

## Unsere Leine-VHS Laatzen gGmbH ist ein Leuchtturm in der Bildungslandschaft, der über alle Grenzen hinausstrahlt!

Liebe Lesenden,

mit großer Freude und Zuversicht begrüßen wir Sie zum neuen Herbst-/Wintersemester der Leine-VHS Laatzen gGmbH. Das vorliegende Programmheft ist weit mehr als eine Kursübersicht – es ist ein Ausdruck unseres gemeinsamen Engagements für eine offene, vielfältige und zukunftsfähige Bildungslandschaft als Leuchtturm unserer Stadt. Unsere Volkshochschule steht für lebenslanges Lernen, für Begegnung, für persönliche Entwicklung – und für die Überzeugung, dass Bildung allen zugänglich sein muss.

Hinter uns liegen Monate des Wandels: Mit dem Austritt der Städte Hemmingen und Pattensen aus der Trägerschaft zum 31.12.2024 ist die Stadt Laatzen nun alleinige Gesellschafterin der Leine-VHS Laatzen gGmbH. Diese Entscheidung markiert einen wichtigen Wendepunkt – und war zugleich ein kraftvolles Zeichen des Rates der Stadt Laatzen für den Erhalt und den weiteren Ausbau dieser bedeutenden Bildungsinstitution. Unser ausdrücklicher Dank gilt dem Rat, der mit Weitsicht und Klarheit die strukturellen und finanziellen Grundlagen dafür geschaffen hat, dass die Leine-VHS Laatzen gGmbH weiterhin eine feste Säule der Bildungs- und Kulturlandschaft unserer Stadt und über alle Grenzen hinaus bleibt.

Besonders hervorheben möchten wir in diesem Zusammenhang, wie eng und vertrauensvoll die Zusammenarbeit zwischen der Leine-VHS Laatzen gGmbH und der Stadtverwaltung in den vergangenen Monaten geworden ist. Es ist eine neue Qualität der Kooperation entstanden, die von Offenheit, gegenseitigem Respekt und einem gemeinsamen Ziel getragen wird: die Volkshochschule nachhaltig weiterzuentwickeln, das Angebot bedarfsgerecht auszubauen und tragfähige Strukturen zu schaffen, auf die sich unsere Bürgerinnen und Bürger langfristig verlassen können. Diese neue partnerschaftliche Basis ist nicht nur organisatorisch von Bedeutung – sie ist inhaltlich ein Gewinn für die Menschen in Laatzen und über die kommunale Grenze hinaus.

Dank unseres neuen Dienstleistervertrages mit der Stadt Hemmingen, sind wir weiterhin auch für Sie in der Gutenbergstraße 2 in Hemmingen erreichbar. Wir freuen uns sehr darüber und können somit auch weiterhin ein tolles Angebot für Sie in Hemmingen gewährleisten. Vielen Dank an die Kolleginnen und Kollegen, sowie der Politik der Stadtverwaltung Hemmingen.

Das Herbst-/Wintersemester 2025 bietet Ihnen wieder eine breite Palette an Kursen und Veranstaltungen – von beruflicher Weiterbildung, über Sprachen, digitale Kompetenzen und gesellschaftliche Themen bis hin zu Kunst, Kultur, Gesundheit und Nachhaltigkeit. Unser besonderer Dank gilt dem engagierten Team der Leine-VHS Laatzen gGmbH, sowie den zahlreichen Kursleitenden, die mit Fachwissen, Leidenschaft und Kreativität das Programm zum Leben erwecken. Und nicht zuletzt danken wir Ihnen, liebe Teilnehmende, für Ihr Interesse, Ihre Lernfreude und Ihr Vertrauen.

Wir wünschen Ihnen inspirierende Erfahrungen, spannende Begegnungen und viele neue Impulse beim Besuch Ihrer Volkshochschule. Seien Sie neugierig, offen – und bleiben Sie lernend!

Mit herzlichen Grüßen



**Kai Eggert**

Bürgermeister der Stadt Laatzen und  
Vorsitzender des Aufsichtsrates



**Daniel Diedrich**

Geschäftsführer der Leine-VHS Laatzen gGmbH



# Anmeldung und Information

## Geschäftsstelle Laatzen

30880 Laatzen, Senefelderstraße 17/19

Telefon 0511 89886 222

info@leine-vhs.de

Öffnungszeiten:

montags bis donnerstags 8.00 - 16.00 Uhr

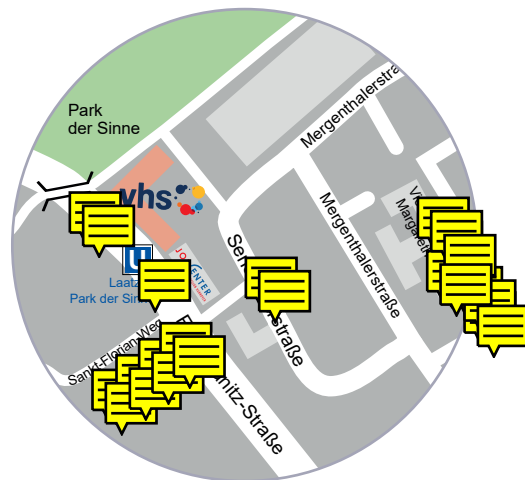
freitags 8.00 - 14.00 Uhr

sowie nach Vereinbarung

**Anmeldung und Beratung:** Mandy Drewniak



Ein **barrierefreier** Zugang mit behindertengerechtem **WC**, behindertengerechtem **Parkplatz** und **Fahrstuhl** sind vorhanden.



## Geschäftsstelle Hemmingen

30966 Hemmingen, Gutenbergstraße 2

Telefon 0511 89886 262

hemmingen@leine-vhs.de

Öffnungszeiten:

montags bis freitags 9.00 - 13.00 Uhr

sowie nach Vereinbarung

**Anmeldung und Beratung:** Lenuta Wehser



Ein **barrierefreier** Zugang mit behindertengerechtem **WC**, behindertengerechtem **Parkplatz** und **Fahrstuhl** sind vorhanden.



## Deutsch & Integration

30880 Laatzen, Senefelderstraße 19

Telefon 0511 89886 235

ermisch@leine-vhs.de

Beratungszeiten: (**ohne Termin!**)

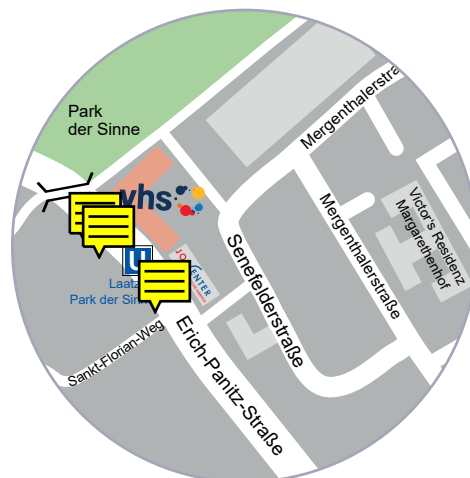
mittwochs 14.00 - 17.00 Uhr

donnerstags 10.00 - 12.00 Uhr

**Anmeldung und Beratung:** Heike Ermisch



Ein **barrierefreier** Zugang mit behindertengerechtem **WC**, behindertengerechtem **Parkplatz** und **Fahrstuhl** sind vorhanden.



# Inhaltsverzeichnis

Anmeldung und Information .....	2
Kurse speziell für Frauen.....	4



Politik, Umwelt , Gesellschaft & Frauen.....	5
Politik.....	6
Gesellschaft.....	9, 15
Philosophie/Religion/Ethik.....	10
Recht/Finanzen.....	10
Persönlichkeitsentwicklung/ Psychologie .....	10
Länder- und Heimatkunde/ Stadtkultur .....	12
Pädagogik/Erziehung/Familie .....	12
Kommunikation/Medien.....	17
Literatur und Lesungen.....	17



Kunst & Kultur.....	21
Bühne und Konzert.....	22
Theaterpraxis.....	23
Kunst- und Kulturgeschichte.....	25
Malen, Zeichnen, Drucktechniken .....	26
Textiles Gestalten.....	28
Plastisches Gestalten.....	28
Handwerk, Kunsthandwerk.....	29
Fotografie.....	30
Musik.....	31
Musikalische Praxis .....	31



Gesundheit.....	35
Entspannung/Stressbewältigung .....	36
Bewegung und Fitness .....	40
Prävention, Krankheit, Gesundheit.....	41
Gesundheitspflege.....	43
Essen und Trinken.....	44
Gesundheit und Psyche.....	45
Natur und Umwelt.....	48



Deutsch & Integration.....	51
Deutsch als Zweitsprache .....	52
Berufssprachkurse.....	55



Sprachen.....	57
Chinesisch .....	59
Dänisch.....	60
Englisch .....	61
Französisch .....	67
Italienisch.....	70
Norwegisch.....	72
Polnisch .....	72
Niederländisch.....	72
Russisch.....	72
Spanisch.....	73



Beruf & Digitalisierung.....	75
Mediananwendungen.....	76
EDV Grundlagen.....	77
Kaufmännische Grund- und Fachlehrgänge.....	79
Organisation/Management.....	80
Fachgebietsübergreifende/ sonstige Kurse.....	81
Xpert Business .....	82



Demokratie, Qualifizierung & Ehrenamt.....	85
Lernförderung (BuT).....	86
junge VHS.....	87
Demokratie.....	88
Qualifizierung.....	89
MiT Miteinander in Toleranz.....	90

Bildungsurlaube.....	83
Lesementoring.....	83
Leine Laden.....	92
Soziale Projekte.....	94
Jobcenter-Beratung.....	99
Datenschutzbestimmungen.....	100
Stichwortverzeichnis.....	102
Impressum.....	104
Allgemeine Geschäftsbedingungen.....	105

## Unsere Bankverbindung:

Sparkasse Hannover  
IBAN DE42 2505 0180 0900 2451 90

# Kurse speziell für Frauen

Als Frau haben Sie ganz spezielle Lebenssituationen und Bedürfnisse.

Aus diesem Grund bieten wir eine Auswahl an Kursen an, die nur für Frauen konzipiert wurden. Diese Kurse ermöglichen es Frauen, in einer netten Umgebung gemeinsam zu lernen und sich miteinander auszutauschen. Sie suchen Austausch zu Fragen, die Sie als Frau angehen und berühren? Sie möchten an Ihren Softskills arbeiten und sich dabei nicht an Männern messen müssen? Sie möchten neue Interessen entdecken und spannende Themen besprechen?

Unsere aktuellen Kurse möchten Antworten, Informationen und Hilfestellungen geben - fühlen Sie sich angesprochen! Sie bekommen wertvolle Zeit, die Sie zufrieden und selbstbewusst macht.

## Fachbereichsleitung

Inna Belinskaia

Telefon 0511 89886 263

belinskaia@leine-vhs.de

10037H....Frauen und Rente: Wie bin ich abgesichert? .....	04.11.2025 .....	Hemmingen-Westerfeld .....	10
10608H....Kulinarischer Filmnachmittag für Frauen.....	15.11.2025 .....	Hemmingen-Westerfeld .....	15
10609H....Meine Stimme - Ausdruck meiner Seele.....	13.09.2025 .....	Hemmingen-Westerfeld .....	15
10610L....Frauen im Gespräch.....	05.09.2025 .....	Laatzen .....	15
10611H....Den Jahren mehr Leben geben.....	02.09.2025 .....	Hemmingen-Westerfeld .....	15
10612L....Den Jahren mehr Leben geben.....	16.09.2025 .....	Laatzen .....	15
10613L....Den Jahren mehr Leben geben.....	18.09.2025 .....	Laatzen .....	15
10631H....Sicher auftreten und selbstbewusst sprechen.....	28.10.2025 .....	Hemmingen-Westerfeld .....	16
10632H....Was haben akt. Beziehungsmuster mit dem eigenen Bindungsstil zu tun? .....	20.01.2026 .....	Hemmingen-Westerfeld .....	16
10633H....Einfach atmen! .....	27.09.2025 .....	Hemmingen-Westerfeld .....	16
20203H....Literarischer Salon I .....	08.09.2025 .....	Hemmingen-Westerfeld .....	17
20204H....Literarischer Salon II .....	16.09.2025 .....	Hemmingen-Westerfeld .....	17

## Hier noch mehr Kurse entdecken...



Alle **buchbaren** sowie **neue Kurse**, die wir im Laufe des Semesters zusätzlich anbieten, können Sie über diesen QR-Code abrufen. (Richten Sie einfach Ihre Mobiltelefon-Kamera auf den Code und öffnen Sie die angezeigte Internet-Seite der VHS.)





## Politik, Umwelt, Gesellschaft & Frauen

### Fachbereichsleitung:

Inna Belinskaia  
belinskaia@leine-vhs.de

### Kursmanagement:

Lenuta Wehser  
wehser@leine-vhs.de

Telefon 0511 89886 262

# Politik, Umwelt, Gesellschaft & Frauen



Hier noch mehr Kurse entdecken...



Alle **buchbaren** sowie **neue Kurse**, die wir im Laufe des Semesters zusätzlich anbieten, können Sie über **diesen QR-Code** abrufen. (Richten Sie einfach Ihre Mobiltelefon-Kamera auf den Code und öffnen Sie die angezeigte Internet-Seite der VHS.)





# WISSEN LIVE

öffnet horizonte

**Wir bieten Ihnen mit unserem neuen Format vhs.wissen live hochkarätige und aktuelle Vorträge von Experten aus Wissenschaft und Gesellschaft!**

**Und so funktioniert vhs.wissen live:**

- Alle Veranstaltungen werden live gestreamt.
- Im Anschluss können Sie sich im Live-Chat aktiv an der Diskussion beteiligen.
- Sie melden sich wie gewohnt für den Vortrag an und erhalten rechtzeitig vor dem Termin den Zugang zu den Veranstaltungslinks per E-Mail von uns.
- Für die Teilnahme benötigen Sie einen PC oder ein Laptop, ein Tablet oder ein Smartphone - jeweils mit Lautsprecher oder Kopfhörer.
- Zudem brauchen Sie eine schnelle Internetverbindung (Bandbreite mindestens 6MBit/s, empfehlenswert sind 16 MBit/s). Eine Teilnahme mit WLAN ist möglich, wir empfehlen jedoch, nach Möglichkeit eine drahtgebundene Internetverbindung zu nutzen.
- Sie müssen keine Software herunterladen.
- Sie brauchen weder Mikrofon noch Kamera.

## Politik

neu!

### Ökonomie für eine gerechte Gesellschaft Gespräch zwischen Joseph Stiglitz (Nobelpreisträger) und Simon Strauss (FAZ)

Unter Donald Trump und Elon Musk greift ein Kult der Freiheit um sich. Doch die Wahl- und Meinungsfreiheit, die J.D. Vance & Co. zu einem Fetisch erhoben haben, geht immer auf Kosten der Freiheit anderer. Joseph Stiglitz, Nobelpreisträger und einer der schärfsten Kritiker Donald Trumps, zeigt, wer die Opfer der neuen Meritokratie sind – und wie der Abbau von Bürokratie sowie unregulierte Märkte Wachstum bremsen und unsere Gesellschaften ärmer machen.

Joseph Stiglitz war Professor für Volkswirtschaft in Yale, Princeton, Oxford und Stanford. Anschließend ging er als Chefvolkswirt zur Weltbank und wurde 2001 mit dem Nobelpreis für Wirtschaft ausgezeichnet. 2025 erschien von ihm das Buch "Der Weg zur Freiheit" bei Siedler. Simon Strauss ist Schriftsteller, Journalist und Theaterkritiker für die FAZ sowie Moderator des FAZ Podcast für Deutschland.

Die Veranstaltung findet auf Englisch statt.

**10011D**

Prof. Dr. Joseph Stiglitz  
Montag, 15. September, 19.30 - 21.00 Uhr  
Online-Kurs  
kostenfrei



neu!

### Ordnung - und was wir von ihr zu halten haben

Es ist merkwürdig! Einerseits verbringen wir große Teile unseres Lebens damit, Ordnung zu schaffen. So geben wir uns Mühe, verschiedene Lebensmittel so zu kombinieren, dass ein "ordentliches" Mittagessen daraus entsteht. Und wir ärgern uns, wenn die Ordnung gestört ist: wenn das monatliche Gehalt nicht auf dem Konto oder der Zug nicht pünktlich ist. Andererseits hat Ordnung keinen guten Ruf. Sie gilt als langweilig oder repressiv, während das Chaos als interessant und reizvoll erscheint. In dem Vortrag wird es um zwei Fragenkomplexe gehen:

1. Was ist überhaupt Ordnung? Ist sie tatsächlich notwendig oder können wir auf sie auch verzichten? Kommen wir besser ohne sie aus?
2. Und woher kommt die beschriebene Wertungsdiskrepanz? Warum streben wir allenthalben Ordnung an, empfinden sie aber oft als lästig?

Kurt Bayertz ist emeritierter Professor für Praktische Philosophie an der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster. Sein Buch "Der aufrechte Gang. Eine Geschichte des anthropologischen Denkens" wurde 2013 mit dem Tractatus-Preis für philosophische Essayistik ausgezeichnet.

**10012D**

Prof. Kurt Bayertz  
Dienstag, 30. September, 19.30 - 21.00 Uhr  
Online-Kurs  
kostenfrei



neu!

### Gefährliche Rivalitäten: Wirtschaftskriege - von den Anfängen bis zu Trumps Deal-Politik

Dass die bislang geltende Weltordnung an ihr Ende gekommen ist, zeigt sich nicht nur an zunehmenden Kriegen und Eskalationen, sondern auch an sich verschärfenden Handelskonflikten – am dramatischsten und weitreichendsten zwischen China und den USA, vor allem aber mit Russland.

In dem Vortrag zeigt der Wirtschaftshistoriker Prof. Werner Plumpe, wie die Geschichte immer schon von wirtschaftlichen Rivalitäten geprägt war, die nicht selten in offene Kriege mündeten – von der Eroberung der Neuen Welt und den Anfängen der Globalisierung über das Zeitalter des Kolonialismus, die Entstehung von Nationalstaaten und die bipolare Weltordnung des Kalten Kriegs bis in die hypervernetzte Welt von heute.

Ob Gold, Öl, Baumwolle, Kakao oder Getreide: Die Suche nach lukrativen Rohstoffen zieht sich wie ein Band durch die Jahrhunderte und immer zeugt sie davon, dass sich ökonomische Interessen auf komplexe Weise mit Fragen nationaler Identität, kulturellen Ideen und machtpolitischen Strategien überlagern.

Prof. Dr. Werner Plumpe lehrte bis 2022 Wirtschafts- und Sozialgeschichte an der Goethe Universität Frankfurt am Main. Zwischen 2008 und 2012 leitete er als Vorsitzender den Verband der Historiker und Historikerinnen Deutschlands.

**10013D**

Prof. Dr. Werner Plumpe  
Mittwoch, 08. Oktober, 19.30 - 21.00 Uhr  
Online-Kurs  
kostenfrei



neu!

### Hoffnung: Eine Geschichte der Zuversicht von Homer bis zum Klimawandel

Darf Hoffnung heute eigentlich noch als Quelle der Kraft gelten oder ist sie nicht viel mehr eine Flucht vor der Realität? Ist sie Tugend oder Torheit?

Jonas Grethlein untersucht in diesem Vortrag 2500 Jahre Geschichte der Hoffnung. Er führt vor Augen, wie Menschen zu allen Zeiten darum rangen, eine ihnen unverfügbare Zukunft zu bewältigen, und zeigt neben den mannigfaltigen Formen des Hoffens auch seine Bedeutung in der Gegenwart auf. So erhellt er das Wesen der Hoffnung als Weltverhältnis, beschreibt, wie sie entstehen, worauf sie sich richten und worin sie gründen kann.

Prof. Dr. Jonas Grethlein lehrt Klassische Philologie an der Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg. Er ist Mitglied der Heidelberger Akademie der Wissenschaften und Träger des Gottfried Wilhelm Leibniz-Preises 2024.

#### 10014D

Prof. Dr. Jonas Grethlein

Mittwoch, 22. Oktober, 19.30 - 21.00 Uhr  
Online-Kurs  
kostenfrei



neu!

### Wann ist ein KI-System vertrauenswürdig?

Künstliche Intelligenz (KI) prägt immer stärker unser Leben und Arbeiten. KI steckt in Navigationssystemen, Suchmaschinen und sozialen Netzwerken, begegnet uns als Chatbot im Kundenservice oder als Sprachassistent.

In spezialisierten Bereichen wie der bildbasierten medizinischen Diagnostik oder der intelligenten Kreislaufwirtschaft leisten KI-Systeme wertvolle Unterstützung. Generative KI kann Texte, Bilder und Videos erstellen, während andere KI-Methoden uns helfen, effizienter zu arbeiten und komplexe Entscheidungen zu treffen.

Doch damit KI-Methoden einen echten Mehrwert für Mensch und Umwelt schaffen, müssen sie vertrauenswürdig sein – eine zentrale Forderung des Europäischen KI-Gipfels im Februar 2025 in Paris.

Im Vortrag erfahren Sie, welche sieben Anforderungen die EU für vertrauenswürdige KI-Systeme definiert hat und wie diese in der Praxis umgesetzt werden können.

Prof. Dr. Ute Schmid ist Mitglied im Direktorium und im Geschäftsleitenden Ausschuss des bidt.

Sie ist Professorin für Kognitive Systeme an der Universität Bamberg und lehrt und forscht seit vielen Jahren im Bereich Künstliche Intelligenz mit Fokus auf menschenähnliches maschinelles Lernen und Methoden für interaktives und erklärendes Lernen. Ute Schmid ist Mitglied im Bayerischen KI-Rat und EurAI Fellow.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Bayerischen Forschungsinstitut für Digitale Transformation (bidt) statt.

#### 10015D

Prof. Dr. Ute Schmid

Mittwoch, 29. Oktober, 19.30 - 21.00 Uhr  
Online-Kurs  
kostenfrei



neu!

### Schönheit der Astronomie II

Die Astronomie gehört zu den schönsten Wissenschaften überhaupt, weil wir mit ihr faszinierende und atemberaubend ästhetische Aufnahmen gewinnen.

Einen großen Anteil daran haben Weltraumteleskope wie Hubble oder neuerdings James Webb. Doch auch andere Instrumente und Methoden der Astrophysik liefern Bilder, die einen großen Reiz ausüben.

Dr. Andreas Müller entführt sein Publikum in die Magie der astronomischen Aufnahmen und tritt den Beweis an: Die Schönheit der Bilder wird noch tiefer empfunden, wenn man sie mit etwas mehr wissenschaftlichem Hintergrundwissen betrachtet.

Andreas Müller ist Astrophysiker und Chefredakteur von "Sterne und Weltraum".

#### 10016D

Dr. Andreas Müller

Montag, 03. November, 19.30 - 21.00 Uhr  
Online-Kurs  
kostenfrei



neu!

### Für die Freiheit: Der Bauernkrieg 1525

Der deutsche Bauernkrieg war der größte Volksaufstand in Westeuropa vor der Französischen Revolution.

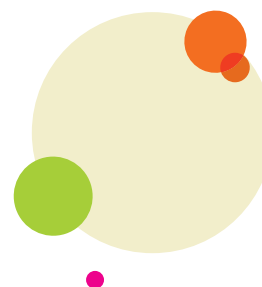
Die Menschen waren wütend darüber, dass die Grundherren das Eigentum an den natürlichen Ressourcen, dem Wasser oder dem Gemeindeland für sich beanspruchte, obwohl diese zu Gottes Schöpfung und damit allen Menschen gehörten. Lyndal Roper zeigt in ihrem Vortrag, dass die Utopie der Bauern und ihr Blick auf die Natur und ihre Ressourcen uns näher sind, als wir glauben.

Lyndal Roper ist "Regius Professor of History" in Oxford. Sie ist Expertin für die Geschichte der Reformation und der Frühen Neuzeit in Deutschland. 2016 wurde sie mit dem Gerda Henkel Preis ausgezeichnet.

#### 10017D

Lyndal Roper

Mittwoch, 05. November, 19.30 - 21.00 Uhr  
Online-Kurs  
kostenfrei



Ihre **Anmeldung** ist auch für kostenfreie Kurse unbedingt **notwendig!**



neu!

## Innovationen für die Verteidigung

Sicherheit und Verteidigung gewinnen in gesellschaftlich und politisch turbulenten Zeiten an Bedeutung. Die Investitionsbereitschaft Deutschlands nimmt zu, um Risiken und Gefahren zu reduzieren. Wer entwickelt Technologien, Produkte und Dienstleistungen, um mögliche Gefahren frühzeitig zu erkennen, ihnen entgegenzutreten und Folgeschäden zu minimieren? Welchen Stellenwert hat Forschung, deren Ergebnisse sich zivil wie auch militärisch nutzen lassen – kurz: Dual Use? Unterscheiden sich zivile und militärische Innovationssysteme? Innovationsforscher Michael Lauster geht in seinem Vortrag diesen Fragen anhand konkreter Beispiele nach. Michael Lauster leitet seit September 2012 das Fraunhofer-Institut für Naturwissenschaftlich-Technische Trendanalysen INT in Euskirchen und hält den Lehrstuhl für Technologieanalyse und -vorausschau an der Fakultät für Maschinenwesen der Rheinisch-Westfälischen Technischen Hochschule Aachen. Lauster studierte Luft- und Raumfahrttechnik an der Universität der Bundeswehr München und schloss sein Studium mit einer Diplomarbeit in Technischer Mechanik ab. Er promovierte in Irreversibler Thermodynamik zum Verhalten realer Fluide und habilitierte sich in Statistik zur Dynamik von Vielteilchensystemen.

Seit Ende 2020 ist er stellvertretender Sprecher des Fraunhofer-Leistungsbereichs Verteidigung, Vorbeugung und Sicherheitsforschung. Michael Lauster ist Mitglied von acatech – Deutsche Akademie der Technikwissenschaften.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaft (acatech) statt.

10020D

Prof. Dr. Dr. Michael Lauster

Dienstag, 25. November, 19.30 - 21.00 Uhr  
Online-Kurs  
kostenfrei

Im **Newsletter** informieren wir Sie gern regelmäßig über unsere interessanten Trends, Aktionen und Angebote. Bitte registrieren Sie sich:  
[www.leine-vhs.de](http://www.leine-vhs.de)

neu!

## Die Frage von Krieg und Frieden im Völkerrecht

Im ersten Teil wird die Grundnorm der seit 1945 geltenden Völkerrechtsordnung, das Verbot der Anwendung militärischer Gewalt in den internationalen Beziehungen, vor ihrem historischen Hintergrund und in ihrem heute maßgeblichen systematischen Zusammenhang entfaltet. Im zweiten Teil werden die aktuellen politischen Herausforderungen des Völkerrechts der Friedenssicherung und dessen denkbare Zukunftsperspektiven in den Blick genommen. Im Anschluss besteht die Gelegenheit zur Diskussion.

Claus Kreß ist Professor für Strafrecht und Völkerrecht an der Universität zu Köln. 2019 wurde er zum Richter ad hoc am Internationalen Gerichtshof in Den Haag ernannt.

Seit 2021 ist er Sonderberater des Anklägers des Internationalen Strafgerichtshofs zum Verbrechen der Aggression. Er ist Mitglied der Leopoldina und Life Member des Clare Hall College der Universität Cambridge.

10018D

Prof. Dr. Dr. Claus Kreß

Donnerstag, 06. November, 19.30 - 21.00 Uhr  
Online-Kurs  
kostenfrei



Ihre **Anmeldung** ist auch für kostenfreie Kurse unbedingt **notwendig!**

neu!

## Neue Technologien und Strafrecht

### Wie können Juristen unerwünschte Nebenfolgen einhegen?

KI, Gentechnik oder Internet – die "Risiken und Nebenwirkungen" moderner Technologien begegnen uns immer wieder. Sind strafrechtliche Verbote in diesen dynamischen Bereichen sinnvoll und international durchsetzbar? Wie lassen sich die Technologien für die Gesellschaft nutzen und gleichzeitig ein Missbrauch sanktionieren? Diesen und anderen Fragen wird die Juristin Susanne Beck in ihrem Vortrag nachgehen – und dabei ihre Begeisterung für das Strafrecht und dessen Bedeutung in unserem Alltag weitergeben.

Susanne Beck ist seit 2013 Inhaberin des Lehrstuhls für Strafrecht, Strafprozessrecht, Strafrechtsvergleichung und Rechtsphilosophie an der Universität Hannover. Susanne Beck beschäftigt sich mit aktuellen Fragen des Medizinstrafrechts, der Digitalisierung des Rechts und dem Zusammenspiel von Normen, Moral und gesellschaftlicher Praxis. Sie ist Mitglied von acatech – Deutsche Akademie der Technikwissenschaften.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaft (acatech) statt.

10019D

Prof. Dr. Susanne Beck

Dienstag, 18. November, 19.30 - 21.00 Uhr  
Online-Kurs  
kostenfrei



neu!

## Die Zitrusfrüchte Italiens

Für uns Nordländer der Inbegriff des Südens, der Frische des Sommers ebenso wie der weihnachtlichen Sehnsucht nach duftender Wärme: Zitronen, Mandarinen, Blutorangen, Bergamotten, Pomeranzen, Zitronatzitronen – unendlich ist die Vielfalt der Agrumen, die in Italien kultiviert werden.

Und alle haben sie ihre eigene Herkunft, ihren eigenen Ort und ihre eigene Geschichte, die der Gastro- und Italienexperte Peter Peter in seinem Vortrag vorstellt.

Dr. Peter Peter lehrte am Gastrosophiezentrum der Universität Salzburg. Der Münchner verfasste eine prämierte Kulturgeschichte der italienischen Küche sowie Literaturguides zu Sizilien und Neapel. Sein Umbrienbuch gewann den ENIT-Preis für den besten deutschsprachigen Italienführer. In der Kolumne "Peters Lebensart" im "Rotary-Magazin", im Podcast "machtHunger" und im Blog "Laconique" informiert er über aktuelle gastronomische Tendenzen.

10021D

Dr. Peter Peter

Mittwoch, 10. Dezember, 19.30 - 21.00 Uhr  
Online-Kurs  
kostenfrei



neu!

## Demographische Transformation und Pflege. Herausforderungen und Perspektiven.

Die Pflege krankt und mangelt. Finanziell, personell, strukturell. Wer, wie, wo künftig in Deutschland die Alten und Kranken pflegt, ist gänzlich offen. Sicher ist: Ohne "gemeinsames Engagement aller" wird in der Pflege nichts mehr gehen. Thomas Klie analysiert in diesem Vortrag die Dilemmata der Pflegeindustrie und präsentiert Ideen und Perspektiven für die Zukunft.

Thomas Klie ist ein deutscher Sozial- und Rechtswissenschaftler. Seine Schwerpunkte liegen u. a. in der sozialen Gerontologie und Pflege. Von 1988 bis 2021 war er als Professor für Rechts- und Verwaltungswissenschaften an der Evangelischen Hochschule Freiburg tätig. Er leitet das 1989 gegründete Institut AGP Sozialforschung und das Zentrum für zivilgesellschaftliches Engagement in Freiburg und Berlin.

10022D

Prof. Dr. Thomas Klie

Mittwoch, 21. Januar, 19.30 - 21.00 Uhr  
Online-Kurs  
kostenfrei



neu!

## Raum für Dialog - diskutieren, zuhören, weiterdenken - Gesellschaft im Gespräch

Die Volkshochschule startet eine neue Veranstaltungsreihe mit der mehrfach ausgezeichneten Künstlerin und Schriftstellerin Corinna Luedtke. In ihrer Rolle als Moderatorin bringt sie aktuelle gesellschaftspolitische Themen auf den Tisch – offen für Diskussion, Austausch und neue Perspektiven.

Eingeladen sind alle, die sich für Politik und gesellschaftliche Entwicklungen interessieren – ganz gleich, ob Sie gern mitdiskutieren oder lieber erst einmal zuhören. Ziel ist es, in einem wertschätzenden Rahmen Gedanken zu teilen, andere Blickwinkel kennenzulernen und eigene Positionen zu reflektieren oder weiterzuentwickeln.

10030H

Corinna Luedtke

mittwochs,  
17. September, 15. Oktober,  
19. November, 17. Dezember,  
21. Januar,  
15.30 - 17.00 Uhr  
Hemmingen-Westerfeld  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
48,- €

## Gesellschaft

neu!

## Dadaistinnen in der Epoche des Dadaismus - "Hört auf, euch mit Männern zu vergleichen!" (Mina Loy) - Vortrag

Dadaismus war eine Kunstbewegung, die während des Ersten Weltkriegs entstand und sich gegen den Krieg und die etablierte Ordnung richtete. Dada entwickelte sich rasant vom legendären Züricher "Cabaret Voltaire" aus über Europa bis in die USA und revolutionierte die Kunst, den Tanz und die Literatur.

Frauen waren in den Dada-Kreisen Zürich, Berlin, Paris, Hannover bis nach New York sehr präsent. An diesem Abend stehen dadaistische Künstlerinnen und Literatinnen, wie Emmy Ball-Hennings, Sophie Taeuber-Arp, Hannah Höch, Elsa von Freytag-Loringhoven, Mina Loy und weitere im Vordergrund. Im Rahmen dieser Veranstaltung wird den weiblichen Spuren der Dadaistinnen nachgegangen, die sich in feinsinnigen und poetischen Nuancen in ihren Arbeiten widerspiegeln, aber auch die rebellische, antiautoritäre und emanzipierte Seite der Powerfrauen dieser Epoche aufzeigen.

Umfangreiches Foto- und Bildmaterial unterstreichen den Vortrag.

10031H

Corinna Luedtke

Dienstag, 28. Oktober, 18.00 - 20.15 Uhr  
Hemmingen-Westerfeld  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
21,- €



neu!

## Rigoros reduziert, zugleich poetisch und bildgewaltig Corinna Luedtke liest Wolfgang Borchert

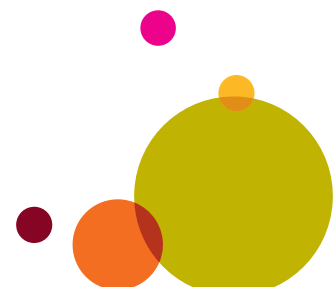
Am diesem Veranstaltungstag jährt sich Wolfgang Borcherts Tod zum 77. Mal – Anlass, einen der kraftvollsten und kompromisslosesten Stimmen der deutschen Nachkriegsliteratur neu zu entdecken. In einer intensiven Lesung nähert sich die Schriftstellerin und Rezitatorin Corinna Luedtke dem Leben und Werk Wolfgang Borcherts.

Rigoros reduziert, zugleich poetisch und bildgewaltig, trifft Borcherts Sprache ins Herz – und mitten ins Heute und erinnert uns daran, was Menschlichkeit bedeutet – in einer Welt, in der das allzu oft vergessen wird.

10032H

Corinna Luedtke

Donnerstag, 20. November, 18.00 - 20.15 Uhr  
Hemmingen-Westerfeld  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
21,- €





**Auf einen Blick:****BU****Bildungsurlaub****WE****Wochenendkurs****neu!****Neuer Kurs****Online-Kurs****Familienkurs****Vorträge, Exkursionen**

## Philosophie/Religion/ Ethik

### Philosophie-Café: Was ist das Glück?

Auf diese Frage gibt es viele Antworten. Um unsere eigene besser herauszufinden, wollen wir sie abgleichen mit einigen Stationen der Philosophiegeschichte: Aristoteles, Augustinus, Thomas von Aquin, Schopenhauer und Wilhelm Schmid.

Die Texte werden in Fotokopien zur Verfügung gestellt.

**10034H**

Prof. Dr. Peter Nickl

montags,

ab 22. September, 15.30 - 17.00 Uhr

7 Termine (14-tägl.)

**Hemmingen-Westerfeld**VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
65,- €**Hier noch mehr Kurse  
entdecken...**

## Recht/Finanzen

### Das 1 x 1 der Geldanlage Geldanlage in Zeiten gestiegener Zinsen und hoher Inflation Vortrag

Die Zinsen für Anleger\*innen befinden sich zwar auf gestiegenen Niveau, gleichzeitig ist die Inflationsrate aber erheblich gestiegen. Wer in Tages- und Festgeld investiert, kann seit Jahren nur geringe Rendite erwirtschaften und kann damit die Inflation nicht ausgleichen. Höchste Zeit also, sich mit alternativen Anlagemöglichkeiten zu beschäftigen.

Folgende Themen werden behandelt:

- Sparverhalten der Deutschen,
- Möglichkeiten der Geldanlage,
- Aktien, Anleihen und Investmentfonds als Anlagestrategie,
- Risiken bei der Geldanlage,
- Vermögenssicherung und -aufbau.

Der NDAC Anlegerclub ist einer der größten Anlegergemeinschaften Deutschlands und vermittelt seit mehr als 25 Jahren Wissen rund um das Thema Geldanlage. Ziel des NDAC ist es, die Bevölkerung in Sachen Geldanlage zu bilden. Es findet keine Anlageberatung statt.

**10035H**

Carsten Witt

Mittwoch, 29. Oktober, 18.00 - 20.30 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
27,- €**neu!**

### Die eigenen Finanzen nachhaltig ausrichten In Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Hemmingen

Wer sein Leben nachhaltig ausrichten möchte, will vermutlich auch bei den eigenen Finanzen ansetzen. So können ökologische und soziale Kriterien sowie gute Unternehmensführung in die kleinen und großen finanziellen Entscheidungen des Lebens einbezogen werden. Der Vortrag in Kooperation mit dem Beratungsdienst Geld und Haushalt gibt Anregungen, wie sich eine nachhaltige Strategie beim Vermögensaufbau und bei der Altersvorsorge angehen und umsetzen lässt.

**10036H**

Heike Höfeld

Samstag, 15. November, 10.00 - 12.15 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
kostenfrei**neu!**

### Frauen und Rente: Wie bin ich abgesichert?

In Kooperation mit der Gleichstellungs-  
beauftragten der Stadt Hemmingen

Jährlich kommt eine Renteninformation ins Haus geflattert, doch gern verschwindet sie schnell in einer Schublade. Aber gerade für Frauen lohnt sich eine frühzeitige Planung der zukünftigen Alterssicherung. Wie wirken sich Kinderzeiten, Teilzeitbeschäftigungen und Minijobs auf die Höhe der Rente aus? In diesem Vortrag erhalten Sie wissenswerte Informationen rund um die Rente und Tipps, was Sie selbst für Ihre Altersvorsorge tun können.

Inhalte:

- Eigene Rente und zusätzliche Altersvorsorge,
- Elternzeit, Teilzeitarbeit, Minijobs und Pflege von Angehörigen,
- Versorgungsausgleich bei Scheidung,
- Witwen- und Erziehungsrenten,
- Grundrentenzuschlag,
- Kurzarbeitszeiten.

**10037H**

Heidi Friedrich (BfA)

Dienstag, 04. November, 17.00 - 19.15 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**VHS-Geschäftsstelle, Rathausplatz 1  
kostenfrei

## Persönlichkeitsentwicklung/ Psychologie

### Ganzheitliches GEDÄCHTNIS- TRAINING: Pimp Your Brain, Block 3

Weiterbildung für den Bordcomputer  
Schwerpunkt: Urteilsfähigkeit, Wahrnehmung, Zusammenhänge erkennen

Wie funktioniert das Gehirn und wie können wir es unterstützen? Verschiedene Übungen zu den 12 Trainingszielen des ganzheitlichen Gedächtnistrainings werden erarbeitet: Assoziatives Denken, Denkfähigkeit, Fantasie und Kreativität, Formulierung, Konzentration, Logisches Denken, Merkfähigkeit, Strukturieren, Urteilsfähigkeit, Wahrnehmung, Wortfindung, Zusammenhänge erkennen. Es werden Einblicke zu Merkstrategien und Mnemotechniken gegeben. Spielerisch und ohne Leistungsdruck, mit kleinen Bewegungselementen, Entspannung, Experimentierfreude und dem Mut zur Lücke nähern wir uns den verschiedenen Aspekten des Gedächtnistrainings. Hier ist für alle etwas dabei.

**WE**



Alle Blöcke sind unterschiedlich, beinhalten die 12 Trainingsziele und haben zusätzlich einen Schwerpunkt.

Bitte Schreibmaterial (Block und Stifte) mitbringen.

#### 10047H

Gudrun Unger

Mittwoch, 27. August, 9.00 - 12.15 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
30,- €

### Ganzheitliches GEDÄCHTNIS- TRAINING: Pimp Your Brain, Block 4

Weiterbildung für den Bordcomputer  
Schwerpunkt: Konzentration, Logisches Denken, Strukturieren

#### 10048H

Gudrun Unger

Mittwoch, 26. November, 9.00 - 12.15 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
30,- €

neu!

### Neurodiversität verstehen - Wie unser Denken Vielfalt zeigt Kooperationsveranstaltung mit der Stadt Hemmingen

Warum denken und/oder fühlen manche Menschen anders? Warum fällt es manchen so schwer, sich zu konzentrieren – während andere sich stundenlang in ein Thema vertiefen können? Freundschaften und Small Talk sind für den einen so einfach, für andere eine Herausforderung. Begriffe wie Autismus, ADHS oder Hochsensibilität begegnen uns immer häufiger – doch was steckt eigentlich hinter "Neurodiversität"?

In diesem Vortrag erfahren Sie, was es bedeutet, neurodivergent zu sein, warum viele Menschen lange auf eine Diagnose warten, und wie wir als Gesellschaft besser mit neurologischer Vielfalt umgehen können. Mit praktischen Beispielen, verständlich erklärt – für alle, die beruflich oder privat mit dem Thema in Berührung kommen oder sich einfach informieren möchten.

#### 10049H

Nadine Haufschild, *Clever. Vorteil.*

Montag, 01. Dezember, 18.00 - 20.15 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
18,- €



### Wo bin ich? Wohin möchte ich? Perspektiven für das neue Jahr (und darüber hinaus) entwickeln

Wie auch immer Ihr Jahr 2025 verlaufen ist, ob intensiv, herausfordernd oder expansiv, der tiefe Winter ist eine Zeit, um in sich zu gehen und auf die Weisheit Ihres Körpers und Herzens zu hören. In diesem Workshop praktizieren wir eine Technik des intensiven Atmens durch die es möglich ist, festgefahrene Gewohnheiten loszulassen und Träume und Visionen zu entwickeln. Denn so wie wir uns unser Leben vorstellen, leben wir unser Leben weiter. Der Workshop richtet sich an alle Altersgruppen!

Bitte bringen Sie Schreibmaterial mit und tragen Sie lockere Kleidung.

#### 10050H

Heike Williams

Donnerstag, 08. Januar, 17.30 - 20.30 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
30,- €

### Schreibwerkstatt: Meine Weihnachtsgeschichte

WE

In diesem Workshop darf eine eigene Geschichte entwickelt werden, die mit Weihnachten zu tun hat oder nicht, verschenkt werden soll oder eine ganz persönliche Erinnerung bleibt.

Bitte bringen Sie Schreibblock/Notizbuch und Stift(e) mit.

#### 10052H

Heike Williams

Samstag, 29. November, 10.00 - 13.00 Uhr

Sonntag, 30. November, 10.00 - 13.00 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
50,- €

Für lesefreudige Frauen bieten wir auf Seite 17 den Literarischen Salon zum Austausch über Literatur an!




## Zukunft beginnt zusammen

Mit unserer langjährigen Erfahrung, begleiten wir Sie und Ihr Zuhause in die Energiewelt von morgen. Mit intelligenter Infrastruktur und intelligenten Energielösungen. Mit starken Voraussetzungen und frischem Vorandenken. Seit mehr als 20 Jahren finden wir die richtigen Antworten auf die Herausforderungen unserer Energiezukunft. Für Sie, für die Region, für uns alle.

avacon.de

## Pädagogik/Erziehung/ Familie

### Die Kinder mit AD(H)S und Co.

Wann gilt ein Kind als „auffällig“, nicht der Norm entsprechend? Welches Verhalten ist in welchem Alter normal? Neurodivers – was bedeutet das?

Dieser Vortrag richtet sich an Eltern von Kindern im Kindergartenalter bis ca. 10 Jahre und klärt über kindliches Verhalten auf. Es wird vor allen Dingen ein Blick auf AD(H)S und Co. geworfen, welche positive Eigenschaften diese Kinder mit sich bringen, welche Herausforderungen im Alltag zu meistern sind und welcher Weg bei dem Verdacht auf eine Diagnose beschritten werden kann, um Hilfe zu bekommen. Zudem werden Ihnen als Eltern Methoden gezeigt, wie Sie mit bestimmten Situationen umgehen können, um ihrem Kind und ihrer Familie ein entspanntes Miteinander zu ermöglichen.

**10505L**

Nadine Haufschild, *Clever.Vorteil.*

Mittwoch, 08. Oktober, 18.30 - 20.45 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

18,- €



### Wenn die Seele schwer wird - Depressionen bei Kindern erkennen und verstehen

Kinder sind oft fröhlich und unbeschwert – doch was, wenn sich hinter einem Lächeln eine tiefe Traurigkeit verbirgt? Depressionen sind eine oft unterschätzte und wenig verstandene Belastung, die auch Kinder betreffen kann. Dieses Seminar richtet sich an Eltern, die sich intensiver mit dem Thema Depression bei Kindern und Jugendlichen auseinandersetzen wollen. Das Seminar vermittelt Wissen und praktische Tipps, um Depressionen bei Kindern zu erkennen und angemessen darauf zu reagieren. Sie erfahren, wie sie betroffene Kinder bestmöglich unterstützen können. Gemeinsam beleuchten wir, wann professionelle Hilfe nötig ist und welche Maßnahmen im Alltag hilfreich sein können.

**10506L**

Nadine Haufschild, *Clever.Vorteil.*

Dienstag, 11. November, 18.30 - 20.45 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

18,- €



## Länder- und Heimat- kunde/Stadtkultur

neu!

### Portugal - von Porto nach Lissabon Im Land der Seefahrer und Entdecker Digitaler Lichtbildvortrag

Das Land im Westen der iberischen Halbinsel wurde von der Sehnsucht nach der Ferne geprägt und verströmte seine Kraft auf den Weltmeeren und in fernen Kolonien. Lassen sie sich 500 Jahre nach Vasco da Gama von den Reiseeindrücken des Referenten überraschen.

Eindrücke der Stadt Porto mit einer Bootsfahrt auf dem Douro stimmen zusammen mit dem Besuch einer Weinkellerei auf das abwechslungsreiche und vor allem gastfreundliche Land am Rande Europas ein. Es folgen Guimaraes, Braga, Aveiro, Coimbra, Tomar, Fatima, Alcobaca, Nazaré, Obidos, Sintra, Cabo da Roca westlichster Punkt des europäischen Festlands. Vom imposanten Castelo de São Jorge aus bietet sich ein weiter Blick über die gesamte Altstadt der Hauptstadt des Landes Lissabon. Eine Fahrt mit der Straßenbahn ist wegen ihres historischen Fahrzeugparks und der reizvollen Streckenführung mit steilen Abschnitten und engen Kurven durch die schmalen Gassen der Altstadt ein bleibendes Abenteuer.

**10061H**

Georg Berthold

Dienstag, 07. Oktober, 18.00 - 20.15 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

15,- €



neu!

### Jordanien - Die andere Seite des Jordans Digitaler Lichtbildvortrag

Das Haschemitische Königreich Jordanien wurde nach dem Ersten Weltkrieg gegründet und hat sich im Laufe der Zeit zu einem modernen Land entwickelt. Ein Land faszinierender Schönheit und aufregender Kontraste. Darüber möchte unser Referent, Georg Berthold, der das Land auch jüngst wieder bereist hat, anschaulich berichten. Das Tor nach Jordanien bildet zunächst die Hauptstadt Amman.

Nach einem Besuch der Altstadt und des Nationalmuseums wird das aus Hannover zurückgeführte Expogelände aufgesucht. 50 km nördlich von Amman folgt die hellenistisch-römische Dekapolisstadt Gerasa. Inmitten der Wüste Besuch von drei Wüstenschlössern u.a. das majestätische Qasr Kharana. In Madaba folgt das berühmte Mosaik des Heiligen Landes aus dem 6. Jh. Ferner der Berg Nebo und Mukhawir, die ehemalige Herodesfestung oberhalb des Toten Meeres, der Ort der Enthauptung Johannes des Täufers und des Tanzes der Salome. Höhepunkt des Vortrags ist der Besuch der legendären Nabatäerstadt Petra. Weitere Höhepunkte sind ein Kamelritt durch das Wadi Rum (Aktionsfeld des legendären Lawrence von Arabien) und eine Übernachtung in der Wüste. Ein Besuch in Aqaba am Roten Meer rundet den Besuch dieses beeindruckenden Landes ab.

**10063L**

Georg Berthold

Dienstag, 18. November, 18.00 - 20.30 Uhr

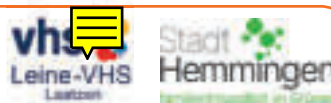
**Laatzen**

Leine Laden, Hildesheimer Str. 37

15,- €







Der Bereich **Eltern und Familie** bietet Bildung von Anfang an. Hier finden Eltern und Pädagogische Fachkräfte, aber auch Kinder und Jugendliche etwas. Die Kurse bieten einen abwechslungsreichen Erlebnisraum für Sie und Ihre Kinder – unterhaltsam und spannend, aktiv und lehrreich.

**Die Angebotspalette ist das Ergebnis einer Kooperation zwischen der Leine-VHS Laatzen und der Stadt Hemmingen.**

neu!

### Gelassen durch den Familienalltag - Stress erkennen, stoppen, vorbeugen

Ein Vortrag für Eltern, die wieder durchatmen wollen  
Kooperationsveranstaltung mit der Stadt Hemmingen

Elternsein ist eine große Aufgabe voller Liebe, aber oft auch geprägt von Zeitdruck, Erschöpfung und ständigen Anforderungen.

Viele Eltern geraten dabei unbemerkt in eine Stressspirale, die den Alltag belastet und an den Kräften zehrt.

In diesem Vortrag erfahren Sie:

- wie elterlicher Stress entsteht und warum er oft unbemerkt wächst,
- wie Sie Warnsignale frühzeitig erkennen,
- welche konkreten Strategien helfen, aus der Stressspirale auszusteigen,
- und wie Sie langfristig für mehr Ruhe, Kraft und Gelassenheit im Familienleben sorgen können.

Ein Abend voller Impulse und alltagstauglicher Tipps – für Eltern, die wieder mehr bei sich selbst ankommen wollen.

**10508H**

Nadine Haufschild, *Clever.Vorteil.*

Mittwoch, 21. Januar, 18.00 - 20.15 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
18,- €



neu!

### Mutterspracherwerb, Deutsch als Zweitsprache, Sprachauffälligkeiten, Pädagogik

Sprache lernen mit der Montessori-Methode  
Kooperationsveranstaltung mit der Stadt Hemmingen

Maria Montessori war zu ihrer Zeit berühmt dafür, dass die Kinder aus ihren Kinderhäusern lesend und schreibend in die Schule kamen.

Sie hat gezeigt, wozu junge Kinder fähig sind, und das dazu noch mit enormer Leichtigkeit und Freude am Lernen. Davon sind wir leider heute oftmals weit entfernt.

In diesem Kurs soll gezeigt werden, wie Maria Montessori die Prinzipien des natürlichen Mutterspracherwerbs genutzt hat, um Kinder optimal in ihrer Sprachentwicklung zu unterstützen. Das betrifft die frühe Wortschatzbildung, die Alphabetisierung und die Psychogrammatik und damit die Grundlagen für unabhängiges Denken und Selbstaussdruck.

Inhalte:

- Sprache im Alltag (Alltagsintegrierte Sprachbildung),
- Deutsch als Fremdsprache,
- Umgang mit Sprachauffälligkeiten,
- Die Drei-Stufen-Lektion,
- Sprach-Material,
- Psychogrammatik,
- Vorbereitung der Alphabetisierung,
- Vorbereitung der Hand (Grob- und Feinmotorik).

**10509H**

Nina Rajkovic-Lege

Dienstag, 13. Januar, 16.30 - 20.15 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
30,- €



neu!

### Digitales Kinderzimmer Online-Veranstaltung für Eltern von Grundschulkindern Kooperationsveranstaltung mit der Stadt Hemmingen und der Landesstelle Jugendschutz Niedersachsen

Bilderbücher auf dem Tablet, smarte Spielzeuge, Spiele-Apps auf dem (elterlichen) Handy, Löwenzähnnchen oder Spongebob im Fernsehen ... die Digitalisierung ist in den Kinderzimmern unserer Jüngsten angekommen.

Kinder mögen die neue Spiele-Welt und sollen zudem in ihren digitalen Kompetenzen von Anfang an gefördert werden. Auf der anderen Seite steht der Datenschutz und mögliche Folgen durch nicht altersgerechte Nutzung.

Dieses Spannungsfeld fordert Mütter und Väter heraus.

Erhalten Sie an diesem Abend Antworten auf Ihre Fragen und tauschen Sie sich mit anderen Eltern aus.

**10510D**

Benjamin Gaum

Montag, 06. Oktober, 19.00 - 20.30 Uhr

Online-Kurs

gebührenfrei



### Werden Sie Kursleiter\*in!

Verfügen Sie über besondere Qualifikationen und möchten diese gern mit Engagement an andere Menschen weitergeben?

Dann bewerben Sie sich bei der Leine-VHS Laatzen!

Sprechen Sie uns an - wir freuen uns auf Ihren Anruf unter 0511 89 886 222.



Neuigkeiten und Kursinformationen erhalten Sie auch über [www.instagram.com/leinevhslaatzen/](https://www.instagram.com/leinevhslaatzen/)



## KIDSSAFE-Kinderschutztraining für Schüler\*innen der 1. - 6. Klasse (Onlinekurs)

Dieser Kurs ist der ultimative Leitfaden wie Ihr Kind lernt, sich effektiv vor Übergriffen, Gewalt & Mobbing im Alltag zu schützen, ohne dabei die typischen Fehler zu machen, damit Sie ruhig und entspannt bleiben können, wenn Ihr Kind allein unterwegs ist.

Das einzigartige Kursprogramm bietet Ihrem Kind das nötige Wissen und die Fähigkeit, damit es im Notfall optimal geschützt ist. Mit einfachen und praxisnahen Lektionen lernt Ihr Kind, in Gefahrensituationen mit Gleichaltrigen oder einem fremden Erwachsenen stets richtig zu reagieren.

Im Kurs wird Ihrem Kind jede Übung ganz genau gezeigt und erklärt. Alle Inhalte sind leicht verständlich und schnell & einfach umsetzbar. Und das Üben macht auch noch jede Menge Spaß!

Nachdem Ihr Kind den Kurs durchlaufen hat, verfügt es über die wichtigsten Grundlagen für einen sicheren Alltag.

Ebenso stehen ein Teilnahme-Zertifikat sowie wichtige Eltern-Tipps als Download bereit.

Der KIDSSAFE-Onlinekurs ist ein fertig aufgezeichnetes Format, bei dem Ihr Kind nicht nur zuschaut, sondern interaktiv mitmacht! Er ist so konzipiert, dass viele Fragen schon durch den Inhalt beantwortet werden.

Der Kurs steht Ihnen ab Starttermin 4 Wochen lang uneingeschränkt zur Verfügung und kann beliebig oft genutzt werden! Sie sind völlig frei in Ihrer zeitlichen Einteilung und Ihr Kind kann in seinem ganz eigenen Tempo lernen und vorankommen!

Hinweis: Wenn Ihr Kind am ersten Kurstag keine Zeit hat teilzunehmen, kann es zu jedem beliebigen Zeitpunkt innerhalb von 4 Wochen den Kurs besuchen.

Voraussetzung für die Teilnahme ist ein PC, Tablet o. ä. mit Internetverbindung, Mikrofon und Kamera. Bitte nur die Browser Google "Chrome" oder Mozilla "Firefox" verwenden.

Der Kurs richtet sich primär an Kinder. Die Anmeldung erfolgt jedoch über die Eltern (als gesetzliche Vertreter und Zahlungspflichtige).

Daher reicht es aus, wenn ein Elternteil die Anmeldung vornimmt. Den Namen des Kindes benötigen wir nicht. Eltern oder ältere Geschwister können als Übungspartner unterstützen, um etwaige Fragen des Kindes zu beantworten. Sie müssen aber nicht angemeldet werden.

### 10512D

KIDSSAFE-Kinderschutztraining  
Freitag, 05. September, 15.00 - 20.30 Uhr  
Online-Kurs  
25,- €



### 10514D

KIDSSAFE-Kinderschutztraining  
Montag, 17. November, 15.00 - 20.30 Uhr  
Online-Kurs  
25,- €



neu!

## Kluge Strategien und Methoden zum leichteren Lernen, Merken und Strukturieren

Für Jugendliche ab 16 Jahren und junge Erwachsene

Welcher Lernmischtyp bin ich? Was sind Mnemotechniken und wie wende ich sie an? Wie wirkt sich Stress auf das Lernen aus und was kann ich dagegen tun? Was hilft bei Prüfungsangst? Wie kann ich verschiedene Methoden aus dem Zeitmanagement einsetzen, um eine nützliche Struktur in Aufgabenbereiche zu bringen. Warum kann auch der "Mut zur Lücke" sinnvoll sein? Lauter Fragen, in diesem Workshop gibt es die Antworten.

### 10516H

Gudrun Unger  
Mittwoch, 28. Januar, 17.00 - 20.00 Uhr  
Hemmingen-Westerfeld  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
30,- €



## Babysitterkurs für Jugendliche ab 13 Jahren Kooperationsveranstaltung mit der Stadt Hemmingen



Damit das Babysitten nicht mehr Stress als nötig bereitet, bietet der Kurs Jugendlichen die Gelegenheit, etwas über die Entwicklung von Kindern, Beschäftigungsmöglichkeiten usw. zu erfahren und in der Praxis zu üben. Die Kursleiterin wird mit den Teilnehmer\*innen auch Situationen besprechen, in denen der/die Babysitter\*in das Kind vor Schaden bewahren muss.

Folgende Themen werden behandelt:

- Entwicklung, Ernährung und Pflege des Kindes,
- Grundlagen der Ersten Hilfe am Kind und Vorbeugung/Unfallverhütung,
- Versicherungsschutz/Aufsichtspflicht,
- sinnvolle Beschäftigungsmöglichkeiten/ Spiele etc.,
- Erstkontakt mit den Familien.

Nach Abschluss des Kurses erhalten die Jugendlichen einen Babysitter-Pass, mit dem sie sich dann bei Eltern bewerben können.

### 10518H

Janet Fremgen  
Samstag, 10. Januar, 10.00 - 16.00 Uhr  
Sonntag, 11. Januar, 10.00 - 14.00 Uhr  
Hemmingen-Westerfeld  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
70,- €

## ERSTE HILFE am Kind

Kooperationsveranstaltung mit der Stadt Hemmingen

Wie helfe ich Kindern bei Verletzungen, Krankheiten und Unfällen? Diese Veranstaltung vermittelt Eltern und betreuenden Personen Kenntnisse zu möglichen Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Kindernotfällen. Durch praktische Übungen sollen Abläufe geübt und Unsicherheiten für den Fall der Fälle abgebaut werden. Folgende Inhalte werden besprochen:

- Umgang mit verletzten Säuglingen und Kleinkindern,
- Verschlucken/Ersticken (Einatmen von Gegenständen),
- Thermische Schädigungen: z. B. Hitzerschöpfung, Hitzschlag, Unterkühlung,
- Vitalfunktionen: Wissen, Erkennen, Erhalten,
- Versorgung von Verletzungen (u. a. Druckverband, Kopfverletzungen),
- Herz-Lungen-Wiederbelebung/Beatmung,
- Vergiftungen, z. B. durch Gartenpflanzen,
- Störungen des Bewusstseins, der Atmung und des Kreislaufes,
- Verschiedene Krankheitsbilder im Kindesalter, z. B. Fieberkrampf, Pseudo-Krupp-Anfälle etc.

### 10520H

Torsten Fricke, Die Pflegeexperten GmbH  
Freitag, 07. November, 17.30 - 20.30 Uhr  
Hemmingen-Westerfeld  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
25,- €

Wenn Sie uns Ihre Mobiltelefonnummer mitteilen, können wir Ihnen **kurzfristige Änderungen per SMS** zeitnah mitteilen.



## Gesellschaft

### Kulinarischer Filmnachmittag für Frauen In Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Hemmingen

WE

In unserer Serie "Filmnachmittag für Frauen" geht es diesmal um eine bewegende Geschichte, die über die Verwirklichung der eigenen Lebensträume handelt.

Die 22-jährige Elaha ist verlobt. Als die Hochzeit näher rückt, wird sie immer mehr mit den Erwartungen ihres Umfelds konfrontiert. Zwischen bedingungsloser Liebe zu ihrer Familie und dem Wunsch nach einem selbstbestimmten Leben hin- und hergerissen, muss sie eine schwerwiegende Entscheidung treffen. In ihrem Langfilmdebüt begleitet Milena Aboyan mit einem differenzierten Blick eine junge Frau, die sich selbstermächtigt und die Deutungshoheit über ihren eigenen Körper erlangt. ELAHA feierte seine Weltpremiere auf der Berlinale 2023.

Vorherige Anmeldung erforderlich: Bei der Leine-VHS unter Tel. 0511 89886 262 oder per E-Mail: [hemmingen@leine-vhs.de](mailto:hemmingen@leine-vhs.de). Hier kann auch der Filmtitel erfragt werden.

#### 10608H

Samstag, 15. November, 16.30 - 19.30 Uhr  
**Hemmingen-Westerfeld**  
Rathaus, Rathausplatz 1, Ratssaal  
19,- € (inklusive Speisen und Getränke)

neu!

### Meine Stimme - Ausdruck meiner Seele - Ein Kurs für Frauen Einführung in die ganzheitliche Stimmarbeit

Die Stimme ist ein wichtiger Teil unserer Persönlichkeit und Sprache unserer Seele. Trotzdem ist es gerade für Frauen manchmal gar nicht so einfach, sich anderen gegenüber stimmig oder sogar bestimmt auszudrücken. Vielleicht kennen auch Sie Situationen, in denen es Ihnen die Stimme verschlagen hat oder Sie den berühmten Frosch im Hals hatten? Oder die Stimme beim freien Sprechen vor einer Gruppe plötzlich zu hoch oder zu leise wurde?

In diesem Vortrag wollen wir das Thema Stimme gemeinsam erforschen, erleben und ergründen.

Wie sind meine Haltung und meine Atmung, wenn ich spreche? Nutze ich meine Resonanzräume und meine Artikulation? Was glaube ich über mich und meine Stimme?

In welchen Situationen fällt es mir schwer, bei mir zu bleiben? Welche Hilfsmittel kann ich nutzen, um mich in herausfordernden Situationen zu stabilisieren?

Wir experimentieren mit Atem- und Körperübungen, Stimmübungen und unserer Vorstellungskraft. Das Schöne daran ist – Stimmarbeit macht Spaß, gibt Energie und lässt uns in unserer Persönlichkeit wachsen!

#### 10609H

Susanne Westphal-Gärtner  
Samstag, 13. September, 14.00 - 19.00 Uhr  
**Hemmingen-Westerfeld**  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
40,- €

### Frauen im Gespräch ab 65 Jahren

Das Alte erinnern, würdigen und schätzen, Neues kennenlernen und über sich hinauswachsen. Angesprochen und einbezogen werden aufgrund vielfältiger Lebenserfahrungen: Die große Welt, der kleine Alltag dargestellt in Themen, die den Geist anregen und die Seele berühren. In dieser Gruppe kann Frau sich zeigen mit ihrer Persönlichkeit, ihrem Wissen und ihren Vorlieben. Sie kann Lebendigkeit spüren durch Austausch und Begegnung, Bereicherung erfahren durch Erlebnisse in der Natur und im kulturellen sowie im sozialen Umfeld.

Denn wir sind mittendrin in dieser Gesellschaft, hinterfragen sie und setzen uns aktiv mit ihr auseinander.

Finden wir noch dieselben Werte vor, die uns wichtig waren und sind, oder gibt es neue Werte, die wir ablehnen oder vielleicht doch annehmen können?

#### 10610L

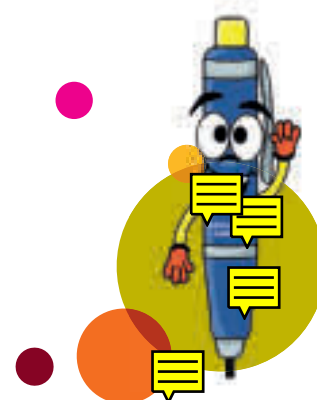
Sylvia Hansen  
freitags,  
ab 05. September, 14.15 - 15.45 Uhr  
7 Termine (14-tägl.)  
**Laatzen**  
Stadthaus, Marktplatz 2  
66,- €

### Den Jahren mehr Leben geben... Frauen und Begegnungen ab 65

... darum geht es in diesem Kurs – die Jahre mit Leben zu füllen in einer sich rasant weiter entwickelnden Gesellschaft. Unterschiedliche Themenbereiche bieten immer wieder neuen Lern- und Diskussionsstoff. Alles, was das Leben spannend macht, wird uns beschäftigen, wie z. B. Neues aus der Altersforschung, philosophische und psychologische Themen, Gedächtnistraining, aktuelle politische und wirtschaftliche Themenbereiche, kurzum alles, was uns angeht! Denn wir sind mittendrin in dieser Gesellschaft, hinterfragen sie und setzen uns mit ihr auseinander. Finden wir noch dieselben Werte vor, die uns wichtig waren und sind, oder gibt es neue Werte, die wir ablehnen oder vielleicht doch annehmen können?

#### 10611H

Gudrun Unger  
dienstags,  
ab 02. September, 15.30 - 17.00 Uhr  
8 Termine  
**Hemmingen-Westerfeld**  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
71,- €





## Den Jahren mehr Leben geben... Frauen und Begegnungen ab 65

Herzlich willkommen zu unserem Frauenkurs im neuen Format!

Dieser Kurs schafft für Frauen ab 65 einen Raum ihre Erfahrungen zu teilen, sich auszutauschen und neue Impulse zu setzen! Wir widmen uns faszinierenden Themen aus der Altersforschung und betrachten sie aus den Perspektiven der Psychologie, Neurowissenschaften, Biologie und Philosophie.

Darüber hinaus beleuchten wir neue Erkenntnisse aus der Kommunikationsforschung. Wir schauen uns die psychologischen und philosophischen Grundlagen von Glück an. Gemeinsam werden wir die Kraftquellen entdecken, die Sie im Alltag nutzen können, um Ihr Leben bereichernd zu gestalten.

### 10612L

Christa Rennecke

dienstags,

ab 16. September, 11.00 - 12.30 Uhr

6 Termine

Laatzen

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

56,- €

## Den Jahren mehr Leben geben... Frauen und Begegnungen ab 65

Herzlich willkommen zu unserem Frauenkurs im neuen Format!

Dieser Kurs schafft für Frauen ab 65 einen Raum ihre Erfahrungen zu teilen, sich auszutauschen und neue Impulse zu setzen! Wir widmen uns faszinierenden Themen aus der Altersforschung und betrachten sie aus den Perspektiven der Psychologie, Neurowissenschaften, Biologie und Philosophie.

Darüber hinaus beleuchten wir neue Erkenntnisse aus der Kommunikationsforschung. Wir schauen uns die psychologischen und philosophischen Grundlagen von Glück an. Gemeinsam werden wir die Kraftquellen entdecken, die Sie im Alltag nutzen können, um Ihr Leben bereichernd zu gestalten.

### 10613L

N.N.

donnerstags,

ab 18. September, 14.30 - 16.00 Uhr

6 Termine

Laatzen

Stadthaus, Marktplatz 2

56,- €

Der Preis gilt bei einer Teilnehmerzahl von 9 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

## neu! Sicher auftreten und selbstbewusst sprechen Ein Kurs für Frauen

Gelegenheiten vor Publikum aufzutreten und zu sprechen, gibt es immer wieder. Sei es in beruflichen oder persönlichen Kontexten. Präsentationen, Vorträge, Reden bei Familienfeiern oder auch das Vorlesen für Kinder oder Enkel gelingen gut mit entsprechender Vorbereitung.

In diesem Kurs befassen wir uns mit gezielten Körper-, Atem- und Sprechtechniken sowie mit einer entspannten und selbstsicheren Grundhaltung. Außerdem gibt es die Gelegenheit mitgebrachte oder gestellte Texte publikumswirksam vorzubereiten und vorzutragen.

Selbstsicher und überzeugend aufzutreten und vor anderen zu sprechen ist erlernbar und macht sogar Spaß!

### 10631H

Kerstin Lingelbach

Dienstag, 28. Oktober, 17.30 - 19.45 Uhr

Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
25,- €

neu!

## Was haben aktuelle Beziehungsmuster mit dem eigenen Bindungsstil zu tun? Ein Kurs für Frauen

In diesem Kurs erfahren Sie Wissenswertes über das Thema Bindung und deren Auswirkung auf Beziehungen im Erwachsenenalter.

Wir befassen uns mit folgenden Fragen:

- Wie entsteht Bindung beim Menschen?
- Welche Bindungsmuster gibt es?
- Wie wirken sich die in der Kindheit erworbenen Bindungsstile auf Beziehungen im Erwachsenenalter aus?
- Was unterstützt gute Beziehungen zu anderen und zu uns selbst?

Beziehungsmuster sind zeitlebens veränderbar und können sich je nach Erfahrungen in alle Richtungen entwickeln. Sich über den eigenen Bindungsstil und das damit verbundene Verhalten bewusst zu werden, hilft beim Aufbau positiver und gelingender Beziehungen in der Gegenwart.

### 10632H

Kerstin Lingelbach

Dienstag, 20. Januar, 17.30 - 19.45 Uhr

Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
25,- €

## Einfach atmen! Ein Kurs für Frauen

Unsere Atmung ist die Verbindung zwischen Körper und Seele. Durch die Anwendung der von mir vorgestellten Form einer intensiven Atemtechnik unterstützen wir die eigenen Selbstheilungs- und Wachstumskräfte. Intensives Atmen ermöglicht eine tiefe Selbsterfahrung, wir können mehr Klarheit finden und Blockaden lösen.

Am besten tragen Sie bequeme/lockere Kleidung.

Dieser Kurs ersetzt keine Therapie!

### 10633H

Heike Williams

Samstag, 27. September, 10.00 - 13.00 Uhr

Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
30,- €



## Literatur und Lesungen

### Literarischer Salon I

#### Ein Kurs für Literatur-interessierte Frauen

Literarische Salons entstanden bereits im 18. Jahrhundert als Zentren gesellschaftlicher Diskussion und als Treffpunkte für den Austausch über neue literarische und gesellschaftliche Entwicklungen. Diese Tradition wollen wir wieder aufleben lassen. Einmal im Monat sprechen wir über einen zeitgenössischen Roman oder über andere gegenwärtige Literatur, zur Abwechslung kann aber auch einmal ein Klassiker dabei sein. Neben Fragen zu Form, Inhalt und Aufbau der Werke geht es auch um die zeitkritische Bedeutung und den Einfluss von Literatur auf die Gesellschaft. Es fallen zusätzliche Kosten für die Anschaffung von Literatur an. Die Titel werden zu Kursbeginn bekannt gegeben. Wenn Sie Freude am Lesen und Austausch über Literatur haben, sind Sie herzlich willkommen!

#### 20203H

Gundel Simon-Ern  
(Literaturwissenschaftlerin)

montags,

08. September, 06. Oktober

03. November, 01. Dezember

18.00 - 20.15 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**

C.-F.-Gauß-Schule, Hohe Bünte 4

56,- €

Eine **Übersicht** aller Kurse speziell für **Frauen** haben wir für Sie auf Seite 4 erstellt.

### Literarischer Salon II

#### Ein Kurs für Literatur-interessierte Frauen

Literarische Salons entstanden bereits im 18. Jahrhundert als Zentren gesellschaftlicher Diskussion und als Treffpunkte für den Austausch über neue literarische und gesellschaftliche Entwicklungen. Diese Tradition wollen wir in diesem Kurs weiterführen. Einmal im Monat wird ein zeitgenössischer Roman (zur Abwechslung kann auch mal ein Klassiker dabei sein) besprochen, nach einem erprobten Ritual: Die erste Stunde äußern sich ausschließlich die Teilnehmerinnen über ihre Leseindrücke, ihre Fragestellungen, ihre Begeisterung oder auch ihre Ablehnung. Danach tritt die Dozentin in die Diskussion ein, rückt zurecht, spitzt zu, beantwortet Fragen.

So werden 2 ½ Stunden in einem lebendigen, gern auch temperamentvollen Gespräch gefüllt, an dessen Ende die Lektüre nicht nur wie ein „offenes Buch“ vor den Teilnehmerinnen liegt, sondern allen durchaus ein Stück weit ans Herz gewachsen ist.

Es fallen zusätzliche Kosten für die Anschaffung von Literatur an. Die Titel werden rechtzeitig vor Kursbeginn bekannt gegeben.

#### 20204H

Gundel Simon-Ern

(Literaturwissenschaftlerin)

dienstags,

16. September, 28. Oktober,

18. November, 09. Dezember

18.00 - 20.15 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**

C.-F.-Gauß-Schule, Hohe Bünte 4

56,- €

## Kommunikation/Medien

neu!

### Smartphone-Treff

#### Für Einsteiger\*innen - Grundlagenkurs für alle Modelle

Lernen Sie die Grundlagen Ihres Smartphones kennen und entdecken Sie, was Ihr Smartphone kann:

- Kontakte einspeichern und anrufen,
- Fotos und QR-Code,
- Betrugsmaschen erkennen,
- Apps ordnen,
- Navigieren mit Google Maps,
- Sprachsteuerung,
- Notfallinformationen hinterlegen und vieles mehr...

Gerne können Sie Ihre individuellen Fragen während des Kurses stellen. Jedes Smartphone ist willkommen unabhängig von Android, Apple iOS u.a.

Der Kurs findet auch in den Herbstferien statt!

#### 11101L

Hans-Peter Büchner

dienstags,

ab 30. September, 17.00 - 18.30 Uhr

5 Termine

**Laatzten**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

60,- €

**Hinweis zur Warteliste:** Bitte melden Sie sich trotz aktuell voll belegtem Kurs an. Wir nehmen Sie auf die Warteliste und informieren Sie, sobald ein Platz für Sie frei wird.

### Smartphone-Treff

#### Für Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen

Dieser Kurs ist geeignet für Smartphone-Nutzer\*innen, die mit den ersten Grundlagen vertraut sind. Was Ihr Smartphone alles kann, wird in einer Präsentation gezeigt und dann zusammen in der Gruppe geübt. Neben dem Austausch über grundlegende Fragen können Sie jederzeit eigene Themenwünsche einbringen.

Themen Vorschläge:

- Fotos erstellen, bearbeiten und versenden,
- E-Mails auf dem Smartphone,
- Datenschutz,
- Sprachassistenten und KI,
- Ortung und Tracker.

Der Kurs findet auch in den Herbstferien statt!

#### 11102H

Hans-Peter Büchner

mittwochs,

ab 01. Oktober, 17.00 - 18.30 Uhr

5 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

60,- €

neu!

### Smartphone Club

#### Für Teilnehmer\*innen mit guten Vorkenntnissen

In diesem Kurs können Sie sich einmal im Monat über grundlegende Fragen rund um das Thema Smartphone austauschen.

Im Gegensatz zu einem Einsteigerkurs gibt es hier kein festgelegtes Programm mehr. Stattdessen können die Teilnehmer\*innen Fragen zu fortgeschrittenen Problemen mit Ihrem Smartphone stellen.

Dieser Smartphone-Kurs ist für Teilnehmer\*innen geeignet, die mehrere Teile der individuelle Anleitung schon besucht oder entsprechende Vorkenntnisse haben.

#### 11103H

Hans-Peter Büchner

montags,

29. September, 27. Oktober,

24. November, 15. Dezember,

19. Januar,

14.00 - 15.30 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

60,- €





## Smartphone Fragestunde

Anders als in den anderen Smartphone-Kursen gibt es hier kein festes Programm, das vorgestellt wird. Stattdessen beantwortet unser Experte Ihnen an diesem Termin Ihre individuellen Fragen in kleiner Runde. Dabei dreht sich alles um das Thema Smartphone, Apps, Probleme und Lösungen im Alltag.

Bringen Sie bitte Ihr geladenes Smartphone mit.

### 11104L

**Hans-Peter Büchner**  
Dienstag, 04. November, 17.00 - 19.15 Uhr  
**Laatzen**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
30,- €

neu!

## iPhone-Treff Für Einsteiger\*innen

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Ihr Apple iPhone ganz genau kennenlernen möchten.

Unser Experte zeigt Ihnen, wie Sie Ihr iPhone bedienen, wichtige Einstellungen vornehmen oder neue Funktionen kennenlernen können.

Kursinhalte:

- Grundlegende Bedienung,
- Ordnung schaffen,
- Hilfreiche Apps,
- iCloud,
- Bedienungshilfen, Sprachsteuerung,
- Fotos machen und bearbeiten,
- und vieles mehr...

Sie lernen den Umgang mit Ihrem iPhone im Detail kennen und entdecken in der Gruppe hilfreiche Apps. Gerne können Sie eigene Themenwünsche äußern.

Dieser Kurs richtet sich an alle Besitzer\*innen eines Apple iPhones oder Apple iPads. Auch ältere Apple Modelle sind willkommen.

Der Kurs findet auch in den Herbstferien statt!

### 11111H

**Hans-Peter Büchner**  
montags,  
ab 06. Oktober, 15.45 - 17.15 Uhr  
5 Termine  
**Hemmingen-Westerfeld**  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
60,- €

## iPhone-Treff Für Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen

In diesem Kurs lernen Sie weitere Funktionen des Betriebssystems und deren Apps, hier werden auch (meist kostenlose) Apps aus dem App Store vorgestellt. Bringen Sie gerne Ihre Fragen während des Kurses ein.

Der Kurs richtet sich an iPhone Nutzer\*innen, die einen Anfängerkurs bereits besucht oder Vorkenntnisse haben.

Der Kurs findet auch in den Herbstferien statt!

### 11112H

**Hans-Peter Büchner**  
mittwochs,  
ab 01. Oktober, 15.00 - 16.30 Uhr  
5 Termine  
**Hemmingen-Westerfeld**  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
60,- €

## iPhone-Treff Für Fortgeschrittene

In diesem Kurs nur für fortgeschrittene iPhone Nutzer\*innen werden in einer Bildschirm-Präsentation weitere Hilfen im Umgang mit iPhone und iPad gezeigt, sowie Fragen der Teilnehmer\*innen beantwortet. Neben Funktionen des Betriebssystems und deren Apps werden auch (meist kostenlose) Apps aus dem App Store vorgestellt.

Der Kurs findet auch in den Herbstferien statt!

### 11113L

**Hans-Peter Büchner**  
dienstags,  
ab 30. September, 15.00 - 16.30 Uhr  
5 Termine  
**Laatzen**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
60,- €

Wenn Sie uns Ihre Mobiltelefonnummer mitteilen, können wir Ihnen **kurzfristige Änderungen per SMS** zeitnah mitteilen.

Eine bildende  
Geschenkidee!!





Locker!  
Lässig!  
Losshoppen!

Schenke einfach immer das Richtige:  
„Leine-Joker“ – der neue Center-Gutschein.

[f](#) [@](#) [d](#) leine-center.de

**LEINE**  
**CENTER**  
LAATZEN



# Werden Sie Dozent\*in bei der Leine-VHS Laatzen!

## Geben Sie Ihre Freude an Ihrem Hobby an andere Menschen weiter!

Wir suchen Sie für die Bereiche:

- Zeichnen & Malen
- Textiles Gestalten
- Gestalten mit Holz
- Gestaltung von Schmuck sowie Accessoire
- Theater
- Musik, etc.

Voraussetzungen:

- Begeisterung und innovative Kursideen
- handwerkliches Geschick und Fingerfertigkeit
- Experimentierfreudigkeit
- kommunikative Fähigkeiten

Wir bieten regelmäßige Kurse an und pflegen ein gutes Arbeitsklima in einem freundlichen, motivierten sowie wertschätzenden Team.

Mehr Informationen bekommen Sie über Frau Cemile Waldmann unter 0511 89886 283 - oder schicken Sie uns ein kurzes Bewerbungsschreiben an [waldmann@leine-vhs.de](mailto:waldmann@leine-vhs.de).

## Kunst & Kultur

### Fachbereichsleitung:

Cemile Waldmann  
waldmann@leine-vhs.de

### Kursmanagement:

Mandy Drewniok  
drewniok@leine-vhs.de

Telefon 0511 89886 282

# Kunst & Kultur



Hier noch mehr Kurse entdecken...



Alle **buchbaren** sowie **neue Kurse**, die wir im Laufe des Semesters zusätzlich anbieten, können Sie über **diesen QR-Code** abrufen. (Richten Sie einfach Ihre Mobiltelefon-Kamera auf den Code und öffnen Sie die angezeigte Internet-Seite der VHS.)







## Bühne und Konzert

neu!

### Der Barbier von Sevilla - kurz geschoren

**Rossinis Faktotum in frisch frasierter, frei verföhnter, fragwürdiger, frecher Façon von und mit Tobias Hieronimi**

Eine Landesbühne plant ein Gastspiel von Rossinis "Der Barbier von Sevilla". Doch das Schicksal hat einen Stau parat, der die ganze Truppe festhält. Während das Publikum ungeduldig im Theater sitzt, übernimmt der bereits anwesende Dramaturg das Zepter. Mit Charme und Witz gibt er eine Einführung in die Oper und hält die Spannung hoch. Als die Zeit weiter verstreicht und der Bus nicht in Sicht ist, fasst er einen mutigen Entschluss: Unterstützt von einer leidgeprüften, ebenfalls todesmutigen Person am Klavier spielt und singt er kurzerhand die Oper allein.

#### 20300A

Tobias Hieronimi

Sonntag, 21. September, 15.20 - 18.30 Uhr

**Hildesheim**

Theater für Niedersachsen TfN,

Theaterstr. 6

26,- €

#### 20301A

Tobias Hieronimi

Mittwoch, 21. Oktober, 20.00 - 22.00 Uhr

**Langenhagen**

TfN im Theatersaal, Robert-Koch-

Realschule, Rathenastr. 14

26,- €

Die Einführung zum Stück ist Teil des Programms und findet am Anfang der Vorstellung im Saal statt.

neu!

### Der zerbrochne Krug - ein Lustspiel von Heinrich von Kleist Ein Meisterwerk unter den Komödienklassikern!

Es ist Gerichtstag im Dorf Huisum, aber um die Wahrheit geht es hier nicht im Geringsten! Denn Dorfrichter Adam muss über eine Tat richten, die er selbst begangen hat. Doch von vorne: Lädiert erscheint Richter Adam zur Gerichtsverhandlung, die Nacht muss wild gewesen sein. Es ist ein Krug zerbrochen in jener Nacht, beklagt von Marthe Rull. Der Krug befand sich im Zimmer ihrer Tochter Eve, ein unerkannter Eindringling hat ihn zerstört. Unter Verdacht steht Eves Verlobter Ruprecht. Oder war es doch dessen Nebenbuhler Lebrecht? Eve, die einzige die die Wahrheit kennt, schweigt. Und das hat einen Grund.

Nicht umsonst gehört „Der zerbrochne Krug“ zu den meistgespielten Stücken auf deutschen Theaterbühnen, weil es um so aktuelle Themen wie Korruption und Machtmissbrauch geht.

#### 20302A

Maren Simoneit

Mittwoch, 24. September, 18.50 - 22.00 Uhr

**Langenhagen**

TfN im Theatersaal, Robert-Koch-

Realschule, Rathenastr. 14

26,- €

#### 20303A

Maren Simoneit

Sonntag, 05. Oktober, 15.20 - 18.30 Uhr

**Hildesheim**

Theater für Niedersachsen TfN,

Theaterstr. 6

26,- €

neu!

### Der geschenkte Gaul Einführung zum Musical Text von Hildegard Knef, Udo Becker, Paul von Schell und Rheinhardt Frieze Musik von Udo Becker

Ein Weltstar kehrt zurück auf die Bretter, die die Welt bedeuten: Hildegard Knef. Erhalten Sie Einblicke in die Gedanken und das Leben der Knef, beginnend in der Zeit des Zweiten Weltkrieges, bis hin zu ihrem Tod im Jahr 2002. Das Musical wurde in Teilen von Hildegard Knef und ihrem Ehemann Paul von Schell persönlich bearbeitet. Erleben Sie fünfzig Jahre Zeitgeschichte und faszinierende Einblicke in ihr Leben, inklusive ihrer berühmtesten Songs wie "Von nun an ging's bergab", "Ich möchte am Montag mal Sonntag haben" oder auch "Für mich soll's rote Rosen regnen".

#### 20304A

Julia Hoppe

Sonntag, 26. Oktober, 15.20 - 18.30 Uhr

**Hildesheim**

Theater für Niedersachsen TfN,

Theaterstr. 6

26,- €

#### 20305A

Julia Hoppe

Sonntag, 23. November, 15.20 - 18.30 Uhr

**Hildesheim**

Theater für Niedersachsen TfN,

Theaterstr. 6

26,- €

neu!

### Ewig jung

Ein Song-Drama von Erik Gedeon

Die Kulissen im Theater stehen noch, aber der Theaterbetrieb wurde eingestellt.

Das Schauspielensemble nutzt die Räumlichkeiten jetzt als Altersresidenz. Sie sind gemeinsam alt geworden, kennen ihre Macken und Marotten und schwelgen in vergangenen Sternstunden. Einzig Schwester Rosa stört das Idyll, wenn sie ihre Schützlinge mit Kinderliedern zum Mitklatschen malträtirt. Verlässt sie aber den Raum, erwacht sie wieder, die Lebensgier. Es wird geflirtet, getanzt und vor allem gesungen. Mit einem Sack unsterblicher Hits im Gepäck lassen es die Bühnenstars a. D. musikalisch krachen während sie den Aufstand gegen die Vergänglichkeit proben.

#### 20306A

Maren Simoneit

Mittwoch, 26. November, 18.50 - 22.00 Uhr

**Langenhagen**

TfN im Theatersaal, Robert-Koch-

Realschule, Rathenastr. 14

26,- €

#### Gemeinsam ins TfN - Theater und mehr

Diese stückbezogenen Angebote finden in Kooperation mit dem Theater für Niedersachsen (TfN) statt.

Bevor Sie die Vorstellung erleben, beginnt Ihr Theaterabend mit einer circa 20-minütigen ebenso fundierten wie anregenden Werkeinführung durch TfN-Dramaturg\*innen. Dabei erfahren Sie Wissenswertes über die Autor\*innen und die Blickrichtung der Inszenierung und gewinnen Eindrücke von der Entstehung der Aufführung. Wenn Sie sich vorab informieren wollen, schauen Sie auf [www.tfn-online.de](http://www.tfn-online.de).

Die Theaterkarten werden Ihnen eine Woche vor der Veranstaltung per Post zugesandt.

neu!

## Titanic

Einführung zum Musical  
Musik und Liedtexte von  
Maury Yeston

Deutsch von Wolfgang Adenberg

WE

Sie galt als unsinkbar. Am 10. April 1912 stach die RMS Titanic vom Hafen in Southampton aus in See zu ihrer Jungfernfahrt über den Atlantik in Richtung New York. Über 2000 Menschen waren an Bord - und mit ihnen ihre Hoffnungen, Sehnsüchte, Wünsche und Träume, die durch die Kollision mit einem Eisberg innerhalb von drei Stunden versanken. Zu mitreißender, dramatischer Musik, mit großen Ensemblenummern und einfühlsamen Balladen gibt das Musical Einblicke in das Leben und Lieben verschiedener Persönlichkeiten, die sich an Bord des Schiffes befanden. Auch 114 Jahre später ist die Faszination für das damals größte Passagierschiff der Welt und seinen tragischen Untergang ungebrochen.

### 20307A

Julia Hoppe

Sonntag, 25. Januar, 15.20 - 19.00 Uhr

Hildesheim

Theater für Niedersachsen TfN,

Theaterstr. 6

26,- €

neu!

## Vermisst! Was geschah mit Agatha Christie?

Ein Krimi-Musical

Musik und Liedtexte von Paul Graham  
Brown

Buch und deutsche Fassung von  
James Edward Lyons

Es ist das Jahr 1926 und Großbritannien ist in Aufruhr - die berühmte Kriminalautorin Agatha Christie wird vermisst.

Die Großfahndung läuft. Währenddessen in einem kleinen abgeschiedenen Hotel in Yorkshire: Eine gewisse Miss Neale sitzt am Frühstückstisch und belauscht die Gespräche der anderen Hotelgäste, die sich um das mysteriöse Verschwinden drehen. Miss Neale - das ist niemand Geringeres als Agatha Christie selbst. Unter ihrem Decknamen beginnt sie heimlich zu ermitteln: Was waren die Gründe für ihre gescheiterte Ehe? Welche Leichen hat die neue Freundin ihres Mannes im Keller versteckt? Und welche Geheimnisse trägt eigentlich dieses kleine verschlafene Hotel in sich?

"Vermisst!" jongliert mit Wahrheit und Fiktion. So entspringt die Geschichte des Musicals (uraufgeführt am 14. April 2023 im Kleinen Theater am Südwestkorso in Berlin) der wahren Begebenheit von Agatha Christies Verschwinden, die elf Tage später in einem Hotel wieder auftauchte, und spickt den Abend mit verschiedenen Zitate und Figuren ihrer Kriminalgeschichten.

### 20308A

Philipp Wegerer

Mittwoch, 28. Januar, 19.30 - 22.00 Uhr

Langenhagen

TfN im Theatersaal, Robert-Koch-

Realschule, Rathenastr. 14

26,- €

## Theaterpraxis

neu!

### Improvisationstheater Schnupperworkshop

Wofür steht Improtheater und warum fasziniert es so viele Menschen? In diesem Workshop entdecken wir gemeinsam die Freude am Spiel durch einfache Theaterspiele, spannende Figuren und kurze Szenen. Wir schaffen einen offenen und unvoreingenommenen Raum, in dem wir lernen, uns selbst und anderen zu vertrauen, unsere Intuition zu nutzen und einfach loszulassen.

Körper und Geist werden aktiviert, und wir erleben erstaunliche Momente, in denen wir uns selbst und andere mit der Kraft unserer Fantasie überraschen. Dieser Workshop ist für alle gedacht, die Interesse an Improtheater haben - egal ob Anfänger\*innen oder Fortgeschrittene! Die wichtigsten Voraussetzungen sind Neugierde, der Wille, Neues auszuprobieren, und ein kleiner Hauch von Mut.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Rutschsocken oder komfortable Schuhe sowie etwas zu trinken mit.

### 20400L

Sarah Hope

Dienstag, 02. September, 19.30 - 21.45 Uhr

Laatzen

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

25,- €

### 20401H

Sarah Hope

Donnerstag, 04. September, 19.30 - 21.45 Uhr

Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

25,- €

Im **Newsletter** informieren wir Sie gern regelmäßig über unsere interessantesten Trends, Aktionen und Angebote.

Bitte registrieren Sie sich:

[www.leine-vhs.de](http://www.leine-vhs.de)



A group of people are dancing in a circus tent. In the foreground, a woman with curly hair, wearing a striped short-sleeved shirt tied at the waist and a red skirt, is dancing with a man in a red shirt and suspenders. Other people are visible in the background, also dancing. The tent has a striped canopy and string lights.

Mehr als  
500.000 Kurse.  
Jetzt  
entdecken!

# Lass Dich mitreißen!

Suchen, finden, buchen.  
Mit dem vhs-Kursfinder auf  
[www.volkshochschule.de](http://www.volkshochschule.de)







neu!

## Improvisationstheater Für Anfänger\*innen

Impro ist nicht nur eine faszinierende Theaterform, sondern auch ein Lebensgefühl. Jede\*r von uns kann improvisieren! Lassen Sie uns gemeinsam die grundlegenden Techniken der Improvisation entdecken, die es uns ermöglichen, spontan auf unvorhergesehene Situationen zu reagieren und dabei ganz im Moment zu sein. Wir lernen, den Kopf freizubekommen, Impulse offen zu empfangen und unsere eigene Intuition zu stärken. So entstehen wie aus dem Nichts kurze Szenen und kleine Geschichten!

Spielspaß und ein positives Gruppenerlebnis stehen dabei im Vordergrund. Dieser Kurs lädt alle ein, die neugierig sind, in die Welt des Improtheaters einzutauchen und ihre Kreativität in einem wertfreien Raum zu entfalten.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Rutschsocken oder komfortable Schuhe sowie etwas zu trinken mit.

### 20402L

*Sarah Hope*

*donnerstags,*

*ab 11. September, 19.30 - 21.00 Uhr*

*4 Termine*

**Laatzen**

*Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19*

*50,- €*

### 20403L

*Sarah Hope*

*donnerstags,*

*ab 30. Oktober, 19.30 - 21.00 Uhr*

*4 Termine*

**Laatzen**

*Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19*

*50,- €*

## Kunst- und Kulturschichte

neu!

### "Die Kunst sollte alle Bedingungen erfüllen, um dem Auge möglichst angenehm zu sein" Alfons Mucha (1860-1939)

Alfons Mucha, ein tschechischer Künstler und wichtiger Vertreter des Jugendstils, erlangte 1894 in Paris durch ein Plakat für die berühmte Schauspielerin Sarah Bernhardt über Nacht große Bekanntheit. Sein charakteristischer Stil zeichnete sich durch zauberhafte Frauenfiguren aus, die von Ornamentbändern, abstrakten Arabesken und stilisierten Naturmotiven umgeben waren.

1900 zog seine Arbeit im bosnisch-herzegowinischen Pavillon auf der Pariser Weltausstellung große Aufmerksamkeit auf sich. Mucha reiste 1904 nach New York und Chicago, kehrte jedoch später in seine Heimat zurück, um sich einem 20-teiligen Werk zum „Slawischen Epos“ zu widmen, das er 1928 der Stadt Prag schenkte. Er verstarb am 14. Juli 1939 in Prag, kurz nach dem Einmarsch der deutschen Truppen in die Tschechoslowakei.

### 20601L

*Dr. Marianne Risch-Stolz*

*Freitag, 05. September, 15.30 - 17.00 Uhr*

**Laatzen**

*Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19*

*31,- €*

neu!

### Vor Sherlock Holmes Kriminalliteratur im 19. Jahrhundert

Krimis genießen seit über einem Jahrhundert große Beliebtheit, wobei Sherlock Holmes als einer der bekanntesten und ersten Verbrechensaufklärer gilt. Der Vortrag stellt jedoch bedeutende Vorläufer und spannende Kriminalromane vor, die bereits vor Conan Doyle existierten. Er beginnt mit Edgar Allan Poes Detektiv C. Auguste Dupin und führt durch die französischen und viktorianischen Höhepunkte der Gattung. Besondere Beachtung finden zudem Werke von Fjodor Dostojewski und Theodor Fontane. Der Schwerpunkt liegt auf der Entwicklung bis hin zu den Meisterdetektiven des 20. Jahrhunderts, die die Kriminalgeschichte wesentlich geprägt haben.

### 20602L

*Klaus Hundgebur*

*Montag, 08. September, 18.00 - 20.15 Uhr*

**Laatzen**

*Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19*

*25,- €*

neu!

### Eine Reise in die Welt der Märchenheldinnen

In Märchen treten Mädchen und Frauen häufig als Heldinnen auf, die durch ihre einzigartigen Stärken und Charakterzüge hervorstechen, die sich deutlich von den Eigenschaften männlicher Helden unterscheiden. Weibliche Heldinnen zeichnen sich durch Mut, Beharrlichkeit, Klugheit und stille Zielstrebigkeit aus. Sie handeln oft unvorhersehbar und hinterfragen das scheinbare Geschehen.

Durch die Vorstellung ausgewählter Märchen und deren Analyse werden die Unterschiede und Polaritäten zwischen männlichen und weiblichen Held\*innen sowie weitere typische Merkmale weiblichen Heldentums beleuchtet.

### 20603L

*Klaus Hundgebur*

*Dienstag, 09. September, 18.00 - 20.15 Uhr*

**Laatzen**

*Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19*

*25,- €*

neu!

### Vertrautes Leben an der Peripherie Europas Die Künstlerkolonie Skagen um 1900

Die bedeutendste Künstlerkolonie des skandinavischen Raums befand sich in Dänemark, genauer: im Fischerdorf Skagen, wo sich gegen Ende des 19. Jahrhunderts die "Skagenmaler" zusammengefounden hatten. Dabei bedienten sich die Maler\*innen nach dem Vorbild der französischen Schule von Barbizon realistischer bzw. naturalistischer Ausdrucksmittel und näherten sich teilweise auch dem Impressionismus stark an. Die Hauptvertreter\*innen der Vereinigung, die Skagen besonders in den Sommermonaten zum Treffpunkt vieler skandinavischer Künstler\*innen machten, waren Holger Drachmann, Oscar Björck, P. S. Krøyer, Marie Krøyer, Christian Krohg sowie das Ehepaar Michael und Anna Ancher.

### 20604L

*Dr. Marianne Risch-Stolz*

*Freitag, 24. Oktober, 15.30 - 17.00 Uhr*

**Laatzen**

*Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19*

*31,- €*

Frau Dr. Risch-Stolz reist exklusiv für Ihre Vorträge aus Leipzig zu uns. Das unterstützen Sie mit einem angehobenen Kursentgelt.



Besuchen Sie uns auf  
[www.facebook.com/LeineVHS/](https://www.facebook.com/LeineVHS/)



neu!

**Art Déco**

Die Art Déco leitet sich vom französischen „L'Art Décoratif“ ab und ist die Stilbezeichnung für eine internationale Richtung in Design, Kunstgewerbe, Architektur und bildender Kunst der Jahre 1920 bis 1940. Die Art Déco bewegt sich zwischen den floralen, rankenden Formen des Jugendstils und den strengen, geometrischen Elementen des Internationalen Funktionalismus, wie sie beispielsweise am Bauhaus entwickelt wurde. So reagierte dieses Design als Kontrastprogramm auf die Träumereien des Jugendstils mit glatten, klaren, eleganten Formen, wobei treppenartige Abstufungen ein beliebtes Gestaltungsmotiv waren. Man entwickelte eine Vorliebe für kostbare, luxuriöse Materialien, wie z. B. Bronze, Ebenholz, Elfenbein oder Glas, die in den unterschiedlichsten künstlerischen Entwürfen ihren Niederschlag fanden.

**20605L***Dr. Marianne Risch-Stolz**Freitag, 28. November, 15.30 - 17.00 Uhr***Laatzten***Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19**31,- €*

neu!

**Tintoretto - venezianischer Meister des Manierismus**

Tintoretto (1518-1594) arbeitete fast ausschließlich in Venedig und hinterließ ein faszinierendes Gesamtwerk, das einerseits durch starke Bewegungen und andererseits koloristisch durch die typische venezianische Farbgebung charakterisiert wird. Berühmt sind seine Wand- und Deckengemälde in der „Scuola di San Rocco“ sowie die Komposition des Paradieses im Dogenpalast. Im Vortrag sollen Leben und Werk dieses Meisters der Lichtführung vorgestellt werden.

**20606L***Dr. Marianne Risch-Stolz**Freitag, 23. Januar, 15.30 - 17.00 Uhr***Laatzten***Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19**31,- €*

Frau Dr. Risch-Stolz reist exklusiv für Ihre Vorträge aus Leipzig zu uns. Das unterstützen Sie mit einem angehobenen Kursentgelt.

neu!

**„Wer genießen kann, trinkt keinen Wein mehr, sondern kostet Geheimnisse“  
Salvador Dali (1904-1989)**

Wein wird seit Jahrtausenden produziert, kultiviert und genossen.

Immer wieder finden sich bildliche Darstellungen der Abläufe des Kelterns und Abfüllens in Weinfässer.

Wie haben Künstler\*innen den Wein in allen seinen Facetten dargestellt? Der Schwerpunkt des Vortrages liegt auf dieser künstlerischen Sichtweise, die besonders im 18. und 19. Jahrhundert oft humorvoll war. Darüber hinaus werden auch einige kulturhistorische Trinkgewohnheiten erklärt. Sie erwartet ein Spaziergang mit Kunstwerken, der über den gewöhnlichen Weingenuß hinausgeht!

**20607L***Dr. Marianne Risch-Stolz**Freitag, 20. Februar, 15.30 - 17.00 Uhr***Laatzten***Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19**31,- €***Malen, Zeichnen, Druck-  
techniken**

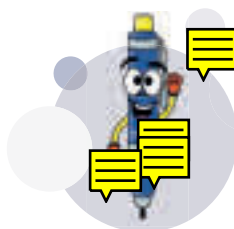
neu!

**Acrylmalerei  
Raum für Kreativität und Farbe**

Bereit für Farbe, Ausdruck und neue Ideen? Egal ob Sie gerade erst beginnen oder bereits Erfahrung mitbringen - in diesem Kurs finden Sie die perfekte Gelegenheit, Ihre Kreativität mit Acryl auf Leinwand freizusetzen. Nehmen Sie Pinsel, Spachtel und Strukturpaste zur Hand und bringen Sie Ihre Inspirationen auf die Leinwand! In einer entspannten Runde gestalten Sie Ihr eigenes Kunstwerk und werden dabei ganz persönlich und mit großem Vergnügen von Frau Guhse unterstützt.

Dieser Kurs findet in den Ferien statt.

Bitte bringen Sie Malerkittel, Küchenrolle, Lappen, Abdeckfolie für den Tisch und eine Leinwand bis zu einem Höchstmaß von 0,80 x 0,80 cm mit.

**20704H***Angelika Guhse**dienstags,**ab 02. September, 18.00 - 20.30 Uhr**5 Termine (14-tägl.)***Hemmingen-Westerfeld***VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
80,- €*

Die Materialkosten in Höhe von 6,- € werden direkt vor Ort mit der Dozentin abgerechnet.

**Freiraum für Kunst -  
Acrylmalerei  
Für Neueinsteiger\*innen und  
Fortgeschrittene**

WE

Wie finden Sie Inspiration für ein gestalterisches oder abstraktes Bild? In unserem Kurs entdecken Sie, wie Sie Farben, Leinwand, Pinsel und Malwerkzeuge optimal einsetzen können. Lassen Sie uns gemeinsam eine spannende Entdeckungsreise durch verschiedene Materialien wie Farben, Sand, Leim oder Strukturmasse unternehmen. Egal ob spontan und spielerisch oder durchdacht und konstruiert - gemeinsam werden wir die Grundlagen der bildnerischen Gestaltung, der Komposition, der Maltechnik, Strukturen und das faszinierende Spiel mit Farben erforschen.

Wir freuen uns, Sie bei diesem kreativen Abenteuer zu begleiten!

Bitte bringen Sie Acrylfarben (rot, gelb, blau, weiß und Farben nach Ihrer Wahl), Pinsel, Schwamm, Spachtel, Schaumstoffrolle, Acrylpapier, Karton, Leinwand, Küchenkrepp, Pappteller, Malerlebeband (glatt), Abdeckfolie für den Tisch und Fußboden sowie einen Malerkittel mit.

**20705L***Sylvia Rose-Krampe**Freitag, 31. Oktober, 10.00 - 18.00 Uhr**Samstag, 01. November, 10.00 - 18.00 Uhr**Sonntag, 02. November, 10.00 - 18.00 Uhr***Laatzten***Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19**133,- €*

neu!

**Acryl-Magie  
Ideen bekommen Farbe  
Ein Freundinnen-Wochenend-  
Workshop**

WE

Lassen Sie uns gemeinsam Ihr kreatives Potenzial entdecken und sich ein Wochenende voller Farbe, Freude und Inspiration gönnen - perfekt, um mit Freundinnen zu verbringen oder neue, kreative Seelen kennenzulernen. Unser Workshop steht allen offen, die die Lust haben, ihre eigene Bildsprache zu erforschen - ob Sie neugierig sind, bereits Erfahrung haben oder einfach kunstbegeistert sind.

Mit Acrylfarben auf Leinwand, Pinseln, Spachteln und Strukturpaste gestalten Sie Ihr persönliches Kunstwerk in einer freien, intuitiven und authentischen Art. In einer gemütlichen und entspannten Atmosphäre begleiten wir Sie individuell und achten auf Ihren eigenen Rhythmus. Dieser Workshop bietet Ihnen die Möglichkeit, auszuprobieren, auszutauschen und sich zu erfreuen.

Bitte bringen Sie Malerkittel, Küchenrolle, Lappen, Abdeckfolie für den Tisch und eine Leinwand bis zu einem Höchstmaß von 0,80 x 0,80 cm mit.

#### 20706H

Angelika Guhse

Samstag, 01. November, 10.00 - 16.00 Uhr

Sonntag, 02. November, 10.00 - 14.00 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
80,- €

Die Materialkosten in Höhe von 6,- € werden direkt vor Ort mit der Dozentin abgerechnet.

neu!

### Acrylmalerei - Kreativität und Aktivität

Für Senior\*innen 70+

WE

Freuen Sie sich auf unser Advents-Event!

Unser Malkurs lädt Sie ein, in einer entspannten Atmosphäre mit Farben zu experimentieren und gleichzeitig etwas für Ihre Gesundheit zu tun. Durch gezielte Pinsel- und Malbewegungen wird die Feinmotorik sanft und wirksam gefördert, was viel Freude bereitet. Ohne Vorkenntnisse gestalten wir gemeinsam kleine Kunstwerke, die nicht nur die Hände, sondern auch die Seele berühren. Der wertvolle Austausch in der Gruppe, die entspannte Stimmung und das Erfolgserlebnis beim Malen tun Ihrem Körper und Ihrem Geist gleichermaßen gut.

#### 20707H

Angelika Guhse

Samstag, 06. Dezember, 9.00 - 12.00 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
24,- €

#### 20708H

Angelika Guhse

Sonntag, 07. Dezember, 15.30 - 17.30 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
24,- €

Die Materialkosten in Höhe von 8,- € werden direkt vor Ort mit der Dozentin abgerechnet.

Der Veranstaltungsort für den Kurs „Acrylmalerei - Kreativität und Aktivität“ kann individuell vereinbart werden.

### Malen zwischen den Jahren - Acryl

Für Neueinsteiger\*innen und Fortgeschrittene

Der Weihnachtstrubel ist nun vorbei, und der Sekt für Silvester steht bereit. Es ist die perfekte Zeit für uns – die Zeit uns dem Malen zu widmen! In einer entspannten Runde werden wir die Acrylmalerei entdecken oder bestehendes Wissen auffrischen. Mit einer Vielzahl von Pinseln, Spachteln und Bürsten werden wir Farbe auf Leinwand oder Papier auftragen, malen, spachteln, kratzen, schütten, kleben und wieder abziehen. So entstehen kreative Werke, ob Entwürfe, Serien oder einzigartige Bilder. Gemeinsam vertiefen wir die Kunst der Komposition, indem wir die Gesetze von Fläche, Linie, Farbe und grafischen Elementen erforschen. Der Zauber dieser besonderen Zeit liegt in Besinnung, Ruhe und Reflexion.

Nutzen wir sie, um abzuschließen und neu zu beginnen - es ist unsere Zeit!

Bitte bringen Sie Acrylfarben (rot, gelb, blau, weiß), Pinsel, Schwamm, Spachtel, Schaumstoffrolle, Acrylpapier, Karton, Leinwand, Küchenkrepp, Pappteller, Malerklebeband (glatt), Abdeckfolie für den Tisch und einen Malerkittel mit.



© Roland Steinmann/pixabay

#### 20709L

Sylvia Rose-Krampe

Sonntag, 28. Dezember, 10.00 - 17.00 Uhr

Montag, 29. Dezember, 10.00 - 17.00 Uhr

Dienstag, 30. Dezember, 10.00 - 17.00 Uhr

**Laatzten**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
109,- €

#### Auf einen Blick:

**BU** Bildungsurlaub

**WE** Wochenendkurs

neu! Neuer Kurs

 Online-Kurs

 Familienkurs

 Vorträge, Exkursionen





neu!

## Kunstvoller Jahresbeginn Neue Perspektiven auf Leinwand

Lassen Sie uns das neue Jahr kreativ beginnen und gemeinsam neue Perspektiven entdecken, indem wir Acrylfarben auf Leinwand anwenden. Dieser Kurs ist für alle gedacht, die ihre kreative Seite entfalten möchten - egal ob Anfänger\*innen oder mit ersten Erfahrungen. In einer entspannten Atmosphäre erstellen Sie Ihr eigenes Kunstwerk mit Farben, Pinseln, Spachteln und Strukturpaste. Wir begleiten Sie bei jedem Schritt, um Ihre Ideen freudvoll auf die Leinwand zu übertragen.

Willkommen im neuen Jahr, geprägt durch Inspiration und kreative Ausdrucksfähigkeit!

Bitte bringen Sie Malerkittel, Küchenrolle, Lappen, Abdeckfolie für den Tisch und eine Leinwand bis zu einem Höchstmaß von 0,80 x 0,80 cm mit.

### 20710H

Angelika Guhse

mittwochs,

ab 07. Januar, 18.00 - 20.30 Uhr

4 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
80,- €

Im Kursentgelt sind die Kosten von 6,- € für das Material bereits enthalten.

## Ein Wochenende voller Farben Für Neueinsteiger\*innen und Fortgeschrittene



Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Acrylmalerei. Wir malen experimentell auf Papier oder Keilrahmen, auch in großem Format. Mit Spachtel, Schwämmen und einer Vielzahl von Pinseln erobern wir gemeinsam die Bildfläche. Durch Techniken wie sanftes Kratzen, Ritzen, Tröpfeln, Schichtenbildung, Auswaschen, Gießen und Füllen gestalten wir die Bildoberfläche kreativ und vielseitig. Die Fantasie kennt keine Grenzen, und die Möglichkeiten sind unendlich. Frau Rose-Krampe begleitet Sie professionell von der Ideenfindung über den Entwurf bis hin zum fertigen Kunstwerk.

Bitte bringen Sie Acrylfarben (rot, gelb, blau, weiß und Farben nach Ihrer Wahl), Pinsel, Schwamm, Spachtel, Schaumstoffrolle, Acrylpapier, Karton, Leinwand, Küchenkrepp, Pappteller, Malerkllebeband (glatt), Abdeckfolie für den Tisch und einen Malerkittel mit.

### 20711L

Sylvia Rose-Krampe

Samstag, 07. Februar, 10.00 - 18.00 Uhr

Sonntag, 08. Februar, 10.00 - 18.00 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

92,- €

neu!

## Kunst verbindet Das kreative Erlebnis für Gruppen

Haben Sie Lust, in einer bunten und positiven Umgebung wunderbare Erfahrungen zu sammeln und echte Gemeinschaft zu erleben? Tauchen Sie mit uns in die faszinierende Welt der Kreativität ein! Egal ob Anfänger\*in oder Kunstliebhaber\*in, gestalten Sie mit Acrylfarben, Pinseln, Spachteln und Strukturpaste Ihr ganz persönliches Kunstwerk. In einer gemütlichen und offenen Atmosphäre bieten wir Ihnen die Möglichkeit, sich auszuprobieren, Ihre Ideen zu teilen und sich gegenseitig zu inspirieren. Ob Sie mit Freunden, Familie, Ihrem Team oder Kolleg\*innen teilnehmen. Dieses Event fördert die Zusammenarbeit, bereitet Freude und hinterlässt unvergessliche Momente.

### 20712H

Angelika Guhse

Termine auf Anfrage

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

Preis auf Anfrage

### Kunst als Brücke für Gruppen:

Eine besondere Chance, gemeinsam zu wachsen und sich kreativ auszuleben!

**Jetzt buchen!**

## Plastisches Gestalten

### Goldschmieden Für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene

Die Goldschmiedekunst ist ein traditionelles Handwerk, das sich auf die Herstellung von Schmuck aus Gold und Silber spezialisiert hat. Obwohl moderne Materialien eingeführt wurden, blieben die traditionellen Methoden weitgehend unverändert. In diesem Kurs lernen Sie unter fachkundiger Anleitung die Techniken der Schmuckgestaltung. Anfänger\*innen starten mit Grundlagen wie Sägen, Feilen, Löten u. a. um einfache, elegante Schmuckstücke zu kreieren. Fortgeschrittene können ihre Kenntnisse vertiefen und zusätzliche Techniken wie z. B. Schmieden oder Fassen von Steinen erlernen.

Als Materialien stehen Silber, Messing, Kupfer und Acrylglass u. a. zur Verfügung.

Vorbesprechung am Mittwoch, 24. September dient der Vorbereitung und sollte wahrgenommen werden. Für Anfänger\*innen von 18.00 Uhr – 18.45 Uhr, für Fortgeschrittene von 18.45 Uhr – 19.30 Uhr.

### 20801A

Brigitta Müller

Mittwoch, 24. September, 18.00 - 19.30 Uhr

Samstag, 27. September, 10.00 - 17.00 Uhr

Sonntag, 28. September, 10.00 - 17.00 Uhr

**Hohenhameln OT Bründeln**

Werkstatt Bründeln, Zur Chaussee 11 A

127,- €

Die Materialkosten richten sich nach der Ausführung der einzelnen Schmuckstücke und werden direkt vor Ort mit der Dozentin abgerechnet.

## Textiles Gestalten

neu!

### Nähkurs Für Anfänger\*innen

Mit unseren Nähmaschinen können Sie wunderbare kleine Kunstwerke kreieren und Ihre Kreativität ganz nach Herzenslust entfalten. Egal ob persönliche Handytaschen oder lebendig farbenfrohe Kissen - hier verwandeln sich Ihre kreativen Ideen in echte Meisterwerke. Unser Kurs bietet Ihnen zudem die Möglichkeit, kleinere Veränderungen oder Verbesserungen an Ihrer Kleidung vorzunehmen, wie zum Beispiel das Anbringen neuer Knöpfe oder das Verfeinern von Knopflöchern. Wir begleiten und unterstützen Sie gerne bei Ihren Projekten und stellen Ihnen ein Bügeleisen zur Verfügung, um Ihre Arbeiten perfekt abzuschließen.

Bitte bringen Sie Baumwollstoff, Garn, Nahttrenner, ein Maßband und Stecknadeln mit.

### 20901L

Astrid Klenke

2 x wöchentlich

dienstags und donnerstags,

ab 02. September 18.00 - 20.30 Uhr

5 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

85,- €

**Ihr Wunschkurs** steht nicht im Programm? Sie vermissen ein Thema? Sie suchen etwas, das Sie schon immer einmal ausprobieren wollen? Kein Problem - sprechen Sie uns an!



neu!

### Nähkurs Für Fortgeschrittene

Möchten Sie ein Kleidungsstück nähen, sind Sie bei uns genau richtig!

Wir führen Sie Schritt für Schritt durch den Nähprozess und erklären alle Abkürzungen und Symbole des Schnittmusters. Eine Schneiderpuppe steht Ihnen zur Verfügung, um das Muster Ihren individuellen Vorstellungen und Maßen anzupassen. Neben den grundlegenden Nähtechniken mit der Nähmaschine lernen Sie auch spezielle Handstiche, wie z. B. die Einarbeitung einer verdeckten Tasche, die das Erscheinungsbild Ihrer Kreation erheblich verbessert. Mit unserer Unterstützung wird das Nähen zu einer wunderbaren und erfüllenden Erfahrung für Sie.

Bitte bringen Sie Stoff, Garn, Nahttrenner, Maßband, Stecknadeln und Nadeln mit.

**20902L**

Astrid Klenke

2 x wöchentlich

dienstags und donnerstags,

ab 07. Oktober, 18.00 - 20.30 Uhr

5 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

85,- €

neu!

### Nähkurs Advent und Weihnachten Für Teilnehmer\*innen mit Näherfahrung

In diesem Kurs nähen wir eine Vielzahl von Weihnachtsmotiven, darunter Nikolausstiefel für kleine Geschenke und funkelnde Sterne. Zudem nähen wir elegante und charmante Geschenkbeutel für den Adventskalender und für die Weihnachtsgeschenke. Ein besonderes Highlight ist die Herstellung von Schutzengeln, die als liebevolle Begleiter in den Haushalten willkommen geheißen werden. Als Abschlussübung kreieren wir einen Weihnachtsbaum, der sowohl als Pinnwand als auch für die Befestigung von selbst genähten Dekorationen ideal geeignet ist.

Bitte bringen Sie Stoff, Garn, Filz, Maßband, Stecknadeln, Nahttrenner und Nähadeln mit.

**20903L**

Astrid Klenke

dienstags,

ab 11. November, 18.00 - 20.30 Uhr

3 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

55,- €

## Handwerk, Kunsthandwerk

neu!

### Klebstofffreie Papierkunst Eine Reise über die Berge ans Meer!

WE

Die Papierkunst zum Ausschneiden, Aufklappen und Aufstellen ist eine wunderbare und vielseitige Aktivität, die nicht nur Ihr Wohlbefinden und Ihre Gesundheit fördert, sondern auch eine farbenfrohe und kostengünstige Beschäftigung ist, die Ihre feinmotorischen Fähigkeiten unterstützt. Die Elemente lassen sich ganz einfach zusammenlegen, aufbewahren oder versenden, was sie besonders praktisch macht. Wir laden Sie ein, Ihrer Fantasie freien Lauf zu lassen und Ihre Träume von Reisen und Urlaub zu verwirklichen. Diese Papierkunstwerke werden Sie inspirieren und Freude bereiten.

Bitte bringen Sie zwei Scheren in unterschiedlicher Größe, A4-Tonpapier und A4-Fotokartonbögen in verschiedenen Farben, Bleistift, Anspitzer, Radiergummi sowie ein Lineal oder ein Geodreieck mit.

**21020L**

Tatjana Surajew

Sonntag, 07. September, 9.30 - 12.15 Uhr

Sonntag, 21. September, 9.30 - 12.15 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

40,- €

neu!

### Wintermotive und Weihnachtszauber Für Senioren\*innen und Rentner\*innen

WE

Die Papierkunst zum Ausschneiden, Aufklappen und Aufstellen ist eine wunderbare Möglichkeit, Ihr Wohlbefinden und Ihre Gesundheit zu stärken. Sie ist günstig, bunt und ideal zum Zusammenlegen, Aufbewahren oder Versenden - und bietet Ihnen zahlreiche Vorteile. Durch das feinmotorische Arbeiten verbessern Sie Ihre Fingerfertigkeit, während Sie gleichzeitig kreative Freiheit genießen. Bauen Sie Ihre Träume von Weihnachtszauber und begleiten Sie mich auf eine Reise in die verschneiten Winterlandschaften. Lassen Sie sich auf eine faszinierende Reise entlang Ihrer Talente und Fähigkeiten ein, während Sie Ihre Weltsicht durch die vielseitige und kreative Papierkunst erweitern.

Bitte bringen Sie zwei Scheren in unterschiedlicher Größe, A4-Tonpapier und A4-Fotokartonbögen in verschiedenen Farben, Bleistift, helle Buntstifte, Anspitzer, Radiergummi sowie ein Lineal oder ein Geodreieck mit.

**21021L**

Tatjana Surajew

Samstag, 20. Dezember, 15.00 - 17.15 Uhr

Sonntag, 21. Dezember, 15.00 - 17.15 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

40,- €





neu!

## Märchenwelten - Märchenstimmung

WE

Die Papierbaukunst ist eine kreative und zugängliche Aktivität, die ohne Kleber an einem einfachen Tisch ausgeübt werden kann. Sie ermöglicht es, eigene Papierwelten zu gestalten, in denen Träume und Märchen lebendig werden. Vom einfachen Basteln von Tischkarten bis hin zu komplexen Strukturen wie Städte und Landschaften entstehen einzigartige, handgefertigte Werke. Neben der Unterhaltung fördert die Papierbaukunst wichtige Fähigkeiten wie Konzentration, Feinmotorik und räumliches Denken. In Bereichen wie Design, Architektur und Pädagogik hilft sie bei der Visualisierung von Ideen und Konzepten und fördert kreative Lösungsansätze.

Bitte bringen Sie zwei Scheren in unterschiedlicher Größe, A4-Tonpapier und A4-Fotokartonbögen in verschiedenen Farben, Bleistift, helle Buntstifte, Anspitzer, Radiergummi sowie ein Lineal oder ein Geodreieck mit.

21022L

Tatjana Surajew

Samstag, 24. Januar, 9.00 - 11.15 Uhr

Sonntag, 25. Januar, 9.00 - 11.15 Uhr

Laatzen

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

40,- €

## Fotografie

neu!

### Fotoclub pro (Portrait und Peoplefotografie)

Der Fotoclub trifft sich dreimal pro Semester und spezialisiert sich auf Porträtfotografie in Zusammenarbeit mit verschiedenen Modellen. Unser erstklassiges Fotostudio, ausgestattet mit einer Studioblitzanlage, steht für Clubabende zur Verfügung, die im Studio oder an außergewöhnlichen Orten im Freien stattfinden. Gemeinsam gestalten wir ansprechende Motive und entwickeln kreative Konzepte, um dynamische Bilder zu erstellen. Die Fotografie von Menschen verlangt viel Geduld und Engagement; durch regelmäßiges Training streben wir nach herausragendem Erfolg.

Wir freuen uns über Ihre Teilnahme bei einem unserer Treffen!

Bitte bringen Sie eine Systemkamera oder DSLR, lichtstarkes Zoom-Objektiv und/oder Festbrennweiten mit. Brennweiten im Bereich zwischen 35 bis 100 @KB-Format sind am geeignetsten.

21104L

Hubert Brenner

Dienstag, 02. September, 18:00 - 21:00 Uhr

Dienstag, 11. November, 18:00 - 21:00 Uhr

Dienstag, 17. Februar, 18:00 - 21:00 Uhr

Laatzen

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

95,- €

Das Modelentgelt von 15,- € pro Teilnehmer\*in wird direkt im Kurs erhoben.

21105H

Hubert Brenner

Mittwoch, 22. Oktober, 18:00 - 21:00 Uhr

Mittwoch, 17. Dezember, 18:00 - 21:00 Uhr

Mittwoch, 04. März, 18:00 - 21:00 Uhr

Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

95,- €

Das Modelentgelt von 15,- € pro Teilnehmer\*in wird direkt im Kurs erhoben.

Die Fotoclubs werden in einer Kleingruppe mit max. 6 Teilnehmer\*innen durchgeführt.

neu!

### Personenfotografie - available light

Entdecken Sie die Magie der Abendfotografie mit unserem exklusiven Fotokurs! Lernen Sie, atemberaubende Porträts unter Laternenlicht, Neonreklamen und beleuchteten Schaufenstern zu erstellen. Der Kurs behandelt die Grundlagen der Ambient-Light-Fotografie, wie Kameraeinstellungen, ISO-Werte, Blenden, Weißabgleich und Verschlusszeiten. Sie erhalten Tipps zur gezielten Nutzung von Lichtquellen, Modelführung und Bildgestaltung. In einer Praxis-Session erkunden Sie urbane Locations, um das Gelernte umzusetzen. Die Bildbesprechung am Ende bietet Analyse und Feedback bei Kaffee und Keksen. Der Workshop richtet sich an alle Fotografie-Enthusiasten, egal ob Anfänger\*innen oder Fortgeschrittene.

Treffpunkt: Restaurant Meiers Lebenslust am Aegie.

Bitte bringen Sie eine Kamera mit manuellen Einstellungen sowie ein lichtstarkes Objektiv (idealerweise 35-105 mm mit großer Blende) mit. Tragen Sie warme, wetterfeste Kleidung und bequeme Schuhe.

21106A

Michael Leitenberger

Mittwoch, 27. August, 17.00 - 21.00 Uhr

Mittwoch, 03. September, 17.00 - 19.00 Uhr

Hannover

Altstadt

70,- €

neu!

### Monochrome Momente auf dem Weihnachtsmarkt Hannover

Tauchen Sie ein in die magische Welt der Street Photography auf dem Weihnachtsmarkt in Hannover - diesmal aus einer neuen, monochromen Perspektive! Im Fotokurs zur Kunst der Schwarz-Weiß-Fotografie lernen Sie, Kontraste, Licht und Schatten sowie Strukturen und Emotionen gezielt einzusetzen. Praktische Tipps zur Bildgestaltung im Street Photography Style, insbesondere die Nutzung von Licht und Schatten und die Erfassung authentischer Momente in festlichen Szenen, sind integraler Bestandteil des Programms. Zudem erhalten Sie wertvolles Feedback und Anregungen für interessante Schwarz-Weiß-Bilder. Unabhängig davon, ob Sie eine Spiegelreflex- oder Systemkamera verwenden, können Sie mit Gleichgesinnten schöne Momente erfassen.

Treffpunkt: Restaurant Meiers Lebenslust am Aegie.

Bitte bringen Sie Ihre Kamera, falls vorhanden ein Lichtstarkes Portraitobjektiv 50 mm bis 85 mm mit. Tragen Sie warme, wetterfeste Kleidung und bequeme Schuhe.

21107A

Michael Leitenberger

Mittwoch, 10. Dezember, 17.00 - 21.00 Uhr

Mittwoch, 17. Dezember, 17.00 - 19.00 Uhr

Hannover

Altstadt

70,- €

### Grundlagen der digitalen Fotografie und Kamera- handhabung

WE

Dieser Workshop richtet sich an Einsteiger, die die faszinierende Welt der Fotografie entdecken möchten. Neben grundlegenden Techniken und theoretischen Kenntnissen lernen Sie die Funktionen Ihrer Kamera kennen und üben diese in praktischen Aufgaben. Besondere Schwerpunkte liegen auf der Beherrschung von Belichtung, Blende, Verschlusszeit und ISO-Empfindlichkeit, um qualitativ hochwertige Bilder zu erstellen. Ein Highlight des Kurses ist die Möglichkeit, mit einem Modell Porträtaufnahmen zu machen, um Ihre neuen Fähigkeiten zu testen. Wir sind überzeugt, dass Sie durch diesen Workshop sowohl Ihre technischen als auch Ihre kreativen Fähigkeiten in der Fotografie erweitern werden.

Wir freuen uns sehr darauf, Sie auf einer spannenden Reise durch die Welt der digitalen Fotografie zu begleiten!





Bitte bringen Sie Ihre digitale Kamera mit geladenen Akkus und leerer Speicherkarte mit.

#### 21108A

Michael Leitenberger

Sonntag, 25. Januar, 10.00 - 16.30 Uhr

Hannover

open-view-foto, An der Tiefenriede 9

70,- €

Das Modelntgelt von 25,- € pro Teilnehmer\*in wird direkt im Kurs erhoben.

Die Fotoworkshops werden in einer Kleingruppe mit max. 6 Teilnehmer\*innen durchgeführt.

## Musik

neu!

### Musikalische Zeiten

Messe- und Requiemtexte in der Musikgeschichte

Der unveränderte lateinische Messtext und das katholische Requiem inspirieren seit Jahrhunderten zahlreiche Komponisten zu großartigen Vertonungen. Dies bietet eine ausgezeichnete Grundlage, um stilistische Veränderungen musikalischer Epochen und individuelle Interpretationen einzelner Komponisten zu analysieren. Im Vortrag werden diese spannenden Entwicklungen detailliert beleuchtet und mit lebendigen musikalischen Beispielen illustriert, die vom gregorianischen Choral bis hin zu Kompositionen des 20. Jahrhunderts reichen. So wird die faszinierende Vielfalt und die bemerkenswerte Evolution der Musikgeschichte auf einzigartige Weise deutlich.

#### 21205L

Klaus Hundgeburst

Dienstag, 07. Oktober, 18.00 - 21.00 Uhr

Laatzen

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

34,- €

## Musikalische Praxis

### Gitarre - A1

Für Anfänger\*innen

Willkommen zu diesem Gitarrenkurs, der Sie in die Grundlagen des Gitarrespiels und der einfachen Liedbegleitung einführt! Mit lebendigen Songbeispielen aus verschiedenen Epochen und Stilrichtungen lernen Sie die wesentlichen Akkorde kennen.

Unabhängig von Ihrem Alter können Sie die Freuden des Gitarrenspiels entdecken. Musik inspiriert und begeistert Menschen aller Altersgruppen und fördert künstlerische Fähigkeiten, Konzentrationsvermögen, Geduld und Fingerfertigkeit. Zudem ist es eine ausgezeichnete Möglichkeit, Stress abzubauen und kreativ zu werden.

Wir freuen uns, Sie bei diesem spannenden Abenteuer zu begleiten!

Bitte bringen Sie eine eigene Gitarre und Schreibutensilien mit.

#### 21300L

Lutz Witte

dienstags,

ab 09. September, 17.00 - 18.00 Uhr

12 Termine

Laatzen

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

76,- €

Die Lehrmaterialkosten von 5,- € werden direkt vor Ort mit dem Dozenten abgerechnet.

### Gitarre - F1

Für Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an Gitarrenspieler\*innen mit grundlegenden Kenntnissen. Neben der Vertiefung der bereits beherrschten Akkorde lernen Sie verschiedene Zupf- und Schlagtechniken, inspiriert von Liedern großer Künstler wie den Beatles, Simon & Garfunkel, John Denver, Cat Stevens und Ed Sheeran. Die musikalische Auswahl folgt Ihren Vorlieben und umfasst fesselnde Melodien aus den Stilrichtungen Klassik, Blues oder Flamenco. Dadurch entsteht eine abwechslungsreiche und angenehme Atmosphäre, die das Üben und Genießen des Instrumentalspiels fördert.

Wir freuen uns darauf, Sie bei diesem spannenden Lernprozess zu begleiten!

Bitte bringen Sie eine eigene Gitarre und Schreibutensilien mit.

#### 21301L

Lutz Witte

dienstags,

ab 09. September, 18.15 - 19.15 Uhr

12 Termine

Laatzen

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

76,- €

Die Lehrmaterialkosten von 5,- € werden direkt vor Ort mit dem Dozenten abgerechnet.

### Fortgeschrittenenkurs Gitarre "Das Abenteuer geht weiter"

Dieser Kurs ist für alle, die schon mal am Einsteigerkurs "Abenteuer Gitarre" teilgenommen haben. Wir wollen in diesem Kurs die erlernten Griffe und Lieder vertiefen und neue Akkorde und Schlagtechniken erlernen.

Das Abenteuer Gitarre geht weiter!

Notenkenntnisse sind nicht erforderlich!

#### 21302H

Willi Schönamsgrober

mittwochs,

ab 10. September, 16.30 - 17.15 Uhr

12 Termine

Hemmingen-Westerfeld

C.-F.-Gauß-Schule, Hohe Bünte 4

60,- €

Die Lehrmaterialkosten von 10,- € werden direkt vor Ort mit dem Dozenten abgerechnet.

### Songs zur Gitarre "A star is born"

Auf den Spuren der Stars: Von den Beatles, den Stones, Bob Dylan, Simon and Garfunkel bis zu U2 werden Songs gemeinsam erlernt, gespielt und gesungen. Wer schon immer mal die Klassiker der Rockmusik spielen wollte und die Grundakkorde und Griffe auf der Gitarre einigermaßen beherrscht, ist hier genau richtig!

Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

#### 21303H

Willi Schönamsgrober

mittwochs,

ab 10. September, 17.30 - 18.15 Uhr

12 Termine

Hemmingen-Westerfeld

C.-F.-Gauß-Schule, Hohe Bünte 4

60,- €

Die Lehrmaterialkosten von 10,- € werden direkt vor Ort mit dem Dozenten abgerechnet.

Hier noch mehr Kurse entdecken...



Wenn Sie uns Ihre Mobiltelefonnummer mitteilen, können wir Ihnen **kurzfristige Änderungen per SMS** zeitnah mitteilen.



## Einsteigerkurs "Abenteuer Gitarre"

Entdecken Sie das "Abenteuer Gitarre"! Dieser Kurs richtet sich an Gitarren-Einsteiger\*innen, die schon immer mal Gitarre spielen wollten, aber nie so richtig damit begonnen haben. Sie Erlernen einfache Griffe und verschiedene Möglichkeiten, Lieder auf der Gitarre zu begleiten.

Vorkenntnisse im Gitarrenspiel oder Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte bringen Sie Ihre eigene Gitarre mit.

Im Ausnahmefall kann gegen eine Gebühr eine Gitarre ausgeliehen werden.

### 21304H

Willi Schönamsgrober

mittwochs,

ab 10. September, 18.30 - 19.15 Uhr

12 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

C.-F.-Gauß-Schule, Hohe Bünte 4

60,- €

Die Lehrmaterialkosten von 10,- € werden direkt vor Ort mit dem Dozenten abgerechnet.

Dieser Einsteigerkurs wird in einer Kleingruppe mit max. 5 Teilnehmer\*innen durchgeführt.

## "unplugged" - Jeder Song ist ein Erlebnis

Für alle, die schon etwas Erfahrung mit Barrégriffen haben, bietet dieser Kurs die Möglichkeit das Barréspiel zu verfeinern und Sicherheit im Begleiten von bekannten Pop- und Folksongs wie z. B. "Hey Jude", "Father and Son" und "House of the Rising Sun" zu erlangen. Daneben lernen wir viele neue Songs kennen. Und das alles "unplugged", denn jeder Song ist ein Erlebnis!

Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

### 21305H

Willi Schönamsgrober

mittwochs,

ab 10. September, 19.30 - 20.15 Uhr

12 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

C.-F.-Gauß-Schule, Hohe Bünte 4

60,- €

Die Lehrmaterialkosten von 10,- € werden direkt vor Ort mit dem Dozenten abgerechnet.

## Mundharmonika/ Bluesharp Für Anfänger\*innen

Die Bluesharp, auch als Mundharmonika bekannt, spielt eine wichtige Rolle in Genres wie Blues, Pop, Rock, Country und Volksmusik. Im Kurs werden am ersten Tag die Geschichte und Grundlagen des Spielens, einschließlich Haltung, Atmung und Einzeltonspiel, vermittelt. Die Darstellung von Tönen ohne Notenschrift, insbesondere die Tonleiter in der zweiten Oktave, steht im Mittelpunkt. Am zweiten Tag lernen Sie die Technik des "Bending", die es erlaubt, Töne in der ersten Oktave zu verfeinern und zu modifizieren. In den darauffolgenden Tagen wird das Bluesschema und weitere Spielmethoden erarbeitet. Ein entsprechendes Instrument kann über den Dozenten vergünstigt bezogen werden.

Für Tipps zum Kauf steht er unter 0176 – 346 443 92 oder per E-Mail an harplernen@gmail.com zur Verfügung.

Bitte bringen Sie eine diatonische Mundharmonika im Ton „C“ mit, die auch als Bluesharp bekannt ist. Diese Instrumente haben zehn Kanzellen oder Blasöffnungen und sind in der sogenannten Richterstimmung justiert. Ein geeigneter Hersteller ist z. B. Seyde.

### 21306L

Kay Steffens

donnerstags,

ab 09. Oktober, 18.00 - 19.30 Uhr

4 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

47,- €

### 21307H

Kay Steffens

donnerstags,

ab 20. November, 18.00 - 19.30 Uhr

4 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

47,- €

## Mundharmonika/ Bluesharp Tagesworkshop Für Anfänger\*innen

Die Bluesharp, auch als Mundharmonika bekannt, ist ein kleines, vielseitiges und oft unterschätztes Instrument, das in Genres wie Blues, Pop, Rock, Country und Volksmusik eine wichtige Rolle spielt. Im Workshop lernen Sie grundlegende Atem- und Spieltechniken kennen. Ein vollwertiges Instrument für die Hosentasche.

Ein entsprechendes Instrument kann über den Dozenten vergünstigt bezogen werden.

Für Tipps zum Kauf steht er unter 0176 346 443 92 oder per E-Mail an harplernen@gmail.com zur Verfügung.

Bitte bringen Sie eine diatonische Mundharmonika im Ton „C“ mit, die auch als Bluesharp bekannt ist. Diese Instrumente haben zehn Kanzellen oder Blasöffnungen und sind in der sogenannten Richterstimmung justiert. Ein geeigneter Hersteller ist z. B. Seyde.

### 21308H

Kay Steffens

Samstag, 18. Oktober, 12.00 - 18.00 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

47,- €

### 21309L

Kay Steffens

Samstag, 25. Oktober, 12.00 - 18.00 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

47,- €

## Powerdrums - Djembetrommeln

Wir freuen uns, Sie herzlich einzuladen, westafrikanische Rhythmen auf Djembetrommeln zu entdecken! In unserem Workshop lernen Sie spielerisch und mit viel Spaß am Musizieren die Anschlagstechniken der Djembe, verschiedene Rhythmusfiguren, das mehrstimmige Zusammenspiel und freies Improvisieren kennen. Dies ist eine großartige Möglichkeit, westafrikanische Rhythmen zu erforschen und Ihre eigene Musikalität zu entdecken und zu pflegen. Egal, ob Sie bereits Erfahrung im Trommeln haben oder erst anfangen möchten - jede\*r ist herzlich willkommen!

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte bringen Sie, falls vorhanden, Ihre eigene Djembe mit.

### 21320H

Detlef Spielvogel

Samstag, 27. September, 10.00 - 16.30 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

70,- €

Djembetrommeln können gegen eine Gebühr von 5,- € ausgeliehen und direkt im Kurs mit dem Dozenten abgerechnet werden.

## Trommeltag(e)! Das ist der Rhythmus, bei dem ich mit muss..!

Trommeln auf Congas ist reiner Rhythmus, der Lebensfreude weckt und unsere Herzen öffnet. Es begeistert Menschen aller Altersstufen und bietet uns die wunderbare Möglichkeit, eine besondere Form des Miteinanderseins zu erleben.







Im spielerischen Raum des Rhythmus entdecken wir mit Trommeln und Kleinpercussion unsere Kreativität. Gemeinsam üben wir die Grundtechniken der Congas, um die afro-lateinamerikanischen Rhythmen zu meistern, und bringen sie zu einem inspirierenden Zusammenspiel.

Kommen Sie mit und lassen Sie sich von der Magie der Musik einfangen!  
Bringen Sie gern eigene Congas oder Rhythmusinstrumente mit.

#### 21321L

Hugo Bandorf

Samstag, 04. Oktober, 15.00 - 18.45 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

35,- €

#### 21322L

Hugo Bandorf

Samstag, 22. November, 15.00 - 18.45 Uhr

Montag, 24. November, 19.00 - 20.30 Uhr

Montag, 01. Dezember, 19.00 - 20.30 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

65,- €

Ein Skript kann für 2,- € erworben werden. Congas können für 5,- € ausgeliehen werden. Die Gebühren werden direkt im Kurs mit dem Dozenten abgerechnet.

### Bodypercussion - Entdecken Sie den Rhythmus Ihres Körpers

WE

Bodypercussion ist eine wunderbare Art, rhythmisch miteinander zu kommunizieren, indem wir uns durch Bewegung und Stimme ausdrücken - alles nur mit unserem eigenen Körper! Dieser Kurs lädt alle ein, die gerne experimentieren und ihre rhythmische Ausdrucksweise erweitern und vertiefen möchten. Er ist besonders für Musiker geeignet, die Trommeln, Schlagzeug oder andere Instrumente spielen, sowie für Menschen, die ihre Stimme bereichern wollen. Dabei wird der Spaß nicht zu kurz kommen.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

#### 21323L

Hugo Bandorf

Sonntag, 16. November, 11.00 - 14.00 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

35,- €

Evtl. Skriptgebühren werden im Kurs direkt mit dem Dozenten abgerechnet.



Neuigkeiten und Kursinformationen erhalten Sie auch über  
[www.instagram.com/leinevhslaatzten/](https://www.instagram.com/leinevhslaatzten/)

## Jeden Freitag: Wochenmarkt am Leine-Center Laatzen



Der Wochenmarkt in Laatzen am Rathaus, direkt vor dem Leine-Center, Ausgang Marktplatz oder Rathaus.

Bereits seit Jahrzehnten findet traditionell jeden Freitag zwischen 14 und 18 Uhr der Wochenmarkt in Laatzen auf dem Marktplatz am Leine-Center vor dem Rathaus statt. Egal, zu welcher Jahreszeit, egal zu welcher Witterung, ob Regen, Hagel, Schnee Sturm oder Sonnenschein. Die einzige Ausnahmen sind Feiertage, dann wird der Wochenmarkt meist vorverlegt. Der Wochenmarkt mit seinen verschiedenen Anbietern, stellt für die Kunden eine breite Angebotspalette dar: Von Wurstwaren, Backwaren, Fisch, Kartoffeln, Gemüse, Obst, Geflügel, Wild, bis hin zu Eier und Käse. Die Anbieter sind ein Garant für Qualität und Frische. und das jeden Freitag auf dem Wochenmarkt. Laatzen. Obendrein können die Kunden sparen, wenn sie die Angebote gut nutzen.

Garantierte Frische und Qualität von regionalen Anbietern!



Fisch Holsten & Wilke



Bäckerei Volkmann



Ihr Wochenmarkt in Laatzen - jeden Freitag von 14 - 18 Uhr



Wiedenroth



Griechische Spezialitäten



Janine's Frischgeflügel



Fleischeri Gramann/Ahrberg



Bio-Käse Niklas Kräling



# Kommen Sie in unser Team!

**Wir suchen aktuell kompetente und engagierte Dozent\*innen auf Honorarbasis für die Bereiche**

## **Aquafitness und Wassergymnastik.**

**Haben Sie eine Ausbildung als**

- Physiotherapeut\*in,
- Gymnastiklehrer\*in,
- Übungsleiter\*in,
- Sportlehrer\*in - mit Abschluss oder in Ausbildung,
- Aquafitness-Trainer\*in - idealerweise Rettungsschwimmer\*in?

**Haben Sie**

- fundierte Kenntnisse und Fertigkeiten inklusive den notwendigen Ausbildungen?
- Freude am Umgang mit Menschen?

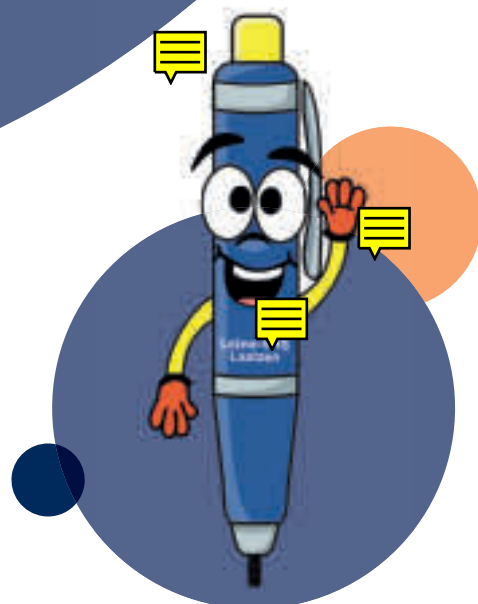
**Sind Sie**

- zuverlässig und kommunikativ sowie flexibel?

**Wir bieten regelmäßige Kurse an und pflegen ein gutes Arbeitsklima in einem freundlichen, motivierten sowie wertschätzenden Team.**

**Mehr Informationen bekommen Sie telefonisch bei Frau Cemile Waldmann unter 0511 89886 283 - oder Sie schicken uns einfach ein kurzes Bewerbungsschreiben an [waldmann@leine-vhs.de](mailto:waldmann@leine-vhs.de).**

**Auch wenn Sie Ihre Qualifikationen in anderen Gesundheitskursen mit Engagement weitergeben wollen, freuen wir uns über Ihre Initiativbewerbung!**



## Gesundheit

### Fachbereichsleitung:

Cemile Waldmann  
waldmann@leine-vhs.de

### Kursmanagement:

Mandy Drewniok  
drewniok@leine-vhs.de

Telefon 0511 89886 282

# Gesundheit



Hier noch mehr Kurse entdecken...



Alle **buchbaren** sowie **neue Kurse**, die wir im Laufe des Semesters zusätzlich anbieten, können Sie über **diesen QR-Code** abrufen. (Richten Sie einfach Ihre Mobiltelefon-Kamera auf den Code und öffnen Sie die angezeigte Internet-Seite der VHS.)





## Entspannung und Stressbewältigung

### Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung Zwei Wege zur Entspannung

In der Ruhe liegt die Kraft!

Wünschen Sie mehr Ruhe und Entspannung im Alltag? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie! Mit beiden Methoden kann man effektiv Entspannung finden und neue Energie tanken. Bei der progressiven Muskelentspannung erfolgt der Zugang über die Motorik des Körpers. Einzelne Muskelgruppen werden gezielt angespannt und anschließend entspannt, wodurch die Entspannungsphase deutlich wahrgenommen wird. Das autogene Training beeinflusst die vegetativen, unbewussten Körperfunktionen positiv durch die Wiederholung autosuggestiver Formeln. Es ist einfach zu erlernen und kann danach flexibel und selbstständig angewendet werden, um das gesundheitliche Wohlbefinden zu verbessern.

Bitte bringen Sie eine Decke, ein kleines Kissen, bequeme Kleidung, warme Socken sowie etwas zu trinken mit.

#### 30101L

Gudrun Unger

montags,

ab 01. September, 19.00 - 20.30 Uhr

12 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

121,- €

### Hatha-Yoga

Mit wohltuenden Bewegungs-, Achtsamkeits- und Meditationsübungen lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung der Beweglichkeit, Entspannungsfähigkeit und den Umgang mit Stress kennen. Sie erlernen die Grundprinzipien und Körperübungen sowie -haltungen (Asanas) des Hatha-Yogas und erfahren, wie Sie durch die sanft angeleiteten Entspannungs-, Dehnungs- und Konzentrationsübungen mehr Gelassenheit finden und neue Kraft schöpfen können. Hatha-Yoga ermöglicht es, Körper, Geist und Seele in ihrer Ganzheit zu erleben. Die aufmerksame Wahrnehmung des Körpers und die Verbindung mit dem Atem eröffnen ein bewusstes Ankommen im Körper, bei seinen Möglichkeiten und Grenzen.

Dadurch werden Ihre Gesundheitskompetenzen und Ressourcen gestärkt und erweitert, die für die Regeneration und Erholung sowie für die stressreduzierte Gestaltung des Alltags in Beruf und Familie eingesetzt werden können.

#### 30107H

Inga Kolbeinsson

mittwochs,

ab 03. September, 9.00 - 10.30 Uhr

14 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

139,- €

#### 30108H

Inga Kolbeinsson

mittwochs,

ab 03. September, 10.45 - 12.15 Uhr

14 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

139,- €

#### 30109L

Susan Mayer-Schierstädt

montags,

ab 08. September, 16.00 - 17.30 Uhr

10 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

102,- €

neu!

### Zeit für Sie! Yoga für mehr Wohlbefinden

Gönnen Sie sich eine Auszeit vom Alltag und finden Sie Entspannung. Dieser Kurs lädt Sie ein, durch sanftes Hatha-Yoga mehr Beweglichkeit, Ruhe, neue Kraft und Ausgeglichenheit im Alltag zu gewinnen. Yoga hilft Ihnen durch achtsame Bewegungen, Dehnungen und bewusste Atmung, Verspannungen zu lösen, Gelenke zu entlasten, den Kreislauf zu stärken und Energie zu tanken. In einer entspannten Atmosphäre finden Sie Gelassenheit und Balance. Ideal für alle, die Körper, Geist und Seele in Einklang bringen möchten.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte bringen Sie warme, bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke, ein Handtuch sowie etwas zu trinken mit.

#### 30110H

Andrea Uehr

mittwochs,

ab 03. September, 16.45 - 18.00 Uhr

8 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

84,- €

#### 30111H

Andrea Uehr

donnerstags,

ab 04. September, 9.00 - 10.15 Uhr

8 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

84,- €

### Hatha-Yoga mit Anuradha

Hatha-Yoga vereint Asanas, Atemtechniken und Meditation, um Muskelkraft, Flexibilität und Körperbewusstsein zu fördern. Durch das ruhige und kraftvolle Halten der Positionen wird blockierte Lebensenergie in Fluss gebracht und die geistige Konzentration unterstützt. „Ha“ (Sonne) und „Tha“ (Mond) repräsentieren die Gegensätze im dualen System, die durch Hatha-Yoga harmonisiert werden. Dies aktiviert die inneren Heilkräfte, stärkt die Muskulatur, dehnt die Bänder und wirkt ausgleichend auf Organe, Atemwege, das Nervensystem und die Psyche. Also, packen Sie Ihre Yogamatten!

Dieser Kurs findet auch während der Herbstferien statt.

Bitte bringen Sie eine Decke, ein Handtuch, bequeme Kleidung, warme Socken, ggf. eine Yogamatte sowie etwas zu trinken mit.

#### 30112L

Anuradha Avinash Anmol

donnerstags,

ab 04. September, 17.30 - 19.00 Uhr

12 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

126,- €

#### 30113L

Anuradha Avinash Anmol

donnerstags,

ab 08. Januar, 17.30 - 19.00 Uhr

4 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

49,- €

neu!

### Yoga und Malen Kreativität und Entspannung verbinden

Gönnen Sie sich eine Auszeit für Körper und Geist! Der Workshop fördert inneres Gleichgewichts, Kreativität und tiefe Entspannung. Yogaeinheiten fördern Bewusstsein, Flexibilität und Ruhe, um den gegenwärtigen Moment bewusst zu erleben. Danach tauchen wir in die Welt der Farben und Formen ein, wobei kreative Maltechniken auch ohne Vorkenntnisse erlernt werden können.

WE





In der zweiten Hälfte des Workshops vertiefen wir unsere künstlerischen Fähigkeiten durch weitere Experimente. Meditationseinheiten begleiten den Einstieg in einen tieferen kreativen Zustand und beenden den Tag mit neuer Perspektive.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte bringen Sie für das Yoga bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, Kissen, eine eigene Yoga- oder Isomatte sowie etwas zu trinken mit.

Bitte bringen Sie für das Malen Acrylfarben (rot, gelb, blau, weiß und Farben nach Ihrer Wahl), ggf. Bunt- und Filzstifte, Pinsel, Schwamm, Acrylpapier, Zeichenpapier oder Skizzenblock, Leinwand, Pappteller, Abdeckfolie für den Tisch und einen Malerkittel mit. Gerne können Sie auch Ihre eigenen bevorzugten Malmaterialien mitbringen.

### 30114L

Andrea Vilaplana

Samstag, 13. September, 10.00 - 16.00 Uhr

Laatzten

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

94,- €

neu!

## Yoga, Entspannung und Kreativität

### Kraftquellen im (Berufs-) Alltag aktivieren

WE

Diese praxisorientierte Fortbildung richtet sich an Fachkräfte und Interessierte, die ihr Wohlbefinden steigern und kreative Impulse in den Alltag integrieren möchten. Der Tag wechselt rhythmisch zwischen sanften Yoga-Übungen für Anfänger\*innen, Atem- und Achtsamkeitstechniken zur Erhöhung der Gelassenheit sowie kreativen Methoden wie intuitivem Schreiben, Malen und Journaling. Diese Übungen fördern die Selbstreflexion und die persönliche Ausdrucksweise. Der Fokus liegt auf der Umsetzung des Gelernten in den (Berufs-) Alltag, um nachhaltige positive Veränderungen zu initiieren. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich; vielmehr zählen Offenheit und Neugier.

Nach der Fortbildung erhalten Sie ein Zertifikat sowie ein Handout.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken, ein Kissen, eine Decke, eine Yogamatte oder ein Sitzkissen, Schreibutensilien sowie etwas zu trinken und zu essen mit.

### 30115L

Andrea Vilaplana

Samstag, 11. Oktober, 9.30 - 17.00 Uhr

Laatzten

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

130,- €

neu!

## Yin Yoga und Yoga Nidra

Bei Yin Yoga werden Asanas (Positionen) über einen längeren Zeitraum gehalten, dazwischen gibt es kurze Pausen zur Entspannung. Dies fördert die Beweglichkeit, insbesondere im Alter, und stärkt sowie entspannt die Muskulatur und die Faszien. Im Kurs können Sie sich körperlich betätigen, Stress abbauen und einen Moment der Ruhe in der hektischen Alltagswelt finden. Die Übungen konzentrieren sich auf verschiedene Körperbereiche wie Rücken, Beine und Nacken. Danach folgt eine Tiefenentspannung, die Ihnen hilft, den Stress des Tages abzuschütteln und mit einem Lächeln nach Hause zu gehen.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke, Ihre eigene Yoga- oder Isomatte sowie etwas zu trinken mit.

### 30116H

Susanne Hönel

dienstags,

ab 30. September, 18.15 - 19.30 Uhr

10 Termine

Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

102,- €

## Yoga

### Der Weg zum Sonnengruß Für Anfänger\*innen und Wiedereinsteiger\*innen

Yoga vereint Bewegung, Entspannung, Atmung und Achtsamkeit. In diesem Kurs lernen Sie den Sonnengruß, eine Folge von Bewegungen und statischen Positionen, die Sie später zu Hause selbstständig ausführen können. Durch die Achtsamkeit werden Sie schnell bemerken, dass in diesem Kurs nur Sie selbst im Mittelpunkt stehen. Die Atmung unterstützt Sie dabei, Stress abzubauen, und die abschließende Entspannung verstärkt die positive Wirkung. Ziel des Kurses ist es, sich selbst so akzeptieren zu können, wie Sie sind, sich am Ende der Stunde ein Lächeln zu schenken und mit einem positiven Gedanken nach Hause zu gehen.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke, Ihre eigene Yoga- oder Isomatte sowie etwas zu trinken mit.

### 30117H

Susanne Hönel

dienstags,

ab 30. September, 17.00 - 18.00 Uhr

10 Termine

Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

84,- €

neu!

## Zurück zu mir!

### Yoga, Entspannung und Kreativität im Advent

WE

Die Wochen vor Weihnachten sind oft von Hektik und Stress geprägt. Um Ihnen eine Pause zu ermöglichen, bieten wir einen besonderen Adventstag mit Yoga, Achtsamkeitsübungen, Meditation und kreativen Aufgaben wie Schreiben und Gestalten an. Diese Aktivitäten schaffen ruhige und entspannte Momente, ohne dass Sie unter Druck stehen. Die herzliche und warme Atmosphäre fördert tiefe Einsichten und innere Ruhe. Die Fortbildung richtet sich an alle, die im Advent bewusst Zeit für sich nehmen möchten, sei es zur persönlichen Stärkung, als kreative Weiterbildung oder als Auszeit vom Alltag.

Nach der Fortbildung erhalten Sie ein Zertifikat sowie ein Handout.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken, ein Kissen, eine Decke, eine Yogamatte oder ein Sitzkissen, Schreibmaterial sowie etwas zu trinken und zu essen mit.

### 30118L

Andrea Vilaplana

Sonntag, 14. Dezember, 9.30 - 17.00 Uhr

Laatzten

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

130,- €

### Auf einen Blick:



Bildungsurlaub



Wochenendkurs

neu!

Neuer Kurs



Online-Kurs



Familienkurs



Vorträge, Exkursionen



## Qigong und Achtsamkeit

In diesem Workshop lernen wir die fünf Elemente des Qigong kennen und üben die achtzehn Übungen zur Harmonisierung des Tai-Chi-Qigong. Die Wahrnehmung Ihres Atems spielt dabei eine ganz besondere Rolle. Zusätzlich bereichern wir die bewegte Praxis des Qigong mit Meditationen und Übungen aus dem Achtsamkeitstraining. Dies eröffnet Ihnen vielfältige Möglichkeiten, das Gelernte im täglichen Leben anzuwenden, und fördert eine tiefe Entspannung sowie innere Ausgeglichenheit. Lassen Sie sich von den stillen Momenten in sanfter Bewegung begeistern und genießen Sie die achtsame Selbstfürsorge, die Sie hier erlernen.

Bitte bringen Sie warme Socken sowie etwas zu trinken mit.

### 30120H

Gudrun Unger

dienstags,

ab 02. September, 18.00 - 19.00 Uhr

12 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
90,- €

### 30121H

Gudrun Unger

dienstags,

ab 02. September, 19.15 - 20.15 Uhr

12 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
90,- €

## Qigong - Entspannung für Körper und Geist Für Anfänger\*innen

Qigong ist ein wichtiger Bestandteil der traditionellen chinesischen Medizin und trägt zur Entspannung von Körper und Geist bei. Qigong eignet sich sehr gut, um die eigene innere Ruhe wiederzufinden, Stress zu reduzieren und die Gesundheit zu fördern. Sanfte Bewegungen mobilisieren den Körper und bringen frische Energie für Körper und Geist. Dieser Kurs bietet anhand einfacher Basisübungen einen Einstieg in das Qigong.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte bringen Sie bequeme, sportliche Kleidung, warme, rutschfeste Socken oder Gymnastikschuhe sowie etwas zu trinken mit.

### 30122H

Torsten Pahl

donnerstags,

ab 04. September, 17.30 - 19.00 Uhr

6 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
66,- €

### 30123H

Torsten Pahl

donnerstags,

ab 30. Oktober, 17.30 - 19.00 Uhr

6 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
66,- €

## Qigong mit einfachen Tai-Chi Elementen

Qigong und Tai-Chi-Chuan sind traditionelle chinesische Bewegungsformen, die die Körperbeweglichkeit, die Atmung und den Energiefluss fördern. Qigong konzentriert sich besonders auf die Gesundheitsförderung und wird als Übung für ein langes Leben betrachtet. Tai-Chi-Chuan umfasst 18 spezifische Bewegungen, die diese Ziele unterstützen. Die Fünf-Elemente-Übung, die Teil des Tai-Chi-Trainings ist, stellt die Harmonie zwischen den Elementen im menschlichen Körper her. Beide Praktiken kombinieren körperliche Bewegung, geistige Achtsamkeit und Atemtechniken, um eine ganzheitliche Gesundheitspflege zu gewährleisten.

### 30124L

Susan Mayer-Schierstädt

montags,

ab 08. September, 17.45 - 18.45 Uhr

10 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
61,- €

neu!

## Tai-Chi-Chuan Einstieg und Auffrischung

Tai-Chi-Chuan ist eine wunderbare, uralte chinesische Bewegungskunst, die für uns Menschen unglaublich wertvoll sein kann. Die sanften und bedachten Bewegungen fördern die innere Ruhe und Entspannung, stärken Muskeln und Knochen und verbessern das Gleichgewicht. Atem und Bewegung harmonisieren wie ein sanfter Fluss. Im Kurs lernen Sie neben kurzen Sequenzen und einfachen Bewegungen aus Tai-Chi und Qi-Gong auch faszinierende Einblicke in die Theorie und Geschichte dieser Bewegungskünste.

Der Kurs richtet sich an Neu- oder Wiedereinsteiger\*innen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte bringen Sie bequeme, sportliche Kleidung, rutschfeste, warme Socken oder Gymnastikschuhe sowie etwas zu trinken mit.

### 30125H

Torsten Pahl

donnerstags,

ab 04. September, 19.10 - 20.40 Uhr

6 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
66,- €





### 30126H

Torsten Pahl  
donnerstags,  
ab 30. Oktober, 19.10 - 20.40 Uhr  
6 Termine

#### Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
66,- €

neu!

### Yi Quan - Schnupperkurs Chinesisches Gesundheits- und Kampfkunsttraining



Im Yi Quan trainieren wir durch sanfte, statische und langsame Übungen sowie präzise innere Bilder und Vorstellungen sowohl die Muskulatur, Sehnen und Nerven als auch unsere mentale Kapazität. Das Ziel ist eine harmonische Ganzheitlichkeit von körperlicher und mentaler Bewegung. Regelmäßiges Üben fördert Gesundheit, Kraft und Ausdauer, ohne den Körper zu überlasten, und kann individuell an Ihre Bedürfnisse angepasst werden. Gemeinsam arbeiten wir an Wohlbefinden, bewusster Wahrnehmung und Selbstbehauptung. Die Kampfkunst Yi Quan strebt nach Gesundheit, Bewusstsein und letztendlich nach Selbstbehauptung.

Bitte bringen Sie bequeme, sportliche Kleidung sowie etwas zu trinken mit.

### 30127L

Maximilian Bruns  
Samstag, 06. September, 10.00 - 11.30 Uhr  
Sonntag, 07. September, 10.00 - 11.30 Uhr  
Laatzten

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
33,- €

### 30128H

Maximilian Bruns  
Samstag, 13. September, 10.00 - 11.30 Uhr  
Sonntag, 14. September, 10.00 - 11.30 Uhr  
Hemmingen-Westerfeld  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
33,- €

neu!

### Yi Quan Chinesisches Gesundheits- und Kampfkunsttraining

Im Yi Quan trainieren wir durch sanfte, statische und langsame Übungen sowie präzise innere Bilder und Vorstellungen sowohl die Muskulatur, Sehnen und Nerven als auch unsere mentale Kapazität. Das Ziel ist eine harmonische Ganzheitlichkeit von körperlicher und mentaler Bewegung. Regelmäßiges Üben fördert Gesundheit, Kraft und Ausdauer, ohne den Körper zu überlasten, und kann individuell an Ihre Bedürfnisse angepasst werden. Gemeinsam arbeiten wir an Wohlbefinden, bewusster Wahrnehmung und Selbstbe-

hauptung. Die Kampfkunst Yi Quan strebt nach Gesundheit, Bewusstsein und letztendlich nach Selbstbehauptung.

Bitte bringen Sie bequeme, sportliche Kleidung sowie etwas zu trinken mit.

### 30129H

Maximilian Bruns  
montags,  
ab 15. September, 17.00 - 18.30 Uhr  
10 Termine

#### Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
110,- €

### 30130L

Maximilian Bruns  
mittwochs,  
ab 17. September, 16.00 - 17.30 Uhr  
10 Termine

#### Laatzten

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
110,- €

### Mit TriloChi® in den Herbst

TriloChi - Bewegung im Rhythmus der Jahreszeiten - harmonisiert den Energiefluss für Herbst und Winter. Es kombiniert Taiji- und Qigong-Bewegungen mit Meridian- und Herz-Kreislauf-Aktivierungen im Power-Chi. Ergänzend enthält es Chi-Yoga- und Pilates-Übungen zur Stärkung des Schultergürtels, des Beckenbodens und des Rückens. Die Praxis wird durch ausgewählte Musik, Visualisierung und bewusste Wahrnehmung unterstützt. TriloChi verbindet asiatische Philosophie mit moderner Anatomie und Trainingswissenschaft, um die Gesundheit zu fördern.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke und Ihre eigene Yoga- oder Isomatte mit.

### 30132H

Lothar Knopf  
donnerstags,  
ab 18. September, 18.15 - 19.30 Uhr  
12 Termine

#### Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
102,- €

### Raus aus dem Kopf Aktive Entspannung durch Bewegung

Kennen Sie das? Ein mühsam freigeschaufeltes Zeitfenster für ein bisschen Entspannung, aber sobald man zur Ruhe kommen will, beginnt das Kopfkino und erhöht häufig sogar den Stresspegel. In diesem Workshop können verschiedene dynamische Methoden erprobt werden, die helfen können, diesen Effekt zu umgehen.

Durch die Konzentration auf sanfte oder schnelle Bewegungen kann das Kopfkino spielerisch und effektiv abgeschaltet werden. Der Entspannungseffekt steht den traditionellen ruhigen Methoden in nichts nach und kann zudem den Einstieg in diese erleichtern. Gleichzeitig wird die Körperwahrnehmung geschult und die Selbstwirksamkeit gesteigert.

Bitte bringen Sie ein kleines Kissen, eine Decke, dicke Socken sowie etwas zu trinken mit.

### 30133L

Gudrun Unger  
Freitag, 19. September, 17.00 - 20.00 Uhr  
Laatzten  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
38,- €

### Atem und Bewegung - die Kunst des Atmens



Alles Lebendige atmet.

Ein ursprüngliches, natürliches Atmen fördert unsere Lebendigkeit, Vitalität, Beweglichkeit und die inneren Selbstheilungskräfte. In leicht auszuführenden und achtsamen Bewegungsübungen erleben wir das freie Strömen der Atemenergie in uns. Bewusst erlebtes Atmen stärkt das Selbstbewusstsein und hat eine heilsame Kraft, sowohl körperlich als auch seelisch. Inspiriert vom „erfahrbaren Atem nach Middendorf“ ist es für Menschen jeden Alters geeignet.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken mit.

### 30134L

Detlef Spielvogel  
Samstag, 08. November, 15.00 - 18.15 Uhr  
Laatzten  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
40,- €

Die Leine-VHS Laatzten ist Mitglied im bundesweiten **vhs-Qualitätsring Gesundheit**. Damit wird ein qualitätsgesichertes, vergleichbares und transparentes Angebot gewährleistet.

Unsere Gesundheitskurse dienen ausschließlich der **Prävention**. Sollte bei Ihnen eine Erkrankung vorliegen, sprechen Sie die Kursteilnahme unbedingt mit Ihrem Arzt ab. Therapieerwartungen kann nicht entprochen werden.





## MBSR-Achtsamkeitspraxis

Stress ist ein weit verbreitetes Phänomen, das den Arbeitsplatz, die Familie oder die Partnerschaft betrifft und die Zufriedenheit, Gesundheit und Lebensqualität erheblich beeinflusst. In der modernen, leistungsorientierten Gesellschaft gewinnt das Thema Entschleunigung zunehmend an Bedeutung. Achtsamkeitstraining kann als effektives Mittel gegen Stress helfen, körperliche und seelische Folgen wie chronische Schmerzen, Migräne, Magen-Darm- und Herzprobleme, Schlaf- und Angststörungen, Depressionen und Burn-out zu vermeiden. MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction) verbessert die Konzentrationsfähigkeit, Belastbarkeit und Arbeitseffizienz, stärkt das Immunsystem und fördert körperliche und seelische Gesundheit. Zudem fördert es Selbstvertrauen, Gelassenheit und Kreativität, unterstützt bei einem konstruktiven Umgang mit Konflikten und der Entwicklung von Lebens- und Arbeitsfreude. Der Kurs bietet gezielte Übungen zur Schulung der Achtsamkeit, um Stressbewältigungsfähigkeiten zu stärken und Achtsamkeit langfristig im Alltag zu integrieren.

Bitte bringen Sie warme bequeme Kleidung, Decke und ein Kissen mit.

### 30150L

Assuntina C. Musco

dienstags,

ab 18. November, 17.00 - 18.30 Uhr

8 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

87,- €

neu!

## Etwas Zeit für mich - die nehme ich mir!

WE

In diesem Workshop bieten wir Ihnen die wunderbare Gelegenheit, zur Ruhe zu kommen und verschiedene Entspannungstechniken aus den Bereichen Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training und Qigong kennenzulernen und selbst auszuprobieren. Diese Methoden werden durch Achtsamkeitsübungen, bewusstes Wahrnehmen der Sinne und Atemübungen ergänzt. Zudem stellen wir praktische Tools zur Verfügung, die sich leicht in den Alltag integrieren lassen. Wir laden Sie herzlich ein, uns zu begleiten, neue Dinge zu entdecken, sich zu entspannen und die Zeit zu genießen.

Bitte bringen Sie ein kleines Kissen, eine Decke, dicke Socken sowie etwas zu trinken mit.

### 30155L

Gudrun Unger

Samstag, 24. Januar, 11.00 - 14.00 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

38,- €

## Bewegung und Fitness

### Pilates und Entspannung

Pilates trainiert die tiefe Muskulatur, die für eine gute Körperhaltung entscheidend ist. Die Bewegungen werden bewusst und mit großer Konzentration ausgeführt, wodurch der Körper an Spannkraft gewinnt, geschmeidiger wird und die Haltung sich verbessert. Die Übungen sind effektiv und zeigen schnelle Erfolge. Sie fördern die Eigenwahrnehmung und Aufmerksamkeit sowohl muskulär-physiologisch als auch mental. Pilates eignet sich für alle, die ihre Fitness, Haltung und Beweglichkeit verbessern möchten. Jede Stunde endet mit einer Entspannungsphase.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke und Ihre eigene Yoga- oder Isomatte mit.

### 30220H

Lothar Knopf

montags,

ab 01. September, 17.30 - 18.30 Uhr

16 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

109,- €

### 30221H

Lothar Knopf

montags,

ab 01. September, 18.45 - 19.45 Uhr

16 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

109,- €

### Line Dance

**Für Teilnehmer\*innen mit sehr guten fundierten Vorkenntnissen**

Line Dance ist eine weltweit verbreitete Gruppentanzform ohne Partner, bei der bequeme Kleidung getragen wird. Die musikalischen Stile reichen von Rock, Pop, Funk über Country bis hin zu klassischen Tänzen wie Walzer, Cha-Cha und Polka. Die Choreografien basieren auf einfachen, sich wiederholenden Schrittkombinationen, die auf jeder Veranstaltung mitgetanzt werden können. Diese Tanzform ist für alle Altersgruppen geeignet und fördert Körpertraining, Beweglichkeit, Kondition und Koordination. Dabei steht der Spaß am Tanzen im Vordergrund, und niemand in der Gruppe kommt zu kurz.

Folgende Voraussetzungen oder Vorkenntnisse: Die Schritte Shuffle, Chassé, Coaster Step, Weave usw. kennen und können; mindestens aber 12 Monate Tanz Erfahrung.

Bitte bringen Sie Schuhe mit glatter Sohle sowie etwas zu trinken mit.

### 30230L

Sabine von Schoenebeck-Malinowski

mittwochs,

ab 03. September, 18.15 - 19.45 Uhr

14 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

145,- €

## Aqua-Fitness

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft verbessern können. Der Auftrieb des Wassers entlastet besonders die Wirbelsäule und die Gelenke, während der Wasserwiderstand schnelle Bewegungen dämpft und die Muskulatur schonend stärkt. Abwechslungsreiche Übungen stärken das Herzkreislaufsystem, verbessern die Konzentration und Orientierung, schulen den Gleichgewichtssinn und fördern das körperliche Wohlbefinden. Ergänzend gibt es kleine Spiele sowie Dehnungs- und Entspannungsphasen. Das Programm bietet vielfältige Aktivitäten, die Freude bereiten, die Gesundheit stärken und die Ressourcen für den Alltag erweitern.

### 30235H

Monika Narten

freitags,

ab 05. September, 9.45 - 10.30 Uhr

12 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

"Büntebad" Hohe Bunte 6

68,- €

Der Eintritt ist gesondert zu entrichten.

## Zumba®

**Für Anfänger\*innen, Einsteiger\*innen, Tanz- und Bewegungsbegeisterte**

Zumba® ist perfekt für alle, die Spaß an Bewegung, Tanz und Musik haben!

Lateinamerikanische Rhythmen sorgen für ein Partyfeeling und gute Laune - innerhalb der Choreografie verbinden wir Fitness- und Tanzelemente zu einem Ganzkörpereinsatz. Dabei verbessern wir nicht nur Koordination, Balance, Beweglichkeit und Haltung, sondern kommen auch richtig ins Schwitzen ...und ganz nebenbei bleiben wir auch in Form! Dieser Kurs soll Freude an Bewegung und Tanz vermitteln und richtet sich an diejenigen, die bereits Zumba®-Erfahrungen gesammelt haben oder es immer schon einmal ausprobieren wollten.

Dieser Kurs findet auch in den Herbstferien statt.

Bitte bringen Sie bequeme Sportkleidung, Sportschuhe, ein Handtuch sowie etwas zu trinken mit.

### 30240H

Kristin Weiland  
montags,

ab 15. September, 19.00 - 20.15 Uhr  
12 Termine

#### Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
120,- €

### 30241L

Kristin Weiland  
dienstags,

ab 16. September, 19.00 - 20.15 Uhr  
12 Termine

#### Laatzen

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
120,- €



## Prävention, Krankheit und Gesundheit

neu!

### Informationsveranstaltung Mehr Energie, mehr Gesundheit

Stellen Sie sich vor, fitter und energiegeladener zu sein, ohne Diät, Stress oder Kalorien zählen. Gesundheit könnte einfacher und weniger kompliziert sein. Frau Nina Schmidt, zert. Ernährungs- und Nahrungsergänzungsmittelberaterin, stellt aktuelle Ernährungsaspekte und Strategien vor, die Ihre Vitalität und Energie im Alltag steigern. Besonderes Augenmerk liegt auf effektiver Regeneration und Schlafqualität. Das Konzept zielt darauf ab, Ihr Wohlbefinden und innere Balance zu fördern, wobei präventive Maßnahmen zur Vorbeugung von gesundheitlichen Problemen einen wichtigen Bestandteil bilden. Zum Schluss gibt es Zeit für einen Austausch und Ihre Fragen.

### 30300L

Nina Schmidt

Montag, 01. September, 18.00 - 18.45 Uhr  
Laatzen

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
kostenfrei

### 30301L

Nina Schmidt

Donnerstag, 04. September, 18.00 - 18.45 Uhr  
Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
kostenfrei

## Rückenfit

Mit wohltuenden und kräftigenden Bewegungsübungen, vielfältiger Körperwahrnehmung und Entspannung lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Stärkung des Rückens, zur Verbesserung der Beweglichkeit und Kraft, der Dehn-, Koordinations-, Lockerungs- und Entspannungsfähigkeit kennen. Sie erlernen Gelenk- und rückerleichternde Körperhaltungen und üben rückengerechte Bewegungsabläufe für Alltag und Beruf. Dadurch wird ein Ausgleich zum Bewegungsmangel und zur einseitigen Belastung durch den (Berufs-) Alltag geschaffen. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl. Dazu gibt es praxisnahe Informationen und Tipps, wie der (Arbeits-) Alltag rückengerechter gestaltet werden kann und Übungen, die in kurzen Pausen z. B. am Arbeitsplatz eingesetzt werden können. Sie werden vieles finden, was Freude macht, interessant und spannend ist, wohl tut, Ihre Gesundheit stärkt und Ihre Ressourcen für den Alltag erweitert.

### 30303H

Jutta Reh

mittwochs,

ab 03. September, 10.00 - 11.00 Uhr  
15 Termine

#### Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
102,- €

12 Termine 84,- €

### 30304H

Jutta Reh

donnerstags,

ab 04. September, 9.30 - 10.45 Uhr  
15 Termine

#### Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
125,- €

12 Termine 102,- €

### 30305H

Jutta Reh

donnerstags,

ab 04. September, 11.00 - 12.00 Uhr  
15 Termine

#### Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
102,- €

12 Termine 84,- €

### 30306H

Jutta Reh

freitags,

ab 05. September, 10.00 - 11.00 Uhr  
15 Termine

#### Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
102,- €

12 Termine 84,- €

### 30307H

Jutta Reh

montags,

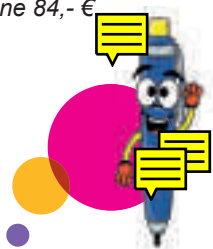
ab 08. September, 9.30 - 10.45 Uhr  
15 Termine

#### Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
125,- €

12 Termine 102,- €

Ihre **Anmeldung** ist auch für kostenfreie Kurse unbedingt **notwendig**!



## Schatz, wir müssen reden! Grundlagen für eine glückliche Partnerschaft

WE

Viele Menschen wünschen sich eine erfüllende Beziehung, doch nach der ersten Verliebtheit zeigen sich oft ihre Grundtendenzen. Gesundes Streiten kann dabei helfen, Konflikte aufzuarbeiten und Lösungen zu finden. Ein wichtiger Faktor für Beziehungsglück ist das Bewusstsein der eigenen Geschichte und Bedürfnisse sowie deren verständliche Vermittlung an den Partner oder die Partnerin. Im Workshop werden die Entwicklung zur aktuellen Beziehung, häufige Konfliktthemen, die Identifizierung und Erfüllung persönlicher Bedürfnisse sowie die Bedeutung einer gesunden Streitkultur thematisiert. Frau Susanne Westphal-Gärtner, Heilpraktikerin und integrative Paartherapeutin im Gräduierungsverfahren, leitet den Workshop.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Schreibutensilien, bunte Stifte, Block und einen persönlichen Gegenstand, der Ihnen wichtig ist, mit.

### 30310H

*Susanne Westphal-Gärtner*  
Samstag, 06. September, 14.00 - 19.00 Uhr  
**Hemmingen-Westerfeld**  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
24,- €

neu!

## Entdecken Sie Ihre kreative Kraft!

WE

Vielleicht erinnern Sie sich noch an die unbeschwerte Zeit Ihrer Kindheit, als Sie voller Freude gemalt, Kinderlieder gelernt und durch die Natur getobt sind. Als Erwachsene neigen wir dazu, unseren Selbstausdruck, unsere Kreativität und Intuition einzuschränken, was uns Kraft und Lebendigkeit raubt. Dieses Seminar zielt darauf ab, uns wieder mit unserer natürlichen Kreativität und Intuition zu verbinden und dabei alte oder neue Ressourcen zu entdecken. Wir reflektieren, wo wir gerade stehen, was gut läuft und was wir vermissen. Anschließend singen, malen und meditieren wir spielerisch und ohne Leistungsdruck, um ein starkes Energiefeld aufzubauen und uns gegenseitig zu überraschen.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Schreibutensilien, Buntstifte, DIN-A3-Papier, eine Kuscheldecke sowie etwas zu essen und zu trinken mit.

### 30311L

*Susanne Westphal-Gärtner*  
Samstag, 27. September, 10.00 - 17.30 Uhr  
**Laatzten**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
63,- €

neu!

## „Burn fire“ statt „burn out!“

Inzwischen sind sich Wissenschaftler weltweit einig: Der Darm und die in ihm lebenden Bakterien spielen eine wichtige Rolle für die Gesundheit unseres gesamten Körpers. Daher genießen Probiotika zunehmende Beliebtheit. In diesem Kurs wird Frau Nina Schmidt, zertifizierte Ernährungsberaterin und Beraterin für Nahrungsergänzungsmittel, wirksame Probiotika vorstellen und darüber hinaus weitere nützliche Nahrungsergänzungen, um die seelische Balance wiederherzustellen.

### 30314L

*Nina Schmidt*  
Mittwoch, 08. Oktober, 17.30 - 18.30 Uhr  
**Laatzten**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
23,- €

## Body-Brain Mobilisierung Für Senior\*innen

Sie haben Spaß am Rhythmus und möchten Ihr Gedächtnis sowie Ihre Koordination verbessern? Dieser körperorientierte Kurs bietet effektive Übungen, die Ihre Konzentration, Koordination, Entspannung, Gleichgewichtsfähigkeit und Aufmerksamkeit verbessern. Durch spielerische Elemente und die Stärkung der Herz-Kreislaufleistung werden Ihre Gedächtnisleistung und Körperhaltung optimiert, was Ihnen im Alltag zugutekommt. Die Body-Brain-Mobilisierung ermöglicht es Ihnen, ohne Leistungsdruck und vorgegebene Ziele in Ihrem eigenen Tempo teilzunehmen.

Wir laden Sie herzlich ein, es auszuprobieren!

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

### 30316H

*Hugo Bandorf*  
mittwochs,  
ab 22. Oktober, 11.30 - 12.30 Uhr  
4 Termine  
**Hemmingen-Westerfeld**  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
43,- €

### 30317H

*Hugo Bandorf*  
mittwochs,  
ab 26. November, 11.30 - 12.30 Uhr  
3 Termine  
**Hemmingen-Westerfeld**  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
35,- €

Wenn Sie uns Ihre Mobiltelefonnummer mitteilen, können wir Ihnen **kurzfristige Änderungen per SMS** zeitnah mitteilen.

neu!

## Erlebnisvortrag: Hypnose! Resilienz stärken durch die Arbeit mit dem inneren Team

Viele Arbeitnehmer\*innen fühlen sich am Arbeitsplatz unwohl, über- oder unterfordert, oft aufgrund früherer Themen und Machtverhältnissen in der Ursprungsfamilie. Jeder Mensch besitzt ein eigenes Wertesystem und innere Ressourcen, die ihm helfen, Belastungen zu bewältigen. Hypnose ist eine effektive Methode, um diese Ressourcen zu aktivieren, innere Spannungen abzubauen und die Fähigkeit zur Abgrenzung und Resilienz zu stärken. Besonders das Befragen von inneren Anteilen oder Ratgebern fördert ein harmonisches inneres Gleichgewicht. Ein Erlebnisabend mit Hypnosetests und geführten Gruppensitzungen fördert Entspannung, Wertebewusstsein und Resilienz effektiv.

### 30320H

*Susanne Westphal-Gärtner*  
Montag, 03. November, 18.00 - 20.30 Uhr  
**Hemmingen-Westerfeld**  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
34,- €

## Vovinam Präventionskurs und Selbstverteidigung

Vovinam, eine 1938 in Nordvietnam gegründete Kampfkunst, vereint Gesunderhaltung und persönliche Entwicklung unter dem Prinzip der Harmonie zwischen Hart und Weich. Das vielseitige Training stärkt Körper und Geist, vermittelt effektive Verteidigungsstrategien und fördert das psychische Wohlbefinden sowie die Persönlichkeitsstabilität, insbesondere bei jungen Schüler\*innen. Es umfasst Hand- und Ellenbogenschläge, Fußtritte, Fußfeger, Würfe und Hebel. Der Kurs richtet sich an Menschen im Alter von 7 bis 60+ Jahren und konzentriert sich auf individuelle Erfolge.

Dieser Kurs findet auch während der Herbstferien statt.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung sowie etwas zu trinken mit.

### 30348H

*Gurubaran Raveendran*  
mittwochs,  
ab 01. Oktober, 17.15 - 18.45 Uhr  
5 Termine  
**Hemmingen-Westerfeld**  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
58,- €





## Gesundheitspflege

### Informationsvortrag rund um die Pflege und Betreutes Wohnen

Im Vortrag „Ein Pflegefall - Was nun?“ werden interessierten Teilnehmer\*innen umfassende Informationen zur Pflege von Senior\*innen bereitgestellt, insbesondere in Situationen, in denen die häusliche Pflege nicht mehr tragbar ist. Die Expertin Frau Thommée und der Experte Herr Grandt von der Victor's Residenz Margarethenhof beleuchten dabei wichtige Aspekte wie Pflegekosten, Pflegegrad und die Finanzierbarkeit der Maßnahmen. Zudem wird detailliert erläutert, wie Anträge korrekt eingereicht werden können.

Ein besonderer Fokus liegt auf den Voraussetzungen für die Aufnahme in Pflegeeinrichtungen und einer Übersicht über verschiedene Unterbringungsmöglichkeiten, darunter Kurzzeitpflege, Verhinderungspflege, Urlaubswohnen, Probewohnen und betreutes Wohnen.

#### 30402L

Victor's Residenz Margarethenhof  
Freitag, 26. September, 18.00 - 18.45 Uhr  
**Laatzen**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
kostenfrei

#### 30403H

Victor's Residenz Margarethenhof  
Donnerstag, 16. Oktober, 17.00 - 17.45 Uhr  
**Hemmingen-Westerfeld**  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
kostenfrei

#### 30404H

Victor's Residenz Margarethenhof  
Dienstag, 25. November, 17.00 - 17.45 Uhr  
**Hemmingen-Westerfeld**  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
kostenfrei

#### 30405L

Victor's Residenz Margarethenhof  
Donnerstag, 29. Januar, 18.00 - 18.45 Uhr  
**Laatzen**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
kostenfrei

neu!

### Der Darm - das unterschätzte Power-Organ

Der Darm ist entscheidend für unser Immunsystem und unsere Stimmung, da etwa 80 % der Abwehrkräfte dort ansässig sind und er das Wohlbefinden stark beeinflusst.

Eine gesunde Darmflora, auch als Mikrobiom bezeichnet, ist essentiell für die Gesamtgesundheit. Stressreduktion, ausreichend Schlaf und eine ausgewogene Ernährung tragen maßgeblich zur Darmgesundheit bei. Die zert. Ernährungs- und Nahrungsergänzungsmittelberaterin Frau Nina Schmidt gibt Tipps, wie man die Darmgesundheit durch diese Faktoren verbessern und durch Nahrungsergänzungsmittel sowie Probiotika unterstützen kann.

#### 30406D

Nina Schmidt   
Montag, 13. Oktober, 19.00 - 19.45 Uhr  
Online-Kurs  
20,- €

Ihre **Anmeldung** ist auch für kostenfreie Kurse unbedingt **notwendig!**



Dr. Lippmann, Hennigs  
& Coll.

## RECHTSANWÄLTE FACHANWÄLTE & NOTAR

Wenn Sie also rechtliche  
Probleme haben oder  
Lösungen im Notariat suchen,  
nehmen Sie einfach mit uns  
Kontakt auf:

Jetzt bewerben unter:  
www.  
jobangebote-anwalt.de

## Wir sind als Anwälte vor allem in folgenden Rechtsgebieten tätig:

- Arbeitsrecht
- Arztrecht
- Familienrecht
- IT-Recht
- Verkehrsrecht
- Verwaltungsrecht
- Zivilrecht
- Handels- und Gesellschaftsrecht
- Baurecht
- Erbrecht
- Grundstücksrecht
- Vertragsrecht
- Verbraucher(schutz)recht
- Miet- und Wohneigentumsrecht
- (Jugend-)Strafrecht



**Jörn Hennigs**  
Rechtsanwalt & Notar  
Fachanwalt für Arbeitsrecht



**Dr. Winfried Lippmann**  
Rechtsanwalt / Notar a.D.  
Fachanwalt für Verwaltungsrecht



**Daria Antonenko**  
Rechtsanwältin  
Fachanwältin für Familienrecht

Dr. Lippmann, Hennigs & Coll.  
Rechtsanwälte und Notar

Albert-Schweitzer-Str. 4  
30880 Laatzen  
Tel.: 0511/983900

E-Mail: post@drlippmann.de  
www.drlippmann.de



## Bezuschussungsfähige Gesundheitskurse im Bereich der Primärprävention

Liebe Teilnehmerin,  
lieber Teilnehmer,

Ihre Leine-VHS Laatzen bietet Ihnen mit großer Fachkompetenz und hohem Engagement qualitätsgesicherte Kursangebote im Bereich der Primärprävention an.

Aufgrund des neuen zentralen Anerkennungsverfahrens und der veränderten Rahmenbedingungen ist die Anzahl der durch Krankenkassen bezuschussungsfähigen Kurse teils deutlich zurückgegangen.

Ein Angebot im Rahmen des §20 SGB V bereitzustellen, ist seit Einführung der *Zentralen Prüfstelle Prävention* mit einem Verwaltungsaufwand verbunden, der die Personalressourcen einer öffentlich geförderten Einrichtung übersteigen kann.

Unsere Prämissen sind es, ein qualitativ hochwertiges, thematisch vielfältiges und von qualifizierten Kursleitungen durchgeführtes gesundheitsförderndes Kursangebot für alle Teilnehmenden anzubieten. Dieses Ziel hat für uns gegenüber einzelnen Angeboten, die mit unverhältnismäßigem Verwaltungsaufwand verbunden sind, Vorrang. Dafür bitten wir um Ihr Verständnis.

Bei Fragen zur Zuschusspraxis 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 Kurswahl: Ihre Leine-VHS Laatzen ist Lernort für alle Teilnehmer\*innen. Alle Kurse an der Leine-VHS Laatzen sind qualitätsgesichert.**

**Wichtig ist uns, dass Sie mit unseren Kursen Ihre Gesundheit nachhaltig fördern und Ihre Gesundheitskompetenzen erweitern können!**

neu!

## Kindergesundheit leicht gemacht - das richtige Nähr- stoffkonzept für starke Kids

Ist Ihr Kind ständig erkältet oder leidet es unter Allergien? Vielleicht kann es sich in der Schule auch schlecht konzentrieren? Das können u. a. die Folgen von Nährstoffmangel sein.

In diesem Kurs erfahren Sie, welche Vitalstoffe besonders wichtig für das Wachstum und das Immunsystem Ihres Kindes sind. Außerdem bekommen auch Sie als Elternteil konkrete Tipps wie Sie Ihr Immunsystem stärken, Ihre Energie zurückgewinnen und Ihre Nerven nicht verlieren.

30407D

Nina Schmidt



Mittwoch, 12. November, 19.45 - 20.30 Uhr  
Online-Kurs  
20,- €

## Essen und Trinken

neu!

## Fit und gesund mit Nahrungs- ergänzungsmitteln

Warum ist der Einsatz von Nahrungsergänzungsmitteln sinnvoll? Welche Merkmale kennzeichnen hochwertige Nahrungsergänzungsmittel? In diesem Kurs werden wir uns mit der Frage auseinandersetzen, warum der Einsatz von Nahrungsergänzungsmitteln in der heutigen Zeit gerechtfertigt erscheint. Zudem werden wir die Unterschiede zwischen den diversen Produkten verschiedener Hersteller beleuchten. Die zert. Ernährungsberaterin und Beraterin für Nahrungsergänzungsmittel Frau Nina Schmidt gibt Ihnen präzise Anleitungen zur Auswahl dieser Produkte und legt fundierte Empfehlungen vor.

30514L

Nina Schmidt

Mittwoch, 01. Oktober, 17.30 - 18.30 Uhr  
Laatzen  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
23,- €

**Hinweis zur Warteliste:** Bitte melden Sie sich trotz aktuell voll belegtem Kurs an. Wir nehmen Sie auf die Warteliste und informieren Sie, sobald ein Platz für Sie frei wird.

neu!

## Ein Abend in Sri Lanka Gewürze, Geschichten und Genuss

Lassen Sie uns gemeinsam auf eine kulinarische Reise nach Sri Lanka aufbrechen!

In diesem besonderen Kochkurs tauchen wir ein in die wunderbare Welt der traditionellen Inselküche, die durch exotische Gewürze, ayurvedische Prinzipien und eine faszinierende Geschichte geprägt ist, die Menschen miteinander verbindet. Gemeinsam werden wir Gerichte zubereiten, die nicht nur köstlich schmecken, sondern auch Körper und Seele verwöhnen. Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich; lediglich Freude am Genuss und Neugierde. Am Ende des Kurses erhalten Sie Rezepte mit nach Hause, die es Ihnen ermöglichen, die magischen Aromen auch in Ihrer eigenen Küche zu entfalten.

Bitte bringen Sie Geschirrtücher und Vorratsbehälter für die Kostproben mit.

30520L

Thusha Ravechandran

Donnerstag, 30. Oktober, 17.30 - 21.15 Uhr  
Laatzen

Albert-Einstein-Schule, Wülferoder Str. 46  
56,- €

30521L

Thusha Ravechandran

Freitag, 07. November, 17.30 - 21.15 Uhr  
Laatzen

Albert-Einstein-Schule, Wülferoder Str. 46  
56,- €

Im Kursentgelt sind die Kosten von 16,- € für die Lebensmittel bereits enthalten.

neu!

## Detox - reset your body - feel good!

Der menschliche Körper ist durch tägliche Umwelteinflüsse wie Nahrung, Wasser und Medikamente mit Giftstoffen belastet, die im Körper eingelagert werden und den Organismus belasten können. Dies kann zu einer Abnahme der Leistungsfähigkeit, Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Hautproblemen und chronischen Krankheiten führen. Eine regelmäßige Entgiftung ist daher notwendig, um positive Auswirkungen auf alle Zellfunktionen und das körperliche sowie geistige Wohlbefinden zu erzielen. In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie Detox-Methoden effektiv umsetzen, um diese Vorteile optimal zu nutzen.

Hier noch mehr Kurse  
entdecken...



30522D

Nina Schmidt

Mittwoch, 05. November, 19.00 - 19.45 Uhr

Online-Kurs

20,- €



## Türkische Küche - Menü

An diesem Abend laden wir Sie ein, die Vielfalt der gesunden, vitaminreichen türkischen Küche kennenzulernen. Aromatische Gewürze, frisches Gemüse und eine schonende Zubereitung der Zutaten sind ihre besonderen Merkmale. Gemeinsam werden wir eine Auswahl an Köstlichkeiten zubereiten, darunter Vorspeisen, Suppen oder Eintopfgerichte, ein Hauptgericht mit passender Beilage und ein delikates Dessert. Danach können wir uns in gemütlicher Runde bei einem Glas Wasser oder Wein an unseren kulinarischen Köstlichkeiten erfreuen.

Bitte bringen Sie Geschirrtücher, eine Schürze, ein scharfes Messer und Vorratsbehälter für die Kostproben mit.

30523L

Ayşe Sibel Willführ

Mittwoch, 14. Januar, 17.30 - 21.15 Uhr

Laatzen

Albert-Einstein-Schule, Wülferoder Str. 46  
53,- €

Im Kursentgelt sind die Kosten von 13,- € für die Lebensmittel bereits enthalten.

Sollten Sie Allergien, Nahrungsunverträglichkeiten oder Wünsche zu speziellen Kochkursen haben, lassen Sie es uns gleich bei Ihrer Anmeldung wissen. Wir stellen uns darauf ein.

Bitte beachten Sie, dass Sie bei kurzfristigen Absagen die **Lebensmittelumlage** trotzdem entrichten müssen.

Schenken Sie einen  
Gutschein der  
Leine-VHS Laatzen!



## Gesundheit und Psyche

neu!

### Ideen in kleinen Schritten zum Leben erwecken - Die Walt-Disney-Methode!

WE

Da das Leben begrenzt ist, lohnt es sich, es nach eigenen Wünschen zu gestalten. An diesem Wochenende beschäftigen wir uns mit der Frage: „Welche Ziele möchte ich in meinem Leben verfolgen?“. Durch verschiedene Übungen, kreative Techniken, kurze Momente der Ruhe und insbesondere mit Freude rollen wir unseren Lebensfaden aus und entdecken Strategien, ihnen zu folgen. Wir entwerfen unseren idealen Tag und erstellen eine Collage, die unsere Wünsche und Visionen widerspiegelt. Um große Ziele erreichbar zu machen, teilen wir sie in kleine, umsetzbare Schritte auf und lernen die Walt-Disney-Methode, die es uns ermöglicht, die Ideen unseres Herzens zum Leben zu erwecken.

30600L

Nicole Genzky

Freitag, 19. September, 18.00 - 20.30 Uhr

Samstag, 20. September, 10.00 - 17.00 Uhr

Sonntag, 21. September, 10.00 - 16.00 Uhr

Laatzen

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
97,- €

Ihr **Wunschkurs** steht nicht im Programm? Sie vermissen ein Thema? Sie suchen etwas, das Sie schon immer einmal ausprobieren wollen? Kein Problem - sprechen Sie uns an!

neu!

### Geben Sie dem Winterblues keine Chance!

Ihr **Energieschub** für die kalte  
Jahreszeit

Der Winter, mit seinen kurzen Tagen, grauem Himmel und kalten Temperaturen, kann die Stimmung negativ beeinflussen. In diesem dreiwöchigen Workshop lernen Sie, trotz dieser Herausforderungen energiegeladener, motiviert und lebensfroh zu bleiben. Praxisnahe Tipps und Übungen helfen Ihnen, den Winterblues zu überwinden und die kalte Jahreszeit positiv zu gestalten. Die erworbenen Fähigkeiten sind direkt im Alltag anwendbar und ermöglichen es Ihnen, das trübe Wintergefühl abzuschütteln und die kalte Zeit dynamisch und freudvoll zu meistern.

Lassen Sie uns gemeinsam den Winter rocken und mit neuer innerer Stärke in die kalte Jahreszeit starten!

30601D

Diana Jockisch

2 x wöchentlich

montags und mittwochs,

ab 27. Oktober, 12.00 - 12.45 Uhr

6 Termine

Online-Kurs

61,- €



30602D

Diana Jockisch

2 x wöchentlich

dienstags und donnerstags,

ab 28. Oktober, 12.00 - 12.45 Uhr

6 Termine

Online-Kurs

61,- €





# Werden Sie Dozent\*in bei der Leine-VHS Laatzen!

## Kommen Sie in unser Team!

Wir suchen kompetente und engagierte Dozent\*innen auf Honorarbasis für **PÄDAGOGIK**.

Haben Sie Freude am Unterrichten von Menschen in verschiedenen sozialpädagogischen Handlungsfeldern und wollen diese in ihren Entwicklungen voranbringen?

### Voraussetzungen:

- (sozial-)pädagogisches abgeschlossenes Studium oder einen sozialen, pädagogischen o.ä. Abschluss
- Erfahrungen in der Erwachsenenbildung
- Kreativität in der Unterrichtsgestaltung

Wir bieten regelmäßige Kurse an und pflegen ein gutes Arbeitsklima in einem freundlichen, motivierten sowie wertschätzendem Team.

Mehr Informationen erhalten Sie über Frau Elsa Raidok-Kayser unter 0511 89886 232 - oder schicken Sie uns ein kurzes Bewerbungsschreiben an [raidok-kayser@leine-vhs.de](mailto:raidok-kayser@leine-vhs.de).

# Praxis für umfassende Zahnheilkunde

## Schwerpunkte:

- Schnarchtherapie
- Seniorenbehandlung
- Kinderzahnheilkunde
- Parodontaltherapie mit Ultraschall
- Mikroskopische Endodontie
- Chirurgische Zahnentfernungen
- Implantate

## Prävention:

- Professionelle Zahnreinigung
- Individuelle Prophylaxe
- Markerkeimbestimmung

## Moderne Verfahren

- Knochendefektauffüllungen
- Klinische Funktionsanalyse
- Laserbehandlung
- Ozon-Therapie
- Funktionsorientierter ästhetischer Ersatz
- Intraorale Camera

## Aesthetische Maßnahmen

- Bleaching
- Vollkeramik, Veneers
- metallfreie Rekonstruktion
- biomechanische Okkusionskonzepte

## WIR SIND FÜR SIE DA!

Sie suchen eine ganzheitliche Beratung für Ihre zahnärztliche Versorgung?

Oder haben Fragen zu einer speziellen Zahnbehandlung oder Therapie?

Dann sprechen Sie uns gern an oder buchen Sie jetzt ganz bequem um die Uhr online Ihren nächsten Zahnarzttermin.

**Dilbrin Khelo**

Praxis für umfassende Zahnheilkunde  
Albert-Schweitzer-Str. 1, 30880 Laatzen

T: 05 11 – 82 20 26

M: info@dent-khelo.de

## SPRECHZEITEN

Mo-Di: 8:00 – 18:00 Uhr

Mi: 8:00 – 13:00 Uhr

Do: 8:00 – 18:00 Uhr

Fr: 8:00 – 14:30 Uhr



Zahnarzt Dilbrin Khelo und sein erfahrenes und engagiertes Praxisteam bieten Ihnen ganzheitliche und einfühlsame Zahnarztbehandlungen. Ihre Gesundheit und Ästhetik sind uns wichtig – damit Sie auch künftig kräftige Zähne und ein strahlendes Lächeln haben!

Ab sofort können Sie ganz bequem Ihren Termin online über unsere Webseite

**www.zahnarzt-laatzen.de**

per Mail buchen!

Selbstverständlich ist auch weiterhin eine telefonische Terminvereinbarung möglich! Tel. 0511/82 20 26



Zahnarzt Dilbrin Khelo

Zahnarztpraxis **D. Khelo**  
Albert-Schweitzer-Str. 1, 30880 Laatzen  
☎ 0511/82 20 26 ✉ info@dent-khelo.de

Sprechzeiten: nach Vereinbarung!





neu!

**(R) Auszeit!  
Sorglos alleine reisen**

WE

Fühlen Sie sich vom Fernweh geplagt? Dieser Kurs lehrt Sie, Ihre Traumreise selbstständig zu organisieren und sicher alleine zu reisen. Schwerpunkte sind z. B. das Reiseziel, die Mobilität, die Unterkunft und die Gesundheit. Das Ziel ist es, Ihnen die Fähigkeit zu vermitteln, in fernen Ländern sichere und wundervolle Erlebnisse zu sammeln, indem Sie Ihre Reise gründlich und sicher planen. Der Kurs bietet wertvolle Anregungen für effektive Recherchemethoden und inspirierende Ideen. Er fördert den spannenden Austausch mit anderen Teilnehmenden und vertieft Ihr Wissen über das Reisen. Alleinreisen fördert nicht nur das Selbstvertrauen, sondern ermöglicht auch, die eigene Persönlichkeit und Stärken besser kennenzulernen.

**30603L**

Nicole Genzky

Freitag, 07. November, 18.00 - 20.30 Uhr

Samstag, 08. November, 10.00 - 17.00 Uhr

Sonntag, 09. November, 10.00 - 16.00 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

97,- €

neu!

**In der Mittagspause mehr Kraft  
und Energie!****Mit Elan durch den Tag und die Woche**

Vielleicht rennen Sie von einem Termin zum nächsten und jonglieren zwischen Job, Haushalt und Familie. Die Mittagspause bleibt oft nur eine kurze Verschnaufpause, in der Sie schnell in der Kantine essen oder aufs Handy starren. Stellen Sie sich jedoch vor, dass diese Zeit eine wertvolle Quelle der Erfrischung und Kreativität für Sie sein könnte. Es geht nicht nur um das schnelle Essen, sondern auch darum, sich Zeit zu gönnen. Durch einfache, praktische Übungen können Sie mehr Energie gewinnen, produktiver, ausgeglichener und zufriedener werden. Nutzen Sie diese kleine Auszeit, um mehr zu erreichen.

Melden Sie sich jetzt an und starten Sie mit frischer Energie in Ihre neue Mittagspause!

**30608D**

Diana Jockisch

2 x wöchentlich

montags und mittwochs,

ab 12. Januar, 12.00 - 12.45 Uhr

6 Termine

Online-Kurs

61,- €

**30609D**

Diana Jockisch

2 x wöchentlich

dienstags und donnerstags,

ab 13. Januar, 12.00 - 12.45 Uhr

6 Termine

Online-Kurs

61,- €

**Natur und Umwelt****Lazy Gardening**

Unkraut jäten, gießen und düngen, Gehölze schneiden und im Herbst das lästige Laub von den Bäumen zusammenfegen. Ständig liegen zeitraubende Arbeiten im Garten an, die scheinbar nicht zu vermeiden sind. Lassen Sie sich nicht zum Sklaven Ihres Gartens machen! In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit minimalem Aufwand einen schönen Garten gestalten können. Welche Arbeiten sind wirklich notwendig? Mit welchen Geräten und Werkzeugen arbeitet man am effektivsten? Wie kann man durch geschickte Bepflanzung und Pflanzenauswahl Pflegearbeiten reduzieren? Diese und viele andere Fragen werden in diesem Kurs beantwortet.

**30701L**

Ellen Bielert

Montag, 08. September, 18.00 - 21.00 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

30,- €

neu!

**Ein Garten voller Blüten  
Blumenzwiebeln für jede Jahreszeit**

Wer im Frühjahr einen blütenreichen Garten haben möchte, kann bereits im Herbst die wunderbare Grundlage legen. Viele Zwiebel- und Knollenpflanzen, die im Frühling bunte Farben spenden und Nahrung für Insekten bieten, sind jetzt erhältlich. Bereits im Januar zaubern Schneeglöckchen Charme in den Garten, gefolgt von Winterling, Krokussen, Blausternen, Perlhyazinthen und Narzissen. Im Sommer blühen Lilien und Zierlauch, im Herbst Alpenveilchen und Herbstzeitlosen. Zwiebelpflanzen sind pflegeleicht und gut an trockenes, warmes Klima angepasst. Unser Kurs zeigt, welche Arten zu welchen Gartensituationen passen, welche dichte, farbenfrohe Blütenteppiche bilden und welche möglicherweise öfter ersetzt werden sollten, da sie von Mäusen genascht werden oder langfristig nicht so gut gedeihen.

**30702L**

Ellen Bielert

Montag, 22. September, 18.00 - 21.00 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

30,- €

neu!

**Schattige Gärten schön  
gestalten**

In älteren Gärten sind dichte Gehölzbestände häufig vorhanden, die Licht blockieren, aber auch eine besondere Stimmung verleihen und bei Hitze kühlen Schatten bieten. Die Unterpflanzung mit geeigneten Stauden macht diese Bereiche besonders lebendig und einladend. In diesem Kurs lernen Sie, welche Pflanzen im Schatten gut gedeihen, und erhalten Inspiration durch beeindruckende Bilder von schattigen Plätzen und Wegen, die durch ansprechende Bepflanzung zu echten Hinguckern werden. Mit der richtigen Pflanzenauswahl können Sie ein harmonisches und schönes Gartenambiente gestalten.

**30703L**

Ellen Bielert

Montag, 06. Oktober, 18.00 - 21.00 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

30,- €

neu!

**Sissinghurst - Portrait eines  
Gartenparadieses**

Der Sissinghurst Castle Garden in Kent, England, gilt als Meisterwerk der englischen Gartenkunst des frühen 20. Jahrhunderts, geprägt durch die ehemalige Besitzerin und Schriftstellerin Vita Sackville-West. Der prächtige Garten ist durch formale Mauern und Hecken in thematisch gestaltete Bereiche unterteilt, die an die Räume eines Hauses erinnern. Zu den besonderen Highlights zählen der Weiße Garten, der gelbrote Cottage Garden und der Rosengarten, allesamt Meisterwerke gärtnerischer Kunst. Die üppige Blütenpracht verzaubert die Besucher\*innen bis heute und verleiht dem Garten eine ganz eigene, unvergleichliche Schönheit.

**30704L**

Ellen Bielert

Montag, 17. November, 18.00 - 21.00 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

30,- €



# Kommen Sie in unser Team!

## Wir suchen kompetente und engagierte Dozent\*innen auf Honorarbasis

für die Bereiche

- Yoga
- Bewegungs- und Stressbewältigungskurse
- ganzheitliches Körpertraining
- Selbstverteidigung oder Fitness Boxen
- Hula Hoop, Jumping Fitness, Lauftraining, Nordic Walking, Hip-Hop
- gesunde Ernährung

Voraussetzungen:

- fundierte Kenntnisse und Fertigkeiten inklusive den notwendigen **Ausbildungen**
- Freude am Umgang mit Menschen
- Lust das Angebot im Gesundheitsbereich mitzugestalten

Wir bieten regelmäßige Kurse an und pflegen ein gutes Arbeitsklima in einem freundlichen, motivierten sowie wertschätzenden Team.

Mehr Informationen erhalten Sie über Frau Cemile Waldmann unter 0511 89886 283 - oder schicken Sie uns ein kurzes Bewerbungsschreiben an [waldmann@leine-vhs.de](mailto:waldmann@leine-vhs.de).



# Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen (GER) für Sprachen

Der Europarat hat einen Referenzrahmen für Sprachen entwickelt, mit dem Sprachkompetenzen deutlicher und für Außenstehende fassbarer werden.

Dabei sind 6 Niveaustufen entstanden.

Hier eine Kurzbeschreibung der Standards:

kompetente  
Sprachverwendung

## OBERSTUFE

Auf Stufe C2

... können Sie sich spontan, sehr fließend und differenziert ausdrücken und nahezu alles, was Sie hören oder lesen, mühelos verstehen.

# C2

Auf Stufe C1

... können Sie sich fließend im gesellschaftlichen und privaten Leben verständigen und sich strukturiert zu komplexen Sachverhalten äußern.

# C1

selbstständige  
Sprachverwendung

## AUFBAUSTUFE

Auf Stufe B2

... können Sie sich beruflich und privat problemlos mit Muttersprachler/innen in der Standardsprache verständigen.

# B2

Am Ende der Stufe B1

... können Sie im privaten und beruflichen Bereich über Themen des Alltags wie Familie, Hobbys, Arbeit und Reisen sprechen und sich über persönliche Erfahrungen und Ereignisse austauschen.

# B1

elementare  
Sprachverwendung

## GRUNDSTUFEN

Am Ende der Stufe A2

... können Sie sich in einfachen, routinemäßigen Situationen über vertraute Themen und Tätigkeiten (z. B. Informationen zur Person, Einkaufen, Arbeit, die eigene Ausbildung, Ihre Umwelt) mit einfachen Worten verständigen

# A2

Am Ende der Stufe A1

... können Sie vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sagen wie Sie heißen, wo Sie wohnen, wer Sie sind, Auskünfte einholen wie z. B. nach dem Weg fragen und einfache Fragen beantworten.

# A1

## Deutsch & Integration

### Fachbereichsleitung:

Heike Ermisch  
ermisch@leine-vhs.de

### Kursmanagement:

Thomas Nolte  
nolte@leine-vhs.de

Telefon 0511 89886 234

# Deutsch & Integration







## Deutsch als Zweitsprache

### Integrationskurse

Das Zuwanderungsgesetz vom 1. Januar 2005 sieht vor, dass die meisten Ausländerinnen und Ausländer, die dauerhaft in Deutschland leben werden, einen Anspruch bzw. eine Verpflichtung zur Teilnahme an Integrationskursen haben. Die Leine-VHS Laatzen ist vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) als Kursträger zugelassen und führt sie an drei Unterrichtsorten in Laatzen durch.

Ein Integrationskurs umfasst bis zu 900 Unterrichtsstunden und ist in 3 Basismodule, 3 Aufbau module und 3 Wiederholungs module mit jeweils 100 Unterrichtsstunden gegliedert. Die Höchstförderungs dauer für Spezialkurse (Alphabetisierungskurse, Zweitschrift lerner kurse) mit einem besonderen Förderbedarf beträgt 1200 Unterrichtsstunden. Zum Abschluss des Integrationskurses kann die Sprachprüfung „Deutschtest für Zuwanderer (DTZ)“ abgelegt werden. Im anschließenden Orientierungskurs (100 Unterrichtsstunden) werden Kenntnisse über Geschichte, Kultur und Politik in Deutschland vermittelt. Der Orientierungskurs schließt mit dem Test Leben in Deutschland ab.



Für unsere Integrationskurse ist eine **Kostenbefreiung** möglich.

#### Integrationskurs mit Alphabetisierung am Vormittag, Modul 5

**40401L**  
Adriana Krüsemmer  
montags - freitags  
Beginn 18. September  
08.30 - 11.45 Uhr  
25 Termine  
**Laatzen**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
229,- €

#### Integrationskurs mit Alphabetisierung am Nachmittag, Modul 4

**40404L**  
Birgit Klinkebiel  
montags - freitags  
Beginn 29. September  
12.45 - 16.00 Uhr  
25 Termine  
**Laatzen**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
229,- €

#### Integrationskurs am Vormittag, Modul 3

**40407L**  
Julia Shenson  
montags - freitags  
Beginn 17. September  
08.30 - 11.45 Uhr  
25 Termine  
**Laatzen**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
229,- €

#### Integrationskurs mit Alphabetisierung am Vormittag, Modul 9

**40402L**  
Olena Weimar  
montags - freitags  
Beginn 29. September  
08.30 - 11.45 Uhr  
25 Termine  
**Laatzen**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
229,- €

#### Integrationskurs mit Alphabetisierung am Vormittag, Modul 1

**40405L**  
Olena Weimar  
montags - freitags  
Beginn 24. November  
08.30 - 11.45 Uhr  
25 Termine  
**Laatzen**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
229,- €

#### Integrationskurs am Vormittag, Modul 4

**40408L**  
Dr. Ute Klünder  
montags - freitags  
Beginn 04. September  
08.30 - 11.45 Uhr  
25 Termine  
**Laatzen**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
229,- €

#### Integrationskurs mit Alphabetisierung am Nachmittag, Modul 8

**40403L**  
Jens Dieter Tomczak  
montags - freitags  
Beginn 02. September  
12.45 - 16.00 Uhr  
25 Termine  
**Laatzen**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
229,- €

#### Integrationskurs am Vormittag, Modul 1

**40406L**  
Olga Gisewski  
montags - freitags  
Beginn 15. September  
08.30 - 11.45 Uhr  
25 Termine  
**Laatzen**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
229,- €

#### Integrationskurs am Vormittag, Orientierungskurs

**40409L**  
Petra Seehausen  
montags - freitags  
Beginn 18. September  
08.30 - 11.45 Uhr  
25 Termine  
**Laatzen**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
229,- €

**40410L**  
Nerouz Marwan  
montags - freitags  
Beginn 10. November  
08.30 - 11.45 Uhr  
25 Termine  
**Laatzen**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
229,- €



## Integrationskurs mit Alphabetisierung am Nachmittag, Modul 8

**40411L**

Adriana Krüsemmer  
montags - freitags  
Beginn 12. September  
12.45 - 16.00 Uhr  
25 Termine

**Laatzten**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
229,- €

## Integrationskurs am Nachmittag, Orientierungskurs

**40413L**

Ulrike Timpe  
montags - freitags  
Beginn 18. September  
12.45 - 16.00 Uhr  
25 Termine

**Laatzten**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
229,- €

## Integrationskurs mit Alphabetisierung am Nachmittag, Modul 4

**40412L**

Brigitta Noll  
montags - freitags  
Beginn 25. September  
12.45 - 16.00 Uhr  
25 Termine

**Laatzten**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
229,- €

## Integrationskurs mit Alphabetisierung am Nachmittag, Orientierungskurs

**40414L**

Olena Weimar  
montags - freitags  
Beginn 25. September  
12.45 - 16.00 Uhr  
25 Termine

**Laatzten**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
229,- €

### Beratung und Anmeldung:

**mittwochs:** 14.00 - 17.00 Uhr  
**donnerstags:** 10.00 - 12.00 Uhr

in den VHS-Räumen in Laatzten,  
Senefelderstraße 19, 30880 Laatzten  
(Straßenbahn Linie 1, Haltestelle  
Park der Sinne).

**Sind Sie pflegebedürftig  
oder kümmern Sie sich um eine  
pflegebedürftige Person?**

**Kostenlose  
Pflegehilfsmittel:  
Wie funktioniert das?**



Albert-Schweitzer-Straße 1  
30880 Laatzten · Tel.: 0511 823941  
info@igelapotheke.de

Öffnungszeiten:  
Mo. bis Do.: 08:30 bis 18:30 Uhr  
Fr.: 08:30 bis 18:00 Uhr

**IGEL  
APOTHEKE**  
Apothekerin Patricia Kempf

**Parken können Sie ganz bequem und kostenlos direkt vor der Apotheke.**

Wenn Sie einen pflegebedürftigen Menschen betreuen, haben Sie alle Hände voll zu tun. Alles, was Sie und den Pflegebedürftigen im Alltag entlastet, ist ein Stück Lebensqualität. Pflegehilfsmittel können Ihnen die tägliche Versorgung erleichtern.

**Sichern Sie sich jetzt Pflegehilfsmittel im Wert von 42,- € monatlich, in Summe 504,- € im Jahr**

Wir stellen Ihnen den Antrag auf Zuschuss zur Verfügung, beraten Sie beim Ausfüllen und übernehmen die Dokumentation und Abrechnung für die Pflegekasse. Ist Ihr Antrag (bei anerkannter Pflegestufe bzw. anerkanntem Pflegegrad) bewilligt, schnüren wir für Sie ein „Rundum-sicher betreut-Paket“ im Wert von 42,- € im Monat.

Vom Gesetzgeber wurden diese zur Durchführung bestimmten Pflegehilfsmittel zur Unterstützung der häuslichen Pflege definiert:

- Einmalhandschuhe
- Desinfektionsmittel
- Mundschutz
- Bettschutzeinlagen
- Schutzschürzen
- Krankenunterlagen

### Barrierefrei & guter Service:

Die Igel-Apotheke ist barrierefrei und bietet Ihren Kunden freundlichen Service und umfassende Beratung.

- Kundenkarte
- Pflegehilfsmittel
- Hilfsmittel
- Botendienste: Montag bis Freitag
- E-Rezept
- Blutdruckmessungen
- Verleih von Medela-Milchpumpen
- Beratung in verschiedenen Sprachen





## Курсы немецкого языка - интеграционные курсы

Народный университет Ляйне (Leine-VHS Laatzten), имеющий разрешение от федерального ведомства по делам миграции и беженцев на проведение курсов, способствующих получению немецкого гражданства и интеграционных курсов, предлагает большой выбор занятий в дневное и вечернее время.

Приходите к нам на:

- курс по обучению чтению и письму
- интеграционный курс
- курс, подготавливающий к получению немецкого гражданства
- курс „Немецкий как иностранный язык“
- курс „Немецкий для профессии“
- курс подготовки к экзамену B1 (обязателен для приобретения гражданства)
- курс подготовки к экзамену C1

Консультация, регистрация и распределение на курсы:

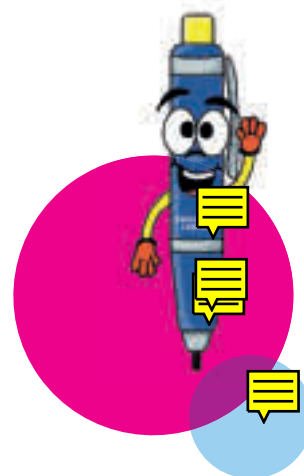
среда: 14.00 - 17.00

четверг: 10.00 - 12.00

Leine-VHS Laatzten, Senefelderstraße 17/19, 30880 Laatzten

Пожалуйста, принесите с собой на консультацию следующие документы:

1. паспорт
2. при наличии - решение SGB II (Bescheid)



ЗАПИС НА КУРСИ НІМЕЦЬКОЇ МОВИ

СЕРЕДА З 14 ДО 17 ГОДИНИ

ЧЕТВЕР З 10 ДО 12 ГОДИНИ

Senefelderstraße 19, 30880 Laatzten

## Learn German - or improve your German

Come to us for advice (and bring your passport with you):

**Wednesdays** 2 pm - 5 pm

**Thursdays** 10 am - 12 am

in the head office of the Leine-VHS Laatzten, Senefelderstraße 19 (tram no. 1, stop: Laatzten Park der Sinne)

## كورسات اللغة الألمانية و دورات الاندماج

Leine-Volkshochschule Laatzten

- يعرض مجموعة واسعة من الكورسات الصيفية والمسابقات
- و قد وافق كل من المكتب الاتحادي للهجرة و شؤون اللاجئين على ذلك بالطبع لتوفير دورات الاندماج و التجنس

معنا يمكنك تعلم كل من مما يلي :

دورة محو الأمية

دورة الاندماج

دورات B1

كورس لتعلم اللغة الألمانية كلغة اجنبية

كورس لتعلم اللغة الألمانية للمهين

كورس للتهيئ للاختبار B1 (المطلوب للحصول على الجنسية)

كورس للتهيئ للاختبار C1

للتصحح و المشورة و التسجيل في الدورات

كل اربعاء من الساعة 14:00 حتى 17:00

كل خميس من الساعة 10:00 حتى 12:00 ظهراً

Leine-VHS Laatzten, Senefelderstraße 19, 30880 Laatzten

يرجى تقديم الوثائق التالية للاستشارة و التسجيل:





Zur Erklärung A1 - C2 beachten Sie bitte den **Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER)** auf Seite 50.

## Berufssprachkurse

Die berufsbezogene Deutsch-Sprachförderung nach §45a AufenthG baut unmittelbar auf den Integrationskurs auf und richtet sich an Menschen mit Migrationshintergrund, die einen Bedarf an sprachlicher Weiterqualifizierung haben.

Jeder Kurs wird sozialpädagogisch begleitet und schließt mit der Prüfung DTTB B2 ab.

Teilnehmen darf, wer arbeitsuchend gemeldet ist und/oder Leistungen nach SGB II (Hartz IV) oder SGB III (Arbeitslosengeld I) bezieht; eine Ausbildungsstelle sucht, sich bereits in der Ausbildung befindet oder gerade im Anerkennungsverfahren für den Berufs- bzw. Ausbildungsabschluss steht. Für Beschäftigte, die an einem Berufssprachkurs teilnehmen wollen, besteht ein Kostenbeitrag pro Unterrichtseinheit.

Die Berechtigung zur Teilnahme an einen Berufssprachkurs stellen die zuständigen Leistungsträger (Arbeitsagenturen oder Jobcenter) aus.

Nähere Informationen erhalten Sie gerne in unseren Anmelde- und Beratungszeiten!

## Berufssprachkurse B2

### Berufssprachkurs B2 - 400 UE

#### **40450L**

Dozententeam

montags - freitags

Beginn auf Anfrage

08.30 - 12.35 Uhr

80 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

gebührenfrei

### Berufssprachkurs B2 Frühpädagogik - 500 UE

#### **40452L**

Dozententeam

montags - freitags

Beginn auf Anfrage

08.30 - 12.35 Uhr

100 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

gebührenfrei

### Berufssprachkurs B2 - 500 UE

#### **40451L**

Dozententeam

montags - freitags

Beginn auf Anfrage

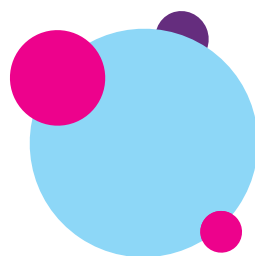
08.30 - 12.35 Uhr

100 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

gebührenfrei



# Werden Sie Dozent\*in bei der Leine-VHS Laatzen !



## Kommen Sie in unser Team!

Wir suchen für den Präsenzunterricht in **FREMDSPRACHEN** kompetente und engagierte Dozent\*innen auf Honorarbasis

### Voraussetzungen:

- Sie sind Muttersprachler\*in oder
- Sie haben die eine Sprache im Studium und/oder durch einen langen Auslandsaufenthalt erworben?
- Sie haben bereits Erfahrung im Unterrichten?

Wir bieten regelmäßige Sprachkurse an und pflegen ein gutes Arbeitsklima in einem freundlichen, motivierten sowie wertschätzendem Team.

Mehr Informationen erhalten Sie über Frau Inna Belinskaia unter Telefon 0511 89886 263 - oder Sie schicken uns einfach ein kurzes Bewerbungsschreiben an: [belinskaia@leine-vhs.de](mailto:belinskaia@leine-vhs.de).

## Sprachen

### Fachbereichsleitung:

Inna Belinskaia  
belinskaia@leine-vhs.de

### Kursmanagement:

Lenuta Wehser  
wehser@leine-vhs.de

Telefon 0511 89886 262

# Sprachen

Hier noch mehr Kurse entdecken...



Alle **buchbaren** sowie **neue Kurse**, die wir im Laufe des Semesters zusätzlich anbieten, können Sie über **diesen QR-Code** abrufen. (Richten Sie einfach Ihre Mobiltelefon-Kamera auf den Code und öffnen Sie die angezeigte Internet-Seite der VHS.)



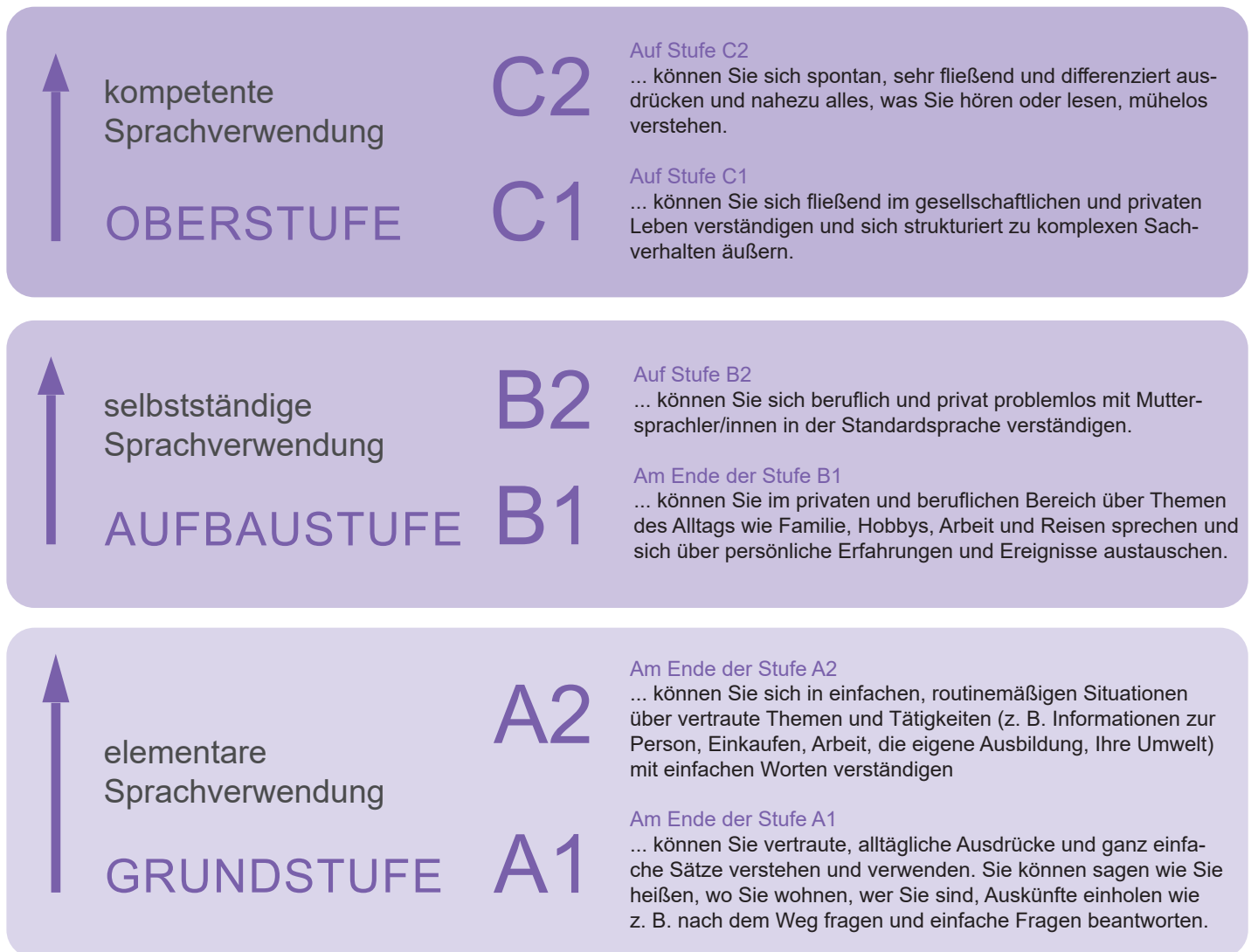




## Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen (GER) für Sprachen

Der Europarat hat einen Referenzrahmen für Sprachen entwickelt, mit dem Sprachkompetenzen deutlicher und für Außenstehende fassbarer werden.

Dabei sind 6 Niveaustufen entstanden. Hier eine Kurzbeschreibung der Standards:



### Unser Beratungsangebot:

Dieser Referenzrahmen gibt Ihnen eine erste Orientierungsmöglichkeit. Einen Online-Einstufungstest finden Sie auf unserer Homepage [www.leine-vhs.de](http://www.leine-vhs.de) unter: Downloads → Einstufung Sprachen...

Wenn Sie sich unsicher sind, welchen Kenntnisstand Sie haben, beraten wir Sie gern telefonisch: Inna Belinskaia, 0511 89886 263.



## Chinesisch

neu!

### Chinesisch für Neugierige **WE** Schnupperkurs

"Das ist doch Fachchinesisch!" Scheint Ihnen Chinesisch unerreichbar zu sein? In diesem Schnupperkurs bekommen Sie einen Einblick in das Fremde. Sie lernen die Faszination für die 3500 Jahre alten Schriftzeichen sowie ihre kulturelle Bedeutung kennen. In den Schriftzeichen ist das gesammelte Wissen dieser Kultur konserviert und für die Chinesisch-Lernenden zugänglich. Durch den Kontakt mit dieser wundervollen Sprache werden Sie merken, dass Jede\*r Chinesisch lernen kann. Während des Kurses bekommen Sie die Gelegenheit selbst einmal die klassische chinesische Kalligraphie auszuprobieren. Sollte die Gruppe Interesse an der anschließenden Fortführung in Kursform haben, so ist dies selbstverständlich möglich. Der Inhalt des fortführenden Kurses wird ebenfalls vorgestellt.

**40201L**

Lina Liu

Samstag, 13. September, 10.00 - 13.00 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

34,- €

neu!

### Chinesische Sprache - Kultur und Kalligraphie **Kurzkurs**

In diesem Kurs bekommen Sie einen systematischen Einblick in einfache Redewendungen und Gesprächssituationen sowie Schriftzeichen, die in Gesprächen vorkommen. Ein besonderer Schwerpunkt des Kurses ist die Logik des Aufbaus der chinesischen Schriftzeichen zu erläutern, so dass Sie nach dem Kurs in der Lage sind, auch unbekannte Schriftzeichen teilweise zu entkodieren.

Nach den fünf vorgesehenen Terminen ist es möglich, dass der Kurs bei Interesse verlängert wird. Ein Teil des verlängerten Programms besteht aus einem Einblick in die klassische Kalligraphie.

Das Lernmaterial wird Ihnen von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

**40202L**

Lina Liu

dienstags,

ab 23. September, 17.30 - 19.00 Uhr

5 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

69,- €

### Chinesische Sprache - Kultur und Kalligraphie Teil 3

Dieser Kurs ist für Interessierte mit Vorkenntnissen im Umfang von ca. 100 Schriftzeichen und 120 Vokabeln (der HSK I) geeignet. Genau wie in Teil 1 – 2 der Kursreihe bekommen Sie einen systematischen Einblick in einfache Redewendungen und Gesprächssituationen. Ein besonderer Schwerpunkt des Kurses ist die Logik des Aufbaus der chinesischen Schriftzeichen zu erläutern.

Lehrbuch Huang, Zithen (2018): Unvergessliches Chinesisch Stufe B, Lehrbuch und Arbeitsbuch. Gröbenzell: Hefei Huang Verlag. ISBN 978-3-940497-49-9, 978-3-940497-07-9.

**40203H**

Lina Liu

montags,

ab 08. September, 16.00 - 17.30 Uhr

15 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

124,- €

### Chinesische Sprache - Kultur und Kalligraphie Teil 5

Dieser Kurs ist für Interessierte mit Vorkenntnissen im Umfang von ca. 120 Schriftzeichen und 190 Vokabeln (der HSK I) geeignet. Genau wie in Teil 1 – 4 der Kursreihe bekommen Sie einen systematischen Einblick in einfache Redewendungen und Gesprächssituationen. Ein besonderer Schwerpunkt des Kurses ist die Logik des Aufbaus der chinesischen Schriftzeichen zu erläutern.

Lehrbuch Huang, Zithen (2018): Unvergessliches Chinesisch Stufe B, Lehrbuch und Arbeitsbuch. Gröbenzell: Hefei Huang Verlag. ISBN 978-3-940497-49-9, 978-3-940497-07-9.

**40204H**

Lina Liu

montags,

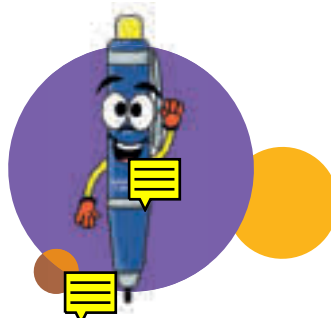
ab 08. September, 17.45 - 19.15 Uhr

15 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

124,- €



neu!

### Chinesische Teekultur und ihre Geschichte - Eine Einführung

Der lateinische Name der Teepflanze *Camellia sinensis* verrät schon ihren Ursprung.

China produziert jährlich ca. 3,2 Millionen Tonnen Tee, dies macht fast die Hälfte der Weltproduktion aus (Daten von 2023). China ist übrigens auch das einzige Land, in dem Tee Wissenschaft als Studienfach angeboten wird.

In dieser Veranstaltung beschäftigen wir uns nicht nur mit der Geschichte, sondern auch der Gegenwart und der Zukunft des chinesischen Tees. Dazu gehören z.B. die Teesorten und deren Herstellung, die Inhaltsstoffe und Forschungsergebnisse über ihre therapeutischen Wirkungen, Magie der Zubereitung und vieles mehr. Nach den Theorien werden wir 3-4 ausgesuchten Tees zubereiten und kosten.

**40205H**

Lina Liu

Donnerstag, 20. November, 17.30 - 19.45 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

28,- €

Die Preise gelten bei einer Teilnehmerzahl von 9 Personen. Kleinere Lerngruppen ab 5 Personen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

#### Auf einen Blick:



**Bildungsurlaub**



**Wochenendkurs**

neu!

**Neuer Kurs**



**Online-Kurs**



**Familienkurs**



**Vorträge, Exkursionen**



neu!

## Chinesische Schriftzeichen entdecken - Thema: Menschen



Für diese Kursserie sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Er ist für diejenigen geeignet, die sich für chinesische Schriftzeichen interessieren, aber nicht vorhaben, die Sprache systematisch zu lernen. Er eignet sich auch für Chinesischlernende, die sich für die Geschichte und die Zusammenhänge der chinesischen Schriftzeichen interessieren.

Alles entwickelt sich vom Einfachen zum Komplexen, und die chinesischen Schriftzeichen bilden da keine Ausnahme. Dieser Kurs hilft Ihnen zu verstehen, wie sich die chinesischen Schriftzeichen von einfachen und intuitiven Piktogrammen zu fast Zehntausend modernen Zeichen entwickelt haben.

Diese Kursserie besteht aus mehreren Terminen, die einzeln buchbar sind. Zu jedem Termin werden Schriftzeichen einer Kategorie vorgestellt. Das Schreiben von Schriftzeichen wird im Laufe des Kurses eingeführt.

Bringen Sie bitte einen "festen Stift (Bleistift oder Füller)" mit. Für die "Soft-Pen-Kalligraphie" werden je nach Bedarf Materialien von der Dozentin bereitgestellt. Da wir ein Wörterbuch benutzen, bringen Sie bitte Ihre Sehhilfe auch mit.

**40206L**

Lina Liu

Samstag, 11. Oktober, 10.00 - 13.00 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

34,- €

neu!

## Chinesische Schriftzeichen entdecken - Thema: Natur

**40207L**

Lina Liu

Samstag, 01. November, 10.00 - 13.00 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

34,- €

neu!

## Chinesische Schriftzeichen entdecken - Thema: Technik

**40208L**

Lina Liu

Samstag, 06. Dezember, 10.00 - 13.00 Uhr

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

34,- €

## Dänisch

neu!

### Dänisches Menü mit kleiner Einführung ins Dänische A1

Sprachenlernen einmal anders: Bei einem kulinarischen Sprachen-Abend rund um die dänische Küche.

Mit einem typisch dänischen Menü, das wir gemeinsam zubereiten, und einem guten Glas Wein üben Sie den Wortschatz rund um die dänischen Speisen, garniert mit Informationen über Bräuche und Geschichten zum dänischen Winter.

(Die Zutaten werden im Kurs abgerechnet.)

Bitte bringen Sie eine Schürze mit.

**40300L**

Yasmin Khalil

Donnerstag, 04. Dezember, 17.30 - 21.15 Uhr

**Laatzen**

Albert-Einstein-Schule, Wülferoder Str. 46

40,- €

neu!

### Dänisch A1 für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse

"Hej. Jeg hedder Peter. Jeg kommer fra Danmark. Jeg bor i Århus. Hvor bor du?"

Nach der ersten Unterrichtsstunde wird es schon möglich sein, diesen Text zu lesen und die Frage auf Dänisch zu beantworten. In unserem Kurs, der ganz neu startet, wollen wir uns im Unterricht in aufgelockelter Atmosphäre sowohl mit der dänischen Sprache als auch mit Landeskunde beschäftigen.

Lehrbuch: Vi snakkes ved! A1.+, ab Lektion 1 (Huber Verlag), ISBN 978-3-19-105379-6.

Kaufen Sie das Lehrbuch bitte nicht vor Kursbeginn. Die Dozentin wird Sie in der ersten Unterrichtsstunde darüber informieren.

**40301L**

Yasmin Khalil

freitags,

ab 12. September, 9.00 - 10.30 Uhr

8 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

90,- €

## Dänisch A2

Dieser Kurs ist gedacht für Teilnehmende mit Vorkenntnissen, die ca. 4 Semestern an der VHS gemacht haben oder über vergleichbare Kenntnisse verfügen. Wir werden uns im Unterricht sowohl mit der dänischen Sprache als auch mit Landeskunde beschäftigen und Tipps für verschiedene Alltagssituationen geben.

Lehrbuch: Vi snakkes ved! aktuell A2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-225379-9.

Kaufen Sie das Lehrbuch bitte nicht vor Kursbeginn. Die Dozentin wird Sie in der ersten Unterrichtsstunde darüber informieren.

**40302L**

Yasmin Khalil

freitags,

ab 05. September, 10.45 - 12.15 Uhr

15 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

124,- €

Die Preise gelten bei einer Teilnehmerzahl von 9 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

Hier noch mehr Kurse entdecken...



Im **Newsletter** informieren wir Sie gern regelmäßig über interessante Trends, Aktionen und Angebote der Leine-VHS. Bitte registrieren Sie sich:  
[www.leine-vhs.de](http://www.leine-vhs.de)





© Free\_Photos/pixabay

## Aufbauschema Let's Enjoy English, Klett Verlag

**B2**

Conversation courses

**B1**

Band B1.2	X	L. 1 - 8
Band B1.1	IX	L. 1 - 8

**A2**

Band A2.2	VII+VIII	L. 6 - 10
Band A2.1	V+VI	L. 1 - 5

**A1**

Band A1.2	III+IV	L. 6 - 10
Band A1.1	I+II	L. 1 - 5

**Vor-  
stufe**

First Steps	I	L. 1 - 5
-------------	---	----------

Stufe Lektionen

**Grundstufe A1:** Nach Abschluss der Niveaustufe A1 können Sie jetzt vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sagen, wie Sie heißen, wo Sie wohnen, wer Sie sind, Auskünfte einholen und einfache Fragen beantworten.

## Englisch A1

*neu!*

### Englisch A1, Stufe I Für Wiedereinsteiger\*innen

Die Schulzeit liegt schon länger zurück und Sie wollen Ihre Englischkenntnisse wieder auffrischen? Dieser Kurs bietet Teilnehmer\*innen mit 3-4 Jahren Schulenglisch nach langer Pause die Möglichkeit, ganz von vorne zu beginnen. Es werden die Grundkenntnisse im Wortschatz, Uhrzeit, Zahlen, Preise, Personalpronomen und das einfache Präsens wiederholt. Weitere Themen werden die Höflichkeitsfloskeln sein, wie man sich anderen vorstellt und Informationen über sich selbst und den Tagesablauf geben kann.

Lehrbuch: Let's Enjoy English A1.1, ab Lektion 1 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-501630-9.

Kaufen Sie das Lehrbuch bitte nicht vor Kursbeginn. Die Dozentin wird Sie in der ersten Unterrichtsstunde darüber informieren.

**40601L**

Jacqueline Busse

donnerstags,

ab 11. September, 17.30 - 19.00 Uhr

10 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

110,- €

**40602L**

Pauline Stock

montags,

ab 29. September, 19.45 - 21.15 Uhr

10 Termine

**Laatzen**

Albert-Einstein-Schule, Wülferoder Str. 46

110,- €

Die Preise gelten bei einer Teilnehmerzahl von 7 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

*neu!*

### Englisch A1, Stufe I Für Wiedereinsteiger\*innen am Vormittag

Wäre es nicht schön, die englische Sprache im Urlaub oder im Berufsleben gezielt einzusetzen, um sich besser verständigen zu können? Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen, die nach langer Pause ihr Schulenglisch auffrischen möchten. Wir kombinieren Textbucharbeit und Grammatik. Gleichzeitig finden Aktivitäten statt, um auch das Sprechen der englischen Sprache zu aktivieren. Schauen Sie doch mal vorbei!

Voraussetzung: 3-4 Jahre Schulenglisch

Lehrbuch: Let's Enjoy English A1.1, ab Lektion 1 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-501630-9.

Kaufen Sie das Lehrbuch bitte nicht vor Kursbeginn. Die Dozentin wird Sie in der ersten Unterrichtsstunde darüber informieren.

**40603H**

Karin Woodman

donnerstags,

ab 18. September, 11.15 - 12.45 Uhr

10 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

110,- €



**Grundstufe A2:** Nach Abschluss der Stufe A2 können Sie sich in einfachen, routinemäßigen Situationen über vertraute Themen und Tätigkeiten (z. B. Informationen zur Person, Einkaufen, Arbeit, die eigene Ausbildung, Ihre Umwelt) mit einfachen Worten verständigen.

## Englisch A2

### Englisch A2, Stufe I Für Wiedereinsteiger\*innen am Vormittag

Möchten Sie sich mit der englischen Sprache im Berufsleben oder im privaten Bereich besser verständigen können? Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen, die nach langer Pause ihr Schulenglisch auffrischen möchten. Wir kombinieren Textbucharbeit und Grammatik. Gleichzeitig finden Aktivitäten statt, um auch das Sprechen der englischen Sprache zu aktivieren und erworbene Kenntnisse praktisch umzusetzen.

Voraussetzung: 3-4 Jahre Schulenglisch  
Das Lehrbuch wird zu Beginn des Kurses bekanntgegeben.

**40620L**  
*Heike Williams*  
montags,  
ab 01. September, 11.15 - 12.45 Uhr  
15 Termine  
**Laatzen**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
124,- €

Die Preise gelten bei einer Teilnehmerzahl von 9 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

neu!

### Englisch A1, Auffrischung Für Wiedereinsteiger\*innen

In diesem Kurs erwartet Sie eine abwechslungsreiche Mischung aus interessanten Texten und Übungen. Wir wiederholen auch grundlegende Grammatikstrukturen, aber am wichtigsten ist uns das freie Sprechen und der Spaß daran.

Voraussetzung: 3-4 Jahre Schulenglisch

Lehrbuch: Let's Enjoy English Review ab Lektion 1 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-501636-1.

Kaufen Sie das Lehrbuch bitte nicht vor Kursbeginn. Die Dozentin wird Sie in der ersten Unterrichtsstunde darüber informieren.

**40605H**  
*Ina Mahr*  
dienstags,  
ab 09. September, 19.45 - 21.15 Uhr  
15 Termine  
**Hemmingen-Westerfeld**  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
124,- €

### Englisch A1, Stufe II Für Wiedereinsteiger\*innen

Ist es Ihr Wunsch, Ihre einst erworbenen Englischkenntnisse aus der Schulzeit wieder aufzufrischen, um sich besser verständigen zu können? Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen, die nach langer Pause ihr Schulenglisch auffrischen möchten.

Wir kombinieren Textbucharbeit und Grammatik. Gleichzeitig finden Aktivitäten statt, um auch das Sprechen der englischen Sprache zu aktivieren.

Voraussetzung: 3-4 Jahre Schulenglisch

Lehrbuch: Let's Enjoy English A1.2 (Klett) ab Lektion 3, ISBN 978-3-12-501632-3.

**40608H**  
*Karin Woodman*  
dienstags,  
ab 02. September, 9.15 - 10.45 Uhr  
15 Termine  
**Hemmingen-Westerfeld**  
VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
124,- €

### Englisch A1, Stufe II Für Anfänger\*innen mit geringen Vorkenntnissen

Dieser Kurs ist gedacht für Teilnehmende ohne schulische Vorkenntnisse, die die ersten Lernschritte schon in vergangenen drei Semestern gemacht haben.

Lehrbuch: Let's Enjoy English A1.2 ab Lektion 3 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-501632-3.

**40609L**  
*Pauline Stock*  
montags,  
ab 15. September, 18.00 - 19.30 Uhr  
15 Termine  
**Laatzen**  
Albert-Einstein-Schule, Wülferoder Str. 46  
124,- €

Die Preise gelten bei einer Teilnehmerzahl von 9 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

neu!

### Englisch A2, Auffrischung am Abend

Möchten Sie Ihr Englisch auffrischen, weil Sie reisen oder es für den Beruf benötigen oder weil Ihre Kinder jetzt Englisch lernen? Dieser Kurs bietet Teilnehmer\*innen mit 3-4 Jahren Schulenglisch nach langer Pause die Möglichkeit ihre Englischkenntnisse wieder aufzufrischen und zu erweitern. Wir sprechen über Alltagsthemen, arbeiten ohne Stress und wiederholen bei Bedarf auch gerne wichtige Grammatikkapitel.



Bitte beachten Sie **das gestaffelte Preissystem** im Sprachenbereich!

Für die **Standardsprachkurse** mit 30 Unterrichtsstunden gelten folgende Gebührensätze:

Ein Sprachkurs dieser Kategorie kostet bei einer Belegung von 9 und mehr Teilnehmer\*innen 124,- €, was einem Stundensatz von 3,80 € (plus Verwaltungsentgelt von 10,- €) entspricht.

Sprachkurse mit 8 und weniger Teilnehmenden laufen unter der Bezeichnung „intensive Kleingruppenkurse“, für die eine Zuzahlung entsprechend der Gruppengröße erforderlich ist. Die Zuzahlungen entnehmen Sie bitte der Tabelle.

Sonderkurse unterliegen nicht dieser Regelung.

	<b>Zuzahlung</b>	<b>Kursentgelt</b>
<b>8 Teilnehmer</b>	<b>16,- € pro Teilnehmer*in</b>	<b>140,- € (4,33 € pro Unterrichtsstunde)</b>
<b>7 Teilnehmer</b>	<b>36,- € pro Teilnehmer*in</b>	<b>160,- € (5,00 € pro Unterrichtsstunde)</b>
<b>6 Teilnehmer</b>	<b>62,- € pro Teilnehmer*in</b>	<b>186,- € (5,87 € pro Unterrichtsstunde)</b>

Das Entgelt wird am 2. Kurstermin auf der Basis der dann vorliegenden Anmeldungen festgesetzt. Für Kurswechsler\*innen gilt diese Regelung nicht, insbesondere, wenn sie aus Kursen mit weniger als 9 Teilnehmenden kommen. Hier entscheidet die Fachbereichsleiterin im Einzelfall.



Und ganz allmählich wollen wir auch wieder neues Selbstvertrauen im freien Sprechen gewinnen.

Lehrbuch: Let's Enjoy English A2.1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-501638-5.

Kaufen Sie das Lehrbuch bitte nicht vor Kursbeginn. Die Dozentin wird Sie in der ersten Unterrichtsstunde darüber informieren.

#### **40621L**

Jacqueline Busse

donnerstags,

ab 11. September, 19.15 - 20.45 Uhr

10 Termine

#### **Laatzten**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
110,- €

Gleichzeitig finden Aktivitäten statt, um das Sprechen der englischen Sprache zu aktivieren und erworbene Kenntnisse praktisch umzusetzen. Schauen Sie doch mal vorbei!

Lehrbuch: Let's Enjoy English A2.1 (Klett), ab Lektion 3, ISBN 978-3-12-501638-5.

Der Kurs findet auch in den Herbstferien am 15. und 22. Oktober statt.

#### **40622H**

Patricia Liecke

mittwochs,

ab 03. September, 17.00 - 18.30 Uhr

15 Termine

#### **Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
124,- €

### **Englisch A2 Auffrischung**

Dieser Kurs bietet Teilnehmer\*innen mit 4-5 Jahren Schulenglisch nach langer Pause die Möglichkeit, ihre Englischkenntnisse wieder aufzufrischen und zu erweitern. Wir sprechen über Alltagsthemen, arbeiten ohne Stress und wiederholen bei Bedarf auch gerne wichtige Grammatikkapitel. Und ganz allmählich wollen wir auch wieder neues Selbstvertrauen im freien Sprechen gewinnen.

Lehrbuch: Let's Enjoy English A2.2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-501639-2.

Kaufen Sie das Lehrbuch bitte nicht vor Kursbeginn. Die Dozentin wird Sie in der ersten Unterrichtsstunde darüber informieren.

#### **40624H**

Ina Mahr

dienstags,

ab 09. September, 9.00 - 10.30 Uhr

15 Termine

#### **Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
124,- €

Die Preise gelten bei einer Teilnehmerzahl von 7 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

### **Englisch A2, Stufe II Für Wiedereinsteiger\*innen**

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer\*innen, die in entspannter Atmosphäre ihr Schulenglisch auffrischen möchten. Wir kombinieren Textbucharbeit und Grammatik, um theoretisches Wissen zu erlernen. Gleichzeitig finden Aktivitäten statt, um auch das Sprechen der englischen Sprache zu aktivieren und erworbene Kenntnisse praktisch umzusetzen. Schauen Sie doch mal vorbei!

Lehrbuch: Let's Enjoy English A2.1 (Klett), ab Lektion 4, ISBN 978-3-12-501638-5.

#### **40623H**

Lea Stricker

montags,

ab 15. September, 17.45 - 19.15 Uhr

12 Termine

#### **Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
102,- €

### **Englisch A2, Stufe I Für Wiedereinsteiger\*innen**

Eine Reise ins Ausland steht bevor, die Kinder oder Enkel lernen jetzt Englisch, im Beruf ist Englisch auf einmal notwendig, doch der letzte Englischkurs ist schon ein wenig her und einiges in Vergessenheit geraten? In diesem Kurs möchten wir in entspannter Atmosphäre unsere vorhandenen Kenntnisse von Grund auf auffrischen sowie Neues erlernen. Dieser Kurs bietet Teilnehmer\*innen mit mehreren Jahren Schulenglisch oder A2 Niveau die Möglichkeit, strukturiert und solide wieder aufzufrischen. In den Unterrichtsstunden kombinieren wir Textbucharbeit und Grammatik, um theoretisches Wissen zu erlernen, binden aber gleichzeitig Wissenswerthes außerhalb des Buches ein.

Die Preise gelten bei einer Teilnehmerzahl von 9 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.



Besuchen Sie uns auf  
[www.facebook.com/LeineVHS/](https://www.facebook.com/LeineVHS/)





## Englisch A2 mit Muße

Sie haben solide Englisch-Grundkenntnisse, Sie möchten aber Ihre Vokabeln erweitern und suchen die Gelegenheit, die Sprache aktiv anzuwenden? In diesem Kurs werden wir spannende Geschichten lesen, über weltweite Themen sprechen und Freude am Sprechen haben. Es wird mit freien Materialien gearbeitet.

**40625L**

*Pauline Stock*

*mittwochs,*

*ab 24. September, 14.00 - 15.30 Uhr*

*10 Termine*

**Laatzen**

*Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19*

*110,- €*

**40628L**

*Pauline Stock*

*Montag - Freitag, 20. - 24. Oktober*

*17.30 - 20.30 Uhr*

*5 Termine*

**Laatzen**

*Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19*

*110,- €*

Die Preise gelten bei einer Teilnehmerzahl von 7 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

## Englisch A2 Wochenkurs Für Reise und Alltag

Eine Woche lang abends intensiv Englisch lernen! Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihr Englisch für den Alltagsgebrauch auffrischen möchten, aber auch an Personen, die sich im Urlaub in englischer Sprache verständigen möchten. Wir üben einfache Sätze, zum Beispiel eine Unterhaltung am Flughafen, nach dem Weg fragen und vieles mehr. Das Vokabular wird erweitert und die wichtigsten grammatikalischen Strukturen werden wiederholt.

Voraussetzung: Grundkenntnisse in Englisch etwa 4-5 Schuljahre (kann auch weit zurück liegen)

Dieser Kurs findet in den Herbstferien statt!

## Englisch A2/B1

### Englisch A2/B1

**Conversation in the morning:**

**Time for a Lively Chat**

A good opportunity to enable you to make progress and gain confidence with the main focus on speaking skills by reading world news, exchanging opinions and discussing different points of view of a wide range of topics from newspaper and magazine articles, stories, jokes and so on. If you want, it is also intended to help you to develop and improve your writing skills by translating short, interesting and funny anecdotes from German into English.

Es wird ohne Buch gearbeitet, für ein Kurs-Skript wird einmalig ein Betrag von 10,- € erhoben, der bei der Dozentin zu entrichten ist.

**40636L**

*Guia Liwanag-Zoch*

*dienstags,*

*ab 26. August, 10.30 - 12.00 Uhr*

*15 Termine*

**Laatzen**

*Stadthaus, Marktplatz 2*

*124,- €*

## Englisch A2/B1 Refresher Course

English is fun, we practise English and talk about interesting topics like family, holidays, culture etc. We repeat some grammar to improve our speaking and we will read and discuss some short stories. The titles will be given in class. Wir setzen das Lehrbuch punktuell zur Wiederholung ein und arbeiten auch mit freien Materialien.

Lehrbuch: Headway English B1+, Lektion 11, ISBN 978-0-19-474147-7.

Kaufen Sie das Lehrbuch bitte nicht vor Kursbeginn. Die Dozentin wird Sie in der ersten Unterrichtsstunde darüber informieren.

**40638H**

*Karin Woodman*

*donnerstags,*

*ab 04. September, 9.30 - 11.00 Uhr*

*15 Termine*

**Hemmingen-Westerfeld**

*VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2*

*124,- €*

Die Preise gelten bei einer Teilnehmerzahl von 9 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

## Englisch B1

### Englisch B1, Stufe I

Welcome to the world of English! Sie haben bereits solide Grundkenntnisse aus ca. 4-5 Semestern an der Volkshochschule erworben, verfügen jedoch nicht über schulische Vorkenntnisse? Sie möchten sprachlich weiter vorankommen in unserer globalisierten, durch die englische Sprache stark geprägten Welt? Dann sind Sie in diesem Kurs bestens aufgehoben!

Lehrbuch: Let's Enjoy English B1.1 (Klett), ab Lektion 5, ISBN 978-3-12-501644-6.



#### 40651H

Karin Woodman

dienstags,

ab 02. September, 11.00 - 12.30 Uhr

15 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

124,- €

### Englisch B1

Es werden Grundkenntnisse im Wortschatz sowie grundlegende Grammatikstrukturen wieder aufgefrischt. Wir sprechen viel, wobei es um Alltagsthemen geht, aber auch um spannende Reiseziele wie Schottland und Neuseeland. Auch Film und Musik werden eine Rolle spielen.

Voraussetzung: Ca. 5 Jahre Schulenglisch.

#### 40654H

Ina Mahr

dienstags,

ab 09. September, 18.00 - 19.30 Uhr

15 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

124,- €

#### Aufbaustufe B1: Nach Abschluss

der Stufe B1 können Sie im privaten und beruflichen Bereich über Themen des Alltags wie Familie, Hobbys, Arbeit und Reisen sprechen und sich über persönliche Erfahrungen und Ereignisse austauschen.

#### Wichtig!

Bitte beachten Sie das gestaffelte Preissystem im Sprachenbereich! Näheres hierzu auf Seite 63.

### Englisch B1

#### Reading and Conversation

Dieser Kurs richtet sich an alle Teilnehmer\*innen, die ihr Englisch gerne auffrischen möchten. Wir werden uns hauptsächlich mit dem Lesen und Sprechen befassen. In diesem Kurs arbeiten wir an Grammatik und Textverständnis, aber am wichtigsten ist uns das freie Sprechen und der Spaß daran. Sie können Ihre Wünsche gerne am Anfang des Kurses mit einbringen.

#### 40655H

Penelope Bendoumou

montags,

ab 01. September, 10.30 - 12.00 Uhr

15 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

124,- €

### Englisch B1

#### Conversation in the evening:

#### The Use of English in a Globalised World

Wir werden einfache Artikel aus englischsprachigen Zeitungen und Zeitschriften gemeinsam lesen und diskutieren. Themen werden allgemeine Informationen über Land und Leute im In- und Ausland, Geschichten, Erfahrungen und Erlebnisse sein, aber auch der Humor wird nicht zu kurz kommen. In diesem Kurs wollen wir mehr Selbstvertrauen gewinnen und damit sicherer im Umgang mit der englischen Sprache werden. Es soll ja Spaß machen, Englisch zu sprechen.

Es wird ohne Buch gearbeitet, für ein Kurs-Skript wird einmalig ein Betrag von 10,- € erhoben, der bei der Dozentin zu entrichten ist.

#### 40656L

Guia Liwanag-Zoch

montags,

ab 25. August, 18.00 - 19.30 Uhr

15 Termine

**Laatzen**

Stadthaus, Marktplatz 2

124,- €

### Englisch B1

#### Conversation in the Morning

To keep up our English knowledge we chat, discuss, talk in a lovely group about different topics. We read newspaper articles and other stories, listen to native speakers and explore various regions and cultures, according to the interests of all participants. In addition, we leave a little space for enhancing vocabulary and clarifying grammar aspects. We are looking forward to meeting you in our level class B1.

#### 40657L

Heike Williams

montags,

ab 01. September, 9.30 - 11.00 Uhr

15 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

124,- €

Die Preise gelten bei einer Teilnehmerzahl von 9 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

## Scheiben-Doktor

# UNSERE SERVICE-LEISTUNGEN

... Autoglas-Scheinbau

... Kfz- und Gl... defolien

... Hol- und Br... enst

... Mobiler Service

Vor-Ort Montage

... undenersatzfahrzeug

Ausgestattet mit hochmoderner Technik zum Kalibrieren einer Frontkamera!

Lüneburger Straße 16 (gegenüber der Metro) • 20880 Laatzen • Tel.: 05102-93 07 93

05102-93 07 93

Scheiben-Doktor.de

Reparatur & Austausch



## Englisch B1

### English for Tea-Time

Practice makes perfect (Übung macht den Meister) – so let's get talking! We'll practise small talk, discuss the news, read articles and stories and do some "grammar without tears".

**40658L**

Catherine Atkinson  
dienstags,

ab 16. September, 14.00 - 15.30 Uhr

7 Termine (14-tägl.)

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

93,- €

Der Preis gilt bei einer Teilnehmerzahl von 6 Personen.

neu!

## Englisch B1

### Refresher Course - INTENSIVWOCHE

(auch als Bildungsurlaub für Vollzeitkräfte anerkannt)

Yes you can! Do you want to refresh your English at an B1 level? Well, join in! This intensive course is a good opportunity to make some progress, rediscover the vocabulary you once knew and learn many more new words and phrases. The course will be a good balance between conversation, some grammar, listening and reading. Some examples will be taken from typical everyday and holiday situations.

Vorkenntnisse: Bitte lassen Sie sich hierzu vorab von uns beraten  
(Tel. 0511-89886 263).

**40660B**

Catherine Atkinson, Penelope Bendoumou

Montag - Freitag, 03. - 07. November,

9.00 - 16.00 Uhr

5 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
234,- €

### Bildungsurlaub

Alle von uns angebotenen Bildungsurlaube sind nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz (NBildUG) anerkannt.

Arbeitnehmer\*innen besitzen einen Rechtsanspruch auf Bildungsurlaub und können daher die Freistellung von der Arbeit nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz in Anspruch nehmen. Wir beraten Sie gerne bei der Wahl des richtigen Kurses. Für Arbeitnehmer\*innen ist eine Anmeldefrist von 4 Wochen vorgeschrieben. Auch alle Nicht-Berufstätigen können an unseren Bildungsurlauben teilnehmen.

Wenn Sie sich für einen Bildungsurlaub anmelden, erhalten Sie umgehend eine Anmeldebestätigung zur Vorlage bei Ihrem Arbeitgeber.

neu!

## Englisch B1/B2

**Talking about Christmas and other  
amusements  
December 2025**

Let us read a few Christmas texts together, play games and talk about Christmas festivities and customs in Britain. Mulled wine and mince pies will get us in the right mood for our pre-Christmas celebrations.

Suitable for level B1 upwards.

**40665H**

Catherine Atkinson

Freitag, 05. Dezember, 15.30 - 17.45 Uhr

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
25,- €

## Englisch B2

### Englisch B2, Stufe V Online-Kurs

YOU would love to, YOU badly need, YOU have already wanted to refresh your solid English knowledge for such a long time and you want to learn with an easy video conference tool? If only ONE part of this first sentence is true for you, this ONLINE course is YOUR course. In a motivating learning atmosphere, you can enjoy a wide-ranging mix of conversation activities, interesting texts and facts, songs and seasonal "specials". Ready-made grammar basics as well as tips and techniques how to learn effectively are also included. So join us in our virtual classroom from home or wherever you are.

Lehrbuch: A New Start B2 Refresher (Klett-Verlag), ab Lektion 6.

**40670D**

Birgit Neuwirth

freitags,

ab 05. September, 9.00 - 10.30 Uhr

15 Termine

Online-Kurs

124,- €



## Englisch B2

### Conversation in the Morning

Join in and brush up your English and take part in discussions on various topics: Current affairs, culture, sport, holiday trips, literature etc. Newspaper articles, short texts, recipes and occasional grammar practice will get us talking. We work with various methods. New participants are welcome.

**40671H**

Catherine Atkinson

dienstags,

ab 16. September, 11.00 - 12.30 Uhr

12 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
102,- €

## Englisch B2

### Conversation in the Morning

Join in and brush up your English and take part in discussions on various topics: Current affairs, culture, sport, holiday trips, literature etc. Newspaper articles, short texts, recipes and occasional grammar practice will get us talking. We work with various methods. New participants are welcome.

**40672H**

Catherine Atkinson

donnerstags,

ab 18. September, 9.00 - 10.30 Uhr

12 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
102,- €

## Englisch B2/C1

### Conversation in the Morning

Come and join in! Brush up your English and take part in discussions on various topics: Current affairs, culture, sport, holiday trips, literature etc. We'll read newspaper articles, short texts, recipes etc. and use other media to get us talking. We work with various methods. New participants are welcome.

**40674H**

Catherine Atkinson

donnerstags,

ab 18. September, 10.45 - 12.15 Uhr

12 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
102,- €

Die Preise gelten bei einer Teilnehmerzahl von 9 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.





## Französisch A1

*neu!*

### Französisch A1 am Feierabend Für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse

Bienvenue! Ob Sie aus privaten oder beruflichen Gründen in unser südwestliches Nachbarland oder ein anderes französischsprachiges Land reisen möchten, Grundkenntnisse des Französischen werden Ihnen dabei sehr nützlich sein. In diesem Kurs erlernen Sie die Grußformeln, Ausspracheregeln, Zahlen und erste Dialoge. Sie werden mit Freude und systematisch an diese schöne Sprache herangeführt.

Lehrbuch: Voyages Neu, Band 1, ab Lektion 1 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-529412-7.

Kaufen Sie das Lehrbuch bitte nicht vor Kursbeginn. Die Dozentin wird Sie in der ersten Unterrichtsstunde darüber informieren.

#### 40801L

Clarinda Valentin

donnerstags,

ab 25. September, 17.30 - 19.00 Uhr

10 Termine

#### Laatzten

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

110,- €

Der Preis gilt bei einer Teilnehmerzahl von 7 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

## Französisch A1, Stufe I

### Für Anfänger\*innen mit sehr geringen Vorkenntnissen

Bienvenue! Dieser Kurs führt Sie in die französische Sprache ein. Sie lernen, sich in Alltagssituationen mit einfachen sprachlichen Mitteln zu verständigen. Sie werden mit Freude und systematisch an diese schöne Sprache herangeführt. Wir werden den Kurs an Ihre Bedürfnisse anpassen und das Lerntempo danach ausrichten. Ich freue mich auf Sie!

Lehrbuch: Rancontres, Band 1, ab Lektion 2 (Klett Verlag).

Kaufen Sie das Lehrbuch bitte nicht vor Kursbeginn. Der Dozent wird Sie in der ersten Unterrichtsstunde darüber informieren.

#### 40802H

Valentin Larry

donnerstags,

ab 11. September, 12.15 - 13.45 Uhr

15 Termine

#### Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
124,- €

Der Preis gilt bei einer Teilnehmerzahl von 9 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

## Aufbauschema für Französischkurse

**B2**

Cours de conversation  
- niveau avancé -

**B1**

Band 3*	III	9 - 12
	II	5 - 8
	I	1 - 4

**A2**

Band 2*	III	9 - 12
	II	5 - 8
	I	1 - 4

**A1**

Band 1*	III	9 - 11
	II	5 - 8
	I	1 - 4

Stufe      Lektionen

\* Lehrbuch: Voyages NEU

**Grundstufe A1:** Nach Abschluss der Niveaustufe A1 können Sie jetzt vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sagen, wie Sie heißen, wo Sie wohnen, wer Sie sind, Auskünfte einholen und einfache Fragen beantworten.



Neuigkeiten und Kursinformationen erhalten Sie auch über  
[www.instagram.com/leinevhslaatzen/](https://www.instagram.com/leinevhslaatzen/)



© Tomwieden/pixabay



#### 40808L

Evelyne Zittel

montags,

ab 01. September, 16.30 - 18.00 Uhr

10 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

110,- €

neu!

### Französisch A2, Auffrischung

Sie haben Französisch gelernt und das Sprachniveau A2 erreicht, aber keine Gelegenheit gehabt es zu üben? In diesem Intensivkurs frischen Sie Ihre Französischkenntnisse auf. Sie werden in angenehmer Atmosphäre sowohl an Ihren schriftlichen Fähigkeiten arbeiten als auch Ihre lexikalischen und grammatikalischen Kenntnisse erweitern. Wir arbeiten mit freien Materialien.

#### 40810L

Clarinda Valentin

mittwochs,

ab 24. September, 18.00 - 19.30 Uhr

10 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

110,- €

Die Preise gelten bei einer Teilnehmerzahl von 7 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

### Französisch A2/B1

#### Café Français A2/B1

##### Französisch zur Kaffeestunde

Sie lieben den Klang der französischen Sprache, Sie lieben Frankreich als Reiseland und die wunderbaren Chansons? Wenn Sie Vorkenntnisse haben (ca. 7 Semester an der VHS) sind Sie in diesem Kurs herzlich willkommen!

Der Dozent wird Ihnen mit Humor und methodischer Vielfalt die französische Sprache näher bringen. Dabei pflegen wir das wöchentliche "Quoi de neuf" ebenso wie Übungen zur Wortschatzerweiterung. Interessante Artikel aus dem Sprachmagazin "Ecoule" ergänzen unsere Diskussionsgrundlagen. Bei Bedarf werden auch grundlegende Grammatikkapitel wiederholt.

neu!

### Französisch A1, Auffrischung

Bienvenue! Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen, die nach einer längeren Pause ihr Französisch auffrischen möchten. Wir kombinieren Textbucharbeit und Grammatik. Gleichzeitig finden Übungen statt, um auch das Sprechen der schönen französischen Sprache zu aktivieren. Schauen Sie doch mal vorbei!

Lehrbuch: Voyages Neu, Band 1, ab Lektion 1 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-529412-7.

Kaufen Sie das Lehrbuch bitte nicht vor Kursbeginn. Der Dozent wird Sie in der ersten Unterrichtsstunde darüber informieren.

#### 40805L

Clarinda Valentin

dienstags,

ab 30. September, 10.45 - 12.15 Uhr

10 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

110,- €

Der Preis gilt bei einer Teilnehmerzahl von 7 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

**Grundstufe A2:** Nach Abschluss der Stufe A2 können Sie sich in einfachen, routinemäßigen Situationen über vertraute Themen und Tätigkeiten (z. B. Informationen zur Person, Einkaufen, Arbeit, die eigene Ausbildung, Ihre Umwelt) mit einfachen Worten verständigen.

### Französisch A2

#### Französisch A2, Stufe II

Bienvenue! Sie haben sich bereits ca. 3-4 Semester lang mit der französischen Sprache befasst. Wir werden die erworbenen Kenntnisse kurz wiederholen, um anschließend mit Freude und viel Üben fortzufahren.

Lehrbuch: Voyages Neu, Band 2, ab Lektion 5 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-529422-6.

#### 40807H

Valentin Larry

dienstags,

ab 09. September, 15.45 - 17.15 Uhr

15 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

124,- €

Der Preis gilt bei einer Teilnehmerzahl von 9 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

#### Französisch A2, Stufe III

Vielleicht haben Sie in der Schule oder in ca. 5-6 Semestern an der Volkshochschule schon Französisch gelernt und möchten nun weiter systematisch die französische Sprache erlernen? Mit verschiedenen Methoden, Hör- und Leseübungen, kleinen Dialogen, Chansons und Spielen bauen wir unseren Grundwortschatz auf und versuchen, viel zu sprechen.

Am Wichtigsten ist uns die Freude am Lernen.

Lehrbuch: Voyages Neu, A 2, ab Lektion 8 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-529422-6.



Wir arbeiten mit vielfältigen Methoden, Materialien und unter Einsatz moderner Medien und des Internets.

#### 40812H

Valentin Larry

donnerstags,

ab 11. September, 16.00 - 17.30 Uhr

15 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
127,- €

## Französisch A2/B1

### Conversation et grammaire

In diesem Kurs frischen Sie Ihre Französischkenntnisse auf. Die Sprechfähigkeit soll verbessert und der Wortschatz und die Grammatikkenntnisse erweitert werden. Im Laufe des Kurses werden Sie sich differenzierter zu verschiedenen Themen äußern können.

Voraussetzung ist ein Sprachniveau auf A2, das sind ca. 5-6 Semester Französisch an der VHS oder 3-4 Jahre Schulfranzösisch. Wir setzen das Lehrbuch nur punktuell ein und arbeiten mit freien Materialien.

#### 40814H

Valentin Larry

mittwochs,

ab 10. September, 9.00 - 10.30 Uhr

15 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
124,- €

Die Preise gelten bei einer Teilnehmerzahl von 9 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

## Französisch B1

### Französisch B1, Stufe I

#### Zur Kaffezeit

Sie interessieren sich für die klangvolle Sprache unseres Nachbarlandes Frankreich und haben Französisch gelernt und das Sprachniveau A2 erreicht, aber keine Gelegenheit gehabt es zu üben?

Dann melden Sie sich zu diesem Kurs an! Mit einem Café au lait, vielen verschiedenen Übungen und praktischen Anwendungen erweitern wir ganz entspannt unseren Grundwortschatz und haben viel Spaß dabei. Bienvenue!

Die Dozentin wird Sie in der ersten Unterrichtsstunde über das Lehrbuch informieren.

#### 40821H

Heika Buchholz

mittwochs,

ab 10. September, 16.00 - 17.30 Uhr

15 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
127,- €

## Französisch B1, Stufe II

Salut! Sie haben Sprachkenntnisse aus etwa 6 - 8 Semestern an der Volkshochschule oder vergleichbare Kenntnisse? Sie sind mit den Zeiten der Gegenwart, Vergangenheit und Zukunft schon vertraut, aber das freie Sprechen fällt Ihnen manchmal noch etwas schwer? Mit verschiedenen Methoden, Hör- und Leseübungen, Dialogen, Chansons, Spielen und Videos bauen wir unseren Wortschatz weiter auf und versuchen, viel zu sprechen. Am Wichtigsten ist uns die Freude am Lernen. Bienvenue à tous!

Lehrbuch: Chapeau B1 (Hueber Verlag)  
ab Lektion 8, ISBN 9783191434342.

#### 40822H

Elke Pardey

montags,

ab 22. September, 9.15 - 10.45 Uhr

15 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
124,- €

## Französisch B1+

Si vous voulez apprendre le français en vous amusant, inscrivez-vous à notre cours. Nous sommes un groupe très sympa et plus on est de fous, plus on s'amuse. L'apprentissage du langage journalier est un jeu d'enfant. Nous parlons sans gêne, tout le monde est le bienvenu, même si les niveaux sont différents.

Si vous êtes intéressés, venez nous rejoindre.

Nous nous réjouissons!

Weiterhin beschäftigen wir uns mit sehr vielen aktuellen Themen, die in Absprache mit unseren Teilnehmer\*innen vorbereitet und präsentiert werden: Zeitungsartikel, Internet-Videos, usw. Keine Angst! Wir sind eine sehr lockere Gruppe, wo der Spaß immer im Vordergrund steht.

#### 40823H

Marie Scholastique

montags,

ab 18. August, 18.00 - 19.30 Uhr

15 Termine

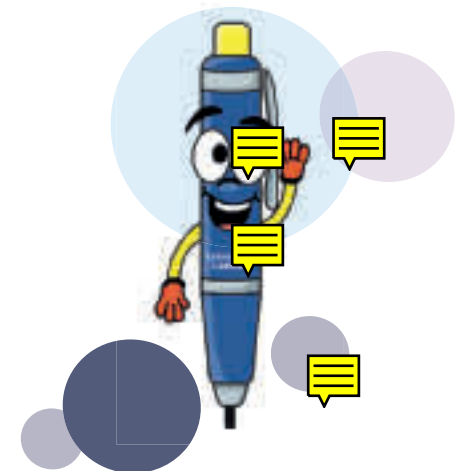
**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
124,- €

Die Preise gelten bei einer Teilnehmerzahl von 9 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

### Aufbaustufe B1: Nach Abschluss

der Stufe B1 können Sie im privaten und beruflichen Bereich über Themen des Alltags wie Familie, Hobbys, Arbeit und Reisen sprechen und sich über persönliche Erfahrungen und Ereignisse austauschen.



Das Finanzamt kann Kursentgelte der Leine-VHS Laatzen als **Werbungskosten** anerkennen, wenn diese der beruflichen Weiterbildung dienen.

Neben unserem hier vorgestellten Programmangebot bieten wir auch **Bildung auf Bestellung**. Sprechen Sie uns an, wir finden im Gespräch mit Ihnen eine Lösung für Ihren Schulungswunsch, gerne auch für Firmen.





## Deutsche - griechische - indische Küche

Wir bieten Ihnen:

- Speisen und Getränke in unserem Restaurant, Buffet, Catering-Service und Ausserhausverkauf
- Unsere Säle, klein, mittel und groß eignen sich bestens für Familienfeiern und Feiern aller Art
- Seminarräume/Gästehaus direkt gegenüber







**Restaurant Alt Oesselse:** Dorfbrunnenstr. 5 • Tel.: 05102 - 916 19 55 / **Hotel Alt Oesselse:** Dorfbrunnenstr. 6 • Tel.: 05102 - 28 39  
 30880 Laatzen / OT Oesselse • E-Mail: kontakt@altoesselse.de • www.hotelaltoesselse.de

### Französisch B1/B2 Conversation et littérature

In diesem Kurs liegt der Fokus auf dem aktiven Sprechen in der Zielsprache Französisch. Hierzu bedienen wir uns vieler verschiedener Themen, die die Grundlage für die angeregten Diskussionen bilden, die wir alle zwei Wochen am Donnerstagmorgen pflegen. Wir sind immer aktuell in der Themenwahl und arbeiten in der ersten Hälfte des Kurses mit Presseartikeln zu gesellschaftlichen oder politischen Themen, aber auch zu Kunst und Kultur. In der zweiten Phase widmen wir uns ganz der zeitgenössischen Literatur. Die begleitende Lektüre wird im Kurs besprochen, mit Hilfe unterschiedlicher Aktivitäten aufgearbeitet und diskutiert.

**40830H**

*Clarinda Valentin*

*donnerstags,*

*ab 18. September, 10.15 - 12.45 Uhr*

*7 Termine (14-tägl.)*

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
115,- €



#### Grundstufe A1: Nach Abschluss

der Niveaustufe A1 können Sie jetzt vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sagen, wie Sie heißen, wo Sie wohnen, wer Sie sind, Auskünfte einholen und einfache Fragen beantworten.

Lehrbuch: Allegro nuovo, Band 1, ab Lektion 1 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-525590-6.

Kaufen Sie das Lehrbuch bitte erst nach der ersten Unterrichtsstunde. Die Dozentin wird Sie in der ersten Unterrichtsstunde darüber informieren.

**40901L**

*Francesca Alimonti-Burandt*

*dienstags,*

*ab 09. September, 18.30 - 20.00 Uhr*

*15 Termine*

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
124,- €

Der Preis gilt bei einer Teilnehmerzahl von 9 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

Der Preis gilt bei einer Teilnehmerzahl von 7 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

#### Wichtig!

Bitte beachten Sie das gestaffelte Preissystem im Sprachenbereich! Näheres hierzu auf Seite 63.

### Italienisch A1

#### Italienisch A1, Stufe I Für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse

Ob Sie sich aus touristischen, kulturellen oder beruflichen Gründen für die Sprache unseres südlichen Nachbarn am Mittelmeer interessieren, die Belegung eines Kurses "Italienisch für Anfänger\*innen" lohnt immer! In diesem Kurs erfahren Sie eine systematische und gründliche Einführung, bei der Sie Schritt für Schritt an die italienische Grammatik und das selbstständige Sprechen herangeführt werden.

#### Italienisch A1, Stufe I Für Anfänger\*innen mit sehr geringen Vorkenntnissen

Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, in moderatem Lerntempo die italienische Sprache zu erkunden. Basisstrukturen werden erlernt und ausprobiert, eingebettet in alltägliche Situationen: Sich und andere vorstellen, das Ziel einer Reise angeben, in einer Bar bestellen, sich über Speise und Getränke unterhalten.

**BENVENUTI E BUON DIVERTIMENTO!**

Herzlich Willkommen und viel Spaß!

Lehrbuch: Allegro Nuovo, Band 1, ab Lektion 2 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-525590-6.



#### 40902H

Mariuccia Cherchi  
donnerstags,  
ab 09. Oktober, 18.00 - 19.30 Uhr  
9 Termine

#### Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
79,- €

### Italienisch A1, Stufe I

#### Für Anfänger\*innen mit geringen Vorkenntnissen

Nach der systematischen und gründlichen Einführung in die italienische Sprache setzen Sie den Kurs des letzten Semesters fort.

Lehrbuch: Allegro nuovo, Band 1, ab Lektion 4 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-525590-6.

#### 40903H

Mariuccia Cherchi  
montags,  
ab 06. Oktober, 18.00 - 19.30 Uhr  
9 Termine

#### Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
79,- €

### Italienisch A1, Stufe II

#### Für Anfänger\*innen mit Vorkenntnissen

Wir können schon etwas über uns und unser Lebensumfeld mitteilen, haben uns mit dem Präsens befasst und landeskundliche Eindrücke von Italien gewonnen. In diesem Kurs erarbeiten wir nun weitere Grundbegriffe der italienischen Sprache.

Lehrbuch: Allegro nuovo, Band 1, ab Lektion 8 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-525590-6.

#### 40904L

Francesca Alimonti-Burandt  
dienstags,  
ab 09. September, 16.45 - 18.15 Uhr  
15 Termine

#### Laatzen

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
124,- €

## Italienisch A2

### Italienisch A2, Stufe II

Wir wollen die Sprechfähigkeit in Alltagssituationen trainieren und erhöhen, gleichzeitig die bisher bekannte Grammatik wiederholen und vertiefen.

Voraussetzung: Ca. 6 Semester an der VHS oder vergleichbare Kenntnisse

Lehrbuch: Allegro A 2, ab Lektion 8 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-525582-1.

#### 40912H

Mariuccia Cherchi  
montags,  
ab 06. Oktober, 10.50 - 12.20 Uhr  
9 Termine

#### Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
79,- €

### Italienisch A2,

#### Conversazione e ripasso

Parlare, parlare, parlare... Questa è la parola d'ordine! Ma anche ripetere ed approfondire il vocabolario e la grammatica, con l'aiuto di un testo che ci sostiene per fornirci spunti di riflessione e di conversazione. Voraussetzung: 6 Semester an der VHS oder vergleichbare Kenntnisse

#### 40916H

Mariuccia Cherchi  
mittwochs,  
ab 08. Oktober, 17.50 - 19.20 Uhr  
9 Termine

#### Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
79,- €

**Grundstufe A2:** Nach Abschluss der Stufe A2 können Sie sich in einfachen, routinemäßigen Situationen über vertraute Themen und Tätigkeiten (z. B. Informationen zur Person, Einkaufen, Arbeit, die eigene Ausbildung, Ihre Umwelt) mit einfachen Worten verständigen.

### Italienisch B1/B2,

#### Viaggio dal Nord al Sud Italia:

#### Un paese ricco di arte, storia, cultura e natura

Un viaggio autentico attraverso le Regioni italiane per scoprire le differenze e le so-miglianze di questo popolo straordinario. Ci accompagneranno nel nostro viaggio le testimonianze di personaggi che conoscono e possono godere delle bellezze di questi luoghi. Il corso è rivolto a tutti coloro che sono innamorati di questa meravigliosa terra.

#### 40923H

Mariuccia Cherchi  
mittwochs,  
ab 08. Oktober, 16.15 - 17.45 Uhr  
9 Termine

#### Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
79,- €

Die Preise gelten bei einer Teilnehmerzahl von 9 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.



© Peggychoucair/pixabay



## Italienisch B1/B2

Impariamo la dolce lingua con leggerezza e allegria ... senza dimenticare però importanti approfondimenti grammaticali necessari per migliorarla.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet.

**40925H**

Mariuccia Cherchi

montags,

ab 06. Oktober, 9.00 - 10.30 Uhr

9 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

79,- €

Der Preis gilt bei einer Teilnehmerzahl von 9 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

**Aufbaustufe B1:** Nach Abschluss der Stufe B1 können Sie im privaten und beruflichen Bereich über Themen des Alltags wie Familie, Hobbys, Arbeit und Reisen sprechen und sich über persönliche Erfahrungen und Ereignisse austauschen.

## Niederländisch

neu!

### Niederländisch im Alltag A1

Ein Kurs - ganz ohne Holzschuhe, aber mit Spaß!

Für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse

Du denkst, Niederländisch ist nur Deutsch mit Fahrrad, Käse und Tulpen? Fast! Vieles klingt bekannt, manches sieht vertraut aus - aber Vorsicht: Diese Sprache hat ihre Eigenheiten.

Zum Beispiel: Das "Meer" ist plötzlich ein See, der "See" ein Meer, "brutaal" heißt nicht ungezogen, sondern eher charmant direkt, und "bellen" tun in Holland keine Hunde - sondern Türklingeln. Klingt komisch? Ist es auch. Und genau deshalb macht's so viel Spaß!

In diesem Kurs für komplette Anfänger\*innen steigst du locker in die Sprache ein - ohne trockene Grammatikpauken, aber mit vielen praktischen Ausdrücken, kleinen Aha-Momenten und einer Prise Oranje-Charme. Du brauchst keine Vorkenntnisse - und auch keine Holzschuhe. Nur Neugier und Lust, etwas Neues zu entdecken.

**41401H**

Steven Kauffeld

mittwochs,

ab 24. September, 18.00 - 19.30 Uhr

10 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

110,- €

## Norwegisch

### Norwegisch A1/A2

Onlinekurs Teil 11

Wir knüpfen an das vorherige Semester an, wiederholen, üben und erweitern unser Wissen. Sie erhalten Aufgaben online zur Selbsterarbeitung. Wir stehen im ständigen Austausch online und gehen den Weg in die norwegische Sprache gemeinsam.

Lehrbuch: Norsk for deg neu A1-A2, Norwegisch für Anfänger, Kursbuch + MP3-CD, ISBN 978-3-12-528925-3, ca. ab Lektion 13/14.

**41508D**

Christina Heinrichs

samstags,

ab 18. Oktober, 10.00 - 11.30 Uhr

4 Termine

**Online-Kurs**

vhs.cloud

75,- €



## Polnisch

### Polnisch A1

Für Anfänger\*innen mit Vorkenntnissen

Dies ist ein Grundlagenkurs Polnisch für Anfänger\*Innen mit geringen Vorkenntnissen. In diesem Kurs erwerben Sie die Fähigkeit, sich in Alltagssituationen mit einfachen sprachlichen Mitteln zu verständigen, damit Sie sich auf Reisen, bei Begegnungen mit polnischen Verwandten oder bei beruflichen Kontakten nicht sprachlos fühlen. Der Schwerpunkt der Aktivitäten liegt auf Verstehen und Sprechen.

Lehrbuch: Witam (Klett Verlag), ab Lektion 7

**41702H**

Joanna Smiganowska-Kokoschka

donnerstags,

ab 11. September, 16.30 - 18.00 Uhr

10 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

110,- €

Der Preis gilt bei einer Teilnehmerzahl von 7 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.

## Russisch

neu!

### Russisch A2 für Kinder und Jugendliche ab 11 Jahren

Der Russisch A2-Kurs richtet sich speziell an Kinder und Jugendliche ab 11 Jahren, die Vorkenntnisse haben. In diesem Kurs lernen die TeilnehmerInnen kreativ zu lesen und zu schreiben. Sie werden in die Lage versetzt, kurze Texte zu verstehen und selbständig zu verfassen, wobei sie ihre Fantasie und ihre Sprachfähigkeiten einsetzen können. Durch verschiedene lebendige Lernmethoden wie Geschichtenerzählen, Rollenspiele und kreative Schreibübungen wird das Interesse an der russischen Sprache gefördert.

**41902L**

Natalia Nariman

montags,

ab 15. September, 17.00 - 18.30 Uhr

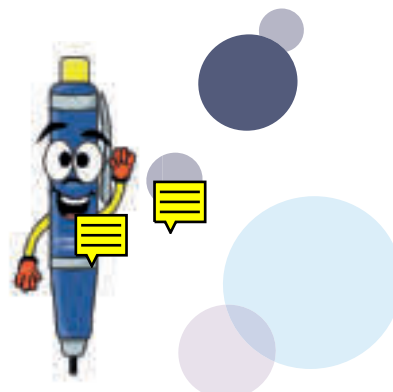
10 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

110,- €

Das **Leine Bistro** hat für Sie geöffnet! Wir bieten täglich frische Brötchen, Kuchen, kleine Snacks und Getränke an. Kommen Sie vorbei und lassen Sie es sich schmecken.







## Aufbauschema für Spanischkurse

**B2**

Cursos de conversación

**B1**

Band 3	IV	10 - 12
	III	7 - 9
	II	4 - 6
	I	1 - 3

**A2**

Band 2	IV	10 - 12
	III	7 - 9
	II	4 - 6
	I	1 - 3

**A1**

Band 1*	IV	10 - 12
	III	7 - 9
	II	4 - 6
	I	1 - 3

Stufe      Lektionen

\* Lehrbuch: Con Gusto

**Grundstufe A1:** Nach Abschluss der Niveaustufe A1 können Sie jetzt vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sagen, wie Sie heißen, wo Sie wohnen, wer Sie sind, Auskünfte einholen und einfache Fragen beantworten.

## Spanisch A1

### Spanisch A1, Stufe I Für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse

Mit vielfältigen Methoden und gemeinsamen Übungen wird ein abwechslungsreiches Sprachtraining zur Einführung in die spanische Sprache geboten. Das freie Sprechen soll dabei besondere Berücksichtigung finden.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1, ab Lektion 1 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-514671-6. Kaufen Sie das Lehrbuch bitte erst nach der ersten Unterrichtsstunde. Die Dozentin wird Ihnen in der ersten Unterrichtsstunde Informationen dazu geben.

#### 42201H

Carlita Magallanes Silfa  
donnerstags,  
ab 11. September, 17.30 - 19.00 Uhr  
15 Termine

#### Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
124,- €

#### 42202H

Carlita Magallanes Silfa  
mittwochs,  
ab 17. September, 9.00 - 10.30 Uhr  
15 Termine

#### Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
124,- €

### Spanisch A1, Stufe I Für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse

Mit vielfältigen Methoden und gemeinsamen Übungen wird ein abwechslungsreiches Sprachtraining zur Einführung in die spanische Sprache geboten. Das freie Sprechen soll dabei besondere Berücksichtigung finden.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1, ab Lektion 1 (Klett Verlag), ISBN-Nr. 978-3-12-514671-6.

Kaufen Sie das Lehrbuch bitte erst nach der ersten Unterrichtsstunde. Die Dozentin wird Ihnen in der ersten Unterrichtsstunde Informationen dazu geben.

#### 42203L

Inmaculada Tomás Mateo  
mittwochs,  
ab 17. September, 17.00 - 18.30 Uhr  
15 Termine

#### Laatzten

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
124,- €

#### 42204L

Carlita Magallanes Silfa  
donnerstags,  
ab 25. September, 9.00 - 10.30 Uhr  
10 Termine

#### Laatzten

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
110,- €

### Spanisch A1, Stufe II Für Anfänger\*innen mit geringen Vorkenntnissen

In diesem Kurs bauen wir gemeinsam Ihren Wortschatz und Ihre Grammatikkenntnisse weiter aus. Wir üben mit verschiedenen Methoden, um uns unserem Ziel frei zu sprechen, allmählich anzunähern.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1, ab Lektion 5 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-514671-6.

#### 42205L

Marta Lozano Alejandre  
montags,  
ab 01. September, 19.30 - 21.00 Uhr  
13 Termine

#### Laatzten

Albert-Einstein-Schule, Wülferoder Str. 46  
109,- €

### Spanisch A1, Stufe III Für Anfänger\*innen mit geringen Vorkenntnissen

Dieser Kurs bildet eine Fortsetzung des intensiven Sprachtrainings zur Einführung in die spanische Sprache. Besondere Betonung wird dabei auf das freie Sprechen gelegt.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1, ab Lektion 7 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-514671-6.

#### 42206H

Marta Lozano Alejandre  
dienstags,  
ab 02. September, 19.00 - 20.30 Uhr  
13 Termine

#### Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2  
109,- €

Die Preise gelten bei einer Teilnehmerzahl von 7 bzw. 9 Personen. Kleinere Lerngruppen sind nach Absprache mit den Kursteilnehmenden möglich, hier findet das gestaffelte Preissystem für intensive Kleingruppen Anwendung.



## Spanisch A2, Stufe II

Dieser Kurs freut sich auf leicht fortgeschrittene Lerner\*innen, die bereits bei Stufe A2 angekommen sind. Wir werden an der Erweiterung des Vokabulars und der Grammatik arbeiten und vor allen Dingen das freie Sprechen üben. Dazu beziehen wir auch freie Materialien mit ein.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A2, ab Lektion 5 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-514677-8.

### 42222H

Marta Lozano Alejandre

dienstags,

ab 02. September, 17.15 - 18.45 Uhr

13 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

109,- €

### 42224H

Maria del Pilar Peña de Brack

freitags,

ab 05. September, 9.00 - 10.30 Uhr

15 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

124,- €

## Spanisch A2/B1

### Conversación en español

Este curso está dirigido a personas que hayan alcanzado el nivel A2/B1. El objetivo es reparar y consolidar el aprendizaje. Por ejemplo, puntos gramaticales difíciles como: las preposiciones, el pretérito indefinido e imperfecto, los verbos ser y estar, el condicional y presente de subjuntivo. Al leer textos o artículos de publicaciones periódicas o revistas hablamos sobre diversos temas de actualidad, aumentando nuestro vocabulario, además de utilizar y recordar lo aprendido.

### 42228L

Inmaculada Tomás Mateo

donnerstags,

ab 25. September, 17.30 - 19.00 Uhr

10 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

110,- €

### 42229H

Juan Urroz-Manzanares

dienstags,

ab 16. September, 9.00 - 10.30 Uhr

10 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

110,- €

## Spanisch B1

### Spanisch B1, Stufe II

In diesem Kurs werden wir weiterhin an der Erweiterung des Vokabulars und der Grammatik arbeiten und vor allen Dingen das freie Sprechen üben. Dazu beziehen wir auch freie Materialien mit ein.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo B1, ab Lektion 4 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-514684-6.

### 42230L

Marta Lozano Alejandre

montags,

ab 01. September, 17.45 - 19.15 Uhr

13 Termine

**Laatzen**

Albert-Einstein-Schule, Wülferoder Str. 46

109,- €

## Spanisch B1

### Conversación

Este curso está diseñado para personas que ya tienen un nivel B1. El objetivo es repasar y consolidar lo aprendido. Con la lectura de textos o artículos de periódicos o revistas hablaremos de diversos temas actuales ampliando nuestro vocabulario, además de usar y recordar el que ya conocemos. ¡Anímate a mejorar tus habilidades en español!

### 42232H

Juan Urroz-Manzanares

dienstags,

ab 02. September, 10.45 - 12.15 Uhr

15 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

124,- €

## Spanisch B1

### Conversación

Este curso está dirigido a personas que han llegado a un nivel B1 de conversación y quieren poner en práctica lo aprendido en un pequeño grupo. Conversaremos de temas de actualidad y haremos lecturas de textos con los que repasaremos estructuras gramaticales y vocabulario.

### 42233L

Sylvia Amezcua-Meiselbach

mittwochs,

ab 03. September, 10.45 - 12.15 Uhr

15 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

124,- €

## Spanisch B1 Café de la mañana Conversación

Este curso está dirigido a personas que hayan alcanzado el nivel B1. El objetivo es repasar y consolidar lo aprendido. Como por ejemplo puntos difíciles de la gramática como: preposiciones, pretérito indefinido e imperfecto, verbos Ser y Estar, el condicional y el presente del subjuntivo. Con la lectura de textos o artículos de periódicos o revistas hablaremos de diversos temas actuales ampliando nuestro vocabulario, además de usar y recordar el que ya conocemos.

### 42234H

Maria del Pilar Peña de Brack

freitags,

ab 05. September, 10.45 - 12.15 Uhr

15 Termine

**Hemmingen-Westerfeld**

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

124,- €

### Aufbaustufe B1: Nach Abschluss

der Stufe B1 können Sie im privaten und beruflichen Bereich über Themen des Alltags wie Familie, Hobbys, Arbeit und Reisen sprechen und sich über persönliche Erfahrungen und Ereignisse austauschen.

### Werden Sie Kursleiter\*in!

Verfügen Sie über besondere Qualifikationen und möchten diese gern mit Engagement an andere Menschen weitergeben?

Dann bewerben Sie sich bei der Leine-VHS Laatzen!

Sprechen Sie uns an - wir freuen uns auf Ihren Anruf unter 0511 89 886 222.

## Beruf & Digitalisierung

### Fachbereichsleitung:

Cemile Waldmann  
waldmann@leine-vhs.de

### Kursmanagement:

Mandy Drewniok  
drewniok@leine-vhs.de

Telefon 0511 89886 282

# Beruf & Digitalisierung

Hier noch mehr Kurse entdecken...



Alle **buchbaren** sowie **neue Kurse**, die wir im Laufe des Semesters zusätzlich anbieten, können Sie über **diesen QR-Code** abrufen. (Richten Sie einfach Ihre Mobiltelefon-Kamera auf den Code und öffnen Sie die angezeigte Internet-Seite der VHS.)







## Medienanwendungen

neu!

### Smarte Power im Büro Chancen und Risiken im Zusammen- hang mit der KI-Verordnung

Der technische Fortschritt ist ein ständiger Begleiter im modernen Büroumfeld, wobei die künstliche Intelligenz (KI) eine besonders relevante Rolle spielt. In diesem Kurs lernen Sie in kurzer Zeit und praxisorientiert die Chancen und Risiken der KI kennen, um sich bestens auf Ihre neue Rolle im Büro vorzubereiten. Neben den praktischen Aspekten behandeln wir auch die rechtlichen Anforderungen, die mit der Einführung von KI-Technologien verbunden sind. Zum Abschluss des Kurses erhalten Sie einen offiziellen Nachweis Ihrer beruflichen KI-Kompetenz, der gemäß Artikel 4 der EU-KI-Verordnung ausgestellt wird.

Nach Abschluss des Kurses erhalten Sie ein Zertifikat.

**50100D**

Michael Menze  
donnerstags,  
ab 04. September, 18.00 - 19.30 Uhr  
3 Termine  
**Online-Kurs**  
vhs.cloud  
33,- €



**50101D**

Michael Menze  
dienstags,  
ab 07. Oktober, 20.00 - 21.30 Uhr  
3 Termine  
**Online-Kurs**  
vhs.cloud  
33,- €



Für den Kurs „Smarte Power im Büro“  
sind individuelle Termine auf  
Anfrage möglich.  
Sprechen Sie uns gerne an!

neu!

### Der erste Schritt zum eigenen Podcast - vom Intro bis zum Upload

Haben Sie viele spannende Ideen und möchten diese in einem Podcast teilen, aber wissen nicht, wie Sie beginnen sollen? Dann laden wir Sie zu unserem Workshop ein! Gemeinsam entdecken wir interessante Beispiele und entwickeln Ihre ersten Projektideen. Sie lernen, Aufnahmen zu machen und Audioschnitte professionell zu gestalten, sodass Sie am Ende alle notwendigen Fähigkeiten mitnehmen. Es gibt genügend Raum für Ihre Fragen und den Austausch mit anderen Teilnehmer\*innen, um sich gegenseitig zu inspirieren und wertvolle Tipps zu sammeln. Wer weiß, vielleicht finden Sie hier ein neues Hobby und begeistern damit Freunde und Familie. Voraussetzung ist lediglich die Kenntnis grundlegender Windows-Bedienelemente.

Bitte bringen Sie Schreibutensilien und einen USB-Stick zum Sichern Ihrer Projekte mit.

**50102L**

Nadine Sender  
freitags,  
ab 05. September, 11.00 - 12.30 Uhr  
10 Termine  
**Laatzen**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
106,- €

### Einfach KI - Grundlagen der künstlichen Intelligenz

WE

Die ersten Schritte mit Künstlicher Intelligenz - Entdecken Sie die Welt der KI! In diesem Einsteigerkurs lernen Sie praxisnah, was Künstliche Intelligenz ist und wie sie uns im Alltag begegnet. Erfahren Sie, wie Sprachassistenten, Bildanalyse-Apps und andere KI-Anwendungen funktionieren, und gewinnen Sie Vertrauen im sicheren Umgang mit diesen Technologien.

Wir behandeln nicht nur Chancen und Vorteile, sondern auch Fragen zur Datensicherheit und zum Datenschutz. An zwei Terminen nehmen Sie einen spannenden Einblick in die Zukunftstechnologie KI und entdecken, wie Sie selbst davon profitieren können - einfach und ohne technische Vorkenntnisse!

Bitte bringen Sie Ihren Laptop (Windows oder Mac) oder Ihr iPad mit.

**50103L**

Pierre Rutsch  
samstags,  
ab 04. Oktober, 10.30 - 11.30 Uhr  
2 Termine  
**Laatzen**  
Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
27,- €

neu!

### WhatsApp! Für Einsteiger\*innen

WE

"Erfahren Sie, was sich hinter Häkchen, Gruppen und KI verbirgt"

In diesem Kurs lernen Sie die wichtigsten Funktionen von WhatsApp kennen, die oft unbeachtet bleiben. Sie erfahren die Bedeutung der blauen Haken, des neuen runden KI-Symbols, Texte fett schreiben, Umfragen in Gruppen starten und Chatverläufe sichern. Der Kurs zeigt Ihnen, wie Sie z. B. Texte und Sprachnachrichten versenden, Gruppenchats sinnvoll nutzen, Texte formatieren (fett, kursiv, durchgestrichen) und wichtige Erinnerungen im Chatverläufe sichern. Zudem werden Veränderungen im Datenschutz und die Rolle von KI erklärt. In lebendiger und unterhaltsamer Form werden Sie Schritt für Schritt geführt, um sicherer, einfacher und mit Freude zu kommunizieren.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone mit.





#### 50104L

Pierre Rutsch

Samstag, 08. November, 10.30 - 11.30 Uhr

Laatzten

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

20,- €

## EDV Grundlagen

neu!

### Chaos-Computer-Club für Senior\*innen

Sind Sie noch etwas unsicher im Umgang mit Ihrem PC oder Laptop? Keine Sorge, wir sind hier, um Ihnen zu helfen!

In unserem Workshop entdecken Sie die vielen Möglichkeiten, die Ihr Computer Ihnen bietet. Wir begleiten Sie freundlich und geduldig dabei, wie Sie im Internet spannende Informationen zum Weltgeschehen finden, online einkaufen, den idealen Urlaub planen und per E-Mail mit Freunden und Familie in Kontakt bleiben. Das Internet ist eine faszinierende Welt, und wir freuen uns, Sie darin willkommen zu heißen. Natürlich informieren wir Sie auch über mögliche Gefahren, sodass Sie die Vorteile des World Wide Web mit Sicherheit und Zuversicht genießen können. Als Voraussetzung für den Workshop empfehlen wir Grundkenntnisse in Windows.

Bitte bringen Sie Schreibutensilien und einen USB-Stick zum Sichern Ihrer Projekte mit.

#### 50300H

Nadine Sender

dienstags,

ab 09. September, 11.00 - 12.30 Uhr

10 Termine

Hemmingen-Westerfeld

VHS-Geschäftsstelle, Gutenbergstraße 2

106,- €

### Einstieg in die Digitale Welt für Senior\*innen

Die Digitalisierung gewinnt zunehmend an Bedeutung und prägt viele Aspekte des täglichen Lebens, wie Tagesabläufe, Bankgeschäfte, Einkäufe und Dienstleistungen, die häufig online durchgeführt werden. Insbesondere junge Menschen integrieren Smartphones und Tablets nahtlos in ihren Alltag. Um den Einstieg in die digitale Welt zu erleichtern, behandeln wir grundlegende Themen wie Hardware und Software von Computern, Smartphones, Internetnutzung sowie sichere E-Mail- und Webdienste. Herr Wolf steht Ihnen zur Verfügung, um Ihre individuellen Fragen zu beantworten und Sie Schritt für Schritt zu begleiten.

Nutzen Sie diese Möglichkeit, sich in die digitale Welt einzuarbeiten, Inspiration zu finden und digitale Medien in Ihr persönliches Leben zu integrieren.

#### 50301L

Karsten Wolf

mittwochs,

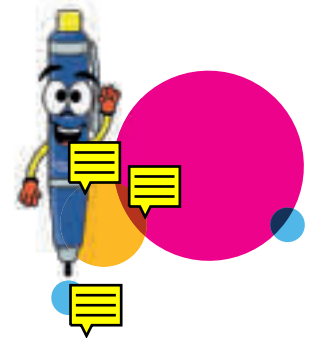
ab 10. September, 11.00 - 12.30 Uhr

5 Termine

Laatzten

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

48,- €





Wir elektrisieren ...

**STROMERN Sie mit uns durch LAATZEN ...**



**Testfahrten für alle 2- und 4-rädrigen Fahrzeuge über unsere Homepage buchen!**







Citroën Vertragswerkstatt  
Service für alle Fabrikate nach Herstellervorgaben





**Lüneburger Str. 12 • 30880 Laatzten**  
**Gewerbegebiet Rethen/Nord** (gegenüber Metro)  
**Tel.: (05102) 93 66-0 • [www.baumann-automobile.de](http://www.baumann-automobile.de)**



## Die Digitale Welt für Senior\*innen Aufbaukurs

Die Digitalisierung beeinflusst zunehmend alle Bereiche unseres Lebens. Viele alltägliche Aktivitäten, wie Bankgeschäfte, Einkäufe und Dienstleistungen, werden online durchgeführt. In diesem Aufbaukurs vertiefen wir Ihre Kenntnisse in folgenden Themen: Installation, Deinstallation und Verschiebung von Apps auf Smartphones, Kommunikation über E-Mail, Social Media und Video-Telefonie, Datensicherheit, Anmeldung und Kontoverstellung für Windows, Einführung in den E-Mail-Verkehr mit Outlook, Textverarbeitung mit Microsoft Word und, falls gewünscht, Tabellenkalkulation mit Microsoft Excel. Sie lernen, einen eigenen Brief zu erstellen, Dokumente zu speichern und zu verwalten. Herr Wolf, steht Ihnen für individuelle Fragen zur Verfügung. Nutzen Sie diese Chance, um Ihr Wissen in der digitalen Welt systematisch zu erweitern und die digitalen Medien gezielt für Ihre Lebensgestaltung einzusetzen.

### 50302L

Karsten Wolf

mittwochs,

ab 10. September, 13.00 - 14.30 Uhr

5 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

48,- €

## Einstieg in die Textverarbeitung mit Word Für Senior\*innen

Die Textverarbeitung Word bietet Ihnen eine Vielzahl von Funktionen, um Ihre Texte kreativ und professionell zu gestalten. In diesem Kurs werden wir die wesentlichen Inhalte, einschließlich der Texterstellung, Formatierung und Bearbeitung sowie der Rechtschreibprüfung, gemeinsam bearbeiten. Zudem erlernen Sie, wie Sie Ihre Dokumente in unterschiedlichen Formaten speichern, um sie vielfältig weiterzuverwenden. Neben diesen Grundlagen vertiefen wir auch erweiterte Funktionen, wie die Erstellung von Tabellen. Nutzen Sie diese Gelegenheit, um die umfangreichen Möglichkeiten von Word kennenzulernen und effektiv zu nutzen.

### 50303L

Karsten Wolf

donnerstags,

ab 11. September, 13.00 - 14.30 Uhr

5 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

48,- €

## Tabellenkalkulation mit Excel Pivot - die Hilfe bei Auswertungen

Das Seminar „Sicherer Umgang mit Pivot-Tabellen in Excel“ vermittelt fortgeschrittene Methoden zur Datenauswertung, Berechnung, Filterung und Sortierung. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie individuelle Pivot-Tabellen erstellen, verschiedene Bereiche markieren und formatieren sowie Daten filtern und sortieren. Darüber hinaus werden allgemeine und benutzerdefinierte Berechnungen im Wertebereich gezeigt, einschließlich der Nutzung berechneter Felder und Elemente. Weitere Schwerpunkte sind die verschiedenen Arten der Gruppierung von Tabellendaten.

Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in einer Windows-Version und in der Bedienung von Microsoft Excel.

### 50306L

Oliver Schlickeisen

mittwochs,

ab 19. November, 17.30 - 20.45 Uhr

2 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

47,- €

## MS PowerPoint Durch den Folienmaster schneller zum Ziel

PowerPoint ist ein weit verbreitetes Präsentationswerkzeug, dessen volle Leistungsfähigkeit durch die Nutzung des Folienmasters und effizienter Datenaustauschmethoden mit anderen Programmen erreicht wird. Im Kurs lernen Sie, fundierte Präsentationen zu erstellen, indem Sie verschiedene Ansichten nutzen, Notizen im Register „Gliederung“ eingeben und das Prinzip sowie die Gestaltung von Folien- und Layoutmaster beherrschen. Zudem erfahren Sie, wie Folienübergänge, das Ausblenden von Folien, die Zuweisung von Folienlayouts und benutzerdefinierte Animationen eingesetzt werden können. Besonderer Schwerpunkt liegt auf der Zielgruppenorientierung und der Steuerung von Präsentationen durch Hyperlinks.

Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in einer Windows-Version.

### 50307L

Oliver Schlickeisen

mittwochs,

ab 29. Oktober, 17.30 - 20.45 Uhr

2 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

47,- €

## Das Ordner- und Dateisystem Wie beherrsche ich das Chaos auf allen Datenträgern?

In der analogen Welt ermöglichen geordnete Aktschränke und Papierordner eine schnelle Wiederfindbarkeit von Dokumenten, während im digitalen Bereich oft Chaos herrscht. Der Kurs vermittelt, wie man eine klare Ordnerstruktur im Betriebssystem Windows erstellt, um Dokumente, Bilder, Musiktitel etc. übersichtlich zu organisieren. Schwerpunkte sind der Umgang mit dem Explorer, wichtige Dateitypen und deren Anwendungen, sinnvolle Benennung von Ordnern und Dateien, effizientes Suchen, Erstellen von ZIP-Archiven und Komprimierung sowie die Sicherung von Daten auf externen Festplatten und USB-Sticks. Zudem wird das Herunterladen von Dateien aus dem Internet erklärt.

Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in Windows und die Bedienung von Maus und Tastatur.

Bringen Sie - wenn vorhanden - eine externe Festplatte oder einen USB-Stick mit. Wir beschäftigen uns nur mit dem Betriebssystem Windows nicht mit Apple-Geräten.

### 50308L

Oliver Schlickeisen

mittwochs,

ab 21. Januar, 17.30 - 20.45 Uhr

2 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

47,- €

Das **Leine Bistro** hat für Sie geöffnet! Wir bieten täglich frische Brötchen, Kuchen, kleine Snacks und Getränke an. Kommen Sie vorbei und lassen Sie es sich schmecken.

Hier noch mehr Kurse entdecken...



Neuigkeiten und Kursinformationen erhalten Sie auch über  
[www.instagram.com/leinevhslaatzen/](https://www.instagram.com/leinevhslaatzen/)





Unser **kaufmännisches Onlineangebot** richtet sich an alle Interessierte, die Ihre kaufmännischen Kenntnisse auffrischen, neu erwerben oder optimieren möchten. Neben dem virtuellen Live Unterricht stellen wir Ihnen ein zusätzliches Lernportal mit vielen Informationen, Tipps und Tricks, Checklisten und teilweise Selbstlernmodulen zur Verfügung. Lernen Sie zeitunabhängig in Ruhe, tauschen Sie sich im Forum mit Ihren Kursleiter\*innen und Kursteilnehmer\*innen aus und erwerben Sie digitale Lernabzeichen (Badges), die Sie zum Erwerb eines ausführlichen Zertifikats oder im Bewerbungsverfahren nutzen können. Unser individuelles VHS-Zertifikat erhalten Sie bei Buchung von mindestens drei Modulen.



## Kaufmännische Grund- und Fachlehrgänge

### Personalsachbearbeitung

Personalakten führen, Entgeltabrechnungen vorbereiten, Personalstatistiken führen sowie die allgemeine Personalbearbeitungen sind nur einige Arbeitsaufgaben, die großer Sorgfalt bedürfen und gesetzlichen Regelungen unterliegen. Lernen Sie, wie Sie souverän die Personalarbeit in Zukunft meistern werden.

**50402D**  
Michael Menze  
montags,  
ab 08. September, 18.00 - 19.30 Uhr  
3 Termine  
**Online-Kurs**  
vhs.cloud  
33,- €

### Kosten- und Leistungsrechnung

Als Grundregel gilt, jedes Unternehmen sollte zumindest einmal jährlich eine Kosten- und Leistungsrechnung absolvieren und sich den tatsächlichen Zahlen widmen. Lernen Sie, wie Sie gewinnbringende unternehmerische Entscheidungen anhand der richtigen Zahlen treffen.

**50403D**  
Michael Menze  
montags,  
ab 08. September, 20.00 - 21.30 Uhr  
3 Termine  
**Online-Kurs**  
vhs.cloud  
33,- €

### Vorbereitende Buchführung

Mit einer funktionierenden laufenden Buchführung wird der Grundstein für eine effiziente Unternehmensführung gelegt. Lernen Sie die vorbereitende Buchhaltung kennen, entlasten Sie Ihre\*n Steuerberater\*in und lernen Sie Zahlen zu interpretieren. Zusätzlich profitieren Sie von diversen Tipps und Checklisten zum Thema.

**50404D**  
Michael Menze  
dienstags,  
ab 09. September, 18.00 - 19.30 Uhr  
3 Termine  
**Online-Kurs**  
vhs.cloud  
33,- €

### Entgeltabrechnung

Auch in kleineren Unternehmen gehört die Entgeltabrechnung zum zentralen Bestandteil der Personalführung. Zwar werden Sie meist extern erstellt, dennoch muss ein entsprechendes Fachwissen vorgehalten werden. Lernen Sie die Grundlagen der Entgeltabrechnungen kennen, um Mitarbeitende zu beraten.

**50405D**  
Michael Menze  
dienstags,  
ab 09. September, 20.00 - 21.30 Uhr  
3 Termine  
**Online-Kurs**  
vhs.cloud  
33,- €

### Einführung in die Buchführung

Für alle, die es etwas genauer wissen wollen, bieten wir eine leicht verständliche Einführung in das Thema Buchhaltung an. Lernen Sie die Bilanz kennen, verstehen und zu bearbeiten. Das Erstellen von Buchungssätzen sowie das Einordnen von Geschäftsvorfällen runden das Modul ab.

**50406D**  
Michael Menze  
dienstags,  
ab 07. Oktober, 18.00 - 19.30 Uhr  
3 Termine  
**Online-Kurs**  
vhs.cloud  
33,- €

### E-Commerce Basics

Dieser kurze Kurs bietet eine solide Basis für alle, die in das Thema einsteigen möchten. Sie erhalten ein grundlegendes Verständnis, wie E-Commerce funktioniert und welche Aspekte dabei zu beachten sind. Der Kurs richtet sich an Kaufleute und Interessenten, die den Online-Handel zukünftig aktiv oder nebenbei betreiben möchten.

**50407D**  
Michael Menze  
donnerstags,  
ab 09. Oktober, 18.00 - 19.30 Uhr  
3 Termine  
**Online-Kurs**  
vhs.cloud  
33,- €

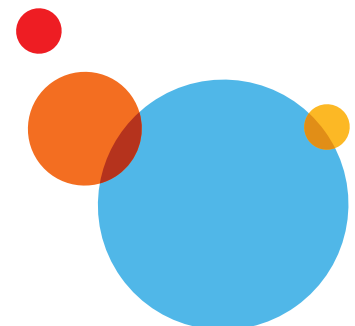
### Kundenbetreuung im Onlinehandel

Lernen Sie die wichtigen Grundlagen für die Kundenbetreuung im digitalen Handel kennen. Dabei liegt der Fokus auf der Pflege von Kundenbeziehungen sowie auf der Sichtweise des Kunden und des Lieferanten. Der Kurs bietet eine gute Basis für eine erfolgreiche Kundenbetreuung im Onlinehandel.

**50408D**  
Michael Menze  
donnerstags,  
ab 30. Oktober, 18.00 - 19.30 Uhr  
3 Termine  
**Online-Kurs**  
vhs.cloud  
33,- €

### Benötigen Sie eine Rechnung?

Aus Kostengründen versenden wir Rechnungen nur auf Anfrage. Bitte sprechen Sie uns bei Bedarf gerne an!





© Alexa/pixabay

## Büroprozesse

Bürowirtschaftliche Abläufe bilden das Grundgerüst jeden Unternehmens. Dabei spielen neben dem Informationsmanagement und der Informationsverarbeitung besonders Koordinations- und Organisationsaufgaben eine wichtige Rolle. Mit diesem Modul bieten wir Ihnen einen gelungenen Einstieg ins Büroumfeld.

**50409D**

Michael Menze

montags,

ab 03. November, 18.00 - 19.30 Uhr

3 Termine

**Online-Kurs**

vhs.cloud

33,- €

## Finanzbuchhaltung

Gewinnen Sie einen Überblick über die komplexe Welt der Finanzbuchhaltung. Lernen Sie wichtige Aufgabenfelder sowie Zahlungsstrukturen richtig zu deuten und betriebswirtschaftlich umzusetzen.

**50410D**

Michael Menze

montags,

ab 03. November, 20.00 - 21.30 Uhr

3 Termine

**Online-Kurs**

vhs.cloud

33,- €

## Vertiefende Buchführung

Aufbauend auf den Kurs „Einführung in die Buchführung“ wird das vorhandene Wissen vertieft und weiter ausgebaut. Komplexere Buchungssätze und Geschäftsvorfälle sind zentrale Bestandteile des Moduls.

**50411D**

Michael Menze

dienstags,

ab 04. November, 18.00 - 19.30 Uhr

3 Termine

**Online-Kurs**

vhs.cloud

33,- €

## Organisation/Management

### Vorbereitung auf die Ausbilder-eignungsprüfung (AEVO)

Sie möchten die Ausbildereignungsprüfung absolvieren und sich gleichzeitig praxisorientiert auf Ihre zukünftigen Aufgaben vorbereiten? In diesem Kurs werden beide Faktoren berücksichtigt. Onlineunterrichtsstunden bieten ausreichend Zeit für Fragen und Diskussionen, Selbstlernphasen runden die Wissensvermittlung ab.

**50713D**

Michael Menze

mittwochs,

ab 20. August, 18.00 - 19.30 Uhr

10 Termine

**Online-Kurs**

vhs.cloud

220,- €

**50714D**

Michael Menze

mittwochs,

ab 17. September, 20.00 - 21.30 Uhr

10 Termine

**Online-Kurs**

vhs.cloud

220,- €

**50715D**

Michael Menze

mittwochs,

ab 29. Oktober, 18.00 - 19.30 Uhr

10 Termine

**Online-Kurs**

vhs.cloud

220,- €

Für Lernmaterialien fallen zusätzlich ca. 40,- € an und die Prüfungsgebühren sind separat an die jeweiligen Kammern zu entrichten.

## Rhetorik und Kommunikation im Beruf!

Paul Watzlawicks Aussage „Man kann nicht nicht kommunizieren“ bildet die Grundlage für das Verständnis zwischenmenschlicher Kommunikation. In diesem Workshop lernen Sie durch gezielte Übungen und theoretische Einblicke verschiedene Kommunikationsformen kennen, darunter verbale und nonverbale sowie emotionale und sachliche Kommunikation. Sie erhalten Strategien und praktische Tipps, um sich für wichtige Diskussionen und situative Konflikte im Berufsleben bestmöglich vorzubereiten. Diese Kenntnisse lassen sich auch im Alltag anwenden. Der Workshop kann optional erweitert werden, um spezifische Themen tiefergehend zu behandeln.

**50716L**

Klaus Hundgebur

montags - freitags

22. - 26. September

9.00 - 15.30 Uhr

5 Termine

**Laatzen**

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

210,- €

## Unternehmerische Abläufe gewinnbringend optimieren

Laufende Buchführung, Entgeltabrechnung und betriebliche Kalkulation gehören ebenso zu den täglichen Aufgaben wie betriebliche Auswertungen. Neben der Ermittlung der Unternehmensertragslage lernen Sie Buchungsvorgänge zu bearbeiten, Kosten zu überwachen und Prozessdaten zu bearbeiten.

**50718D**

Michael Menze

dienstags,

ab 04. November, 20.00 - 21.30 Uhr

3 Termine

**Online-Kurs**

vhs.cloud

33,- €



## Fachgebietsübergreifende/sonstige Kurse

### Geld verstehen: Richtig anlegen und clever mit Finanzen umgehen Für Einsteiger\*innen

Geld begleitet uns täglich - doch wie trifft man die richtigen finanziellen Entscheidungen? In diesem Kurs erhalten Sie einen fundierten Überblick über die wichtigsten Grundlagen rund um Budgetplanung, häufige Denkfehler im Umgang mit Geld und sinnvolle Anlagestrategien. Erfahren Sie, wie Sie Ihr Geld effizient verwalten und es langfristig für sich arbeiten lassen. Ein praxisnaher Einstieg in die Welt der Finanzen - verständlich, kompakt und ohne komplizierte Fachbegriffe. Ideal für alle, die ihre finanzielle Zukunft aktiv gestalten möchten!

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

#### 50803D

Pierre Rutsch

Dienstag, 30. September, 18.30 - 19.30 Uhr

#### Online-Kurs

vhs.cloud

17,- €

#### 50804L

Pierre Rutsch

Samstag, 15. November, 10.30 - 11.30 Uhr

#### Laatzen

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

19,- €

### Einführung in die Welt der ETFs Passiv Investieren leicht gemacht

In diesem praxisorientierten Kurs erhalten Sie einen umfassenden Überblick über ETFs und passives Investieren. Sie lernen, wie ETFs funktionieren, warum sie eine beliebte Anlagemöglichkeit sind, und wie Sie ein eigenes diversifiziertes ETF-Portfolio aufbauen können.

Der Kurs richtet sich an alle, die einen Einstieg in die Geldanlage suchen.

Grundlegende Computerkenntnisse sind von Vorteil.

Bitte bringen Sie Ihren Laptop oder Ihr Tablet mit.

#### 50805L

Pierre Rutsch

Samstags,

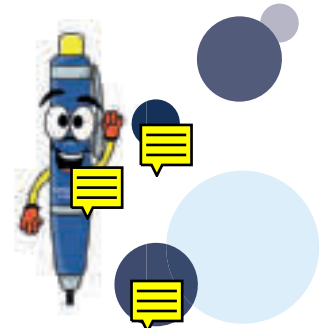
ab 22. November, 10.30 - 11.30 Uhr

2 Termine

#### Laatzen

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19

24,- €



## Dienstleistungen

- 24 Std. Zulassungsdienst
- Export-Zulassungen
- Autotransporte europaweit
- Überführung/Abholung/Lagerung
- B2B • Export • Import



Tel.: 0511/98373-63 • Mobil: 0152/10302609 • Fax 0511/98373-19

Nova Handels GmbH/Autohaus Langenstraßen

Senefelderstr. 2, 30880 Laatzen

[www.nowa61.de](http://www.nowa61.de)





### Xpert Business (XB) Abschlüsse

So individuell wie Ihr Weiterbildungsbedarf:

Nutzen Sie ein bundesweit standardisiertes Qualifizierungssystem, das Ihnen eine Reihe von Abschlüssen ermöglicht.

Nach jedem Kurs bieten wir Ihnen eine Prüfung an. Für die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat, mit dem Sie Ihre neuen Kompetenzen nachweisen können.

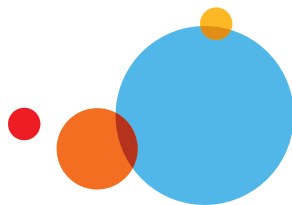
Mit bestimmten Kombinationen von Zertifikaten erreichen Sie übergeordnete Abschlüsse wie z. B. „Finanzbuchhalter/in (XB)“. Eine Übersicht über alle XB-Abschlüsse sehen Sie im Menü „Abschlüsse“. Dort können Sie den Abschluss wählen, der zu Ihrem Weiterbildungsziel passt. Bei jedem Abschluss finden Sie eine genaue Beschreibung.

In der folgenden Tabelle markieren Punkte diejenigen Zertifikate (links), die für die wichtigsten XB-Abschlüsse (oben) erforderlich sind:

Xpert Business Abschlüsse   Betriebswirtschaft									
	Geprüfte Fachkraft (XB)				Buchhalter*in (XB)			Manager*in (XB): Betriebswirtschaft	
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalter*in	Personal- und Lohnbuchhalter*in	Finanz- und Lohnbuchhalter*in	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen   Lohn   Controlling
Finanzbuchführung (1)	✓*	✓*							✓
Finanzbuchführung (2)	✓		✓*		✓		✓	✓	✓
Finanzbuchführung (3) EDV	✓				✓		✓		✓
Bilanzierung			✓		✓ alternativ		✓ alternativ	✓	✓
Finanzwirtschaft		✓*			✓ alternativ		✓ alternativ	✓	✓
Kosten- und Leistungsrechnung		✓			✓		✓	✓	✓
Controlling		✓						✓	✓
Betriebliche Steuerpraxis			✓					✓	✓
Lohn und Gehalt (1)				✓*				✓	✓
Lohn und Gehalt (2)				✓		✓	✓		✓
Lohn und Gehalt (3) EDV				✓		✓	✓		✓
Personalwirtschaft						✓			✓
Personale Kompetenzen									✓

\* optionales, aber empfohlenes Modul

Anmeldemöglichkeiten und Kursinformationen finden Sie auf unserer Homepage unter [www.leine-vhs.de](http://www.leine-vhs.de)



Im Kursentgelt der Webinare sind die Kosten für die Unterrichtsmaterialien bereits enthalten.

### VHS Bildung auf Bestellung - unser Angebot für Firmen, Verwaltungen und Selbständige

Mit vhs Business wollen wir uns mit einem **speziellen Programmangebot** gezielt an kleinere und mittlere Unternehmen (KMU), Verwaltungen und Selbstständige wenden. Wir planen und bereiten speziell auf Ihren Betrieb ausgerichtete Trainings vor. Kostenoptimiert, ganz in Ihrer Nähe oder auch als Inhouse-Angebot.

Ziel ist es, lokalen und regionalen Unternehmen hochwertige Weiterbildungsangebote vor Ort zu präsentieren, die sie in ihrer Marktpräsenz unterstützen - mit qualifizierten Trainer\*innen-Teams und der langjährigen Erfahrung einer etablierten Bildungseinrichtung, zur praxisnahen Umsetzung Ihrer Weiterbildungsbedarfe.

Wir orientieren uns dazu an den Herausforderungen und am Wettbewerb der lokalen und regionalen Unternehmen in Industrie, Handwerk, Handel und Dienstleistung.

### Credit-Points fürs Studium

An vielen Hochschulstandorten und Kammern werden für Xpert Business-Abschlüsse wertvolle Credit-Points fürs Studium angerechnet. So z. B. an 31 Standorten der FOM-Hochschule, mehreren Handwerkskammern und bundesweit an der Euro-Fernhochschule.

Genaue Informationen über Hochschul- und Kammer-Anerkennungen sowie Credit-Points erhalten Sie auf der Xpert Business-Webseite (<http://www.xpert-business.eu/hochschule>).

# Bildungsurlaube

40660B ....Englisch B1 Refresher Course - Intensivwoche (VZ)..... 03.11.2025 ..... Hemmingen-Westerfeld ..... 66

## Allgemeine Hinweise

Das „Niedersächsische Gesetz über den Bildungsurlaub“ regelt die bezahlte Freistellung von beruflicher Arbeit zum Zwecke der Weiterbildung.

Alle von uns angebotenen Bildungsurlaube sind nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz (NBildUG) anerkannt. Dabei ist es wichtig zu wissen, dass die Freistellung zusätzlich zum tariflichen Erholungsurlaub gewährt wird (bis zu 10 Tage in zwei Jahren) und dass niemand gegenüber anderen wegen der Inanspruchnahme der Freistellung benachteiligt werden darf.

## Anmeldeverfahren

Sie erhalten von uns eine Anmeldebestätigung, die Sie laut Gesetz spätestens vier Wochen vor Veranstaltungsbeginn Ihrem Arbeitgeber vorlegen müssen. Am Ende der Veranstaltung erhalten Sie von uns neben Ihrem persönlich erworbenen Zertifikat auch eine Teilnahmebescheinigung für Ihren Arbeitgeber.

## Wer kann teilnehmen?

- Niedersächsische Arbeitnehmer\*innen und Auszubildende
- Niedersächsische Beamt\*innen können für Weiterbildung Sonderurlaub bei ihrer Dienststelle beantragen. Unsere Veranstaltungen sind nach §2 der Sonderurlaubsverordnung anerkannt
- Bundesbeamt\*innen haben die gleiche Möglichkeit
- Selbstverständlich können auch Nicht-Berufstätige teilnehmen

Wünschen Sie eine Beratung für Ihre Teilnahme an einem Bildungsurlaub, dann wenden Sie sich bitte an die pädagogische Leitung des jeweiligen Fachbereiches.

Das Niedersächsische Bildungsurlaubsgesetz in Textform finden Sie auf [www.kommunikation.vhs.de](http://www.kommunikation.vhs.de). Bitte erteilen Sie uns mit der Anmeldung eine Separatzugsermächtigung für das Teilnehmerentgelt oder überweisen Sie es nach Kursbeginn.



## LesementoRing - Ein Projekt zur Leseförderung

**Jugendliche unterstützen Schüler\*innen (Klasse 2-5) bei der Verbesserung ihrer Lesekompetenzen.**

Das Projekt LesementoRing wurde 2004 von der Stadt Hannover entwickelt und wird in vielen Schulen in Hannover und seit 2010 auch in Hemmingen als Teil des Netzwerks durchgeführt. Pädagogische Fachkräfte der Leine-VHS Laatzen bilden seit 2010 regelmäßig im Januar Jugendliche der 9. Klassen der CFG-Schule Hemmingen zu Lesementoren aus, um anschließend Hemminger Schüler\*innen (2.-5. Jahrgang) bei der Verbesserung ihrer Lesekompetenzen zu unterstützen. Das wöchentliche Lesetraining für Kleingruppen dauert 90 Minuten, wobei viel gelesen und vorgelesen wird, aber auch Lese- und Bewegungsspiele gehören zum Programm.

Eine pädagogische Fachkraft begleitet die Mentoren\*innen und führt Hospitationen, Supervision und Mentoren-Treffen durch. Für ihre Teilnahme erhalten die Jugendlichen bei erfolgreicher Mitarbeit am Ende den „Kompetenznachweis Kultur“, ein Zertifikat, das ihre besonderen Stärken und Kompetenzen dokumentiert. Dazu gehören u.a. Verantwortungsbewusstsein, Teamgeist und Durchhaltevermögen. Das Projekt bietet Jugendlichen die Möglichkeit zu entdecken, was in ihnen steckt und ihre Stärken unter Beweis zu stellen.

Eltern, die ihre Grundschulkinder oder Schüler\*innen des 5. Jahrgangs zum Leseprojekt anmelden möchten, können sich an ihre Schule wenden oder sich direkt bei der Projektleiterin Inna Belinskaia, Leine-VHS Laatzen, Telefon 0511 89886 263 melden. Die Teilnahme ist für die Kinder kostenlos.

Wir danken der Stadt Hannover für die freundliche Unterstützung im Netzwerk und der Bürgerstiftung Hemmingen für die finanzielle Unterstützung.

# Werden Sie Dozent\*in bei der Leine-VHS Laatzen!

## Kommen Sie in unser Team!

Wir suchen kompetente und engagierte Dozent\*innen auf Honorarbasis für **EDV-Kurse**.

Sind Sie technisch interessiert und haben Erfahrung und Freude im Umgang mit Gruppen?

### Voraussetzungen:

- Spaß an der Vermittlung von Wissen
- Erfahrungen mit Erwachsenen in der Bildungsarbeit
- Sicherer Umgang mit dem MS-Office-Paket
- Kenntnisse im Bereich Social Media, Wordpress, Bloggen, Grundlagen zur Nutzung von Tablet und Smartphone

Wir bieten regelmäßige Kurse an und pflegen ein gutes Arbeitsklima in einem freundlichen, motivierten sowie wertschätzendem Team.

Mehr Informationen erhalten Sie über Frau Cemile Waldmann unter 0511 89886 283 - oder schicken Sie uns ein kurzes Bewerbungsschreiben an [waldmann@leine-vhs.de](mailto:waldmann@leine-vhs.de).



## Demokratie, Qualifizierung & Ehrenamt

### Fachbereichsleitung:

Elsa Raidok-Kayser

Telefon 0511 89886 232

raidok-kayser@leine-vhs.de

### Projektleitung „Miteinander in Toleranz“

Nadir Mammadov

Telefon 0511 89886 258

mammadov@leine-vhs.de

### Koordinatorinnen:

Jenny Ng

ng@leine-vhs.de

0511 89886 233

Antzela Tanellari

tanellari@leine-vhs.de

0511 89886 212

Demokratie, Qualifizierung & Ehrenamt



## Lernförderung im Rahmen des Bildungs- und Teilhabepakets (BuT)

Die Leine-VHS Laatzen bietet Kindern und Jugendlichen Unterstützung bei Problemen in der Schule. In unserem Förderunterricht können Schülerinnen und Schüler ihre Defizite in ihrem individuellen Tempo aufholen und wieder Spaß am Lernen finden.

Durch den Einzel- und Kleingruppenunterricht wird es unseren Lehrkräften ermöglicht, den Schülerinnen und Schülern in ruhiger und angenehmer Atmosphäre sämtliche Fragestellungen der verschiedenen Fächer näher zu bringen, diese mit ihnen so lange zu üben, bis der Unterrichtsinhalt verstanden ist und jederzeit auf Nachfragen, neue Defizite oder Details einzugehen. Ziel ist es, den Kindern und Jugendlichen als Lehr- und Lernpartner\*innen zur Seite zu stehen und mit ihnen zusammen zu Lernerfolgen zu kommen.

Lernerfolge sind dabei nicht bloß anhand von Noten oder Prüfungsleistungen zu bewerten, sondern insbesondere auch an verändertem Lernverhalten der Schülerinnen und Schüler, gesteigertem Selbstbewusstsein und besserem Allgemeinverständnis abzulesen.

- Nachhilfe in allen Fächern
- Nachhilfe für Klassen 1 - 12
- Individuell angepasste Förderung
- Lehrer\*innen als Lernpartner\*innen
- Über BuT kostenlos



**Studentische  
Lehrkräfte  
für Lernförderung  
gesucht!**

### **Bewirb Dich bei uns!**

Wir unterrichten vor- und nachmittags Kinder und Jugendliche mit besonderem Förderbedarf, viele davon mit Migrationsgeschichte.

Wir bieten gut bezahlte Nebenjobs auf Honorarbasis.





## jungeVHS

### Töpferkurs für Kinder und Jugendliche

Entdecke die kreative Welt des Töpfern! In unserem Kurs formen Kinder und Jugendliche mit ihren eigenen Händen einzigartige Kunstwerke aus Ton - spielerisch, fantasievoll und mit jeder Menge Spaß. Ideal für kleine Künstlerinnen und Künstler ab 8 Jahren!

#### 70K8

*Susanne Fischer*

*montags,*

*ab 01. September, 17.00 - 18.00 Uhr*

*6 Termine*

**Laatzen**

*KiJuZ Pestalozzistraße*

*45,- €*

### Karate-Teens (13-18 Jahre) - Stärke, Disziplin & Selbstvertrauen

Karate ist mehr als nur ein Sport - es stärkt Körper und Geist! In unserem neuen Kurs lernen Jugendliche (13-18 Jahre) die ersten Grundlagen der Kampfkunst. Neben Beweglichkeit, Koordination und ersten Techniken stehen Werte wie Respekt, Disziplin und Selbstvertrauen im Mittelpunkt. Durch spielerische Übungen und praxisnahe Selbstverteidigung wird nicht nur die Fitness gefördert, sondern auch die innere Stärke.

#### 70K13

*Ashkan Kiamehr, Behrang Riahi*

*dienstags,*

*ab 02. September, 17.00 - 18.00 Uhr*

*6 Termine*

**Laatzen**

*Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19*

*50,- €*

### Karate-Kids (7-12 Jahre) - Stark, mutig & voller Energie

Karate ist mehr als nur ein Sport - es stärkt Körper und Geist! In unserem neuen Kurs lernen Kinder (7-12 Jahre) die ersten Grundlagen der Kampfkunst. Neben Beweglichkeit, Koordination und ersten Techniken stehen Werte wie Respekt, Disziplin und Selbstvertrauen im Mittelpunkt. Durch spielerische Übungen und praxisnahe Selbstverteidigung wird nicht nur die Fitness gefördert, sondern auch die innere Stärke.

#### 70K14

*Ashkan Kiamehr, Behrang Riahi*

*dienstags,*

*ab 02. September, 16.00 - 17.00 Uhr*

*6 Termine*

**Laatzen**

*Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19*

*50,- €*

### Yoga für Kinder - Bewegung, Spaß & Entspannung von 5-8 Jahren

In diesem spielerischen Hatha-Yoga-Kurs entdecken Kinder die Welt des Yoga auf kreative Weise! Durch kindgerechte Yoga-Übungen, Atemspiele und Entspannungstechniken fördern wir Beweglichkeit, Balance und Konzentration. Mit Fantasieelementen und spielerischen Elementen stärken wir zudem das Körperbewusstsein und die innere Ruhe. Der Kurs ist ideal für kleine Yogis, im Alter von 5 bis 8 Jahren, die sich gerne bewegen und gleichzeitig lernen möchten, sich zu entspannen.

#### 70K10

*Olga Klammer*

*freitags,*

*ab 05. September, 17.15 - 18.15 Uhr*

*5 Termine*

**Laatzen**

*Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19*

*50,- €*

#### 70K11

*Olga Klammer*

*freitags,*

*ab 05. September, 18.30 - 19.30 Uhr*

*5 Termine*

**Laatzen**

*Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19*

*50,- €*

### Gemeinsam stark - Yoga für Eltern und Kinder (2-4 Jahre)

In diesem Kurs entdecken Kinder im Alter von 2 bis 4 Jahren gemeinsam mit ihren Eltern die Welt des Yoga. Mit spielerischen und einfachen Übungen fördern wir Körperwahrnehmung und Bewegungsfreude. Die Kinder lernen, ihre Bewegungen bewusst zu steuern und entdecken dabei auch ihre Emotionen.

In der Kleingruppe stärken wir soziale Kompetenzen, üben erste Aufmerksamkeitslenkung und schaffen Raum für gemeinsame Erlebnisse. Im Mittelpunkt steht die Freude an der Bewegung - entspannt, achtsam und verbindend.

#### 70K12

*Olga Klammer*

*freitags,*

*ab 05. September, 16.00 - 17.00 Uhr*

*5 Termine*

**Laatzen**

*Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19*

*50,- €*

### Acryl-Malkurs für kreative Köpfe - Gestalten, experimentieren, ausdrücken! von 11-14 Jahren

Sei dabei und lass dich mitnehmen auf eine Entdeckungsreise deiner eigenen Kreativität:

Der Kurs eignet sich für alle jungen Künstler\*innen, mit und ohne künstlerisches Können oder Vorkenntnisse. Mit einfachen Techniken wollen wir großartige Effekte zaubern und mit viel Spaß mit Farbe, Pinsel, Spachtel und Strukturstoffe in entspannter Atmosphäre unsere Kunstwerke kreieren. Jede/r Teilnehmer\*in wird individuell im Entwicklungsprozess unterstützt! Für Kinder von 11-14 Jahren.

#### 70K15

*Angelika Guhse*

*freitags,*

*ab 12. September, 17.00 - 18.30 Uhr*

*4 Termine*

**Laatzen**

*Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19*

*60,- €*

### Kindermalkurs mit Acrylfarben - Kreativität entdecken und ausleben! von 8-10 Jahren

Sei dabei und lass dich mitnehmen auf eine Entdeckungsreise deiner eigenen Kreativität:

Der Kurs eignet sich für alle jungen Künstler\*innen, mit und ohne künstlerisches Können oder Vorkenntnisse. Mit einfachen Techniken wollen wir großartige Effekte zaubern und mit viel Spaß mit Farbe, Pinsel, Spachtel und Strukturstoffe in entspannter Atmosphäre unsere Kunstwerke kreieren. Jede/r Teilnehmer\*in wird individuell im Entwicklungsprozess unterstützt! Für Kinder von 8-10 Jahren.

#### 70K9

*Angelika Guhse*

*freitags,*

*ab 12. September, 15.30 - 17.00 Uhr*

*4 Termine*

**Laatzen**

*Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19*

*60,- €*





## Demokratie

neu!

### Sichere Quellen, starke Demokratie - Recherche als Beruf(ung)

Was steckt heutzutage alles hinter der Erstellung eines Nachrichtenbeitrags, einer Dokumentation oder eines Podcast?

Vor allem im Zeitalter von Deepfakes und anderen KI-generierten Inhalten wird eine ausführliche Recherche immer wichtiger. Als Rechercheur\*innen der Hauptabteilung Information, Dokumentation und Archive (IDA) unterstützen wir Redaktionen im SWR bei der Recherche nach guten Quellen, den genauen Fakten und dem richtigen Bild- und Tonmaterial. Dafür recherchieren wir in eigenen und externen Datenbanken sowie im Internet. Demokratie lebt von informierten Bürgerinnen und Bürgern. Eine freie und unabhängige Medienlandschaft ist daher unerlässlich, um die Öffentlichkeit mit verlässlichen Informationen zu versorgen und somit das Fundament unserer demokratischen Gesellschaft zu stärken.

Mit unserer Arbeit stellen wir sicher, dass die journalistischen Inhalte des SWR auf gründlicher Recherche basieren und vertrauenswürdig sind. So tragen wir dazu bei, dass die Zuschauerinnen und Zuschauer gut informiert sind und fundierte Entscheidungen treffen können. Wir stellen den Arbeitsalltag am IDA-Recherche-Desk vor und zeigen, wie unsere Recherchen ins Programm einfließen - von der Themenfindung über die Auswahl geeigneter Gesprächspartner bis hin zur Verwendung von passenden Schnittbildern.

#### 7ARD1

Lena Cara Wernhöfer, Eva Matzel  
Donnerstag, 09. Oktober, 18.00 - 19.30 Uhr  
Online-Kurs  
10,- €



neu!

### Deepfake und Desinformation

In einer Welt, in der manipulierte Bilder, gefälschte Videos und Desinformation zum Alltag gehören, wird es immer schwieriger, echte von manipulierten Inhalten zu unterscheiden. Doch wie können wir das Vertrauen in digitale Medien festigen und Desinformation entgegenwirken?

Wir sehen und diskutieren, wie die Coalition for Content Provenance and Authenticity (C2PA) mit ihrer Vielzahl an Mitgliedern, darunter Google, Amazon, Meta, Adobe, etc. und die ARD, mit einem offenen Standard für mehr Transparenz und Nachvollziehbarkeit sorgt.

Der Referent erklärt, wie C2PA die Inhalte durch fälschungssichere Metadaten kennzeichnet und so den Ursprung und jede Bearbeitung eines digitalen Mediums sichtbar machen kann.

Das Ziel der ARD ist die Implementierung des C2PA-Standards in Deutschland voranzutreiben. Der Referent zeigt, wie der Schutz der Inhaltsauthenticität umsetzbar sein kann und welche Herausforderungen sowie Chancen mit der Implementierung verbunden sind. Dabei erfährt das Publikum, wie die C2PA für eine vertrauenswürdige Medienlandschaft von morgen sorgen kann.

#### 7ARD2

Warmuth Kenneth  
Donnerstag, 23. Oktober, 18.00 - 19.30 Uhr  
Online-Kurs  
10,- €



neu!

### ARD Retro: Zurück in die Zukunft

Sparen, Papst-Wahl, Inflation, Wiederaufrüstung, Fluchtbewegungen oder rasante gesellschaftliche Umwälzungen in Städten und Gemeinden: Alles Nachrichten von heute? Richtig - doch zugleich waren es Themen, die in den 1950er und 1960er Jahren die Gemüter bewegten - medial begleitet von den Reporter\*innen aus dem großen regionalen Netz der ARD direkt vor Ort - Tag für Tag. Vor allem die historische Regionalberichterstattung in Magazinen wie der „Abendschau“ vermittelt uns heute wie kaum andere Quellen den Zeitgeist einer Gesellschaft im Aufbruch und im Wandel, den Alltag der Menschen in allen Facetten. ARD Retro - das Archivöffnungsprojekt des Öffentlich-rechtlichen Rundfunks - bringt diese Originalaufnahmen online. Beiträge der regionalen Berichterstattung bis in das Jahr 1965 sind seit 2020 in stetig wachsender Anzahl zu jeder Zeit kostenlos und dauerhaft auf den Streaming-Plattformen der ARD Mediathek und seit 2022 auch in der ARD Audiothek abrufbar. Die Beitragszahler\*innen bekommen ihr Programm „zurück“. Unter dem Label „Retro DDR Spezial“ werden zusätzlich Inhalte des Deutschen Rundfunkarchivs wie die „Aktuelle Kamera“ zugänglich gemacht. In unserem digitalen Workshop bieten wir einen Blick hinter die Kulissen der ARD-Archivöffnung, geben Tipps für die inhaltliche Orientierung in den mittlerweile über 20.000 Beiträgen.

Entdecken Sie mit uns gemeinsam das audiovisuelle Gedächtnis der 50er und 60er Jahre! Informatives von gestern als Inspiration für heute - Zeitgeschichte hautnah!

Wo leistet die ARD überall einen Wertbeitrag für die Gesellschaft? Was davon ist Ihnen persönlich am wichtigsten? Und wo würden Sie sich mehr von uns wünschen? In diesem Panel wollen wir mit Ihnen ins Gespräch kommen und sind gespannt auf Ihre Sicht auf die ARD.

Halten Sie bitte neben Ihrem Erstgerät für die Videokonferenz auch ein Zweitgerät für das Interaktionstool Mentimeter bereit - am besten eignet sich dafür ein internetfähiges Smartphone!

#### 7ARD3

Sara Tazbir, Marc Heydenreich  
Donnerstag, 06. November, 18.00 - 19.00 Uhr  
Online-Kurs  
10,- €



neu!

### Desinformation als Gefahr für die Demokratie

Was ist Desinformation? Was unterscheidet sie von der altbekannten Zeitungsfälschung? Wie lassen sich die absichtlich gestreuten falschen Infos erkennen und warum sind sie für unser Zusammenleben so gefährlich? Die Referentinnen klären auf über Strategien und Ziele von Desinformation, woher sie kommen und wie man sich bestmöglich davor schützen kann.

#### 7ARD4

Caroline Uhl, Katja Hackmann  
Donnerstag, 20. November, 18.00 - 19.30 Uhr  
Online-Kurs  
10,- €





neu!

## Newsroom

Neue Arbeitsmarktzahlen, ein Staatsbesuch in Berlin, ein Vulkanausbruch auf Java ... Rund um die Uhr informieren Sie Nachrichtensendungen der ARD, was in Ihrer Region, in Deutschland und in der Welt geschieht. Aber woher bekommen die Journalist\*innen, die diese Nachrichten produzieren, eigentlich ihre Informationen? Und wie wählen sie aus der Flut an Meldungen aus, was sie weitergeben? Lernen Sie den Arbeitsalltag einer Nachrichtenredaktion kennen, erleben Sie, wie ständig neue Agentur- und Korrespondentenmeldungen eintreffen, stellen selbst eine „Sendung“ zusammen und diskutieren Sie über die Themenauswahl. Und erfahren Sie, welche Vorkehrungen die ARD trifft, damit möglichst wenig Fehler passieren.

### 7ARD5

Judith Schönicke

Donnerstag, 04. Dezember, 18.00 - 19.30 Uhr  
Online-Kurs  
10,- €



neu!

## Pressefreiheit

Pressefreiheit ist im Grundgesetz W(Artikel 5) verbrieft: „Die Pressefreiheit und die Freiheit der Berichterstattung durch Rundfunk und Film werden gewährleistet. Eine Zensur findet nicht statt.“ In Deutschland ist die ARD ein Garant für Pressefreiheit und Meinungsvielfalt. Trotz einer „zufriedenstellenden Lage“ (Reporter ohne Grenzen, 2023) ist hierzulande die Pressefreiheit bedroht. „Pressefeindliche Tendenzen insgesamt haben in Deutschland zugenommen. Besonders im Internet werden Journalistinnen und Journalisten immer wieder diffamiert, manche bekommen sogar Morddrohungen“ (Reporter ohne Grenzen, 2024). Im internationalen Vergleich belegt Deutschland zwar Rang 10. Insgesamt ist die Situation in Deutschland für Journalistinnen und Journalisten äußerst kritisch zu bewerten. Wie kann es sein, dass in einem demokratischen Land, in dem die Pressefreiheit grundgesetzlich verbrieft ist, Reporterinnen und Reporter von Gewalt, Hatespeech, verbalen Angriffen und Einschüchterungsversuchen bedroht sind? Welche Ursachen es gibt, vor allem aber, wie die ARD hier gegensteuern kann, ist Thema unseres Beitrags.

### 7ARD6

Dietmar Schiller, Nadya Luer

Donnerstag, 18. Dezember, 18.00 - 19.30 Uhr  
Online-Kurs  
10,- €



## Qualifizierung

neu!

### Lehrgang Pädagogische Mitarbeitende an Grundschulen

In einem neuen Lehrgang qualifiziert die Leine-VHS Laatzen pädagogische Mitarbeitende für Grundschulen. Pädagogische Mitarbeitende unterstützen Lehrkräfte im Unterrichtsalltag, übernehmen Betreuungsaufgaben und gestalten außerunterrichtliche Angebote mit. Dabei arbeiten sie eng mit Schüler\*innen, Lehrkräften und Eltern zusammen. Pädagogische Mitarbeitende führen keinen eigenverantwortlichen Unterricht durch, können jedoch im Vertretungsfall geplante Unterrichtseinheiten umsetzen.

Ab dem 01. August 2026 wird zudem das ganztägige Angebot für Grundschulkinder stufenweise ausgebaut, sodass ein erhöhter Bedarf an pädagogischen Mitarbeitenden für die verlängerten Betreuungszeiten im Ganztags besteht.

Dabei übernehmen sie folgende Aufgaben: Betreuung der Schüler\*innen in den Lern- und Übungszeiten, Beaufsichtigung der Schüler\*innen während der Schulöffnungszeiten, Pausen und kurzfristigen Ausfällen von Lehrkräften, Mitwirkung bei Schulveranstaltungen, Kommunikation mit Lehrkräften und Eltern etc.

Darüber hinaus übernehmen pädagogische Mitarbeitende unterrichtsergänzende Angebote wie Spiele, Musik, Bewegung, Kreatives Gestalten etc. im Nachmittagsbereich.

Diese Qualifizierung richtet sich an Personen mit pädagogischer Ausbildung oder Erfahrung in der Arbeit mit Kindern - beispielsweise Erzieher\*innen, pädagogisch engagierte Eltern oder Quereinsteiger\*innen, die Freude an der Arbeit mit Kindern haben. Ein mittlerer Schulabschluss und gute Deutschkenntnisse sind vorausgesetzt.

### 70V1

N.N.

dienstags & donnerstags

ab 02. September, 17.00 - 20.15 Uhr  
34 Termine

### Laatzen

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
749,- €

## DaZ-Modul

Das DaZ-Modul ist ein Zusatzangebot zum Lehrgang für pädagogische Mitarbeitende und richtet sich an Teilnehmende mit Deutsch als Zweitsprache. Es fördert gezielt Wortschatz und Grammatik für den schulischen Alltag.

### 70V1A

N.N.

freitags, ab 05. September, 17.00 - 18.30 Uhr  
7 Termine

### Laatzen

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
gebührenfrei

neu!

### Lehrgang Pädagogische Mitarbeitende an Grundschulen

### 70V2

N.N.

montags & donnerstags,  
ab 27. Oktober, 17.00 - 21.00 Uhr  
26 Termine

### Laatzen

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
749,- €

## DaZ-Modul

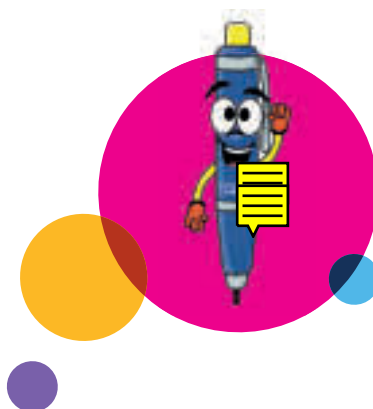
### 70V2A

N.N.

freitags, ab 07. November 17.00 - 18.30 Uhr  
7 Termine

### Laatzen

Leine-VHS, Senefelderstraße 17/19  
gebührenfrei



Neuigkeiten und Kursinformationen  
erhalten Sie auch über  
[www.instagram.com/leinevhslaatzen/](https://www.instagram.com/leinevhslaatzen/)





## MiT - Miteinander in Toleranz

Seit November 2007 führt die Leine-VHS Laatzen im Auftrag der Region Hannover das Projekt MiT - Miteinander in Toleranz - durch.

25 qualifizierte Mentorinnen und Mentoren unterstützen Jugendliche und junge Erwachsene mit Migrationshintergrund beim erfolgreichen Übergang Schule - Beruf und sind in Laatzen, Hemmingen und Pattensen aktiv.

Die Mentoren und Mentorinnen des Projektes MiT sind Menschen aus verschiedenen Ländern, die als Mittler zwischen ihrer und der hiesigen Kultur handeln. Sie sprechen folgende Sprachen: Albanisch, Arabisch, Aserbaidschanisch, Bosnisch, Englisch, Kurdisch, Georgisch, Persisch, Polnisch, Rumänisch, Russisch, Serbisch, Spanisch, Türkisch, Ukrainisch. Die Aufgaben, die Mentor\*innen übernehmen, sind unterschiedlich: Begleitung bei Behördengängen und Unterstützung bei diversen Antragstellungen, Hilfestellung bei Bewerbungsschreiben, Akquise von Ausbildungs- und Arbeitsstellen, Begleitung zu den Elternabenden und sprachliche Unterstützung bei den Elterngesprächen in der Schule.

Zusätzlich zu der individuellen Unterstützung beraten Mentorinnen und Mentoren in der **interkulturellen Sprechstunde**

- **dienstags von 16.00 - 18.00 Uhr** in der **Leine-VHS Laatzen**, Senefelderstr. 17/19, 30880 Laatzen. Sprachen: Arabisch, Kurdisch, Russisch, Ukrainisch
- **freitags von 16.00 - 18.00 Uhr** in der Leine-VHS Laatzen, **Geschäftsstelle Hemmingen**, Gutenbergstr. 2, 30966 Hemmingen. Sprachen: Arabisch, Russisch, Spanisch, Türkisch
- **samstags von 10.00 - 12.00 Uhr** im **Leine Laden**, Hildesheimer Str. 37, 30880 Laatzen. Sprachen: Arabisch, Türkisch



Nadir Mammadov

Telefon 0511 89886 258

mammadov@leine-vhs.de

**Laatzen, Senefelderstraße 17/19**



Kooperationspartner: **Region Hannover**

**DEIN STYLE  
DEIN BUGEL**  
*wechseln wie Seil*

**switch**

**WOODFELLAS**  
**Jede Brille ein Unikat**

**Was wir tun - Holz**  
Alle Brillen sind durch eine Einzigartigkeit der Materialien Unikate! Zur Verwendung kommen ausschließlich FSK-zertifizierte Hölzer aus nachhaltiger Forstwirtschaft von Holzturnierlieferanten unseres Vertrauens.

**Contactlinsen-Super-Angebot**  
**JAHRESBEDARF**  
12 Paar weiche Monatslinsen  
inkl. Pflegemittel für nur sagenhafte  
**ab 156,- €**

Die optimale Alternative für Sie zum Internet mit zusätzlichem Service:  
► kostenloser Sehtest ► Contactlinsenberatung ► Kontrolle der Augen alle sechs Monate ► ohne Risiko: defekte Linsen werden sofort ausgetauscht!

**EXPRESS-SERVICE FÜR GLÄSER**

In kurzer Zeit arbeiten wir neue Gläser in Ihre alte Brillenfassung ein in unserer Werkstatt vor Ort.

**döring**  
der brillenmacher

**ENTSCHEIDUNGSHILFE VOR KAUF**

Treffen Sie bei uns Ihre Vorauswahl für von Ihnen favorisierte Fassungen. Nehmen Sie bis zu 6 Fassungen mit und entscheiden sich ganz bequem zu Hause.

**Inh.: Oliver Kaiser**  
**Albert-Schweitzer-Str. 1 | 30880 Laatzen**  
**Telefon: 0511 / 82 22 08**  
**www.derbrillenmacher-laatzen.de**





# Studentische Lehrkräfte für Lernförderung gesucht!

## Info:

Elsa Raidok-Kayser  
[junge@leine-vhs.de](mailto:junge@leine-vhs.de)  
0511 89886232

Leine-VHS Laatzen  
junge VHS  
Senefelderstr. 17/19  
30880 Laatzen



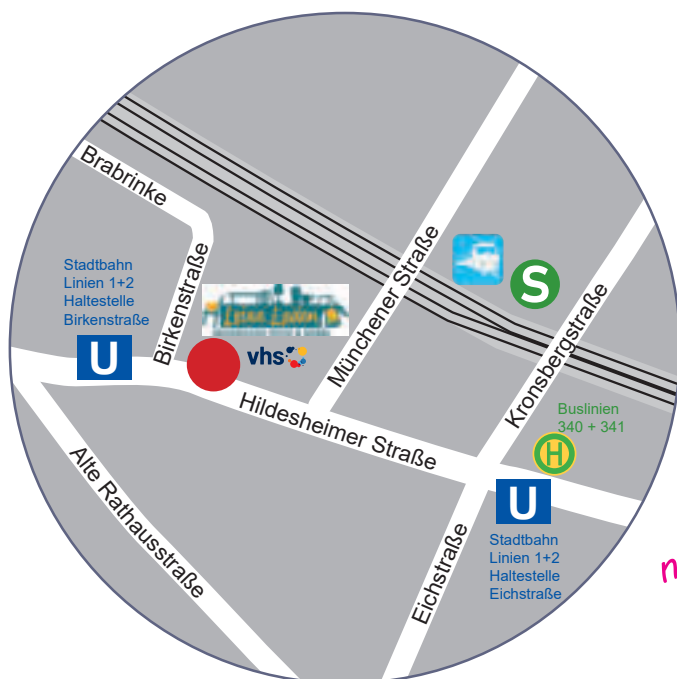
Sie finden bei uns sehr gut erhaltene Secondhand-Waren zu günstigen Preisen. Stöbern Sie in unserem Leine Laden durch unsere Mode-, Möbel- und Wohneinrichtungsbereiche und lassen Sie sich inspirieren.

- Bekleidung für Damen und Herren
- Baby- und Kinderbekleidung
- Schuhe, Accessoires
- Spielzeug, Bücher
- Möbel für die gesamte Wohnung,
- Heimtextilen, Wohndekoration
- Haushaltswaren, Lampen, Elektrogeräte

**20% Rabatt\*** für Inhaber des HannoverAktivPasses, der Region-S-Karte und des Freiwilligenausweises.

- Auf Anfrage Lieferung Ihrer gekauften Möbel.
- Möbelkauf ist auch mit Verpflichtungsschein des JobCenters möglich.

**Abholung  
Ihrer  
Möbelspenden:  
0511 260723 70**



**Der Leine Laden hat für Sie geöffnet:**

**Montag - Freitag** 10.00 - 18.00 Uhr  
**Samstag** 10.00 - 14.00 Uhr

**Hildesheimer Straße 37  
30880 Laatzen**

Telefon 0511 260723 70  
leineladen@leine-vhs.de

neu!

**www.leine-laden.com**

Aus organisatorischen Gründen können wir samstags leider **keine** Spenden annehmen!

## Arbeitsgelegenheiten bei der Leine-VHS Laatzen

Seit 1985 trägt die Leine-VHS Laatzen Maßnahmen zur Qualifizierung arbeitsloser Menschen unter anderem im Einzelhandel, Transport & Logistik und Handwerk. Als Qualifizierungs- und Beschäftigungsbetrieb bieten wir in enger Kooperation mit dem Job-Center der Region Hannover derzeit etwa 80 Menschen eine Arbeitsgelegenheit. Unser Team unterstützt sie dabei, neue Perspektiven zu erarbeiten und wieder erste Schritte in das Berufsleben zu machen.

Kernstück unseres Angebots ist der Betrieb des Laatzenener Secondhand-Geschäfts „Leine Laden“.

Wir nehmen dazu Spenden in unserem Geschäft entgegen, demontieren und transportieren insbesondere Großmöbel aber auch beim Spender. Die Spenden werden gereinigt und bei Bedarf ausgebessert, Elektrogeräte auf Betriebssicherheit überprüft. Nach Verkauf im „Leine Laden“ liefern und montieren wir Möbel auf Wunsch für unsere Kund\*innen.

Durch unsere Arbeit haben wir viele Flüchtlings- und Sozialwohnungen eingerichtet und bieten gut erhaltene Dinge zu erschwinglichen Preisen für Menschen mit kleinem Geldbeutel oder auch nostalgisch Veranlagte.

Durch Annahme und Weitergabe von gebrauchter, aber voll funktionsfähiger Kleidung und Möbeln helfen wir zusätzlich, Müll zu vermeiden und tragen zu einer positiven Ökobilanz bei.



**Sach-  
spenden  
gesucht!**





# KIDOLEILA

## KINO DONNERSTAG LEINE LADEN

*Freie Platzwahl - einfach kommen, Platz suchen & wohlfühl!*  
*Inkl. einer 20-minütigen Pause für gute Gespräche.*

📍 Leine Laden, Hildesheimer Str. 37, 30880 Laatzen

JEDEN ERSTEN DONNERSTAG IM MONAT | BEGINN: 19:00 UHR / EINLASS: 18:30 UHR



**FREIER EINTRITT!**



# CAFÉ MITEINANDER

IM LEINE-BISTRO

DER LEINE-VHS LAATZEN, SENEFELDERSTR. 19

Der Seniorenbeirat der Stadt Laatzen und die Leine-VHS Laatzen bieten für Seniorinnen und Senioren aus Laatzen ein offenes Kaffee- & Kuchenangebot gegen Spende an!

Es ist keine vorherige Anmeldung erforderlich.



Tolle  
Gespräche  
&  
Gesellschafts-  
spiele



Jeden letzten  
Dienstag  
im Monat!

15 - 17  
UHR

BARRIEREARM!  
WOHNORTNAH!



Jetzt  
genießen!

# Ein Teller Herzlichkeit

im Leine Laden, Hildesheimer Str. 37, 30880 Laatzen

Jeden **letzten Montag** im Monat von 12:30 - 13:30 Uhr  
ein Mittagessen - gegen kleine Spende!

Essen und Freunde treffen!

Ein Teller Herzlichkeit von unserem ehrenamtlichen Kochteam.

Suppe  
oder  
Eintopf!

saisonal  
& frisch  
gekocht!



Leine Laden

vhs  
Leine-VHS  
Laatzen

[www.leine-vhs.de](http://www.leine-vhs.de)





# Ehrenamtliche Helfer\*innen für den Leine Laden gesucht



Wenn Sie Freude daran haben, mit Menschen zu arbeiten, gerne organisieren und Teil eines motivierten Teams werden möchten, freuen wir uns auf Ihre Unterstützung! Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich – als Team arbeiten wir Sie gerne ein!

## Ihre Aufgaben:

- Unterstützung beim Sortieren, Auszeichnen und Präsentieren von Waren
- Beratung und Betreuung der Kund\*innen im Leine Laden
- Mitwirkung bei der Organisation von Aktionen und Veranstaltungen
- Unterstützung bei Kassentätigkeiten und der Pflege des Verkaufsraums



## Interesse geweckt?

Schreiben Sie uns eine E-Mail an [LeineLaden@Leine-VHS.de](mailto:LeineLaden@Leine-VHS.de)  
oder rufen Sie uns an unter 0511/26072370.

Gerne beantworten wir Ihre Fragen und vereinbaren ein unverbindliches Kennenlerngespräch.  
Werden Sie Teil unseres Teams und machen Sie den Unterschied!

Hildesheimer Str. 37 - 30880 Laatzen



# Die Leine-VHS Laatzen gGmbH für Sie in Hemmingen Bildung mitten im Leben

Ob Sprachen, Gesellschaft, Familie oder digitale Kompetenzen – die Leine-VHS Laatzen gGmbH bietet auch in Hemmingen ein vielfältiges Kursprogramm für alle Lebensphasen. Entdecken Sie Sprachkurse von Englisch bis Chinesisch, Bildungsurlaube und Konversationsrunden wie „Café Français“.

Gemeinsam mit der Stadt Hemmingen setzen wir im Herbstsemester gezielte Bildungsimpulse – z. B. Erste-Hilfe-Kurse für Kinder, Medienkompetenz für Grundschüler, Elternvorträge oder Finanztipps für Frauen. Interaktive Highlights wie das digitale Kinderschutztraining „Kidssafe“ ergänzen das Angebot.

Unsere kostenfreien digitalen Gesellschaftskurse laden ein zum Mitdenken, z. B. bei vhs.wissen live oder dem neuen Diskussionsformat „Raum für Dialog“.

Besuchen Sie uns in unserer  
Geschäftsstelle in Hemmingen,  
Gutenbergstraße 2, 30966 Hemmingen

Öffnungszeiten: Mo–Fr, 9–12 Uhr  
Telefon: 0511/89 886 263  
E-Mail: [hemmingen@leine-vhs.de](mailto:hemmingen@leine-vhs.de)  
Programm und mehr Infos auf:  
[www.leine-vhs.de](http://www.leine-vhs.de)

**Wir freuen uns auf Sie!**

Ihre Inna Belinskaia  
(Leitung der Geschäftsstelle) &  
Lenuta Wehser (Kursmanagement)





## Jobcenter vor Ort Beratung in Hemmingen



In Kooperation mit der Leine-VHS Laatzen bietet Ihnen das Jobcenter Laatzen eine persönliche Beratung zu Geld, Arbeit und Weiterbildung.

Kommen Sie einfach vorbei – **ohne Termin**. Mitarbeiter\*innen des Jobcenters stehen Ihnen zur Verfügung und beantworten Ihre Fragen zu Arbeit, Leistungsbezug, Weiterbildung sowie Bildung und Teilhabe.

### Wann?

Freitag, 05. September, 10.00 - 12.00 Uhr

Freitag, 10. Oktober, 10.00 - 12.00 Uhr

Freitag, 07. November, 10.00 - 12.00 Uhr

Freitag, 05. Dezember, 10.00 - 12.00 Uhr

Freitag, 09. Januar, 10.00 - 12.00 Uhr

### Wo?

**Leine-VHS Laatzen, Gutenbergstr. 2, 30966 Hemmingen**

(gegenüber der Stadtbahnhaltestelle „Berliner Straße“, über der Bäckerei)

**Nutzen Sie die Gelegenheit – wir freuen uns auf Sie!**

# ANDERS SEIN ALS ANDERE

**SOCIAL MEDIA**

**ERKLÄRVIDEOS**

**PRINTMEDIEN**

**WEBSITE zum Festpreis**

**u.v.m.!**

**REDDIG & FRIENDS**  
WERBEAGENTUR



**KREATIV FÜR DEN MITTELSTAND**  
**WWW.REDDIG & FRIENDS.COM**



# Datenschutzbestimmungen

## Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Leine-VHS Laatzen gGmbH (nachfolgend „wir“ genannt) ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

## Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Anrede, Name, Anschrift, E-Mail-Adresse, Geburtsdatum) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsdatum erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer und E-Mail-Adresse erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers, Anschrift und E-Mail-Adresse können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Auf dem Lastschriftmandatsbogen müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags überweisen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

## Newsletter

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mail-Adresse zur Zusendung von Werbeinformationen der VHS zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre E-Mail-Adresse nicht für diesen Zweck nutzen. Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns über jedweden Kommunikationskanal (z.B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen.

## Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen und – soweit angegeben – E-Mail-Adresse sowie Telefonnummer an die jeweiligen Kursleitung zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten (Name, Anschrift, E-Mail-Adresse, Geburtsdatum) an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für

Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsdatum) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

## Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzen wir die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

## Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

## Ihre Rechte

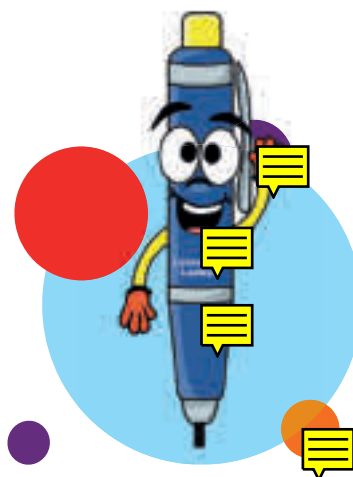
Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten lauten: **[datenschutz@leine-vhs.de](mailto:datenschutz@leine-vhs.de)**

This image shows a full page of a handwriting practice worksheet. It consists of multiple sets of three horizontal dashed lines, providing a guide for letter height and placement. The lines are evenly spaced across the entire page, which is otherwise blank white space.

**0511 89 886 222**



# Stichwortverzeichnis

<b>A</b> chtsamkeitstraining.....40	<b>F</b> inanzbuchhaltung.....80	<b>M</b> BSR-Achtsamkeitspraxis.....40
Acrylmalerei.....26	Fotografie.....30	Mundharmonika.....32
ADHS.....12	Französisch.....67	Musical.....23
Aqua-Fitness.....40		Musik.....31
Astronomie.....7		
Ausbildereignungsprüfung.....80		
Autogenes Training.....36		
<b>B</b> abysitterkurs.....14	<b>G</b> artenpflegetipps.....44	<b>N</b> ahrungsergänzungsmittel.....44
<b>Bankverbindung</b> .....3	Gedächtnistraining.....10	Nähen.....28
Berufssprachkurse.....55	Geldanlage.....10	Niederländisch.....72
Betreutes Wohnen.....43	Gitarre.....31	Norwegisch.....72
Bildungsurlaub.....83	Goldschmieden.....28	
Buchführung.....79		
Büroprozesse.....80		
BUT.....86		
<b>C</b> afé Miteinander.....95	<b>H</b> ypnose.....42	<b>Ö</b> ffnungszeiten.....2
Chinesisch.....59		Ökonomie.....6
Computer-Club.....77		
<b>D</b> änisch.....60	<b>I</b> mpressum.....104	<b>P</b> apierkunst.....29
Demokratie.....88	Improvisationstheater.....23	Pädagogische Mitarbeitende an
Detox.....44	<b>Inhaltsverzeichnis</b> .....3	Grundschulen.....89
Digitale Welt.....77	Integrationskurse.....52	Personalsachbearbeitung.....79
Digitales Kinderzimmer.....13	iPhone.....18	Philosophie-Café.....10
	Italienisch.....70	Pilates.....40
		Podcast.....76
		Polnisch.....72
		PowerPoint.....78
		Progressive Muskelentspannung.....36
<b>E</b> -Commerce.....79	<b>K</b> arate.....87	<b>Q</b> igong.....38
EFTs.....81	KIDOLEILA.....94	
Ehrenamt.....97	Kindermalkurs.....87	
Ein Teller Herzlichkeit.....96	Kinderschutztraining.....87	
Englisch.....61	Kosten- und Leistungsrechnung.....79	
Entgeltabrechnung.....79	Kunstgeschichte.....23	
ERSTE HILFE.....14	Künstliche Intelligenz.....7, 76	
Excel Pivot.....78		
	<b>L</b> esung.....17	<b>R</b> hetorik.....80
	Line-Dance.....40	Russisch.....80
	Literarischer Salon.....17	Rückenfit.....38



<b>S</b> chreibwerstatt .....	11
Selbstverteidigung.....	42
Smartphone.....	17
Spanisch.....	73
Sri-Lankische Küche.....	44

<b>T</b> ai-Chi .....	39
Theater .....	22
Trilo-Chi .....	39
Töpferkus .....	87
Trommeln .....	32
Türkische Küche .....	45

<b>V</b> orträge.....	9, 10, 11, 12
-----------------------	---------------

<b>W</b> hatsApp .....	76
------------------------	----

<b>X</b> pert Business.....	82
-----------------------------	----

<b>Y</b> i Quan.....	39
Yoga.....	36
Yoga für Kinder.....	87

<b>Z</b> umba® .....	40
----------------------	----

**PUSCHMANN**

Bestattungen

„Wer einen Fluss überquert, muss die eine Seite verlassen.“  
Mahatma Gandhi

**Sorgen Sie vor und entlasten Sie Ihre Angehörigen! Treffen Sie **jetzt** die richtigen Entscheidungen.**

**Rufen Sie uns gern an!**

Würzburger Str. 17 | 30880 Laatzen

**Telefon: 0511. 86 42 96**

[www.Puschmann-Bestattungen.de](http://www.Puschmann-Bestattungen.de)

**Unsere Bankverbindung:**

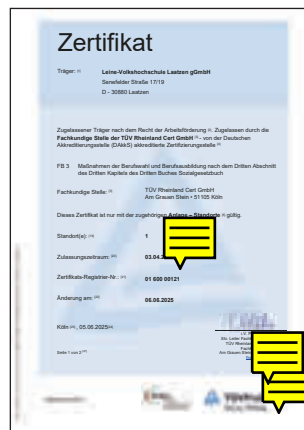
Sparkasse Hannover  
IBAN DE42 2505 0180 0900 2451 90

# Unser Qualitätsversprechen

## AZAV

(Akkreditierungs- und  
Zulassungsverordnung  
Arbeitsförderung)

Die AZAV Zertifizierung wurde der Leine-VHS Laatzen gGmbH am 09.03.2020 verliehen. Das Zertifikat ist bis zum 02.04.2030 gültig. Es wird bei allen Bildungsträgern zwingend vorausgesetzt, die von der Agentur für Arbeit geförderte Bildungsdienstleistungen anbieten.



Seit 1. Mai 2007 wird die **Leine-VHS Laatzen** als **gemeinnützige GmbH** geführt. Gesellschafterin ist die Stadt Laatzen.

Sie wird durch das von ihr benannte Mitglied in der Gesellschafterversammlung, dem maßgeblichen Entscheidungsgremium der gGmbH vertreten.

Weitere Organe der Gesellschaft sind der Aufsichtsrat und der Geschäftsführer.



## Impressum

### Herausgeber:

Leine-VHS Laatzen gGmbH  
Senefelderstraße 17/19, 30880 Laatzen  
Telefon 0511 89886 222  
info@leine-vhs.de

**Erscheinungsweise:** 2x jährlich

### Vertretungsberechtigter:

Daniel Diedrich  
Geschäftsführer

### Eintragung im Handelsregister:

Registergericht Hannover  
Registernummer 201192

### Umsatzsteuer-ID

DE252825224

### Datenschutzbeauftragte:

keSolutions GmbH, Kräher Weg 54,  
31582 Nienburg/Weser

### Verantwortlich für den Inhalt nach § 55 Abs. 2 RStV:

Daniel Diedrich

### Gestaltung & Layout:

Tina Rubel

### Druck:

KS Offset Druckcenter Frankfurt GmbH

### © Fotos:

Archiv der Leine-VHS Laatzen

Titelbild: Werbeagentur Reddig & Friends

Seite 5: bearinthenorth/pixabay

Seite 21: StefanoReina/Fotolia

Seite 35: WLeine-VHS Laatzen

Seite 51/57: rawpixel/pixabay

Seite 75: malawiheiko/pixabay

Seite 85: Gerd Altmann/pixabay

Wir danken allen Fotograf\*innen,  
die uns ihre Bilder zur Verfügung  
gestellt haben.