für Wissenschaft und Kultur wird keine Kursgebühr erhoben!

Ein Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich.

gefördert vom:



Niedersächsisches Ministerium
für Wissenschaft und Kultur

Beratung:

Jutta Hindahl, 0551 384386-41, j.hindahl@vhs-goettingen.de

KOMBIKURSE HAUPTSCHULE / REALSCHULE

Seit dem Herbstsemester 2013 bieten wir erfolgreich Kombikurse zum Nachholen des Haupt- oder Realschulabschlusses an. In diesen Kursen werden Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit Hauptschulabschluss und auch ohne Hauptschulabschluss gemeinsam unterrichtet. Im Zentrum der Kombikurse stehen Heterogenität und Binnendifferenzierung. Alle unterrichtenden Dozentinnen und Dozenten bilden sich regelmäßig fort.

Zu dem Unterrichtsangebot gehören: Deutsch, Mathe, Englisch, Biologie, Chemie, Politik (oder Arbeit/Wirtschaft), Kunst und Geografie. Zusätzlich zum allgemeinbildenden Unterricht bieten wir berufliche Orientierung und die Stärkung sozialer und demokratischer Kompetenzen im Alltag und der Arbeitswelt an.

Dieser Lehrgang beinhaltet zusätzliche Angebote, wie eine Orientierung in der Arbeitswelt (mit Berufsorientierung und Bewerbungsbüro), individuelles Coaching, Exkursionen... Die Teilnehmer/innen werden während des Kurses sozialpädagogisch und auf dem Übergang in das Berufsleben begleitet.

Kombi-Abendlehrgang

Mo. bis Do., 17.00–21.15 Uhr, 07.08.2018 bis Juni 2017 (Kurs 17H80600); VHS, **Göttingen**, Theodor-Heuss-Str. 21; Gebühr: je angefangenem Monat ist eine Rate in Höhe von € 82,00 zu zahlen.

Kombi-Vormittagslehrgang

Mo. bis Fr., 8.45–13.45 Uhr, 07.08.2017 bis Juni 2018 (Kurs 17H80000); VHS, **Göttingen**, Theodor-Heuss-Str. 21; Gebühr: je angefangenem Monat ist eine Rate in Höhe von € 120,00 zu zahlen.

Kombi-Nachmittagslehrgang

Mo. bis Fr., 14.00–18.15 Uhr, 16.10.2017 bis Juni 2018 (Kurs 17H80100); VHS, **Göttingen**, Theodor-Heuss-Str. 21; Gebühr: je angefangenem Monat ist eine Rate in Höhe von € 82,00 zu zahlen.



TAGESREALSCHULE

In diesem Lehrgang werden Sie innerhalb eines Jahres auf den Realschulabschluss (auch erweitert) vorbereitet.

Unterrichtet werden: Deutsch, Mathe, Englisch, Biologie, Chemie oder Physik, Politik, Arbeit-Wirtschaft oder Kunst.

Rufen Sie uns an oder kommen Sie in unsere Beratung. In einem Gespräch planen wir gemeinsam mit Ihnen Ihren Bildungsweg. Je nach Stand der Vorkenntnisse haben Sie die Möglichkeit, auch in einen laufenden Kurs einzusteigen.

Mo. bis Fr., 8.45–13.45 Uhr, 20.02.2017 bis Februar 2018 (Kurs 17F80500) und 07.08.2017 bis Juni 2018 (Kurs 17H80500); VHS, **Göttingen**, Theodor-Heuss-Str. 21
Gebühr: je angefangenem Monat ist eine Rate in Höhe von € 120,00 zu zahlen.

ABITUR

Dieser Bildungsabschluss eröffnet alle Möglichkeiten einer beruflichen Perspektive. Sie können mit der allgemeinen Hochschulreife bundesweit an einer Universität studieren oder auch eine Beamtenlaufbahn im gehobenen Dienst anstreben. Dieser Lehrgang zur Vorbereitung auf die niedersächsische Abiturprüfung für Nichtschüler/innen (AVO-WaNi) dauert drei Jahre.

Voraussetzung ist ein Mindestalter von 19 Jahren zum Zeitpunkt der Prüfung. Interessent/innen sollten den Realschulabschluss und gute Deutschkenntnisse besitzen. Unterrichtet werden die Fächer Deutsch, Mathematik, Englisch, Französisch für Anfänger/innen, Biologie, Geografie, Politik und Geschichte. Die Prüfungen werden zusammen mit den zentralen Abiturprüfungen des Landes Niedersachsen zu den vom Kultusministerium festgesetzten Terminen durchgeführt. Während der Schulferien findet kein Unterricht statt. Weitere Informationen unter www.vhs-goettingen.de

Abitur-Tageslehrgang

Mo. bis Fr., 8.45–13.45 Uhr, 14.08.2017 bis Juni 2020 (Kurs 17H80700); VHS, **Göttingen**, Theodor-Heuss-Str. 21
Gebühr: je angefangenem Monat ist eine Rate in Höhe von € 88,00 zu zahlen.

STUDIERN OHNE ABITUR

(Immaturenprüfung)

Wenn Sie studieren möchten, jedoch keinen entsprechenden Schulabschluss besitzen, können Sie an einer niedersächsischen Hochschule oder Fachhochschule eine Zulassungsprüfung ablegen, die Sie zu einem Studium Ihrer Wahl innerhalb von Niedersachsen berechtigt. In einem Lehrgang der Volkshochschule Göttingen werden Sie auf den allgemeinen Teil der Prüfung in Mathematik, Englisch und Deutsch/Sozialkunde vorbereitet.

Fordern Sie kostenlos Informationen über die Zulassungsvoraussetzungen an (auch im Internet unter www.vhs-goettingen.de).

NAK (fachgebundener Hochschulzugang durch Prüfung)-Lehrgang in Abendform

Mo. bis Mi., 18.00–21.15 Uhr, 06.02. bis 20.12.2017 (Kurs 17H80800); VHS, **Göttingen**, Theodor-Heuss-Str. 21
Gebühr: je angefangenem Monat ist eine Rate in Höhe von € 100,00 zu zahlen. (Ggf. ist ein Quereinstieg möglich!).

Weitere Informationen: www.vhs-goettingen.de



VHS in Duderstadt – Aktionen im vergangenen Semester

Am 6. November war es wieder soweit: Die Künstler/innen der Werkstattmalerei, stellten ihre Werke im Foyer des Rathauses in Ebergötzen aus. Bis Ende Januar ist die Ausstellung mit mehr als 40 Bildern zu besichtigen. Die Vernissage wurde vom Samtgemeindebürgermeister Arno Behre eröffnet. Die neue Dozentin des VHS-Kurses, der seit 1997 regelmäßig im Luisenhof in Ebergötzen stattfindet, ist eine Künstlerin aus Südafrika. Emmie Reinecke schwärmte über so viele großartige Talente, die sich hier zusammenfinden und



beim Malen eine tolle Atmosphäre im Kurs erzeugen. „Sie sind wie eine Familie für mich, ich gebe ihnen künstlerische Beratung und sie mir deutsche Worte“, äußerte sie begeistert bei der Eröffnung. Heidemarie Sommer, eine der Teilnehmerinnen, die seit Beginn der Werkstattmalerei dabei ist, meinte „Malen kann jeder. Es malt nur jeder anders.“ Ein passender Kommentar zu der Vielfalt der Kunstwerke, die jedes auf seine Art beeindruckt.



In den Herbstferien boten wir wieder eine kostenfreie Ferienwoche für Kinder zwischen 10 und 13 Jahren an. Das Thema

Naturwerkstatt begeisterte 18 Kinder und Jugendliche. Am Vormittag konnten die Teilnehmenden ihre Computerkenntnisse erweitern und vertiefen. Wer wollte, konnte am Ende der Woche den Computerführerschein Xpert Basics light erwerben. Viele Erfolgserlebnisse konnten die Kinder und

Jugendlichen in den verschiedenen Naturwerkstätten verbuchen. In der Kräuterwerkstatt (s. Foto) wurden kleine Kräuterfläschchen mit Öl angesetzt, eine gute Idee für kleine Geschenke. Papier wurde geschöpft, Besteck geschnitzt, Nisthilfen und Insektenhotels gebaut, Käse hergestellt und Bänder gefilzt. Viele Themen rund um Naturmaterialien, die die Kinder und Jugendlichen mit Begeisterung annahmen. Alle hatten viel Spaß, wie den Kindern und Jugendlichen anzusehen war. Auch im kommenden Jahr werden im Sommer und im Herbst wieder Ferienwochen angeboten.

Seit dem letzten Jahr sind viele Flüchtlinge nach Duderstadt sowie den umliegenden Ortschaften gekommen. Diese wurden und werden hier an der VHS sprachlich unterrichtet. Aber nicht nur Deutsch lernen gehört dazu: Beim Sparkassenlauf Ende August in Duderstadt konnten wir eine Staffel mit 5 Flüchtlingen und der Dozentin Svetlana Vollmer aufstellen. Mit Fanclub und Transparenten wurden die Läufer beim 10 km Staffellauf angefeuert und motiviert. Integration mit viel Spaß! Alle liefen hervorragende Zeiten und das Gemeinschaftsgefühl wurde gestärkt. Dank an alle Beteiligten. Im Herbst orga-

nisierte Frau Vollmer ein gemeinsames Kochen, bei dem alle Teilnehmer/innen



typische Gerichte ihrer jeweiligen Heimat zubereiteten. Köstliche Gaumenfreuden waren das Ergebnis.

Viele interessante Kurse wurden von unseren Dozenten angeboten: Ob im Sprachbereich oder der EDV, in der Beruflichen Bildung oder der Pädagogik, im Gesundheitsbereich oder der Kultur, die Angebote waren breit gefächert. In den Tageskursen wie Didgeridoo oder Spinnen am Spinnrad konnten die Teilnehmenden ihre Kreativität und handwerkliche Geschicklichkeit neu entdecken und unter Beweis stellen.



Die „Gesichter“ der Volkshochschule in Duderstadt



Bernadett Lambertz, Nadine Willig, Maria Müller

Bernadett Lambertz

Wie stehen Sie mit der Volkshochschule in Verbindung?

Seit September 2013 leite ich die Geschäftsstelle der VHS Göttingen Osterode gGmbH in Duderstadt. Meine Tätigkeiten sind sehr vielfältig und interessant. Ich betreue dabei alle Fachbereiche, in denen wir Kurse in Duderstadt anbieten: Gesundheit und Sprachen, EDV und Berufliche Bildung sowie Kultur und Pädagogik. Neben der Programmplanung und -gestaltung ist es wichtig, vor Ort das Gespräch mit Dozent/innen und Teilnehmern/innen zu suchen und natürlich Austausch mit den Institutionen zu pflegen sowie Öffentlichkeitsarbeit zu leisten. Meine Anfänge in der Erwachsenenbildung liegen im Bereich Dozententätigkeit und Projektumsetzung. Als Diplom-Biologin war ich jahrelang an der Uni Göttingen und an vielen anderen Institutionen in der wissenschaftlichen Grundlagenforschung tätig.

Ihr erster VHS-Lehrgang?

Mein erster VHS-Lehrgang war ein Gitarren-Kurs in Lindau (Landkreis Northeim): Als Jugendliche fand ich es cool, wenn am Lagerfeuer „geklampft“ wurde (finde ich immer noch cool) oder auf Festivals Rockmusik live zu sehen und zu hören war. So entstand der Wunsch, selbst Gitarre zu spielen. Nun ja, bis zur Rockmusik hat es nicht gereicht, aber für Standardsongs wie „Streets of London“ war es ausreichend.

Ihr liebster Ort im Landkreis?

Es gibt viele wunderschöne Orte im Landkreis – sowohl im alten Landkreis Osterode als auch im Landkreis Göttingen. Einer meiner Lieblingsorte ist der Göttinger Wald. Das Muschelkalkplateau mit seiner geophytenreichen Flora mit Bärlauch, Buschwindröschen und all den anderen Frühblühern ist im Frühjahr ein Traum.

Kurse, die Sie aktuell selber bei der VHS besuchen bzw. anbieten?

Nach langer Pause, zeitlich bedingt, möchte ich gerne wieder Yoga-Kurse besuchen.

Nadine Willig

Wie stehen Sie mit der Volkshochschule in Verbindung?

Seit Juni 2014 habe ich die Verwaltung der Geschäftsstelle Duderstadt übernommen. Zuständig bin ich für alle Belange der Teilnehmer von der Anmeldung bis zur Rechnung von der Bescheinigung bis hin zu Ermäßigung als auch für die Dozenten, seien es die Verträge oder die Honorare und vieles mehr. Auch ich hatte meine Anfänge in der Erwachsenenbildung als Dozentin im Bereich der EDV sowie im Bewerbungstraining.

Ihr erster VHS-Lehrgang?

Mein erster VHS-Lehrgang war 2000, damals noch im Haus am Wall. Dort habe ich einen EDV-Kurs besucht. Grüße an Herrn Steinmetz!

Ihr liebster Ort im Landkreis?

Oh, da gibt es viele wenn ich mit meiner Hundedame Paula durch die Landschaft streife. Aber am liebsten ist mir der Rotenberg mit seiner bewaldeten Landschaft, den Sehenswürdigkeiten sowie den wunderschön angelegten Teichen.

Kurse, die Sie aktuell selber bei der VHS besuchen bzw. anbieten?

Gedanklich bin ich schon lange beim Yoga aber eben nur gedanklich. Außerdem habe ich mir ganz fest vorgenommen, einen Digeridoo-Kurs mitzumachen. Der Bau eines solchen Instrumentes und die traditionelle Punk in Punkt Malerei haben mich sehr neugierig gemacht.

Maria Müller

Wie stehen Sie mit der Volkshochschule in Verbindung?

In Jahr 2001 fing ich bei der KVHS Göttingen in der Außenstelle Duderstadt an. Seitdem gebe ich Deutschkurse und Hilfestellung im Alltag für Menschen mit Migrationshintergrund. Meine Tätigkeit braucht interkulturelles Verständnis und bleibt stets spannend. In meiner 15-jährigen Arbeit durfte ich bereits Menschen aus mehr als 100 Länder unterrichten. Ich schaue positiv in die Zukunft und freue mich über die kommenden Jahre. Es bleibt spannend, wie viele Menschen mit verschiedenen kulturellen Hintergründen ich noch kennenlernen und unterrichten darf.

Ihr erster VHS-Lehrgang?

Den ersten KVHS Lehrgang begann ich nicht als Lehrkraft, sondern als Teilnehmerin an einem Deutschkurs für Aussiedler. Dieser wurde im Jahr 1992 in Rhumspringe angeboten. Neun Jahre später stand ich dann auf der anderen Seite als Lehrkraft für Spätaussiedler sowie ab 2005 für alle Kurse, die vom Bundesministerium für Migration und Flüchtlinge unterstützt werden.

Ihr liebster Ort im Landkreis?

Mein liebster Ort ist mein Zuhause und überall dort, wo meine Familie ist. Ich freue mich bereits jetzt darauf, mit meiner Enkelin die Heinz-Sielmann Stiftung zu erkunden und auf Entdeckerspaziergänge im Harz.

Kurse, die Sie aktuell selber bei der VHS besuchen bzw. anbieten?

Gerne würde ich mal einen Mal- oder Handarbeitskurs besuchen.

Göttingen | Osterode | Hann. Münden | Duderstadt

KREISMUSIKSCHULE

„KMS“ und wer wir sind...

Als die öffentlich verantwortete Bildungseinrichtung des Landkreises Göttingen richtet sich die Kreismusikschule mit ihrem breiten und qualitativ hochwertigen Musikunterricht insbesondere an talentierte Nachwuchsmusiker/innen und musikbegeisterte Kinder und Jugendliche.

Dem Selbstverständnis des lebenslangen Lernens verbunden, schließt dies ganz selbstverständlich auch den musikinteressierten Erwachsenen ein.

Als eine der wenigen außerschulischen Bildungseinrichtungen verfügt die Kreismusikschule über ein umfassendes pädagogisches Konzept mit individuellen Unterrichtsangeboten für jedes Lebensalter.

Um den individuellen Wünschen der Musikschüler/innen entsprechen zu können, bietet die „KMS“ im gesamten Kreisgebiet des neuen Landkreises Göttingen Gruppen- und Ensembleunterricht an.

Musikalische Grundausbildung

Mit den folgenden Angeboten in der frühkindlichen Musikbildung wendet sich die KMS schon an die „kleinsten Musiker“:

Musikgarten

Ein Angebot für Kinder ab 18 Monaten. Fröhliche und altersgerechte Lieder führen die Kleinsten in die Welt der Musik ein.

Musikfantasie

Ein Angebot für Kinder ab dem 3. Lebensjahr.

Wie kommt der Ton aus der Tuba? Spielerisch werden die Kinder mit den verschiedensten Instrumenten vertraut gemacht. Dazu singen, tanzen und musizieren die Kinder gemeinsam mit Orffinstrumenten.

Instrumentenkreisel

Ein Angebot für Kinder ab dem 5. Lebensjahr.

Hier beginnt die Suche nach dem eigenen Lieblingsinstrument. Mit viel Spaß und spielerischer Leichtigkeit freunden sich die jungen Musiker/innen mit Liedern, Tänzen und den ersten Noten an.

www.die-kreismusikschule.de

Was geht ... an der „KMS“?

Eine Auswahl aus unserem Angebot:

Gitarre Geige E-Bass Klavier Querflöte Cembalo
E-Gitarre Fagott Cello Bratsche Keyboard
Blockflöte Akkordeon Klarinette Saxophon
Mundharmonika Schlagzeug Trompete Kontrabass

Probetermin?

Aber gerne.

Ein Anruf genügt...

Anmeldung & Information

Nehmen Sie einfach Kontakt zu uns auf.
Sie erreichen uns unter: Tel. 0551 90033-122 | kmsgoe@kvhs-snds.de

Göttingen

Philipp-Reis-Str. 2a
37075 Göttingen
Tel. 0551 90033-122
kmsgoe@kvhs-snds.de

Osterode

Philipp-Reis-Str. 2a
37075 Göttingen
Tel. 0551 90033-101
kmsoha@kvhs-snds.de

Hann. Münden

Werraweg 12
34346 Hann. Münden
Tel. 05541 4787
kmshmue@kvhs-snds.de

Duderstadt

Christian-Blank-Str. 13
37115 Duderstadt
Tel. 05527 3341
kmsdud@kvhs-snds.de

www.die-kreismusikschule.de

- A**
 Abenteuerferien 39
 Abitur 55
 Access 24
 Acrylmalerei 35
 Adelante 43
 Adobe Photoshop
 Elements 22
 Allgemeine Geschäfts-
 bedingungen 64
 Anmeldung 5, 6, 64, 66
 Apple 24, 25
 Aqua-Fitness 29
 Arabisch 18
 Arbeit und Qualifizierung.....
 40–47
 Aussitzen und
 Aussprechen 40
 Astronomie 39
 Ausbildereignung 41
 Außenstelle
 Gieboldehausen 6, 8
 Außenstelle
 Radolfshausen 6, 8
 Autogenes Training ... 28, 29
- B**
 Benefit®-Yoga 26
 Berufliche Bildung 40–47
 Berufsrück-
 kehrerinnen 29, 41
 Bildbearbeitung 22
 Bildungsurlaub... . 61, 62, 63
 Business English 13, 15
- C**
 Cambridge Certificate 14, 15
 Coaching 43
 Computer 19–25
- D**
 Datenverwaltung 24
 Deutsch-Sprachkurse .. 9, 11
 Deutsch-
 Integrationskurse 9, 11
 Diggeridoo 34
 Digitale Bilder 22, 35, 36
 Digitale Fotografie 35, 36
 Duderstadt 6, 8, 56, 57
- E**
 Ebergötzen 6, 8, 56
 EDV 19–25
 EDV für 60+ 19
 EDV für Kids 19, 20
 EDV für Senioren/innen... 19
 EDV-Grundlagen 20
 Einbürgerungstest 9
 E-Learning 11
 Englisch 11–15
 Englisch für den Beruf
 12, 15
 Entspannung 28, 29
 Ermäßigungen 3, 64
 Europäischer
 Referenzrahmen 10
 Excel 19, 21
- F**
 Facebook 22
 Fachkraft
 Kleinstkindpädagogik 50
 Fachkraft
 Personalabrechnung 41
 Fasten 27, 28
 Feldenkrais 28
 Ferien 3
 Ferienfreizeit 8, 39, 52
 filmCAMPus 8, 39, 52
 Filzen 37
 Finanzbuchhaltung 41
 Fitness 29
 Flüchtlinge – Beratung 9
 Fotografie 35, 36
 Fotovoltaikanlagen 38
 Französisch 16
 Frauenförderung 20, 41
 Frühlingsyoga 27
 Frühstückseier 38
 Führungskräfte-Konflikt-
 management 40
- G**
 Gehaltsabrechnung 41
 Geschäftsstelle
 Duderstadt 6, 8, 56
 Gesundheit 26–38
 Gieboldehausen 6, 8
 Gluten 30
 Grafik/Design 22
- H**
 Hauptschule 54
 Homepage 5, 6, 23
 Hühnerhaltung 38
- I**
 InsA 42
 iMac 24, 25
 Inklusion 51
 Integrationskurse
 (Deutsch) 9, 11
 Integrative Erziehung 50
 Interkulturelle soziale
 Arbeit 42
 Internet 22, 23
 Intero/Integration 9, 11
 Italienisch 17
- J**
 Java! 23
- K**
 Kinder 8, 19, 20, 38, 52
 Kindertagesstätte 48–53
 KITAS 48–53
 Kleinstkindpädagogik 50
 Kochen 29, 30
 Kommunikation 32, 40
 Konfliktmanagement 40, 48
 Körperarbeit 28
 Kulturelle Bildung 33–39
 Kultur macht stark 39, 52
 Kunsthandwerk 38
 KOMPASS 42
 Krankenkasse 26
 Küchenparty 29
- L**
 Layout 65
 Lesen und Schreiben . 34, 35
 Lohn und Gehalt 41
- M**
 Mac OS X 25
 Malen 35
 Meditation 28, 29
 Migrant/innen 9, 51
 MINT 47
 Mitarbeiterführung 40
 Mixed Media 35
- Mode 32, 36
 MS-Access 24
 MS-Excel 19, 21, 41
 MS-Office 20
 MS-Word 19–21
 Musik 34
 Musikschule 58, 59
- N**
 Nähen 36
 Naturgarten 38
 Nicht-Abiturientenkurse.. 54
- O**
 Observatorium 39
 Office 20
 Ölmalerei 35
 Ostermenü 30
 Outlook 24
- P**
 Papierverarbeitung 37
 Parken 3
 Pädagogik 48–53
 Pädagogik-Werkstatt.. 48, 49
 PC-Kurse 19–25
 Personalabrechnung 41
 Persönlichkeits-
 entwicklung 32
 Perspektive
 Wiedereinstieg 44
 Pflegeeltern 51
 Pflegehilfskraft 42
 Photoshop 22
 Picasa 22
 Pikante Kuchen 30
 Pilates 29
 PowerPoint 19, 21
 Präsentation 21, 22
 Präventionskurse 26
 Prezi 22
 Progressive Muskel-
 entspannung 28, 29
 Projekte und Beruf 40–47
 Prüfungs-
 lehrgänge 15, 16, 41
- Q**
 Qi Gong 28

R	Spinnen.....37	Taijiquan28	Wirtschaft und
Radolfshausen6, 8	Sprachbildung KITA.....53	Tastschreiben.....19	Verwaltung41
Realschule54	Sprachdiplome/	Teamführung40	Wirtschaftsenglisch13, 15
Referenzrahmen.....10	Sprachzertifikate.....14, 15	Teilnahmebedingungen ..64	Wohlfühltag für
Rhetorik40	Sprachlern-Cafe18	Textiles Gestalten36	Frauen28, 29
Resilienz48	Sprachen.....9-18	Textverarbeitung19-21	WollLust – Filzhandwerk..37
	Sterne.....39	Topf – Kochen30	Word.....19-21
S	Stilberatung.....32, 36	Töpfern38	Workshop EDV20, 41
Schmieden.....37, 38	Stressbewältigung.....31		
Schneidern36	Stricken36	V	Y
Schrott – Kreativ38	Studieren ohne Abitur55	Vegetarisch.....30	Yoga26, 27
Schulabschlüsse54, 55	Studium55	Verwaltung und	Yoga auf dem Stuhl27
Schulbegleiter48-51	Sütterlin34	Wirtschaft41	Yoga im Frühling.....27
Schülerkurse		vhsConcept.....50	
.....8, 19, 20, 39, 52	T		Z
Seifensieden.....38	Tabellenkalkulation21	W	Zeichnen35
Selbsthypnose.....32	Tablets.....33	Waldpädagogik49	Zertifikat Deutsch9
Seniorenkurse.....19	Tango.....33	Web-Gestaltung.....23	Zumba®29
Sketchup22	Tanz33	Wein.....30	Zurück in den Beruf44
Smartphone25	Tanz und Entspannung ...33	Weltall39	Zuschneiden
Sonne30	Tanztee.....33	Werkstatt Malerei35	und Nähen36
Soziale Netzwerke22	T.A.K.T.....45	Wiedereinstieg Beruf.44-46	
Spanisch.....17, 18	talentCAMPus8, 39, 52	Windows20	

Bildungsurlaub

Wer hat Anspruch auf Bildungsurlaub? Einen Rechtsanspruch auf Bildungsurlaub haben alle Arbeitnehmer/innen in der privaten Wirtschaft und im öffentlichen Dienst, deren Arbeitsplatz sich in Niedersachsen befindet. Der Anspruch kann erstmals sechs Monate nach Beginn des Arbeitsverhältnisses geltend gemacht werden. Für Beamte gelten spezielle Sonderurlaubsregelungen für politische Bildung und berufliche Fortbildung.

Anspruch pro Jahr Der Anspruch umfasst fünf Arbeitstage innerhalb des laufenden Kalenderjahres. Arbeitet die Arbeitnehmerin oder der Arbeitnehmer regelmäßig an mehr oder weniger als fünf Arbeitstagen in der Woche, so ändert sich der Anspruch auf Bildungsurlaub entsprechend.

Aufgeschoben ist nicht aufgehoben Ein nicht ausgeschöpfter Bildungsurlaubsanspruch des vorangegangenen Jahres kann geltend gemacht werden. Ein etwaiger Rechtsanspruch aus dem vorletzten Kalenderjahr verfällt im laufenden Kalenderjahr.

Wie wird der Bildungsurlaub angemeldet? Die Arbeitnehmer/innen müssen dem/der Arbeitgeberin die Inanspruchnahme und den Termin des Bildungsurlaubs so früh wie möglich, in der Regel mindestens vier Wochen vorher, schriftlich mitteilen. Die von der VHS ausgestellte Anmeldebestätigung ist beizufügen. Bitte bei der Anmeldung in der VHS anfordern.

Anregungen + Beschwerden

Ihre Zufriedenheit zählt!

Die VHS Göttingen Osterode gGmbH hat ein **aktives Ideen- und Beschwerde-Management** eingerichtet, um durch Ihre Anregungen und Beschwerden Impulse für eine Verbesserung des Angebots, der Organisation und der Rahmenbedingungen zu bekommen.

Nutzen Sie die Möglichkeit, auf diesem Wege Ihre Wünsche, Ideen und Anregungen vorzubringen oder uns auch mitzuteilen, was Sie als besonders positiv erlebt haben. Und wenn Sie Kritik oder Beschwerden los werden möchten, warten Sie nicht, bis Ihnen der Kragen platzt. Wenden Sie sich frühzeitig an uns, damit wir die Chance haben, etwas zu verändern.

Ihr Ansprechpartner:

Markus Bötte, VHS Göttingen Osterode gGmbH
Bahnhofsallee 7, 37081 Göttingen
Tel.: 0551 4952-50, Fax: 0551 4952-14
E-Mail: m.boette@vhs-goettingen.de

Bildungsurlaube 2017

Datum	Titel	Ort	Gebühr	Kurs
Januar				
30.01.–03.02.2017	Norwegische Sprachwoche für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse A1 halbtags*	Göttingen	110,50	16H79001
30.01.–03.02.2017	Englische Sprachwoche, allgemeinsprachlich B1	Göttingen	221,00	16H72003
30.01.–03.02.2017	Englische Sprachwoche, allgemeinsprachlich B2	Göttingen	221,00	16H72004
30.01.–03.02.2017	Englische Sprachwoche-Refresher A2/B1	Göttingen	177,80	16H72001
Februar				
06.02.–10.02.2017	Französische Sprachwoche, Auffrischung für Fortgeschrittene B1 – halbtags*	Göttingen	126,60	16H73003
06.02.–10.02.2017	Lesen – Schreiben – Rechnen leicht gemacht	Osterode	116,00	17F70040
13.02.–17.02.2017	Mediengestaltung (Print) mit Adobe Photohop CS5.5, InDesign und Acrobat	Göttingen	259,00	16H56107
13.02.–17.02.2017	Spanische Sprachwoche für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse A1 – halbtags*	Göttingen	126,60	17F76000
20.02.–24.02.2017	Englische Woche für Anfänger/innen A1.2	Duderstadt	160,00	17F72063
27.02.–02.03.2017	Englische Sprachwoche, Business English A2 – halbtags*	Osterode	66,00	17F72046
27.02.–14.03.2017	Grundlagen der JAVA-Programmierung	Göttingen	262,80	17F55791
März				
13.03.–17.03.2017	Achtsamkeit, innere Balance und Lebensfreude in Beruf und Freizeit Stressfrei und bewusster leben	Göttingen	245,00	17F04700
18.03.–08.04.2017	Polnisch für die Reise und für den Beruf – Einführung	Hann. Münden	55,00	17F77380
20.03.–24.03.2017	Englische Woche für Anfängerinnen mit geringen Vorkenntnissen	Osterode	160,00	17F72040
20.03.–24.03.2017	Stressabbau und Rückenfitness durch gezieltes Körpertraining von Körper, Geist und Seele mit der Pilates-Methode*	Göttingen	160,00	17F03400
27.03.–31.03.2017	Klare Kommunikation – Klare Beziehungen	Göttingen	235,00	17F06002
27.03.–31.03.2017	Besser arbeiten mit Word – Teilzeitbildungsurlaub*	Göttingen	110,00	17F55010
27.03.–31.03.2017	Italienisch für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen	Duderstadt	160,00	17F74060
April				
01.04.–08.04.2017	Ausbilder-Eignungsverordnung (AEVO) – Crashkurs	Göttingen	368,00	17F48012
03.04.–07.04.2017	Stressreduzierung im Berufsalltag – Gesundheitsbildung durch bewusste Körperwahrnehmung*	Göttingen	198,00	17F04501
03.04.–07.04.2017	Frau sein in den besten Jahren. Innehalten – Chancen der Lebensmittel bewusst wahrnehmen und nutzen	Gieboldehausen	245,00	17F06060
03.04.–07.04.2017	Grundkurs – Einführung in die Tabellenkalkulation	Göttingen	199,90	17F55110
10.04.–13.04.2017	Französische Sprachwoche, Auffrischung für Fortgeschrittene A2 – halbtags*	Göttingen	126,60	17F73002
10.04.–13.04.2017	Italienische Sprachwoche für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse	Göttingen	177,80	17F74001
10.04.–13.04.2017	Englische Sprachwoche Business English B1	Göttingen	203,00	17F72007
10.04.–13.04.2017	Englische Sprachwoche Business English B2	Göttingen	203,00	17F72008
18.04.–21.04.2017	Englische Sprachwoche Business English A2 – halbtags*	Göttingen	104,00	17F72006
18.04.–21.04.2017	Englische Sprachwoche, allgemeinsprachlich B1 – halbtags*	Göttingen	88,90	17F72002
24.04.–28.04.2017	Ruhe und Kraft finden – Entspannen und auftanken Stressprävention und Bewältigung	Göttingen	198,00	17F04701
24.04.–28.04.2017	Englische Woche für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen A1	Duderstadt	160,00	17F72060
Mai				
07.05.–12.05.2017	Bewusster Alltag – Vom Burnout zur Work-Live-Balance Auf der Nordsee-Insel Wangerooge	Göttingen (Wangerooge)	290,00	17F06003

Bildungsurlaube 2017

Datum	Titel	Ort	Gebühr	Kurs
08.05.–12.05.2017	Access Datenbanken – Einführung in die Datenverwaltung	Göttingen	199,90	17F55410
08.05.–12.05.2017	Lesen – Schreiben – Rechnen leicht gemacht	Osterode	116,00	17F70041
15.05.–19.05.2017	Spanische Sprachwoche für Anfänger/innen A1	Duderstadt	160,00	16H06001
29.05.–02.06.2017	Gelassen kommunizieren – Stressbewältigung in der Kommunikation Meridian-Tapping und Gewaltfreie Kommunikation	Göttingen	245,00	17F04703
29.05.–02.06.2017	Frau sein in den besten Jahren	Göttingen	245,00	17F06000
Juni				
12.06.–16.06.2017	Stressbewältigung: Ausgeglichen leben durch Schulung der Achtsamkeit und ressourcenorientiertem Selbstmanagement	Gieboldehausen	245,00	17F04570
12.06.–16.06.2017	Excel für das Sekretariat – Teilzeitbildungsurlaub	Göttingen	119,90	17F55112
12.06.–16.06.2017	Englische Sprachwoche – Refresher A2/B1	Duderstadt	160,00	17F72061
19.06.–23.06.2017	Spanische Sprachwoche für Anfänger/innen A1	Hann. Münden	165,00	17F76080
26.06.–30.06.2017	Englische Sprachwoche-Refresher A2/B1	Göttingen	177,80	17F72001
26.06.–30.06.2017	Spanische Sprachwoche für Anfänger mit Vorkenntnissen A1	Göttingen	203,00	17F76001
26.06.–30.06.2017	Englische Sprachwoche, allgemeinsprachlich B1	Göttingen	221,00	17F72003
26.06.–30.06.2017	Englische Sprachwoche, allgemeinsprachlich B2	Göttingen	221,00	17F72004
26.06.–30.06.2017	Gesundheit aus dem Reich der Mitte – Stressbewältigung mit Qi Gong und Taiji Quan	Göttingen	198,00	17F04400
Juli				
03.07.–07.07.2017	Spanische Sprachwoche Auffrischung für Fortgeschrittene A2 – halbtags*	Göttingen	126,60	17F76002
22.07.–29.07.2017	Ausbilder-Eignungsverordnung (AEVO) – Crashkurs	Göttingen	368,00	17F48011
August				
14.08.–18.08.2017	Spanische Woche für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen A1 – halbtags*	Hann. Münden	83,00	17F76081
28.08.–01.09.2017	Englische Sprachwoche, allgemeinsprachlich A2	Göttingen	177,80	17F72000
28.08.–01.09.2017	Italienische Sprachwoche für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen	Göttingen	221,00	17F74002
September				
20.09.–22.09.2017	Körpersprache 3.0 – Mimik und Gestik im (Berufs-) Alltag*	Göttingen	138,00	17H06007
24.09.–29.09.2017	Beziehungskunst für Beruf und Freizeit – Auf der Nordsee-Insel Wangerooge	Göttingen (Wangerooe)	290,00	17H06003
25.09.–29.09.2017	Stressreduzierung im Berufsalltag – Gesundheitsbildung durch bewusste Körperwahrnehmung*	Göttingen	198,00	17H04501
Oktober				
23.10.–27.10.2017	Stressabbau und Rückenfitness durch gezieltes Körpertraining von Körper, Geist und Seele mit der Pilates-Methode*	Göttingen	160,00	17H03400
30.10.–03.11.2017	Stressmanagement im (Berufs-) Alltag durch Perspektivwechsel	Göttingen	198,00	17H04600
November				
04.11.–11.11.2017	Ausbilder-Eignungsverordnung (AEVO) – Crashkurs	Göttingen	368,00	17H48011
06.11.–10.11.2017	Mit Leichtigkeit und Selbstfürsorge den (Berufs-) Alltag bestreiten	Göttingen	198,00	17H06008
06.11.–10.11.2017	Achtsamkeit, innere Balance und Lebensfreude	Göttingen	245,00	17H04700
13.11.–17.11.2017	Frau sein in den besten Jahren	Göttingen	245,00	17H06000
13.11.–17.11.2017	Burnout für Frauen – Gesundheit fühlen und erleben in Natürlichkeit	Göttingen	449,00	17H06005

Weitere Infos unter www.vhs-goettingen.de

Alle diese Seminare sind als Bildungsurlaub (NBildUG) anerkannt!

* Diese Bildungsurlaube in Teilzeit sind nur für Arbeitnehmer/innen in Teilzeitbeschäftigung (max. die Hälfte der Arbeitszeit vollbeschäftigter Arbeitnehmer/innen) anerkannt!

Allgemeine Geschäftsbedingungen der Volkshochschule Göttingen Osterode gGmbH

I. Anmeldung und Zustandekommen des Vertrages:

1. Die Anmeldung für einen Kurs der VHS erfolgt schriftlich per Post, per Telefax (0551) 49 52 32, per E-Mail oder über die Internetadresse www.vhs-goettingen.de.

Die Kursabrechnung erfolgt vorzugsweise im SEPA-Lastschriftverfahren. Zum Einzug muss ein gültiges SEPA-Mandat vorliegen.

Formulare für das SEPA-Lastschriftmandat erhalten Sie in unseren Geschäftsstellen, auf den Anmeldeformularen in unseren Programmheften bzw. sind auf unserer Internetseite www.vhs-goettingen.de hinterlegt. Bei Onlineanmeldungen über unsere Homepage bieten wir Ihnen zusätzlich die Möglichkeit, per PayPal oder Kreditkarte (Visa oder MasterCard) zu zahlen.

Nach Ihrer verbindlichen Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung per E-Mail oder per Post. Die Anmeldebestätigung beinhaltet auch die Mandatsreferenznummer und die Vorabankündigung (sogenannte Pre-Notification). Dadurch erfahren Sie, zu welchem Zeitpunkt das Kursentgelt von Ihrem Konto abgebucht wird.

Die Anmeldung per E-Mail ist für die VHS nur verbindlich, wenn eine Bankeinzugsermächtigung erteilt wird.

2. Die Anmeldung kann auch persönlich in den Geschäftsstellen der VHS zu den Öffnungszeiten erfolgen. 3. Das Vertragsverhältnis mit der VHS kommt mit der persönlichen oder schriftlichen Anmeldung gem. Ziffer 1 und 2 sowie nach Kursbeginn durch Eintrag in die Kursliste rechtswirksam zustande.

Widerrufsrechte z. B. nach § 312 d, § 355 BGB bleiben hiervon unberührt. Lehrgangsverträge kommen mit der Zusendung der Anmeldebestätigung der Volkshochschule Göttingen Osterode gGmbH unter dem Vorbehalt zustande, dass die festgelegte Mindestteilnehmerzahl zum Lehrgangsbeginn erreicht wird. 4. Die Höhe der verbindlichen Kursentgelte ist in der Kursauschreibung im Programmheft bzw. auf der Homepage der VHS abgedruckt (Preisliste).

Die Kursentgelte sind, ggf. zzgl. der in der Kursauschreibung angegebenen Materialkosten, grundsätzlich fällig und in einem Betrag vor Beginn der Veranstaltung zu entrichten.

Die Nichtteilnahme entbindet nicht von der Zahlung des Entgelts, es sei denn, es liegt ein Fall des zulässigen Rücktritts gem. Ziffer IV bzw. ein wirksamer Widerruf gem. Ziffer VII der allgemeinen Geschäftsbedingungen vor.

Bei einer Anmeldung nach Kursbeginn (z. B. durch Eintrag in die Kursliste) ist das Entgelt innerhalb von sieben Kalendertagen zu entrichten. 5. Mahnkosten sowie Rückbelastungskosten durch ein gescheitertes Lastschrifteinzugsverfahren gehen zu Lasten der Teilnehmerin/des Teilnehmers und werden von der VHS dieser/diesem in Rechnung gestellt. Für jede außergerichtliche Mahnung durch die VHS werden der Teilnehmerin/dem Teilnehmer € 2,00 in Rechnung gestellt. Die Rückbelastungskosten durch ein gescheitertes Lastschrifteinzugsver-

fahren werden an die Teilnehmerin/den Teilnehmer in entstandener Höhe weitergegeben.

Dem Teilnehmer/der Teilnehmerin bleibt gestattet nachzuweisen, dass ein Schaden bzw. Aufwendungen der vorgenannten Art für Mahnkosten und Rückbelastungskosten nicht oder wesentlich niedriger als die Pauschale entstanden sind.

II. Ermäßigungen:

Kursentgelte für Kurse, die nicht durch ausdrücklich schriftlichen Hinweis in der Kursauschreibung, z. B. im Programmheft, hiervon ausgenommen sind und soweit nicht Dritte die Kurskosten übernehmen, können in den nachfolgend aufgeführten Fällen ermäßigt werden:

1. Empfängerinnen und Empfänger von Arbeitslosengeld II, laufender Sozialhilfe oder Wohngeld erhalten nach Vorlage eines entsprechenden Nachweises vierzig vom Hundert (40 %) Ermäßigung.
2. Schülerinnen und Schüler, Studierende, Auszubildende und Bezieher/innen von Arbeitslosengeld I und Au Pair-Beschäftigte erhalten nach Vorlage eines entsprechenden Nachweises zehn vom Hundert (10 %) Ermäßigung.
3. Mitglieder des Volkshochschulvereins erhalten zehn vom Hundert (10 %) Ermäßigung.
4. Freie Mitarbeiter/innen können je Semester einen (1) Kurs auf Antrag ermäßigt besuchen, die Ermäßigung ist auf € 80,00 begrenzt.
5. Erfolgt bei Lehrgängen die Zahlung der Lehrgangsgebühren in einer Summe, wird ein Nachlass von fünf vom Hundert (5 %) gewährt.
6. Die Geschäftsführung kann in schriftlichen begründeten Ausnahmefällen weitere Entgeltermäßigungen gewähren.
7. Materialkosten sind grundsätzlich nicht ermäßigungsfähig.

III. Materialkosten:

Bei Kursen, die in der Ausschreibung/ dem Programmheft mit einem Buch-Symbol versehen sind, enthalten die Kursentgelte das Unterrichtsmaterial. In den anderen Fällen, z. B. für Kochkurse, Hobbykurse, Malkurse etc. fallen regelmäßig Unterrichtsmaterialien gesondert neben dem Kursentgelt an und werden gesondert eingezogen bzw. durch die Kursleiterin/den Kursleiter verkauft.

IV. Rücktritt von der Anmeldung, Kursabsagen und Erstattung von Kursentgelten:

1. Werden aus geschriebene Kurse durch die Geschäftsführung abgesagt, z. B. weil die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht ist, werden die Teilnehmer/innen über die Absage unverzüglich schriftlich (in Ausnahmefällen auch telefonisch) informiert. Bereits eingezahlte Kursentgelte und ggf. Materialkosten werden in voller Höhe unverzüglich nach Vorlage der Anmeldebestätigung bzw. der Einzahlungsquittung zurück erstattet.

2. Die Teilnehmerin/der Teilnehmer kann nach erfolgter Anmeldung von der Anmeldung in den nachfolgend aufgeführten Fällen schriftlich zurücktreten.

3. Bei Lehrgängen ist bis zum Lehrgangsbeginn ein Rücktritt ohne finanzielle Verpflichtungen möglich. Nach Lehrgangsbeginn kann der Vertrag mit einer Frist von 4 Wochen zum Quartalsende gekündigt werden. Bei einer Kündigung ist eine Ausfallgebühr in Höhe von 25 %

der noch offenen Lehrgangsgebühr zu zahlen. Der Teilnehmerin/dem Teilnehmer wird die Möglichkeit des Nachweises eingeräumt, dass ein geringerer Schaden entstanden ist. Ein Rücktritt ist bei Bildungsurlaubsseminaren bis höchstens 15 Kalendertage, bei allen anderen Kursen höchstens 10 Kalendertage vor dem ersten Kurstermin (maßgeblich ist der Eingang des schriftlichen Rücktritts bei der VHS) möglich. Bei fristgerechtem Rücktritt erfolgt die Rückzahlung bereits eingezahlter Kursentgelte entsprechend den nachfolgenden Bestimmungen.

Nach Vorlage der Anmeldebestätigung oder der Einzahlungsquittung erfolgt unverzüglich die Rückzahlung der Kursentgelte und etwaig bereits erhobener und bezahlter sonstiger Kostenbeiträge abzgl. der Verwaltungsaufwendungen für Anmeldung und Abwicklung des Rücktritts in Höhe von € 10,00 und ggf. der von VHS von Dritten in Rechnung gestellten Beträge z. B. für Übernachtung, Unterrichtsmaterial usw.

Der Teilnehmerin/dem Teilnehmer bleibt vorbehalten, einen geringeren Aufwand für Anmelde- und Rücktrittskosten bzw. der von dritter Seite der VHS in Rechnung gestellten Beträge nachzuweisen.

4. Ein Rücktritt der Teilnehmerin/des Teilnehmers nach Beginn des Kurses ist nur in begründeten Ausnahmefällen, aufgrund längerer Krankheit oder sonstiger wichtiger Gründe, und nur unter Vorlage entsprechender Nachweise zum Rücktrittsgrund möglich.

Liegt ein begründeter Einzelfall vor, erfolgt nach Vorlage der Anmeldebestätigung oder der Einzahlungsquittung unverzüglich die anteilige Rückzahlung der Kursentgelte (gem. Abs. 3) abzüglich der Verwaltungsaufwendungen für Anmeldung und Abwicklung des Rücktritts in Höhe von € 10,00, abzüglich des auf die Teilnehmerin/den Teilnehmer entfallenden Materialeinsatzes und abzüglich der von dritter Seite der VHS in Rechnung gestellten Beträge, z. B. für Übernachtung, Unterrichtsmaterial usw.

Das anteilige Kursentgelt entspricht dem Betrag des Kursentgeltes, welches auf die zum Zeitpunkt des begründeten Rücktritts noch nicht abgelaufene Kursdauer entfällt.

Der Teilnehmerin/dem Teilnehmer bleibt vorbehalten, einen geringeren Aufwand für Anmelde- und Rücktrittskosten, des Materialeinsatzes oder der von dritter Seite der VHS in Rechnung gestellten Beträge nachzuweisen.

5. Das Recht auf außerordentliche Kündigung aus wichtigem Grund bleibt unberührt.

6. In allen Fällen, in denen die Volkshochschule als Vermittlerin auftritt, z. B. Studienfahrten, gelten die besonderen Reisevertragsbedingungen der Volkshochschule Göttingen Osterode gGmbH. Für Sonderveranstaltungen gelten die besonderen Projektverträge und Veranstaltungsbedingungen.

V. Teilnahmebescheinigung:

Nach regelmäßig absolviertem Kurs kann der Teilnehmer/die Teilnehmerin eine Teilnahmebescheinigung erhalten.

Die erste Teilnahmebescheinigung ist kostenlos. Für jede weitere werden bei Selbstabholung € 10,00, bei Versand € 11,50 berechnet.

Die besonderen Regelungen für Prüfungen bleiben hiervon unberührt.

VI. Hausordnung:

Es gelten die Hausordnungen der Unterrichtsstätten. In den Unterrichtsräumen darf nicht geraucht werden. Die Hinweise der Hausmeister sind zu beachten.

Illegales Kopieren von Software, illegale Installation fremder Software auf den Rechnern der VHS, gezielter Aufruf von Internetseiten mit pornografischen, rechtsradikalen oder rechtswidrigen Inhalten werden von uns nicht geduldet und führen zum sofortigen Kursausschluss. Weitere rechtliche Schritte bleiben vorbehalten.

VII. Haftung, Ausnahmen von diesen Teilnahmebedingungen:

Eine Haftung für die Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit übernimmt die VHS nur für diejenigen Schäden, die auf einer vorsätzlichen oder fahrlässigen Pflichtverletzung eines gesetzlichen Vertreters oder Erfüllungsgehilfen der VHS beruhen.

Für sonstige Schäden übernimmt die VHS die Haftung nur, soweit diese auf einer vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Pflichtverletzung eines gesetzlichen Vertreters oder Erfüllungsgehilfen der VHS beruhen.

Göttingen, 5. September 2016
gez. Rüdiger Rohrig
Geschäftsführer

VIII. 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 § 312e 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 entrichten an: Volkshochschule Göttingen Osterode gGmbH, Bahnhofsallee 7, 37081 Göttingen.

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 zurückzugewähren, 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.

Besonderer Hinweis

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausüben.

Ihre Volkshochschule
Göttingen Osterode gGmbH

Impressum

Herausgeber

VHS Göttingen Osterode gGmbH
Bahnhofsallee 7, 37081 Göttingen
Verantwortlich: Rüdiger Rohrig, Geschäftsführer
Amtsgericht Göttingen HRB 204369

Layout/Gestaltung + Satz

Bernd Neubauer
Pastor-Sander-Bogen 43, 37083 Göttingen
E-Mail: bueroneubauer@gmx.de
Tel. 0551 50088238, mobil 0175 1586361

Druck

Göttinger Tageblatt GmbH & Co. KG
Druckhaus Göttingen

Informationen zu Anzeigen und Beilagen

Annabel Kohl
Tel. 0551 4952-25, Fax 4952-32
E-Mail: a.kohl@vhs-goettingen.de

Es gilt die Anzeigenpreisliste 05/2016.
Anzeigenschluss für das Programm 1/2017
ist am 15.11.2016.

Erscheinungsdatum Programm 1/2017

Januar 2017

Titelfoto

Mauritius Bildagentur

Abbildungen

Fotolia.com (S. 4, 5, 14, 15, 42–47, 58, 59), Rüdiger Franke, Bernd Neubauer, Archiv VHS-Geschäftsstelle Duderstadt

Auflage

22.000

Nachdruck nur mit Genehmigung und Quellenangabe.

Satzfehler, Irrtum und Änderungen vorbehalten.

VHS, Geschäftsstelle Göttingen



Geschäftsführer

Rüdiger Rohrig, Tel. 4952-38

Verwaltungsleiter – Prokurist

Thomas Krispin, Tel. 4952-18

Sekretariat

Marina Glazier, Tel. 4952-23

Assistenz der Geschäftsführung

Annabel Kohl, Tel. 4952-25

Anmeldung

Kerstin Fuge, Tel. 4952-39

Ute Gröhe-Schulze, Tel. 4952-39

Corinna Kempe, Tel. 4952-12

Telefonzentrale/Auskunft

0551 4952-0; Andrea Pfeil-Ahting

Tel. 384386-61; Hilke Thomas,
384386-76

MITGLIEDER DES AUFSICHTSRATS

Marcel Riethig (Vorsitzender des Aufsichtsrats, Kreisrat Landkreis Göttingen); Dr. Michael Bonder (Kreistagsabgeordneter, Landkreis Göttingen); Petra Broistedt (Stadträtin, Stadt Göttingen); Klaus-Dieter Gläser (Vorsitzender der Geschäftsführung Agentur für Arbeit Göttingen); Monika Grammel (Kreistagsabgeordnete, Landkreis Göttingen); Katja Grote (Ratsfrau Stadt Göttingen); Carina Hermann (Ratsfrau Stadt Göttingen); Michael Höfer (Ratsmitglied, Stadt Göttingen); Hartmut Kaiser (Geschäftsführer Beteiligungsgesellschaft Stadt Göttingen mbH); Dietmar Linne (Kreistagsabgeordneter, Landkreis Göttingen); Siegfried Pfister (Fachbereichsleiter Finanzen, Landkreis Göttingen); Anette Rötken (Arbeitnehmervertreterin); Dr. Cornelius Schley (Ministerialdirigent a. D.); Astrid Schneller (Arbeitnehmervertreterin); Hans-Georg Schwedhelm (Kreistagsabgeordneter, Landkreis Göttingen)

DIE FACHBEREICHE

Fachbereichsleitung Gesundheit, Kultur

Rüdiger Rohrig, Tel. 4952-38

Studienleiterin Gesundheit + Kultur: Carola Piechota, Tel. 4952-19

Fachbereichsleitung Sprachen

Haide Faridani, Tel. 4952-47

Gundula Laudin, Tel. 4952-13

Informationen Deutsch als

Fremdsprache/Zweitsprache:

Sonja Lehmann, Tel. 4952-37

Fachbereichsleiter EDV, Berufliche Weiterbildung, Schulabschlüsse

Rüdiger Rohrig, Tel. 4952-38

Studienleiterin Pädagogik:

Martina Kopf, Tel. 4952-56;

Studienleiterin Schulabschlüsse:

Astrid Schneller, Tel. 384386-27

Fachbereichsleiterin Projekte

Angelika Böttcher, Tel. 4952-63

Teamleiterin: Bärbel Okatz, Tel. 4952-34

Projektmitarbeiter/innen

Susanne Berdelmann, Tel.

4952-16; Maria Casan-Ciscar,

Tel. 384386-65; Jutta Deiter-

mann, Tel. 4952-43; Goschka

Grynja-Gallwitz, Tel. 4952-29;

Krishna Gutschke, Tel. 384386-

74; Jutta Hindahl, Tel. 384386-

28; Ursula Kraft, Tel. 384386-62;

Dr. Caroline H. Kurz, Tel.

384386-72; Gabriela Ölmann,



Die VHS ist anerkannt nach AZAV
durch



Anmeldung



ABSENDER/IN (BITTE IN GROSSBUCHSTABEN)

Name/Vorname _____

Straße _____

PLZ/Ort _____

Tel./Mobil _____

E-Mail _____

Geburtsdatum* _____

(*Angaben für statistische Zwecke. Die Auswertung erfolgt anonym.)

VHS Göttingen Osterode gGmbH

Geschäftsstellen:

37081 Göttingen, Bahnhofsallee 7

37520 Osterode, Neustädter Tor 1-3

34346 Hann. Münden,
Wilhelmshäuser Str. 90

37115 Duderstadt, Marktstr. 75

Senden Sie mir bitte den aktuellen Newsletter bzw. Angebote der VHS per E-Mail zu.

ICH MÖCHTE FOLGENDE VERANSTALTUNG(EN) BESUCHEN

Kurstitel _____ Kurs-Nr. _____ € _____

und/oder _____ Kurs-Nr. _____ € _____

ICH MÖCHTE FOLGENDE VERANSTALTUNG(EN) AN FOLGENDE PERSON VERSCHENKEN

Kurstitel _____ Kurs-Nr. _____ € _____

und/oder _____ Kurs-Nr. _____ € _____

Name _____ Anschrift _____

ICH STELLE EINEN ERMÄSSIGUNGSANTRAG

Ermäßigungen können nur in Anspruch genommen werden, wenn bei der Anmeldung ein gültiger Nachweis vorliegt. Senden Sie uns den aktuellen Nachweis bitte mit dem Anmeldeformular.

EINZUGSERMÄCHTIGUNG/SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT

Ich ermächtige die VHS Göttingen Osterode gGmbH, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der VHS Göttingen Osterode gGmbH auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Ihre Mandatsreferenznummer erhalten Sie mit der Anmeldebestätigung. **Hinweis:** Der Widerspruch berührt nicht den Vertrag (Ihre Anmeldung), den Sie mit der VHS Göttingen Osterode gGmbH geschlossen haben. Dieser bleibt auch bei einem evtl. Widerspruch weiterhin bestehen.

Konto-Inhaber/in _____ Anschrift _____

BIC _____ Bank _____

IBAN _____

Gläubiger-Identifikationsnummer DE84VHS00001473924

Die in den Geschäftsstellen der VHS Göttingen Osterode gGmbH einsehbaren und im Internet veröffentlichten Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS, insbesondere die Widerrufsbelehrung, habe ich zur Kenntnis genommen und melde mich unter Anerkennung der AGBs verbindlich an. Eine Weitergabe meiner Daten an Dritte erfolgt nicht, sie können aber für die Kursverwaltung gespeichert werden. Bei Personen unter 18 Jahren bitte eine rechtsverbindliche Unterschrift des/der Erziehungsberechtigten.

Ort/Datum _____

Unterschrift Kontoinhaber/in bzw. Unterschrift Teilnehmer/in _____

Göttingen | Osterode | Hann. Münden | Duderstadt

KMS

Kreismusikschule

Tonangebend in der Region

Als öffentlich verantwortete Bildungseinrichtung vermittelt die Kreismusikschule Spaß und Begeisterung an der Musik.

Qualifizierte Dozenten/innen fördern junge ambitionierte Nachwuchsmusiker/innen oder helfen bei dem Einstieg in das erste Instrument.

Und da geht an der „KMS“ einiges...

www.die-kreismusikschule.de

Sprechen Sie uns einfach an und vereinbaren Sie einen Probetermin.

Göttingen

Philipp-Reis-Str. 2a
37075 Göttingen
Tel. 0551 90033-122
kmsgoe@kvhs-snds.de

Osterode

Philipp-Reis-Str. 2a
37075 Göttingen
Tel. 0551 90033-101
kmsoha@kvhs-snds.de

Hann. Münden

Werraweg 12
34346 Hann. Münden
Tel. 05541 4787
kmshmue@kvhs-snds.de

Duderstadt

Christian-Blank-Str. 13
37115 Duderstadt
Tel. 05527 3341
kmsdud@kvhs-snds.de

17

Deutsches
THEATER
Göttingen

Foto © Anton Säckel

Zum weißen Röhl

16

www.dt-goettingen.de

