

Bildungsprogramm

Anfang 2026 - Mitte 2026

Hoya

Bücken

Eystrup

Marklohe

Heemsen

Nienburg

Liebenau

Steimbke

Steyerberg

Landesbergen

Stolzenau

Rehburg-Loccum

Uchte





Abdruck mit freundlicher Genehmigung vom Verlag DIE HARKE, J. Hoffmann GmbH & Co. KG

Vorwort zum Bildungsprogramm

Liebe Leser*innen,

der Fachbereich 27 besteht aus Volkshochschule, Kreismedienzentrum (KMZ), Bildungsbüro und Servicestelle Lernförderung (LF). Sie finden daher Infos zu allen Teilbereichen. Wenn Ihnen ein Angebot fehlt, freuen wir uns über eine E-Mail unter vhs@kreis-ni.de mit Ihren Bedarfen. Wir versuchen, im gesamten Kreisgebiet und online Bildungsangebote zu unterbreiten und die kritische Neugier zu wecken. Daher freue ich mich sehr, dass wir mit sechs Personen die Arbeitsstellen im Landkreis abdecken und so auf die örtlichen Gegebenheiten und Bildungsbedarfe eingehen zu können:

In Bücken, Eystrup, Heemsen, Hoya und Steimbke ist **Nicole Woltersdorf** (Tel. 05021/967-7995) zuständig,
in Weser-Aue (Liebenau und Marklohe) sowie Steyerberg **Ina Handke** (Tel. 05021/967-7993),
in Mittelweser **Nicole Könemann** (Tel. 05021/967-7994),
in Rehburg-Loccum **Ramona Giesbrecht** (Tel. 05021/967-7992) und
in Uchte **Sabine Friedel** (Tel. 05021/967-7991).

Sie erreichen die Arbeitsstellenleitungen unter vhs-as@kreis-ni.de oder unter der o.g. Telefonnummer.

Sehr freue wir uns darüber, dass wir erfolgreich Drittmittel einwerben konnten und so die **Angebote im schulischen Kontext** ausgebaut wurden: **Digitalität, Demokratie, Übergang Schule Beruf und Diversität** sind als Schwerpunkte i.d.R. gebührenfrei buchbar. Schauen Sie sich gerne die Übersicht weiter hinten im Heft an.

Mit freundlichen Grüßen aus der Volkshochschule
Stephan Kaps, Fachbereichsleiter

Bildungsurlaube (BU)



Was ist Bildungsurlaub?

Bildungsurlaub (BU) ist eine Beurlaubung vom Arbeitsplatz, die es Arbeitnehmer:innen ermöglichen soll, sich selbst kontinuierlich weiterzubilden, Neues - auch über den Arbeitsalltag hinaus - zu erlernen und altes Wissen wieder auf den aktuellen Stand zu bringen. Nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz (NBildUG) können Arbeitnehmer:innen Veranstaltungen der politischen, beruflichen und allgemeinen Bildung nach ihrer freien Wahl besuchen.

Einzige Voraussetzung: Die Veranstaltungen müssen als Bildungsurlaub von der Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung (AEWB) anerkannt sein. Während des Bildungsurlaubs erhalten Sie Ihre Lohn- bzw. Gehaltszahlungen Ihres Arbeitgebenden weiter. Die Veranstaltungskosten übernehmen Sie selbst.

Wer hat Anspruch auf Bildungsurlaub?

Einen Anspruch auf Bildungsurlaub haben Arbeitnehmer:innen nach dem jeweiligen Bildungsurlaubsgesetz des Bundeslandes, in dem sich der Sitz des Arbeitgebers befindet. Das NBildUG gilt für Arbeitnehmer:innen, deren Arbeitsplatz sich in Niedersachsen befindet und deren Arbeitsverhältnis mindestens ein halbes Jahr besteht. Arbeitnehmer:innen im Sinne des Gesetzes sind Arbeiter:innen, Angestellte sowie die zu ihrer Ausbildung Beschäftigten, und zwar sowohl in der privaten Wirtschaft als auch im öffentlichen Dienst. Beamte und Beamtinnen, Soldaten und Soldatinnen sowie Zivildienstleistende sind in der Regel nicht anspruchsberechtigt für sie gelten spezielle Sonderurlaubs Regelungen.

Wie hoch ist der Anspruch auf Bildungsurlaub?

Der Anspruch auf Bildungsurlaub umfasst fünf Arbeitstage im laufenden Kalenderjahr. Arbeiten Arbeitnehmer:innen regelmäßig an mehr oder weniger als fünf Arbeitstagen in der Woche, so ändert sich der Anspruch auf Bildungsurlaub entsprechend.

Wechseln Sie das Beschäftigungsverhältnis, wird bereits vorher im laufenden Kalenderjahr genommener Bildungsurlaub auf den Anspruch angerechnet.

Haben Sie Ihren Anspruch auf Bildungsurlaub im vorangegangenen Jahr nicht ausgeschöpft, können Sie ihn im laufenden Jahr noch geltend machen. Ein etwaiger Restanspruch aus dem vorletzten Jahr verfällt jedoch im laufenden Kalenderjahr (§2 Abs. 6 Satz 1).

Wie beantragen Sie die Freistellung auf Bildungsurlaub?

Melden Sie sich mindestens sechs Wochen vor BU-Beginn für den von Ihnen ausgewählten Bildungsurlaub in der vhs an. Sie erhalten dann eine Anmeldebestätigung zur Vorlage bei Ihrem Arbeitgeber / Ihrer Arbeitgeberin, die die Bildungsurlaubsnummer und das Aktenzeichen der Anerkennung der Veranstaltung durch die Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung enthält.

Teilen Sie Ihrem Arbeitgeber / Ihrer Arbeitgeberin mindestens vier Wochen vor Veranstaltungsbeginn mit, dass Sie beabsichtigen, die Freistellung zu beanspruchen. Dafür reicht eine formlose schriftliche Mitteilung unter Beifügung der Anmeldebestätigung.

Hat der Arbeitgeber oder die Arbeitgeberin die rechtzeitig mitgeteilte Teilnahme an einer Bildungsurlaubsveranstaltung nicht spätestens zwei Wochen vor Beginn schriftlich abgelehnt, so gilt der Bildungsurlaub als bewilligt. Eine Ablehnung darf nicht aufgrund des Inhalts Ihrer Bildungsurlaubsveranstaltung geschehen.

Nach Beendigung der Veranstaltung händigt Ihnen die vhs eine Teilnahmebestätigung zur Vorlage bei Ihrem Arbeitgeber / Ihrer Arbeitgeberin aus. Diese Bescheinigung ist die Grundlage für die Lohn- bzw. Gehaltszahlung.

Alle BU-Veranstaltungen in unserem Programmheft sind in Niedersachsen anerkannt. Die Anerkennung unserer Bildungsurlaube für andere Bundesländer (z.B. Bremen) erfragen Sie bitte bei dem jeweiligen Ansprechpartner, der jeweiligen Ansprechperson.

Bei Bildungsurlauben ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich, eine kostenfreie Abmeldung ist nur bis 14 Tage vor Beginn der Veranstaltung möglich. Diese muss schriftlich erfolgen.

Weitere Informationen zu den Bildungsurlauben finden Sie im Programmheft und auf www.vhs-nienburg.de

Infos: Impressum, Beratung, Bank, KMZ, Bildungsbüro, Zeiten

Impressum

Landkreis Nienburg / Weser
Der Landrat
Fachbereich 27
Kreishaus am Schlossplatz
31582 Nienburg
www.vhs-nienburg.de

Redaktionell und inhaltlich verantwortlich:
Stephan Kaps, Fachbereichsleiter

Geschäftsstelle

vhs-Haus

Rühmkorfstraße 12
31582 Nienburg

☎: 05021/ 967-600
Fax: 05021/ 967-639
E-Mail: vhs@kreis-ni.de
Internet: www.vhs-nienburg.de

Bankverbindung

Sparkasse Nienburg
IBAN:

DE21 2565 0106 0000 3003 84
BIC: NOLADE21NIB
Gläubiger-Identifikationsnummer:
DE8 9ZZ Z00 000 294 411

Servicezeiten

Montag bis Freitag
08:00 – 12:00 Uhr
Montag und Donnerstag
13:00 – 16:00 Uhr

Nutzen Sie gerne die Möglichkeit der Online-Anmeldung über unsere Webseite!

Sprechzeiten Deutsch / Integration

Montag: 9 bis 12 Uhr
Mittwoch: 8:30 bis 12 Uhr

telefonisch:
Montag: 14 bis 16 Uhr

keine Beratung in den nds. Schulferien

Kreismedienzentrum

Sabrina Czelustek 967-619
Medienpädagogik
Kathrin Bremer 967-643
Verleih
Lars Dreyer 967-640
Medientechnik



kmz@kreis-ni.de

Franziska Stremski
Medienpädagogische Beraterin stremski@nibis.de

Bildungsbüro



Claudia Eckhardt 967-606
Bildungsmanagement
Freya Lask 967-7920
Bildungsmanagerin Übergang Schule Beruf
Ralf Mödeker 967-224
Bildungsmonitoring

bildungsbuero@kreis-ni.de

Nebenamtliche Studienleitungen

Hans Kaufmann
Aktive 55+ Nienburg
Birgit Plenge
Aktive 55+ Düdinghausen
Christa Albe
Aktive 55+ Deblinghausen
Nina Krükov
Soziale Medien (Instagram)
Ralf Flatau
EDV-Begleitung



Qualitätstestiert
bis 19.11.2027

Vorwahl Nienburg 05021- vhs Nienburg - Wir sind gerne für Sie da

St. Kaps 967-613

M.A., Dipl. Künstler, Atem-, Sprech- und Stimmlehrer
Leitung des Fachbereichs 27, Grundbildung, Diversität

D. Wirth M.A. 967-693

Stellv. vhs-Leitung, Programmbereichsleitung Politik, Gesellschaft, Sprachen (ohne Deutsch), Umweltbildung, Naturwissenschaften

B. Schomann Dipl.-Päd. 967-648

Programmbereichsleitung frühkindliche Bildung, Pädagogik

K. Schwalgun Lehrerin, 967-618

Programmbereichsleitung Gesundheit, Psychologie, Kultur und Gestalten, Lehren lernen

L. Schäfer M.A. 967-614

Programmbereichsleitung
Berufssprachkurse, Integrationskurse mit und ohne Alphabetisierung, Erstorientierungskurse, Deutsch

S. Czelustek M.A. 967-619

KMZ-Medienpädagogin, Programmbereichsleitung
Medienpädagogik, Arbeit, Beruf, EDV, KI

J. Goslar M.A. 967-617

Programmbereichsleitung AZAV-Maßnahmen (u.a. Hauptschulabschluss)

C. Brötje 967-616

Verwaltungs Koordinator
Sachbearbeitung Projekte, Erstorientierungskurse

B. Schlosser 967-631

Sachbearbeitung
Politik, Gesellschaft, Umwelt,
Sprachen (ohne Deutsch), Schulabschlüsse

F. Baars 967-611

Sachbearbeitung
Gesundheit, Kultur - Gestalten, Grundbildung
Projekt „Berufe schnuppern“

St. Begemann 967-615

Sachbearbeitung
Berufssprachkurse, Integrationskurse mit und ohne Alphabetisierung

K. Bremer 967-643

Sachbearbeitung
Anmeldung, Information, KMZ, Bildungsbüro,
Arbeit/Beruf/EDV/Digital

K. Wieneke 967-612

Bildungsassistentin
AZAV-Maßnahmen

N. Thies 967-610

Sachbearbeitung
Anmeldung, Information, Programmhefterstellung

Lehrkräfte Deutsch und Integration:

Karina Kieltyka
Christina Sommer

Thomas Grosser 8650393

Hausmeister 0162/2960639

Arbeitsstellen ➞ Wir sind gerne vor Ort für Sie da

Als Volkshochschule im Landkreis ist es uns wichtig, ein möglichst flächendeckendes Netz von Ansprechpersonen im gesamten Kreisgebiet zu haben. **Werden Sie gerne Honorar-Dozent*in auch in den Arbeitsstellen!**

Untenstehend finden Sie die lokalen Arbeitsstellenleitungen. Für organisatorische Fragen melden Sie sich gern dort.

Die vhs-Kurse in den Arbeitsstellen haben wir mit diesem Zeichen ➞ markiert.

Die zentrale E-Mail für alle Arbeitsstellen ist vhs-as@kreis-ni.de

Bitte nicht mehr die alten E-Mail-Adressen verwenden, die auf @gmxdn.de enden.

Vorwahl 05021

Bücken, Eystrup, Heemsen, Hoya und Steimbke

Nicole Woltersdorf 967-7995

Mittelweser

Nicole Könemann 967-7994

Rehburg-Loccum

Ramona Giesbrecht 967-7992

Weser-Aue und Steyerberg

Ina Handke 967-7993

Uchte

Sabine Friedel 967-7991

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	1	Entspannung Stressbewältigung u. Meditation	23
Info Bildungsurlaube	1	Yoga	24
Infos und Impressum	2	Bewegung und Fitness	25
vhs - Wir sind gerne für Sie da	3	Selbstverteidigung	26
Inhaltsverzeichnis	4	Essen und Trinken	26
Exkursionen / Einzelveranstaltungen	5	Gesundheit / Psyche	27
Digitallots:innen	7		
KMZ und Lernräume der Zukunft	8	 Sprachen	
Bildungsbüro	8	Deutsch / Integration	28
Lernförderung	9	Sprachniveaus: Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen	29
Info Einbürgerungstest	9	Sprachen ohne Deutsch	30
		Sprachkurse für Polizei u. Sicherheitsdienste	30
 Gesellschaft / Politik/ Umwelt		Arabisch	30
Geschichte	10	Englisch	30
Politik	10	Französisch	31
Ökonomie / Recht / Finanzen	11	Französische Filmreihe	31
Globales Lernen / Bildung für Nachhaltige Entwicklung / Umweltbildung und		Spanisch	32
Verbraucherfragen	11	Schwedisch Online	32
Technik – Repair Cafe	12		
Heimatkunde / Stadtkultur	12	 Arbeit/ Beruf/ EDV/ Digital	
Diversity / Gender / Interkulturalität	13	Office Programme	33
Pädagogik / Erziehung / Familie	13	Softskills	34
Angebote im schulischen Kontext	15	Smartphones / Tablets	34
		Online Angebote	35
 Kultur - Gestalten		Xpert CCS	36
talentCAMPus-Projekte	17	Kaufmännische Grund- u. Fachlehrgänge	37
Literatur	17	Wir schaffen berufliche Perspektiven: AZAV	38
Theater	17		
Gästeführerqualifizierung	17	 Schulabschlüsse	
Malen / Zeichnen / Plastisches Gestalten	18	Hauptschulabschluss siehe AZAV	
Farb- und Stilberatung	18		
Fotografie	18	 Grundbildung	
Kunsthandwerk / Textiles Gestalten	19	Lesen, Schreiben, Rechnen und Mathematik	39
Tanzpraxis	20		
Musikalische Praxis	21	 Kurse in den Außenstellen	40
Angebote für Frauen in Kooperation	21	Unsere Kooperationspartner*innen	44
		Kursleitungen gesucht	45
 Gesundheit		Teilnahmebedingungen	46
Bildungsurlaub /Bildungszeit	22	Datenschutzbestimmungen	48
Pflege-Fortbildung	22		
Vortrag	22		
Eltern-Kind-Kurse	22		

Exkursionen / Einzelveranstaltungen in der Übersicht					
Kursnummer	Titel	Am	Um	Ort	Gebühr
26A1A1250V	Aktive 55+ Namibia	04.02.	15 h	Nienburg	3 €
26A1A1255V	Aktive 55+ Mit Eulen auf Du und Du	04.03.	15 h	Nienburg	3 €
26A1A1260V	Aktive 55+ 3 Jahre Bürger- und Energiegenossenschaft "Landkraft"	05.03.	15 h	Nienburg	3 €
26A1A1265V	Aktive 55+ Der Wolf und wir	06.03.	15 h	Nienburg	3 €
26A1A1270V	Aktive 55+ Dreitausend Jahre Krieg - Ein biblischer Blick auf das Abschlagen	07.03.	15 h	Nienburg	3 €
26A1A1275V	Aktive 55+ Das Alter: Zeit zwischen Rente, Sinn und Sofa?	08.03.	15 h	Nienburg	3 €
26A1C1010V	Frieden-Freiheit-Krieg	09.03.	18:30 h	Nienburg	0 €
26A1D1110V	Wie vererbe ich richtig?	10.03.	19 h	Nienburg	15 €
26A1D1150V	Vormund sein für eine minderjährige Person, die nicht bei mir lebt	11.03.	17 h	Nienburg	0 €
26A1E1050V	Folgen wir Flipsi – zu Müllvermeidung und Ressourcenschonung	12.03.	16 h	Nienburg	0 €
26A1E1060V	Ehrenamtliches Engagement am Beispiel Natur- und Umweltschutz	13.03.	18 h	Nienburg	0 €
26A1E1410V	Repair Café	14.03.	17 h	Nienburg	0 €
26A1E1420V	Repair Café	15.03.	17 h	Nienburg	0 €
26A1E1430V	Repair Café	16.03.	17 h	Nienburg	0 €
26A1E1440V	Repair Café	17.03.	17 h	Nienburg	0 €
26A1E1450V	Repair Café	18.03.	17 h	Nienburg	0 €
26A1J1010V	In 60 Tagen als Frau allein um die Welt - und noch mehr	19.03.	18 h	Online	0 €
26B1D1010V	Vormund sein für eine minderjährige Person, die nicht bei mir lebt	29.03.	17 h	Bücken	0 €
26F1D1510V	Tatort Rente: Bereit für den Ruhestand?	31.03.	19 h	Stolzenau	0 €
26F1J1520V	"Gedrehter Turm und lange Straßen"- Führung Stolzenau WOE	01.04.	16 h	Stolzenau	15 €
26F1J1550V	Ein historischer Schatz - das Kloster Schinna Führung WOE	02.04.	16 h	Schinna	15 €
26X1D1200V	Arbeit im Wandel - Sinn, Entfremdung und Selbstverwirklichung	03.04.	18 h	Online	20 €
26A3A3180V	Selbstliebe - Fundament für ein erfülltes Leben	20.03.	19 h	Nienburg	12 €
26A3F3010V	Magen-Darmgesundheit- Vortrag	21.03.	19 h	Nienburg	13 €
26A3F3015V	Ernährungsempfehlungen zur Krebsprävention - Vortrag	22.03.	19 h	Nienburg	13 €
26A4I1610V	SOIRÉE CINÉMA FRANÇAIS - "La mélodie" ("Der Klang von Paris")	23.03.	19 h	Nienburg	10 €
26A4I1620V	SOIRÉE CINÉMA FRANÇAIS - "Les neiges du Kilimandjaro" ("Der Schnee am Kilimandscharo")	24.03.	19 h	Nienburg	10 €
26A4I1630V	SOIRÉE CINÉMA FRANÇAIS - "Les choses simples" ("Die einfachen Dinge")	25.03.	19 h	Nienburg	10 €
26A5G5100V	Empathisch und Konkret - Kommunikation nach M. B. Rosenberg	26.03.	17:30 h	Nienburg	14 €
26A5G5101V	Hurra ein Konflikt - Lösungsangebote nach Marshall B. Rosenberg	27.03.	17:30 h	Nienburg	14 €
26A5G5102V	Konfliktlösung durch Mediation - alle können gewinnen!	28.03.	17:30 h	Nienburg	14 €
26C5G5103V	Empathisch und Konkret - Kommunikation nach M. B. Rosenberg	30.03.	17:30 h	Eystrup	14 €
26X5B5100V	Canva-Workshop: Grundkurs	04.04.	17:30 h	Online	44 €
26X5B5101V	Canva-Workshop: Grundkurs	05.04.	15 h	Online	44 €
26X5B5103V	Canva-Workshop: Social Media & Videoerstellung	06.04.	17:30 h	Online	44 €
26X5B5104V	Canva-Workshop: Visuell starke Präsentationen erstellen	07.04.	17:30 h	Online	33 €
26X5B5105V	Canva-Workshop: Visuell starke Präsentationen erstellen	08.04.	17:30 h	Online	33 €
26X5B5106V	Canva-Workshop: Grundkurs	09.04.	15 h	Online	44 €
26X5B5200V	Der Medienführerschein für Kinder (9–14 Jahre)	10.04.	17 h	Online	22 €
26X5B5300V	KI trifft PowerPoint: Künstliche Intelligenz für Präsentationen	11.04.	17:30 h	Online	19 €
26X5B5301V	KI trifft PowerPoint: Künstliche Intelligenz für Präsentationen	12.04.	16:30 h	Online	19 €
26X5B5302V	KI-Bilder: Kreativ mit Künstlicher Intelligenz	13.04.	16:30 h	Online	19 €
26X5B5303V	KI-Bilder: Kreativ mit Künstlicher Intelligenz	14.04.	16:30 h	Online	19 €
26X5B5304V	KI Grundkurs: Künstliche Intelligenz für Anfänger	15.04.	19 h	Online	22 €

26X5B5305V	KI Grundkurs: Künstliche Intelligenz für Anfänger	16.04.	18:30 h	Online	22 €
26X5B5306V	KI Grundkurs: Künstliche Intelligenz für Anfänger	17.04.	16:30 h	Online	22 €
26X5B5307V	KI-Prompting: Künstliche Intelligenz effektiv steuern	18.04.	17:30 h	Online	19 €
26X5B5308V	KI-Prompting: Künstliche Intelligenz effektiv steuern	19.04.	19 h	Online	19 €
26X5B5309V	KI-Protokolle: Künstliche Intelligenz als Helfer	20.04.	16:30 h	Online	19 €
26X5B5400V	Kinder & Medien: Was Eltern wissen sollten	21.04.	18 h	Online	33 €
26X5B5401V	Kinder & Medien: Was Eltern wissen sollten	22.04.	18 h	Online	33 €
26X5B5700V	Reisebüro war gestern - heute buche ich selbst	23.04.	17 h	Online	34 €

Kursleitung auf Honorarbasis gesucht

Die vhs sucht immer engagierte freiberufliche Dozent*innen auf Honorarbasis.
Wenn Sie ein Interesse und Wissen haben, das Sie mit anderen teilen möchten, kontaktieren Sie gerne die zuständigen Programmplanenden.

Sprachmittler:in gesucht!

Landkreis
Nienburg/Weser



nienburg.mittelweser
LERNEN.ENTWICKELN.VERBUNDEN.

**Sie sprechen neben Deutsch noch eine
weitere Sprache?**
Und Sie haben Zeit und Lust, für Menschen ohne
ausreichende Deutschkenntnisse zu übersetzen?

**Dann melden Sie sich bitte bei der
Koordinierungsstelle Migration und Teilhabe:**

05021/967-608



Digitallots:innen

„Wir ermöglichen die digitale Teilhabe für Menschen jeden Alters – durch Hilfe zur Selbsthilfe.“

Sie benötigen Hilfe bei der Benutzung oder Einrichtung Ihrer digitalen Geräte, wie z. B. Smartphone oder Tablet? Dafür sind 28 ehrenamtliche Digitallots:innen im Landkreis aktiv. Bislang gab es nur die Möglichkeiten einer digitalen Hilfestellung durch das familiäre Umfeld oder den Bekanntenkreis. Sie konnten und können auch an einem vhs-Kurs teilnehmen. Seit 2022 qualifizierte das Kreismedienzentrum (KMZ) zusätzlich Menschen mit digitalem Vorwissen zu Digitallots:innen. Diese unterstützen seitdem Menschen jeden Alters ehrenamtlich dabei, sich mit ihrem Smartphone, Notebook, Computer, iPad oder iPhone in der digitalen Welt zurechtzufinden. Ziel ist es, Menschen jeden Alters eine digitale Teilhabe zu ermöglichen. Die Digitallots:innen bieten u.a. Sprechstunden an. Ratsuchende werden in kommunalen Räumen geschult, teilweise auch Zuhause besucht. Die Unterstützung erfolgt immer anhand Ihrer eigenen vorhandenen Geräte. Die Digitallots:innen gehen in Alten- und (Tages-) Pflegeeinrichtungen oder besuchen Ihre Veranstaltungen, um das Angebot vorzustellen und erste Hilfestellungen zu leisten.

Sie erreichen die Digitallots:innen über die **Rufnummer Ihrer Samtgemeinde**, werden von dieser an die vor Ort tätigen Digitallots:innen weitergeleitet:

Samtgemeinde Heemsen

An jedem zweiten Montag im Monat findet in der Zeit von 15:00 - 17:00 Uhr ein Beratungstreffen statt. Eine Anmeldung ist nicht notwendig. Gerne nimmt auch die Verwaltung unter der Rufnummer (05024) 9805 - 11 Ihre Anfrage auf und leitet sie weiter. Weitere Informationen finden Sie unter <https://www.heemsen.de>

Samtgemeinde Grafschaft Hoya

In der Samtgemeinde Grafschaft Hoya sind die Digitallots:innen über die Telefonnummer (04251) 815 - 431 zu erreichen. Ein Anrufbeantworter nimmt das Gespräch an. Nennen Sie bitte Ihren Namen, Ihr Anliegen und Ihre Telefonnummer. Sie werden zurückgerufen. Dieser Anruf erfolgt in der Regel am darauffolgenden Donnerstag. Weitere Informationen finden Sie unter <https://www.grafschaft-hoya.de>

Samtgemeinde Mittelweser

Rufen Sie einfach im Rathaus unter 05761/7050 an, hinterlassen dort Ihren Namen und Ihre Telefonnummer. Die Mitarbeiter:innen leiten Ihr Anliegen weiter und die ehrenamtlichen Digitallots:innen rufen Sie zurück. Sie können sich gerne direkt bei diesen telefonisch melden. Sie sind unter den Rufnummern (05761) 705 – 751, -752, -753, -754, -755, -756 erreichbar. Weitere Informationen finden Sie unter <https://www.sg-mittelweser.de>

Stadt Nienburg/Weser

Die regelmäßigen Termine finden Sie auf der Internetseite der Freiwilligenagentur Nienburg/Weser. Gerne leitet die Freiwilligenagentur bei Bedarf ebenfalls Ihre Anfragen weiter. Sie erreichen die Freiwilligenagentur unter Tel.: (05021) 87 - 267. Weitere Informationen finden Sie unter <https://www.freiwilligenagentur-nienburg.de>

Stadt Rehburg-Loccum

Gerne leitet das Rathaus bei Bedarf Ihre Anfragen an die zuständigen Digitallots:innen weiter. Sie erreichen das Rathaus der Stadt Rehburg-Loccum unter Tel.: (05037) 9701 - 0.

Samtgemeinde Steimbke

Das Rathaus der Samtgemeinde Steimbke nimmt Ihr Anliegen gerne auf und leitet es weiter. Schreiben Sie dazu eine E-Mail mit Ihrem Anliegen an medien@steimbke.de oder rufen Sie uns unter (05026) 9808 - 20 an. Weitere Informationen finden Sie unter <https://www.steimbke.de>

Flecken Steyerberg

Der Flecken Steyerberg veröffentlicht regelmäßig in seinem Veranstaltungskalender unter der Rubrik "Beratung" die nächsten Beratungstermine der Digitallots:innen. Weitere Informationen finden Sie unter <https://www.steyerberg.de>

Samtgemeinde Uchte

Gerne leitet das Rathaus bei Bedarf Ihre Anfragen an die zuständigen Digitallots:innen weiter. Sie erreichen das Rathaus Uchte unter Tel.: (05763) 183 - 0.

Samtgemeinde Weser-Aue

Sie erreichen die Digitallots:innen der Samtgemeinde Weser-Aue unter den Telefonnummern (05021) 6025 – 450, - 451, -452, -453, -454. Sie konnten uns nicht erreichen? Sprechen Sie bitte auf den Anrufbeantworter. Weitere Informationen finden Sie unter <https://www.weser-aue.de>

Die Digitallots:innen freuen sich auf Ihre Anfragen!

Weitere Informationen finden Sie auf der Internetseite des Kreismedienzentrums unter <https://www.lk-nienburg.de/leben-im-landkreis/bildung/kreismedienzentrum/digitallots-innen/>

Darüber hinaus erreichen Sie Ihre Ansprechpartner:innen

Samtgemeinde Heemsen	digitalbegleitung-heemsen@nienburg-digital.de
Samtgemeinde Grafschaft Hoya	digitalbegleitung-hoya@nienburg-digital.de
Samtgemeinde Mittelweser	digitalbegleitung-mittelweser@nienburg-digital.de
Stadt Nienburg	digitalbegleitung-nienburg@nienburg-digital.de
Stadt Rehburg-Loccum	digitalbegleitung-rehburg-loccum@nienburg-digital.de
Samtgemeinde Steimbke	digitalbegleitung-steimbke@nienburg-digital.de
Flecken Steyerberg	digitalbegleitung-steyerberg@nienburg-digital.de
Samtgemeinde Uchte	digitalbegleitung-uchte@nienburg-digital.de
Samtgemeinde Weser-Aue	digitalbegleitung-weser-aue@nienburg-digital.de

Kreismedienzentrum (KMZ)

Sie suchen Unterstützung, Inspiration oder einfach mal richtig gutes Equipment? Willkommen im Kreismedienzentrum Nienburg! Wir beraten Sie zu allen Themen rund um Medien und bieten Ihnen die Möglichkeit selbst spannende Angebote durchzuführen. Voraussetzung, um das Serviceangebot des Kreismedienzentrums zu nutzen, ist die Zugehörigkeit zu Schulen, Behörden, gemeinnützigen bzw. eingetragenen Vereinen, außerschulischen Bildungseinrichtungen, Kirchengemeinden, sowie Institutionen der Jugend- und Erwachsenenbildung, zum Sportverein oder Bereich der Kultur- und Heimatpflege.

Was wir für Sie haben:

- **Technik zum Ausleihen:** Beamer, Leinwände, Audio- und Filmequipment
- **Spannende Sets und Materialien:** Kamishibai (ein japanisches Erzähltheater), Müllexpert:innen-Kisten (spielereich Abfalltrennung lernen), Fließgewässerkoffer (Wasserqualität erforschen) und mehr
- **Entdecker:innenkisten:** Themenbezogene Materialien, um Kindern die Welt spielerisch näherzubringen (z.B. zum Thema Optik, Akustik, Geometrie)
- **Digitale Tools:** Erstellen Sie interaktive Ralleys oder Lernspiele mit Actionbound, experimentieren Sie mit einfach zu bedienenden Robotik Equipment oder laden Sie sich einen unsere digitalen Lehrfilme aus der Merlin-Mediathek herunter.

Alles, was Sie für die Ausleihe brauchen, ist eine einfache Registrierung und schon können Sie loslegen.

Angebote für die KiTa finden Sie hinten im Programmheft.



Lars Dreyer 967-640
Medientechniker
Sabrina Czelustek 967-619
Medienpädagogik

Kathrin Bremer 967-643
Verleih
Claudia Eckhardt 967-606
Projektleitung

Ralf Mödeker 967-224
Verwaltung

kmz@kreis-ni.de

Bildungsbüro des Landkreises Nienburg / Weser

„Bildung ist ein Menschenrecht und der Schlüssel zu individueller und gesellschaftlicher Entwicklung. Sie befähigt Menschen dazu, ihre Persönlichkeit zu entfalten und ein erfülltes Leben zu führen. Bildung stärkt Demokratie, fördert Toleranz und eine weltbürgerliche Haltung. Zugleich ist Bildung Voraussetzung für Nachhaltigkeit. Sie ermöglicht es dem Einzelnen, die Auswirkungen des eigenen Handelns auf die Welt zu verstehen, mit Wandel und Risiken umzugehen und verantwortungsvolle Entscheidungen zu treffen. Damit Bildung ihr Potenzial entfalten kann, muss sie hochwertig, inklusiv und chancengerecht sein.“ (Quelle: Deutsche UNESCO-Kommission, www.unesco.de)

Wir

- verbinden die Netzwerke.
- vernetzen bestehende Angebote.
- unterstützen Kampagnen für den Standort.
- informieren die Öffentlichkeit.
- regen neue Bildungsangebote an.
- arbeiten mit allen Bildungsakteur:innen zusammen.

2013 und 2018 hat das Bildungsbüro des Landkreises einen umfassenden Bildungsbericht veröffentlicht, seit 2019 werden themenbezogene Bildungsberichte erstellt und veröffentlicht. Die individuellen Interessen und Fähigkeiten von Menschen jeden Alters zu fördern, ist nach Überzeugung des Landkreises Nienburg die Zukunftsaufgabe im Bereich Bildung – auch im digitalen Bereich. Handlungsfelder des Bildungsbüros

- Übergang Schule – Beruf
- Bildungsbedarfe / Fachkräftesicherung

- Digitalisierung / digitale Bildung
Grundlage der Arbeit des Bildungsbüros ist dabei das datenbasierte kommunale Bildungsmanagement. Wir sammeln Daten, um daraus konkrete Projekte zu entwickeln, evaluieren, ob die ergriffenen Maßnahmen erfolgreich sind und steuern nach, wenn es Verbesserungsbedarfe gibt.

Wir

- definieren Bildung als lebensbegleitende Perspektive für alle Menschen
- verstehen lebenslange Bildung als gesamtgesellschaftliche Aufgabe.
- ermöglichen ganzheitliche Teilhabe an Bildung.
- stärken unsere vorhandenen Bildungsressourcen, bauen Netzwerke und Kooperationen.
- gestalten unseren ländlich geprägten Raum attraktiv und zukunftsfähig.
- sichern Qualität.

Neugierig geworden?

Mehr Informationen zu unseren Handlungsfeldern erhalten Sie auf der Webseite des Landkreises unter dem Stichwort „Bildungsbüro“ (<https://www.lk-nienburg.de/bildungsbuero>).

Claudia Eckhardt 967-606

Leiterin Bildungsbüro, Bildungsmanagement

Ralf Mödeker 967-224

Bildungsmonitoring

bildungsbuero@kreis-ni.de

FSJler*in gesucht

Der Fachbereich 27 bietet mit ganzjährigem Einstieg ein **FSJ digital** für junge Erwachsene von 18 bis 27 Jahren an. Infos dazu gibt Claudia Eckhardt unter bildungsbuero@kreis-ni.de oder telefonisch unter 05021/967-606.


Lernförderung: Bildung und Teilhabe (BuT)

Die verschiedenen Leistungen für Bildung und Teilhabe (BuT), auch Bildungspaket genannt, unterstützen Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene aus Familien mit geringem Einkommen.

Die Servicestelle koordiniert im Landkreis Nienburg/Weser Lernförderung (Nachhilfe) für anspruchsberechtigte Schüler:innen im Rahmen des Bildungs- und Teilhabepaketes.

Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene können davon profitieren, wenn sie bzw. ihre Familien Sozialleistungen beziehen.

Wo muss die Lernförderung beantragt werden?

Empfängerinnen und Empfänger von		
Grundsicherung (Bürgergeld) für Arbeitsuchende (SGB II)	Wohngeld oder Kinderzuschlag	Sozialhilfe (SGB XII) oder Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG)
Jobcenter	Fachdienst Bundesleistungen Landkreis Nienburg/Weser	Fachdienst Sozialhilfe Landkreis Nienburg/Weser
		
https://vhs.link/K5vDqd	https://vhs.link/SVFzcq	

Über den Umfang und die Dauer der Lernförderung wird eine Kostenübernahme bzw. ein Gutschein ausgestellt. Bitte wenden Sie sich an die Servicestelle Lernförderung, die die Organisation der Lernförderstunden übernimmt.
Zusätzlich finanziert der Landkreis Nienburg/Weser kostenfreie Förderkurse in Kleingruppen für Schülerinnen und Schüler an weiterbildenden Schulen. Erkundigen Sie sich an den Schulen, welche Förderkurse geplant sind. Das Angebot richtet sich an alle, deren Schulabschluss gefährdet ist.

Möchten Sie die Lernförderung als Honorar-Dozent:in unterstützen?

Es werden immer wieder Dozent:innen für diese Aufgabe gesucht.

Ziel der Lernförderung ist es, die Schüler:innen dazu zu befähigen sich am Unterricht zu beteiligen, die Versetzung in die nächste Klasse zu erreichen bzw. den Schulabschluss zu bestehen. Die Lernförderung ist eine außerschulische Ergänzung zum Unterricht.

Der Einsatzbereich umfasst alle allgemeinbildenden Schulen sowie die Berufsbildenden Schulen im Landkreis Nienburg/Weser. Es handelt sich überwiegend um Einzelförderung in den Unterrichtsfächern Deutsch, Mathematik und Englisch.

Sie haben Zeit und möchten einen Beitrag dazu leisten, dass Schüler:innen individuelle Unterstützung erfahren - dann kontaktieren Sie uns bitte.

Hilfreiche Voraussetzungen für diese Tätigkeit:

- pädagogisches Geschick und Empathie
- Bereitschaft, sich in die jeweiligen Lerninhalte einzuarbeiten
- haben Sie eine Qualifikation zur/zum pädagogischen Mitarbeitenden?
- sind Sie im Ruhestand und/oder suchen eine Aufgabe?
- verfügen Sie über Kenntnisse in der Hausaufgaben- oder Nachhilfe?
- studieren Sie – idealerweise auf Lehramt oder soziale Arbeit?
- sind Sie in der Schulbegleitung oder als päd. MA*in tätig,
- absolvieren Sie ein FSJ/FÖJ oder leisten Sie einen Bundesfreiwilligendienst?



Weitere Informationen erhalten Sie unter Tel: 05021/ 967-628 - Email: vhs-but@kreis-ni.de

Einbürgerungstest

Wenn Sie die deutsche Staatsbürgerschaft erwerben möchten, ist die Teilnahme an einem Einbürgerungstest erforderlich. Diesen Test bietet die Volkshochschule regelmäßig an.

Einen Online-Mustertestbogen und den vollständigen Fragenkatalog finden Sie im Internet auf der Seite des BAMF. Weitere Informationen zu dem Bereich Deutsch / Integration inkl. der dazugehörigen Kurse finden Sie im Inhaltsverzeichnis

Alle verfügbaren Termine für einen Einbürgerungstest finden Sie auf unserer Webseite www.vhs-nienburg.de unter Weiteres.

Wir benötigen für eine Anmeldung **das Anmeldeformular ausgefüllt und unterschrieben** mit einem aktuellen Ausweisdokument. Diese Unterlagen senden Sie bitte an die Emailadresse: deutsch-vhs@kreis-ni.de.

Um eine Teilnahme zu gewährleisten, überweisen Sie bitte zeitnah nach Ihrer Anmeldung die Prüfungsgebühr in Höhe von **25,00 EUR**.

Ein amtliches Ausweisdokument mit Lichtbild ist am Prüfungstag mitzubringen.



Ihre Ansprechpersonen:

Dariusch Wirth
967-693

Benedikt Schlosser
967-631

vhs-gpu@kreis-ni.de

26A1A1250V

Aktive 55+ Namibia

Mit gerade einmal etwas mehr als 2,8 Millionen Einwohnern auf einer Gesamtfläche von etwa 824.000 Quadratkilometern gehört Namibia zu den am dünnsten besiedelten Ländern der Welt. Der Vortrag führt die Teilnehmenden von Windhoek zu den roten Dünen von Sossusvlei sowie von Swakopmund, der "deutschen Stadt", mit dem Katamaran zu den Seehunden auf der Lagune von Walvis Bay. Anschließend geht es weiter zu den Felszeichnungen bei Twyfelfontein, dem Versteinigten Wald und den Orgelpfeifen aus der vulkanischen Vergangenheit des Landes. Außerdem berichtet der Referent über verschiedene Camps zur Wildbeobachtung im Etosha Nationalpark und über das Rettungs- und Naturschutzzentrum des Cheetah Conservation Fund (CCF) in der Nähe von Otjiwarongo, in dem sich 28 Geparde befinden. Abschließend wird der Besuch des Unabhängigkeitsmuseums geschildert.

Anmeldeschluss: 28. Januar 2026.
Bezahlung: nur bar an der Tageskasse.

Mittwoch, 04.02.2026, 15:00 - 17:15 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Hermann Voepel
3,00 € Tageskasse
Anmeldung erforderlich.

26A1A1255V

Aktive 55+ Mit Eulen auf Du und Du

Eulen stehen sinnbildlich für Weisheit und üben auf viele Menschen eine Faszination aus. Ehler Harms aus Schwerin zeigt lehrreiche wie spannende Szenen aus dem Zusammenleben mit seinen nachtaktiven "Haustieren".

Anmeldeschluss: 25. Februar 2026.
Bezahlung: nur bar an der Tageskasse.

Mittwoch, 04.03.2026, 15:00 - 17:15 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Ehler Harms
3,00 € Tageskasse
Anmeldung erforderlich.

26A1A1260V

Aktive 55+ 3 Jahre Bürger- und Energiegenossenschaft "Landkraft"

Der Referent ist Vorstandsmitglied der Landkraft Bürgerenergien Hoyaer Land eG. Er bilanziert die Schwierigkeiten und Erfolge, die mit der Entwicklung der

Genossenschaft sowie der persönlichen Energiewende einhergehen.

Anmeldeschluss: 25. März 2026.
Bezahlung: nur bar an der Tageskasse.
Mittwoch, 01.04.2026, 15:00 - 17:15 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Kurt Schröder
3,00 € Tageskasse
Anmeldung erforderlich.

26A1A1265V

Aktive 55+ Der Wolf und wir

Gerrit Dierkes ist Wolfsberater des niedersächsischen Landesbetriebs für Wasserwirtschaft, Küsten- und Naturschutz (NLWKN). Er berichtet über die Tätigkeit des Wolfsberaters, das Handeln der Wölfe selbst und Verhaltenshinweise für Bürger:innen.

Anmeldeschluss: 29. April 2026.
Bezahlung: nur bar an der Tageskasse.

Mittwoch, 06.05.2026, 15:00 - 17:15 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Gerrit Dierkes
3,00 € Tageskasse
Anmeldung erforderlich.

26A1A1270V

Aktive 55+ Dreitausend Jahre Krieg - Ein biblischer Blick auf das Abschlachten von Menschen

Pastor Florian Schwarz von den Kulturgottesdiensten diskutiert über Krieg und Frieden. Wir leben in der längsten Friedensphase, die es in Deutschland jemals gegeben hat. Tun wir das wirklich noch? Er nimmt die Gäste mit auf eine Streiftour durch die Geschichte des Krieges in der biblischen Überlieferung. Beginnend mit Abraham, über die Einnahme des Heiligen Landes bis hin zum noch ausstehenden Kampf am Ende der Zeit - um schließlich die Frage zu stellen, ob die Menschheit überhaupt ohne Krieg kann.

Anmeldeschluss: 27. Mai 2026.
Bezahlung: nur bar an der Tageskasse.

Mittwoch, 03.06.2026, 15:00 - 17:15 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Florian Schwarz
3,00 € Tageskasse
Anmeldung erforderlich.

26A1A1275V

Aktive 55+ Das Alter: Zeit zwischen Rente, Sinn und Sofa?

Viele Kulturen schätzen und ehren das Alter als eine ganz besondere Zeit der Reife, der Weisheit, von Resümee und Abschied. Wie geht es uns damit? Sind wir als Käufer erschlagen vom Konsum, oder erleben wir Sinn und Würde in unseren späten Zeiten? Und was haben wir noch zu tun und zu sagen: menschlich und politisch? Der Referent ist Schauspieler und Autor. Er bringt Impulse mit und lädt zum Nachdenken über eine kostbare Zeit ein.

Anmeldeschluss: 24. Juni 2026.
Bezahlung: nur bar an der Tageskasse.

Mittwoch, 01.07.2026, 15:00 - 17:15 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Peter Henze
3,00 € Tageskasse
Anmeldung erforderlich.

Geschichte

26A1B1150K

Alte Handschriften lesen - für Fortgeschrittene

Aus dem Stadt- und Kreisarchiv werden verschiedene Akten der preußischen Zeit (1866 bis 1933) zum Lesen vorgestellt. Nebenbei wird Interessantes zum Verwaltungsaufbau der damaligen Zeit und zur Stadtgeschichte Nienburgs erlebbar. Dabei steht ein Abend immer unter einem Thema, welches durch Originaltexte von verschiedenen Blickwinkeln aus betrachtet werden soll. Bei Interesse wird im Anschluss eine Magazinführung angeboten.

Der Kurs eignet sich für Teilnehmende, die mit den Buchstaben der deutschen Kurrentschrift vertraut sind.

Donnerstag, 05.03.2026, 17:30 - 19 Uhr
3 Abende
Nienburg, Stadtarchiv,
Verdener Straße 24
Sebastian Hartwig
27,00 €

Politik

26A1C1010V

Frieden-Freiheit-Krieg

Müssen sich Gesellschaften auch immer mit militärischer Gewalt verteidigen können, um frei zu sein? Sind pazifistische Strömungen demnach naiv und bestenfalls als kritischer Maßstab relevant? Auf dem zweiten Blick sind die Realitäten komplexer und vielschichtiger. Der Auf- und Ausbau militärischer Kapazitäten erzeugt Gegenreaktionen, da andere Staaten nicht sicher sein können, wofür diese eingesetzt werden (Sicherheitsdilemma). Im schlechtesten Fall entstehen Rüstungswettläufe, die die Situation für alle Beteiligten unsicherer machen. Der Pazifismus selbst hat sich weiterentwickelt. So sind etwa im Rahmen des Modells der Sozialen Verteidigung Überlegungen entstanden, wie Defensivstrategien ohne militärische Gewalt in der Praxis umgesetzt werden könnten. Zudem werden Konzepte in der politischen Diskussion oft als "pazifistisch" etikettiert, um diese abzuwerten, obwohl sie gar nicht pazifistisch sind. Schließlich gibt es auch in der Friedensbewegung große Teile, die sich nicht als pazifistisch begreifen, aber dennoch größeren Wert auf diplomatische Lösungsansätze legen. Doch sind das Gründe, um auf den Aufbau militärischer Macht zu verzichten? Die Debatte um den Pazifismus hat in Deutschland nach dem Ende des Kalten Krieges und der Umwandlung der NATO von einem Verteidigungs- zu einem Interventionsbündnis Ende der 1990-er Jahre neue Nahrung erhalten. Insbesondere war der Bombardierung Serbiens mit deutscher Beteiligung ohne UN-Mandat ein Höhepunkt der gesellschaftlichen Diskussion. Nach dem völkerrechtswidrigen Angriff Russlands auf die Ukraine erhebt die in Deutschland verkündete Zeitenwende nicht nur den Anspruch, die Verteidigung des Bündnisgebiets der NATO erneut in den Mittelpunkt zu stellen, sondern auch, dafür entsprechend in die gesellschaftliche Debatte einzugreifen. Der Referent Lukas Mengelkamp ist wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut für Friedensforschung und Sicherheitspolitik an der Universität Hamburg. Er wird die Zusammenhänge zwischen Frieden, Freiheit und Krieg auch anhand geschichtlicher Entwicklungen zur Diskussion stellen. Die Veranstaltung wird in Kooperation mit der Gesellschaft für Sicherheitspolitik (GSP) durchgeführt.

Mittwoch, 04.03.2026, 18:30 - 20:45 Uhr
vhs-Haus, Forum D001
Lukas Mengelkamp
gebührenfrei / Anmeldung erforderlich

☞26F1D1510V

Tatort Rente: Bereit für den Ruhestand?

Der wohlverdiente Ruhestand rückt näher und mit ihm kommen viele Fragen zum Rentenbeginn auf. Deshalb laden wir Sie herzlich zu unserer Veranstaltung ein, um sich umfassend über alle wichtigen Aspekte des Renteneintritts zu informieren. Unsere Expertin, Rentenberaterin Kristina Steuer, gibt Ihnen fundierte Informationen im Vortrag "Tatort Rente":

1. Verhör: Meine Rente
 2. Faktensuche: Der Versicherungsverlauf
 3. Spurensicherung: Die Rentenarten
 4. Verhaftet: Die Rentenberechnung
 5. Abgeführt: Rente und Hinzuverdienst
 6. Eingelocht: Rente und Krankenversicherung
 7. Aufgeklärt: Rentenberatung nutzen
- Allgemeine Verständnisfragen können in der anschließenden Fragerunde geklärt werden. Die Veranstaltung wird in Kooperation mit dem DRK Kreisverband Nienburg/Weser e.V. durchgeführt. Anmelde-schluss: 18. Februar 2026.

Mittwoch, 25.02.2026, 19:00 - 21:15 Uhr
Stolzenau, Gymnasium,
Zum Ravensberg 3
Ulrike Gieger-Graßl/Kristina Steuer
gebührenfrei / Anmeldung erforderlich

26A1D1110V

Wie vererbe ich richtig?

Im Rahmen dieses Vortrages sollen grundsätzliche erbrechtliche Fragen behandelt werden: Wer erbt aufgrund der gesetzlichen Erbfolge? Wie schreibe ich ein Testament? Was ist ein Ehegattentestament? Welche Folgen hat ein Erbvertrag? Wer kann seinen Pflichtteil fordern? Was passiert eigentlich mit dem Nachlass im Internet?

Anmeldung erforderlich.

Freitag, 27.02.2026, 19:00 - 21:15 Uhr
vhs-Haus, D101
Kerstin Bolte-Mahlstedt
15,00 €

☞26B1D1010V

Vormund sein für eine minderjährige Person, die nicht bei mir lebt

Das Angebot richtet sich an Menschen, die Lust und zeitliche Ressourcen haben, eine Vormundschaft für ein Kind oder einen Jugendlichen zu übernehmen. Die bzw. der Minderjährige würde in dieser Konstellation nicht beim Vormund leben. Das kann neben einer beruflichen Tätigkeit oder im Ruhestand geschehen. Ebenfalls angesprochen sind Personen mit Berufen aus den Bereichen Gesundheit, Soziales, Pädagogik, Recht und dem Finanzwesen sowie bereits aktive Vormund:innen, die mehr über die entsprechende Koordinierungsstelle erfahren möchten. Die Reformierung des neuen Betreuungsrechts ab dem 1. Januar 2023 sieht einen stärkeren Einsatz von Ehrenamtler:innen und die Anbindung von bereits Ehrenamtliche, die als Vormund aktiv sind, an Vereine vor. Ziel der Veranstaltung ist es, mehr über diese Tätigkeit zu erfahren. Außerdem geht es darum, sich kennen zu lernen, sich perspektivisch gemeinsam fortzubilden und regelmäßig auszutauschen.

Eine Anmeldung ist bis zum 09.03.2026 erforderlich.

Montag, 16.03.2026, 17:00 - 20:15 Uhr
Bücken/Schützenh., Schleifmühlenweg 5
Sabine Anis
gebührenfrei

26A1D1150V

Vormund sein für eine minderjährige Person, die nicht bei mir lebt

Montag, 13.04.2026, 17:00 - 20:15 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Sabine Anis
gebührenfrei

26X1D1200V

Arbeit im Wandel - Sinn, Entfremdung und Selbstverwirklichung

Arbeit bestimmt unseren Alltag, unseren Lebensrhythmus und oft auch unser Selbstverständnis. Doch was Arbeit bedeutet, hat sich im Laufe der Geschichte grundlegend verändert. Heute stehen wir erneut vor einem Umbruch - durch Automatisierung, KI und neue Modelle von Erwerbsarbeit. Der Kurs nimmt Arbeit aus philosophischer, historischer und gesellschaftlicher Perspektive in den Blick. Wir fragen: Warum arbeiten wir eigentlich? Was macht Arbeit sinnvoll - und wann wird sie zur Belastung? Welche Vorstellungen von Arbeit prägen uns, und welche Alternativen sind denkbar? Gemeinsam analysieren wir Texte, tauschen Erfahrungen aus und entwerfen Szenarien für die "Arbeit der Zukunft". Die Veranstaltung findet online als Internetvortrag auf der Plattform Zoom statt. Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an. Sie erhalten den Link zum Vortrag am Veranstaltungstag bis 12:00 Uhr per E-Mail zugesandt. Wir empfehlen einen PC oder Notebook sowie eine stabile Internetverbindung für alle Teilnehmenden.

Mittwoch, 10.06.2026, 18:00 - 20:15 Uhr
Online Zoom
Kai Kaufmann
20,00 €

Globales Lernen / Bildung für Nachhaltige Entwicklung / Umweltbildung und Verbraucherfragen

Die folgenden Veranstaltungen werden zusammen mit der Klimaschutz Mittelweser e.V. angeboten



26A1E1050V

Folgen wir Flipsi - zum Thema Müllvermeidung und Ressourcenschonung

In welche Tonne gehört eigentlich mein kaputtes Spielzeug? Und wie können wir Müll vermeiden? Diese und viele weitere Fragen beschäftigen nicht nur die Großen, sondern auch die Kleinen. Um gemeinsam eine Antwort darauf zu finden, hat die Klimaschutzagentur Mittelweser e.V. mit Unterstützung der Bingo Umweltstiftung und dem BAWN den Workshop "Folgen wir Flipsi" entwickelt. Im Mittelpunkt steht das kleine Eichhörnchen Flipsi, das vergessen hat, wo es seine Nüsse versteckt hat. Auf der Suche nach etwas Essbarem landet Flipsi an verschiedenen Orten wie einem Spielplatz oder einem Parkplatz. Doch statt seiner Nüsse, liegt überall Müll

herum. Gemeinsam mit den Teilnehmenden begleiten wir Flipsi auf seiner Suche und entdecken spielerisch, wie wichtig Mülltrennung, Recycling und Müllvermeidung sind. In unterschiedlichen Stationen sortieren wir gemeinsam Müll, unterscheiden zwischen Einweg- und Mehrwegverpackungen und spielen ein themenbezogenes Memory.

Zielgruppe: Alleinerziehende Frauen und Männer mit ihren Kindern. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Kommen Sie direkt zum Netzwerktreffen des Alleinerziehenden-Netzwerks Nienburg (ANNIE). Für Getränke ist gesorgt. Es wäre schön, wenn alle Teilnehmer:innen eine leckere Kleinigkeit für einen gemeinsamen Abendsnack mitbringen.

Freitag, 06.03.2026, 16:00 - 17:30 Uhr
Nienburg/St. Michael, Familienzentrum,
Martinsheidestraße 2
N.N.
gebührenfrei

WOE 26A1E1055W

Exkursion zum Klimahaus in Bremerhaven mit Führung

Ausflug zu einer Expedition durch die Klimazonen der Erde entlang des 8. Längengrades, bei der Unterschiede in Temperaturen und Luftfeuchtigkeit hautnah erlebbar sind. Bei der Führung erfahren die Teilnehmenden Hintergründe zu Klimaveränderung und den Funktionsweisen von Wetter und Klima. Begleitet und organisiert wird dieser Ausflug von der Klimaschutzagentur Mittelweser e.V.

Anmeldeschluss: 25. Februar 2026.

In der Teilnahmegebühr sind die Kosten für Bahnfahrt (Niedersachsenticket) und Führung enthalten.

Samstag, 07.03.2026, 08:30 - 19:00 Uhr
Treffpunkt: Bahnhof Nienburg
Dozententeam
25,00 €

☞26J1E1200K

Hühner im eigenen Garten - gesunde Eier selbst erzeugt

Hühner im eigenen Garten - evtl. sogar mit eigener Kükenaufzucht? Auch im häuslichen Garten kann es dem nützlichen Federvieh gut gehen, vorausgesetzt die Haltungsbedingungen stimmen. Hühnerhaltung ist dabei gar nicht so schwer, zumindest nicht dann, wenn einige Punkte beachtet werden. Lernen Sie, was Hühner brauchen, um gesund zu bleiben und fleißig Eier zu legen. Im Kurs bekommen Sie vom Dozenten dafür Tipps und Tricks aus 50 Jahren praktischer Erfahrung mit Hühnern, Tauben und Gänsen.

Kursinhalte: Haltung und Pflege, Ausläufe und Ställe, Futter und Fütterung, Aufzucht von Jungtieren, Impfpflicht, Einblick in die in Deutschland gezüchteten Hühnerrassen sowie Hinweise zum Kauf der Tiere.

Mittwoch, 18.02.2026, 19:00 - 21:15 Uhr
2 Abende
Steimbke, Oberschule,
Sonnenborsteler Kirchweg 2
Heinrich Schierholz
27,00 €

☞26G1E1600K

Hühner im eigenen Garten - gesunde Eier selbst erzeugt

Donnerstag, 26.02.2026, 19 - 21:15 Uhr
2 Abende
Liebenau, Laurentiuschule,
Schloßstr. 10
Heinrich Schierholz
27,00 €

☛ 2611E1010K

Artgerechte Kaninchenhaltung: Was Kaninchen brauchen

Der Kurs richtet sich an Erwachsene und Kinder, die Kaninchen halten oder eine Anschaffung planen. Unter tierethischen Aspekten werden die Bedürfnisse in Bezug auf Haltungsbedingungen, Fütterung und Pflege vermittelt.

Der Ort des Praxistermins am 03.05.2026 wird im Kurs bekannt gegeben,

Mittwoch, 15. und 22.04.26, 18:30 - 20 h
Sonntag, 03.05.2026, 15:00 - 16:30 Uhr
OBS Loccum, Walter-Haaren-Straße 19
Gabriele Tautz
27,00 €

WOE 26A1E1210W

Physiotherapie beim Hund

Lernen Sie aus Alltagssituationen zu erkennen, ob Ihr Hund Probleme mit dem Bewegungsapparat hat und was Sie zu Hause machen können, um vorzubeugen oder neben einer therapeutischen Behandlung zu unterstützen. Am ersten Termin (ohne Ihren Hund) erhalten Sie einen kleinen Einblick in die Grundlagen der Physiotherapie bei Hunden. Beim zweiten Termin werden wir in Pennigsehl praktisch mit Ihren Hunden arbeiten.

Folgende Themenschwerpunkte werden besprochen:

- Was ist eigentlich Physiotherapie und Chiropraktik beim Hund?
 - Wann werden Therapeut:innen bei einem Hund gebraucht?
 - Gangbildanalyse der Hunde. Was verrät mir der Gang meines Tieres über dessen Gesundheit?
 - Palpation (Abtasten) der Hunde. Stellt man Temperaturunterschiede fest?
 - Massagen; wann und warum setze ich sie bei meinem Tier ein?
 - Massagegriffe selber am Tier üben
 - Dehnungen beim Hund: Wann, wie und warum dehne ich meinen Hund?
- Für den praktischen Termin, der draußen in Pennigsehl stattfindet, bitte falls erforderlich wetterfeste Kleidung und eine Decke/Unterlage für Ihren Hund mitbringen.

Samstag, 18.04.2026, 10:15 - 12:30 Uhr
2. Kurstermin: Praxistag in Pennigsehl
Nienburg/vhs-Haus
Kim vom Hofe-Windhorst
28,80 €

WOE 26A1E1230W

Physiotherapie beim Pferd

Lernen Sie aus Alltagssituationen zu erkennen, ob Ihr Pferd Probleme mit dem Bewegungsapparat hat und was Sie im Stall und beim Reiten machen können, um vorzubeugen oder neben einer therapeutischen Behandlung zu unterstützen. Am

ersten Termin (ohne Pferd) erhalten Sie einen kleinen Einblick in die Grundlagen der Physiotherapie bei Pferden. Beim zweiten Termin werden wir praktisch mit Pferden bei uns im Stall in Sehnsen, Ortsteil Struckhausen, arbeiten.

Folgende Themenschwerpunkte werden besprochen:

- Was ist eigentlich Physiotherapie und Chiropraktik beim Pferd?
 - Wann werden Therapeut:innen bei einem Pferd gebraucht?
 - Gangbildanalyse der Pferde. Was verrät mir der Gang meines Tieres über dessen Gesundheit?
 - Palpation (Abtasten) der Pferde. Stellt man Temperaturunterschiede fest?
 - Massagen; wann und warum setze ich sie bei meinem Tier ein?
 - Massagegriffe selber am Tier üben
 - Dehnungen beim Pferd; wann, wie und warum dehne ich mein Pferd?
- Für den praktischen Termin bitte Wetter- und stallentsprechende Kleidung anziehen. Der praktische Termin findet in Steyerberg statt.

Samstag, 06.06.2026, 10:15 - 12:30 Uhr
Samstag, 13.06.2026, 10:15 - 13:15 Uhr
2. Kurstermin: Praxistag in Steyerberg
Nienburg/vhs-Haus
Kim vom Hofe-Windhorst
33,60 €

Repair Café

Was macht man mit einem Stuhl, an dem ein Bein kaputt ist? Mit einem Toaster, der nicht mehr funktioniert? Mit einem Wollpullover mit Mottenlöchern?

Die Repair Cafés leisten einen Beitrag zu mehr Nachhaltigkeit in unserer Gesellschaft. Ihr Motto: "Wegwerfen? Denkst du!". Es handelt sich dabei um Treffen, bei denen ehrenamtliche Fachmänner und Fachfrauen helfen, kaputte Dinge zu reparieren. Dies können Haushaltskleingeräte, Telefone, Drucker, Kleidung, Kleinmöbel, Fahrräder, Spielzeug und vieles andere mehr sein. Werkzeug und Material für alle möglichen Reparaturen ist vorhanden. Muss ein Ersatzteil besorgt werden, findet man auch in diesem Fall Unterstützung.

Besucher:innen bringen von zu Hause defekte Gegenstände mit, um sich im Repair Café mit Unterstützung der Reparaturexpert:innen aus den Bereichen Elektrizität, Schneiderei, Tischlerei und Fahrradmechanik gemeinsam an die Arbeit zu machen. Man kann dort immer eine Menge lernen. Besucher:innen werden in schwierigen Fällen auch durchaus an Profis weiterverwiesen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Die Repair Café-Initiative ist international aktiv. Weitere Informationen gibt es unter <https://repaircafe.org/de>.

Das Repair Café ist im vhs-Haus in Nienburg und wird gebührenfrei von einem Team aus Dozent*innen durchgeführt.

26A1E1410V

Repair Café

Donnerstag, 05.02.2026, 17 - 20:00 Uhr

26A1E1420V

Repair Café

Donnerstag, 05.03.2026, 17 - 20:00 Uhr

26A1E1430V

Repair Café

Donnerstag, 02.04.2026, 17 - 20:00 Uhr

26A1E1440V

Repair Café

Donnerstag, 07.05.2026, 17 - 20:00 Uhr

26A1E1450V

Repair Café

Donnerstag, 04.06.2026, 17 - 20:00 Uhr

Heimatkunde / Stadtkultur

26A1J1010V

In 60 Tagen als Frau allein um die Welt - und noch mehr

Astrid Kaiser wuchs in bescheidenen Verhältnissen auf und verbrachte ihre Schulferien damit, den Eltern auf dem Feld zu helfen, anstatt wie ihre Mitschüler an die Nordsee zu fahren. Erst während ihres Lehramtsstudiums unternahm sie erste Reisen. Mit 30 Jahren begann sie als junge Mutter, die Welt systematisch zu erkunden. Inzwischen ist sie pensionierte Professorin aus Oldenburg, bekennende Reisejunkie und hat über 150 Länder bereist.

Häufig reist sie allein und sucht abseits ausgetretener Pfade nach besonderen Orten. Sie erzählt in spannenden, bewegenden oder nachdenklichen Geschichten von Freuden und Gefahren, von Missgeschicken und Überraschungen, aber vor allem

von vielfältigen menschlichen Begegnungen in allen Kontinenten - einschließlich der Antarktis. Einige ihrer Reisen führten sie als Wissenschaftlerin in entlegene Gebiete, wie etwa zu den matrilinearen Minangkabau auf Sumatra und den Nachfahren der letzten Yamana auf Feuerland, wo sie in längeren Forschungsprojekten untersuchte, welches kulturelle Erbe bei den Kindern noch erhalten ist.

Astrid Kaiser ist u.a. Autorin der Reisebücher "In 60 Tagen als Frau allein um die Welt" (2018) und "Als Frau unterwegs. Reiseesgeschichten aus aller Welt" (2022).

Die Veranstaltung wird anlässlich des Internationalen Frauentags durchgeführt.

Anmeldeschluss: 09.03.2026.

Donnerstag, 12.03.2026, 18 - 20:15 Uhr
Online, vhs.cloud
Prof. Dr. Astrid Kaiser
gebührenfrei / Anmeldung erforderlich

WOE ☛ 26F1J1520V

"Gedrehter Turm und lange Straßen"- Führung Stolzenau

Im 14. Jahrhundert errichtete Graf Johann II von Hoya - um das Territorium im Süden gegen Übergriffe der Bischöfe von Minden zu sichern - in Stolzenau eine Grenzburg. Graf Erich IV. baute diese später zu einem Schloss aus. Er residierte dort von 1525 bis 1547. Der Ort Stolzenau neben der Burg vergrößerte sich stetig, gewann immer mehr an Bedeutung und erhielt schließlich Fleckenrechte. Der kleinstädtische Charakter ist bis heute erhalten geblieben. Begleiten Sie unsere Stadtführerin auf die Zeitreise durch die Geschichte des Weserfleckens. Während eines erlebnisreichen Spaziergangs werden Sie die schönsten Ecken und Winkel kennenlernen. Sie werden Interessantes und Wissenswertes über Stolzenau erfahren, u.a. über die gesetzten Stolpersteine. Der Rundgang endet im Heimatmuseum.

Samstag, 25.04.2026, 16:00 - 18:15 Uhr
Stolzenau/Am Schiffsanleger nahe Weserbrücke
Christa Weisweber
15,00 €

WOE 26F1J1550V Ein historischer Schatz - das Kloster Schinna Führung

Im Jahr 1148 stiftete Graf von Hallermund ein Benediktinerkloster. Der Bischof von Minden bestätigte 1153 das Kloster und weihte es dem Hl. Vitus. 1528 musste das Kloster unter dem Druck der Grafen von Hoya auf seine Güter verzichten und nahm

keine Novizen mehr auf. Nach 1537 ließ Graf Erich von Hoya die alte Klosterkirche abbrechen, um die Steine für sein Schloss in Stolzenau zu verwenden. Er ließ dann als Sühne eine Fachwerkkirche errichten, in der die Gemeinde über 300 Jahre den Gottesdienst feierte. Sie ist neben großen Teilen der ehemaligen Klostergebäude noch erhalten. 1876 wurde vom Klostergut eine separate staatliche Domäne errichtet.

Auf einem Rundgang werden wir ein Bau-
denkmal von überregionaler Bedeutung
kennenlernen und Wissenswertes über
das Kloster und die neuesten Entwicklun-
gen bzw. Planungen der Klosterstiftung er-
fahren.

Samstag, 09.05.2026, 16:00 - 18:15 Uhr
Treffpunkt: Schinna, Eingang: Domäne
Christa Weisweber
15,00 €

Diversity / Gender / Interkulturalität

26X1H7000Y

Xpert CCS - Modul Basic

Das Modul Basic behandelt an Beispielen aus konkreten Praxisfeldern grundlegende Themen des interkulturellen Lernens.

Weitere Infos sind im hellblauen Teil.

Bitte beim Bildungsverein Hannover anmelden: <https://bildungsverein.de/kurs/261S43124/xpert-ccs-modul-basic>

Samstag, 28.02.2026, 10:00 - 18:15 Uhr
Hannover/Bildungsverein
Helga Barbara Gundlach
220,00 €

26X1H7001Y

Xpert CCS - Modul Professional

Das Modul Professional fundiert die Kenntnisse in interkulturellen Themenfeldern.

Bitte beim Bildungsverein Hannover anmelden: <https://bildungsverein.de/kurs/262S44227/xpert-ccs-modul-professional>

Weitere Infos sind im hellblauen Teil.

Samstag, 13.06.2026, 10:00 - 18:15 Uhr
Hannover/Bildungsverein
Helga Barbara Gundlach
200,00 €

Pädagogik / Erziehung / Familie

Ihre Ansprechpersonen:
Belinda Schomann
967-648
Benedikt Schlosser
967-631
vhs-paedagogik@kreis-ni.de

GÜTESIEGEL
des Landes Niedersachsen
Qualifizierungsmaßnahmen
FRÜHKINDLICHE BILDUNG



26A1F2901F

Fachtag KiTa für pädagogische Fachkräfte des Landkreises Nienburg

„Vom Suchen und Finden - Sprachkompetenz, Mitgestaltung und Perspektivwechsel als Schlüssel zum Wohlbefinden in der KiTa“.

Gemeinsam mit dem Fachdienst Jugend/Team Frühkindliche Betreuung führt die vhs Nienburg den Fachtag im Nienburger Kulturwerk durch.

In ihrem Fachvortrag „Den Kita-Alltag neu denken: Positive Interaktion im Fokus – Die emotional gesunde Kita als innerer Kompass in belastenden Zeiten“ widmet sich die Diplom-Psychologin und ICDP Trainerin Rita Crecelius unter anderem der Fähigkeit der Selbstregulation als verborgene Ressource, der positiven Interaktion mit dem Kind sowie dem Paradigmenwechsel als Mittel zur Krisenbewältigung.

Der zweite Teil der Veranstaltung beinhaltet die Teilnahme an einem themenspezifischen Workshop. Geleitet werden die angebotenen Workshops von Rita Crecelius, Kathrin Linde (Familien- und Fachberaterin), Julia Schulte-Hermann (Multiplikatorin für Bedürfnisorientierte Pädagogik) und Andrea Köbsel sowie Lea Reimers (Kita Fachberatungen).

Anmeldung bitte beim Fachdienst Kinder und Jugend unter <https://www.lk-nienburg.de/Fachtag26>

Mittwoch, 11.03.2026, 09:30 - 16:00 Uhr
Nienburg, Kulturwerk e. V.,
Mindener Landstraße 20

Rita Crecelius/Julia Schulte-Hermann/
Kathrin Linde
Gebührenfrei

26A1F2902F

Sprachbildung/-förderung für päd. Fachkräfte im Landkreis Nienburg

Im Auftrag des Fachdienstes Jugend Team Frühkindliche Betreuung führt die vhs Nienburg die Fortbildungsreihe "Sprachbildung/-förderung für pädagogische Fachkräfte im Landkreis Nienburg" durch.

Mit der Fortbildung sollen pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen Kompetenzen zum Thema "Sprachliche Bildung" vermittelt bekommen, die als Unterstützung des kindlichen Spracherwerbs zu sehen sind. Sprachförderung soll dabei als alltagsintegrierter Ansatz verstanden werden. Außerdem werden Grundlagen zur Beratungs- und Dokumentationskompetenz vermittelt sowie die Reflexion des eigenen pädagogischen Handelns.

Die Fortbildung gliedert sich in 3 Module mit jeweils 2 Unterrichtstagen. Die Termine mit dem Referenten Udo Elfert sind:

Modul 1:
Mo. 16.02. und Di. 17.02.26, 09 - 16:00 Uhr.
Modul 2:
Mi. 18.03. und Do. 19.03.26, 09 - 16:00 Uhr.
Modul 3:
Mo. 20.04. und Di. 21.04.26, 09 - 16:00 Uhr.

Eine **schriftliche Anmeldung** mit Angabe der Kursnummer 26A1F2902F bei der vhs Nienburg, Rühmkorfstr. 12, 31582 Nienburg ist erforderlich.

vhs Nienburg: vhs@kreis-ni.de /
Tel. 05021 967-600.
6 Veranstaltungen
Nienburg/vhs-Haus
gebührenfrei

26A1F2905F

Einführungskurs für "Zusatz- kräfte Betreuung" in Kinderta- gesstätten im Rahmen der Richtlinie "Qualität in Kitas 3"

Der Einführungskurs richtet sich an Zusatzkräfte in Kindertagesstätten und vermittelt in 7 Modulen pädagogische und rechtliche Grundkenntnisse, um Kräften ohne pädagogische Grundqualifizierung den Einstieg in die Tätigkeit als Zusatzkraft in Kindergartengruppen zu erleichtern.

Die Module berücksichtigen alle relevanten Handlungsfelder, die für die typischen alltäglichen Anforderungen in der Arbeit mit Kindern zwischen 3 und 6 Jahren förderlich sind und zur Unterstützung der Regelkräfte in Kindertagesstätten beitragen. Die Fortbildung umfasst 160 Unterrichtsstunden und wird tätigkeitsbegleitend ganztägig vom 09.04 bis 03.09.26 durchgeführt.

Modul 1 Rollenverständnis klären (8 UE):
Do. 09.04.26

Modul 2 Rechtliche Rahmenbedingungen kennen (16 UE): Mi. 15.04.; Mi. 29.04.

Modul 3 Entwicklungs- und Bildungsprozesse von Kindern begleiten (24 UE): Mo. 04.05.; Mi. 06.05.; Mi. 13.05.

Modul 4 Vielfalt in der Lebenswelt von Kindern begreifen (24 UE): Di. 19.05.; Mi. 27.05.; Do. 28.05.

Modul 5 Beziehung zum Kind aufbauen und gestalten (32 UE): Mi. 03.06.; Do. 11.06.; Mi. 24.06.; Mi. 01.07.

Modul 6 Bildungsprozesse planen, durchführen und reflektieren (40 UE): Do. 13.08.; Mo. 17.08.; Mi. 19.08.; Mo. 24.08.; Mi. 26.08.

Modul 7 Erziehungspartnerschaft entwickeln (16 UE): Di. 01.09.; Do. 03.09.26 jeweils von 10:00 - 17:00 Uhr.

Bei regelmäßiger Teilnahme an allen Modulen wird am Ende des Einführungskurses eine qualifizierte Teilnahmebescheinigung ausgestellt.

Weitere Informationen und Anmeldung bitte beim Fachdienst Jugend/Team Frühkindliche Betreuung bei Dörthe Augurzyk unter 05021/967-7928 oder doerthe.augurzyk@kreis-ni.de. <https://www.lk-nienburg.de/regional/veranstaltungen/einfuehrungskurs-fuer-zusatzkraefte-betreuung-915142528-21500.html>

20 Tage
Nienburg/vhs-Haus
Gaby Gischler-Schier
gebührenfrei

26A1F6400A

Weiterbildung zum/zur Schul- begleiter/in nach vhsConcept

Im Schuljahr 2013/2014 wurde in Niedersachsen die inklusive Schule eingeführt, dies bedeutet, dass alle Schülerinnen und Schüler ein Recht darauf haben, im regulären Schulsystem unterrichtet zu werden. Schülerinnen und Schüler, die einen Unterstützungsbedarf haben, sollen durch wirksame, individuell angepasste

Maßnahmen so unterstützt werden, dass sie Teil des Klassenverbunds sein können. Aus diesem Grund wird Schüler:innen mit körperlichem, geistigem oder sozial-emotionalem Unterstützungsbedarf eine Schulbegleitung zu Seite gestellt. Dabei soll diese Begleitung möglichst langfristig durch die gleiche Person erfolgen, sodass ein Vertrauensverhältnis aufgebaut werden kann. Der Arbeitsbereich der Schulbegleitung orientiert sich an den individuellen Bedürfnissen des Kindes. Die Aufgaben können in zwei Bereiche gegliedert werden: Außerunterrichtliche Tätigkeiten: Dazu zählen zum Beispiel die Begleitung beim Schulweg sowie Hilfe beim Toilettengang oder wenn nötig auch pflegerische Aufgaben. Unterrichtsbezogene Tätigkeiten: Dies kann die erneute Erklärung der Aufgabe oder Unterstützung bei der Handhabung bestimmter Arbeitsmaterialien sein.

Kursinhalte:

- Einführung in den Lehrgang
 - Grundlegende Definitionen und Rechtliches
 - Allgemeine pädagogische Basiskenntnisse und Grundlagen der Entwicklung des Kindes
 - Grundlagen der Kommunikation
 - Sonderpädagogische Grundlagen
 - Erfahrungen und Wissen im Bereich der vers. Körperbehinderungen (Hören, Sehen)
 - Das Schulsystem/Schule im Wandel
 - Sofortmaßnahmen in Notfallsituationen
 - Arbeitsrechtliche Grundlagen
- Anmeldung nach persönlicher Aufnahme durch Julia Goslar

Montag, 02.03.2026, 08:30 - 13:00 Uhr
30 Veranstaltungen
vhs-Haus
Dozententeam
gebührenfrei

26A1L5001M

Messe Kreismedienzentrum

Entdecken Sie die Angebote und Materialien des Kreismedienzentrums (KMZ) bei unserer Messe.

Mittwoch, 25.02.2026, 14:00 - 18:00 Uhr
vhs-Haus
Sabrina Czelustek
gebührenfrei

26A175100F

Digitale Medien in der KiTa

Digitale Medien gehören längst zum Alltag von Kindern und auch in der KiTa gewinnen sie zunehmend an Bedeutung. Diese eintägige Inhouse-Fortbildung richtet sich an pädagogische Fachkräfte, die digitale Medien sinnvoll, kreativ und kindgerecht in ihren pädagogischen Alltag integrieren möchten. Ziel ist es, Sicherheit bei der Planung Umsetzung medienpädagogischer Aktivitäten zu gewinnen und eigene Projektideen zu entwickeln. Dies ist ein Angebot der vhs in Kooperation mit dem Kreismedienzentrum. Die Dozentin Sandra Siegmund ist KiTa-Leiterin, ausgebildeter KiM-Coach ("Kindgerechte Medienbildung" (KiM)) und hat Erfahrungen in der Prozessbegleitung. Gebühr auf Anfrage. Weitere Informationen erhalten Sie bei Sabrina Czelustek kmz@kreis-ni.de

25A1F900F

Qualifizierung Kindertagespflege (QHB) Tätigkeitsvorbereitender Teil (160 UE)

In Kooperation mit dem Fachdienst Jugend des Landkreises Nienburg führt die vhs Nienburg die Qualifizierung von Kindertagespflegepersonen durch. Für Interessierte, die als Tagespflegepersonen tätig werden möchten, planen wir ab Frühjahr 2026 die tätigkeitsvorbereitende Grundqualifizierung nach dem Qualifizierungshandbuch Kindertagespflege (QHB) berufsbegleitend mit 160 Stunden. Das Konzept sieht eine enge Verzahnung von Theorie und Praxis vor.

Ein 80 Stunden umfassendes Praktikum ist vorgesehen und 100 zusätzliche Stunden als Selbstlerneinheiten während des Kurses. Nach bestandener Abschlussprüfung erhalten Sie das bundesweit anerkannte Zertifikat vom Bundesverband Kindertagespflege. Informationen erhalten Sie bei der: Fachberatung Kindertagespflege; E-Mail: kindertagespflege@kreis-ni.de



Niedersächsisches Institut für frühkindliche Bildung und Entwicklung e.V.

Kitas können beim nifbe prozessorientierte Inhouse Qualifizierungsmaßnahmen für das Kita Gesamtteam beantragen. Es stehen verschiedene Themen zur Auswahl je nach Projektwahl der Kita. Die Maßnahmen werden in Kooperation mit der vhs Nienburg als regionaler Bildungsträger und von einer speziell für das ausgewählte Projektthema qualifizierten Prozessbegleiter:in durchgeführt. Außerdem bietet das nifbe Werkstätten für (stellvertretende) KiTa-Leitungen an.

Kontakt Regionale Transferstelle nifbe-Mitte: Merle Drexhage, Tel. 0511 22062696, merle.drexhage@nifbe.de oder Gisela Röhlings, Tel. 0511 22062695, gisela.roehling@nifbe.de

26A1F2000T

Fortbildungen für päd. Fachkräfte zu diversen Themen als Inhouse-Veranstaltungen in Ihrer Einrichtung

Folgende Fortbildungen können Sie als eintägige Inhouse-Veranstaltung für Ihre Einrichtung buchen:

1. Achtsam sprechen statt gewaltig

In dieser Teamfortbildung soll es um ein Bewusstsein für die eigene Sprache, die gemeinsame Reflexion anhand von aktuellen Praxisbeispielen und das gemeinsame Finden alternativer sprachlicher Reaktionsmöglichkeiten gehen.

2. Auffälligkeiten im Spracherwerb

Sie erhalten einen Überblick über die Erscheinungsformen von Auffälligkeiten in der Sprachentwicklung.

3. BaSiK – Refresher - Ein Auffrischkurs für die Anwendung des BaSiK-Bogens.

4. Ideenfeuerwerk für Ihre Bauecke - Selbstgemachte Materialien und Spiele.

5. Bauen – Lego, Holzbausteine und Ende?

Mit Phantasie zu mehr Vielfalt und Herausforderung in Ihrer Bauecke.

6. Beziehungsstarke Eingewöhnung

Kindern und Eltern eine beziehungsstarke und bedürfnisorientierte Eingewöhnung ermöglichen.

7. Eingewöhnungsmodelle - Analyse von verschiedenen Eingewöhnungsmodellen.

8. Erzählfähigkeit von Kindern mit selbstgemachten Materialien unterstützen

9. Gewalt – Blaue Flecken auf Körper und Seele Körperliche und seelische Gewalt in Krippe, Kita, Hort und KTP.

10. Gewalt – Schweigen und Wegschauen

Wie reagiere ich bei Grenzverletzungen und Gewalt gegen Kinder durch Kolleg:innen?

11. Ideenfeuerwerk Buchstaben - Der spielerische Umgang mit Buchstaben und deren vielfältige ästhetische Gestaltung.

12. Ideenfeuerwerk Zahlen, Mengen und Formen - Mathematische Themen, die Kinder bereits in der Kita anwenden und die ihnen Spaß machen

13. Kinderrechte von 0-3: Was bedeuten Kinderrechte für den Alltag mit Kindern?

14. Kleine Übergänge gestalten und begleiten

15. Konflikte und Konfliktbegleitung in Krippe und KiTa für Kleinkinder bis 3

16. Late Talker und Late Bloomer - Unterstützung von Zweijährigen mit verspäteter Sprachentwicklung.

17. Lieben Sie Mathematik?

Unter dem Motto „Mathematik sollte man nicht erklärt bekommen, sondern entdecken dürfen“ wird nach dem „Mathematikum Gießen“ experimentiert, ausprobiert, geknobelt und so Mathematik auf spielerische Weise begreifbar gemacht.

18. MotorikPlus Motorik - Wahrnehmung und vieles mehr.

19. Mundmotorik mit dem Mundportkoffer - Selbstgemachte Spieldinge zur Unterstützung der Mundmotorik.

20. Ohren auf – hören, zuhören, lauschen

Die vernachlässigte Dimension des Spracherwerbs entdecken.

21. Picky-Eaters und Co.

Ideen und Hilfen für die Umgebungsgestaltung beim Essen, um ein entspanntes und partizipatives Miteinander zu schaffen.

22. Raum(Um)gestaltung in Krippe und KiTa

23. Sprachspiele

Lernen Sie außergewöhnliche Materialien und eine Menge Ideen für ihren Sprach-, Sprech- und Erzählalltag kennen.

24. Trost und trösten - Bindungsstärkung bei kleinen und großen Nöten

25. Klare Worte finden: Elterngespräche in KiTa und Krippe sicher führen

26. Entwicklungsberichte schreiben

27. Eltern ins Boot holen: Erziehungs- und Bildungspartnerschaften gestalten

28. Elternabend mal anders in KiTa und Krippe

29. Visualisieren leicht gemacht: Flipchartgestaltung für Teamsitzung, Elternabend, Vortrag

30. Konzeption erstellen und fortschreiben

31. "Raus aus der Stressspirale" – Stressmanagement im Kita-Team"

Weitere Themen und Gebühr auf Anfrage

Belinda Schomann

Tel. 05021 967-648

vhs-paedagogik@kreis-ni.de



Angebote im (vor-)schulischen Kontext

Durch das erfolgreiche Einwerben von Drittmitteln ist es uns möglich, Angebote für Schüler*innen sowie Pädagog*innen zu unterbreiten. Diese beschäftigen sich mit Digitalität, Diversität, Übergang Schule Beruf und Demokratie. Angebote der **frühkindlichen Bildung** finden Sie im Programmheft am Ende der orangen Rubrik „Gesellschaft, Politik, Umwelt“ ab S. 13.

Schule und Demokratie – aktive Teilhabe fördern

Gesamtgesellschaftlich begegnen uns immer mehr anti-demokratische Tendenzen. Das Niedersächsische Kultusministerium (MK) hat daher eine Förderung der Demokratiebildung im schulischen Kontext initiiert und die vhs Nienburg kann dadurch Angebote sowohl für Schüler*innen als auch für Multiplikator*innen kostenfrei unterbreiten. In Kooperation mit dem Fachbereich Jugend und der Ko-Stelle Migration und Teilhabe des Landkreises.

Für Schüler*innen

Für Schüler*innen gibt es drei Basismodule im Umfang von bis zu 6 UE à 45 Minuten, die von uns angeboten werden:

- **Rechte und Pflichten der SV-Arbeit:** Was darf ich als Klassen- oder Schulsprecher*in? Wo und wie kann ich mich z.B. gegenüber Lehrer*innen abgrenzen?
- **Projektmanagement in Schule:** Wie setze ich (kleinere) Projekte in der Schule gelingen um? Was muss ich bedenken?
- **Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE) und Diversität:** Wie wirken sich BNE und Vielfalt auf mein Handeln als Vertreter*in der Klasse oder Schule aus? Und was ist das überhaupt?

Zusätzlich können anhand der ermittelten Bedarfe weitere Angebote auch für einzelne Schulen bzw. SVen gemeinsam erarbeitet und umgesetzt werden. Schwerpunkte sollten aktive Teilhabe im schulischen Kontext sein oder die damit verbundenen Kompetenzen zu stärken, wie Präsentation und Auftreten oder das Verfassen von Konzepten usw.

Für die u.g. Multiplikator*innen gibt es zusätzliche Info-Termine zu den Angeboten für Schüler*innen. Melden Sie sich gerne bei uns.

Ihre und eure Ansprechperson: Stephan Kaps vhs-leitung@kreis-ni.de Kursnummer 26A1A7900D am 17.1.26 ab 9:30 Uhr

Für Multiplikator*innen (Schulleitungen, Lehrer*innen, pädagogisches Personal...)

Die Angebote für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren beinhalten Workshops, die sich mit der Frage auseinandersetzen, wie demokratische Teilhabe unter den Bedingungen von Digitalität im und außerhalb des Schulkontext gestaltet werden kann. Thematische Schwerpunkte sind dabei die Risiken von Fake News und Desinformation sowie die Wirkung von Algorithmen auf Meinungsbildung, aber auch die Chancen und Möglichkeiten digitaler Beteiligung in demokratischen Prozessen.

Ihre Ansprechperson: Sabrina Czelustek vhs@kreis-ni.de

Übergang Schule Beruf / Berufsorientierung: „Berufe schnuppern“

Das Ziel des Projektes ist es die beruflichen Chancen von Jugendlichen und jungen Erwachsenen zwischen 16 und 27 Jahren zu stärken und diese bei der Entscheidungsfindung im Übergang Schule Berufe zu unterstützen. Es werden fortlaufend verschiedene Veranstaltungen wie Betriebsbesichtigungen, Infoveranstaltungen zu Auslandsjahr oder Freiwilligendienste, Bewerbungshilfen angeboten. Diese könne auch für Gruppen und Schulklassen inklusive Transfers organisiert werden. Sprechen Sie mich gerne an.

Berufe schnuppern in den Sommerferien

Seminarwoche vom 6. bis 10. Juli 2026, gebührenfrei

Schon jetzt online oder schriftlich anmelden unter der Kursnummer 26A7E8500D

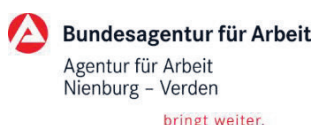
Berufsorientierung kompakt: Welche Möglichkeiten habe ich nach der Schule? Wo liegen meine Fähigkeiten? Welcher Beruf passt zu mir? Wie nehme ich Kontakt zu Betrieben auf und was sind meine persönlichen nächsten Schritte? Diese Fragen werden in der Woche durch Vorträge, Gruppenarbeiten, Training und echten Kontakt zu Betrieben beantwortet!

„Meet the Experts“

Treffen Sie Menschen mit spannenden Bildungsbiografien, die von ihren Erfahrungen berichten und welche Hürden es zu überwinden galt.

Durch die Förderung der NBank, der Agentur für Arbeit Nienburg Verden sowie der Wirtschaftsförderung im Landkreis Nienburg/Weser (WIN) sind alle Angebote für Teilnehmende kostenfrei.

Ihre und eure Ansprechperson: Freya Lask bildungsbuero@kreis-ni.de



KMZ „Lernräume der Zukunft“ – kritische Neugier auf Medien wecken

Im Kreismedienzentrum (KMZ) Nienburg sind mit einer Förderung in Höhe von fast 200.000 € die „Lernräume der Zukunft“ entstanden, die sich mit aktuellen digitalen Fragestellungen beschäftigt: Der Kühlschrank ist intelligent, die Heizung wird über das Smartphone gesteuert, und Virtual Reality gibt uns völlig neue Einblicke in Berufe und Bildung. Doch wie erlernen wir die nötigen Fähigkeiten, um mit den digitalen Möglichkeiten umzugehen? Was ist mit Medienkompetenz, Recherchefähigkeit und dem Verständnis für digitale Risiken?

Durch das Förderprogramm des Niedersächsischen Kultusministeriums (MK) können hier Angehörige von Bildungsinstitutionen die digitale Welt nicht nur kennenlernen, sondern aktiv mitgestalten und kritisch hinterfragen. Themen, die hier behandelt werden können, umfassen zum Beispiel:

- Künstliche Intelligenz (KI)
- Smart Home Technik
- Robotik
- Virtual Reality (VR)
- 3D-Druck

Um sich diesen Schwerpunkten nähern zu können, steht ein technisch optimal ausgestatteter Lernort in den Räumen der zentral gelegenen vhs Nienburg, Rühmkorfstraße 12, bereit. Über unser Buchungssystem ganz einfach reservierbar, können hier zum Beispiel Lehrkräfte mit ihren Schüler:innen einen 3D-Drucker ausprobieren, mit VR-Brillen faszinierende Einblicke in neue Themenwelten erhalten oder gemeinsam mit Kolleg:innen an einer Fortbildung teilnehmen.

Und sollten der Weg zu uns einmal zu lang sein, kein Problem: Die „Lernräume der Zukunft“ sind natürlich an keinen festen Ort gebunden. Ein großer Teil unserer technischen Ausstattung kommt gerne auch zu Ihnen. Sprechen Sie uns einfach an.

Die „Lernräume der Zukunft“ werden in Zusammenarbeit mit der vhs, dem Fachbereich Schule, dem Jobcenter, der Wirtschaftsförderung im Landkreis Nienburg, dem kre-H-tiv Netzwerk Hannover und weiteren Kooperationspartner*innen umgesetzt.

Ihre Ansprechperson: Sabrina Czelustek kmz@kreis-ni.de

Digitalität.Macht.Schule (für Schüler*innen, Lehrkräfte, Pädagog*innen)

Die Angebote in dem Projekt Digitalität.Macht.Schule stärken die politikbezogene Medienkompetenz, indem sie Teilnehmenden vermitteln, wie sie digitale Informationen einordnen, Desinformation erkennen und sich reflektiert beteiligen können. Gleichzeitig fördern sie netzpolitische Medienkompetenz, zum Beispiel durch die Auseinandersetzung mit Plattformlogiken, algorithmischer Macht und internationalen Unterschieden in der Plattformregulierung.

Das Projekt richtet sich vorrangig an Personen aus dem schulischen Bildungsbereich, insbesondere an Schüler:innen ab der Sekundarstufe I sowie an Lehrkräfte und pädagogisches Personal, steht aber auch anderen Teilnehmer*innen offen.

Das Projekt Digitalität.Macht.Schule wird gefördert von der Niedersächsischen Landeszentrale für politische Bildung.

Ihre Ansprechperson: Sabrina Czelustek vhs@kreis-ni.de

Lernförderung (Bildung und Teilhabe) - Nachhilfe

Nachhilfe für Schüler*innen im Leistungsbezug kann als sogenannte Lernförderung stattfinden. Infos dazu gibt es im Programmheft im vorderen Teil.

Ihre Ansprechpartnerin: Kateryna Volkova vhs-but@kreis-ni.de

Fortbildungsangebot für KiTas: Digitale Medien in der KiTa

Digitale Medien gehören längst zum Alltag von Kindern und auch in der KiTa gewinnen sie zunehmend an Bedeutung. Diese eintägige Inhouse-Fortbildung richtet sich an pädagogische Fachkräfte, die digitale Medien sinnvoll, kreativ und kindgerecht in ihren pädagogischen Alltag integrieren möchten. Ziel ist es, Sicherheit bei der Planung Umsetzung medienpädagogischer Aktivitäten zu gewinnen und eigene Projektideen zu entwickeln.

Dies ist ein Angebot der vhs in Kooperation mit dem Kreismedienzentrum. Die Dozentin Sandra Siegmund ist KiTa-Leiterin, ausgebildeter KiM-Coach ("Kindgerechte Medienbildung" (KiM)) und hat Erfahrungen in der Prozessbegleitung. Gebühr auf Anfrage.

Weitere Informationen erhalten Sie bei Sabrina Czelustek kmz@kreis-ni.de Kursnummer 26A1F5100F

Messe des Kreismedienzentrums

Entdecken Sie die Angebote und Materialien des Kreismedienzentrums (KMZ) bei unserer Messe.

Mittwoch, 25.02.26, 14 - 18 Uhr

Kursnummer 26A1L5001M

gebührenfrei

Ihre Ansprechperson: Sabrina Czelustek vhs@kreis-ni.de



Ihre Ansprechpersonen:

Kerstin Schwalgun

Programmbereichsleitung
967-618

Franziska Baars

Sachbearbeiterin
967-611

vhs-kultur@kreis-ni.de

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

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



Gefördert vom



26A2A3010D

talentCAMPus in den Sommerferien –

Bunte Farben für die Freiheit

Das kostenfreie Ferienprojekt richtet sich an Kinder von 8 bis 12 Jahren, mit und ohne Migrationshintergrund aus Förder-, Haupt- und Oberschulen.

In diesem talentCAMPus Projekt wird das Verständnis für Demokratie gefördert. Vielfalt, interkulturelle und soziale Kompetenz werden gestärkt.

Kreative und kulturpädagogische Methoden, wie z.B. Plakate erstellen, Theater und Rollenspiele können erprobt werden.

Es werden Expert*innen zum Thema Demokratie eingeladen.

Das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) fördert mit seinem Programm "Kultur macht stark. Bündnisse für Bildung" außerschulische

Projekte, insbesondere der kulturellen Bildung. Sie eröffnen Kindern und Jugendlichen neue Bildungschancen und vermitteln Neues und Kreatives.

Montag - Freitag, 06.07.2026 - 10.07.2026, 09:00 - 15:00 Uhr, 5 Tage
vhs-Haus, Forum D001
Dozententeam
gebührenfrei

Literatur

26A2B3020K

Literaturkreis

Frankreich, insbesondere Paris, steht im Fokus des Literaturkreises in diesem Semester. Künstler*innen aller Gattungen zog die Stadt in ihren Bann.

Zu ihnen gehörten beispielsweise: Hemingway, Rilke, Simenon, Simone de Beauvoir und Sartre. Paris war und ist ein Ziel, ein Sehnsuchtsort und auch ein Schauplatz in der Literatur.

Zum Einstieg wird "Paris - links der Seine" von H.J. Ortheil gelesen. Über die weitere Frankreichlektüre entscheiden die Teilnehmer*innen im Laufe des Kurses.

Donnerstag, 05.02.2026, 17 - 18:30 Uhr,
12 Veranstaltungen
Nienburg/vhs-Haus
Dorothee Schröder
108,00 €

Theater



26A2D3010K

In Zusammenarbeit mit dem Theater auf dem Hornberg

Wir schauen uns zusammen spannendes Theater an und diskutieren darüber. Welches Thema wird behandelt? Wie bereitet ein Regieteam sich vor? Was ist ein Konzept? Wie gehen Proben von statten? Wie würden Sie den Stoff umsetzen? Der Regisseur und Dramaturg Mario Portmann gibt eine Einführung sowie Nachbesprechung des Theaterstücks.

Als erstes nehmen wir uns die Aufführung „Till Eulenspiegel - Schauspiel nach der bekannten Volkssage“ vor.

Wir treffen uns dreimal im März. Am Vorbereitungstreff eine Woche vor dem Vorstellungsbuch legen wir die

Grundlagen. Dann gehen wir ins Theater. Eine Woche später tauschen wir unsere Eindrücke aus.

Samstag, 14.3.2026, 11:00-12:30Uhr
Samstag, 21.3.2026, 11:00-12:30Uhr
2 Veranstaltungen
Nienburg/vhs-Haus
Mario Portmann
24,20 €

Es fallen Kosten für die Eintrittskarte (zum Abopreis) an. Die Eintrittskarte ist nicht in der Gebühr enthalten.
Die Vorstellung des Theaters für Niedersachsen findet statt am 22.3.2026, ab 15:30 Uhr im Theater auf dem Hornwerk.

Gästeführerqualifizierung



26A2G3020K

Qualifizierung: Gästeführer*in für Stadt und Landkreis Nienburg

Qualifizierungskurs zur Gästeführer*in in Zusammenarbeit mit der Mittelweser Touristik und in Kooperation mit der KVHS Verden

Dieses Seminar richtet sich an alle Interessierten, die ihre Stadt oder ihren Ort als Gästeführer*in Besucher*innen der Mittelweserregion näherbringen möchten.

In der Fortbildung erhalten die angehenden Gästeführer*innen ein umfangreiches Hintergrundwissen über die Region. Zusätzlich werden die Teilnehmenden das

sichere Auftreten vor Gruppen, sowie Planung, Organisation und Durchführung von Gästeführungen erlernen. Einige Bausteine werden am Beispiel der Stadt Nienburg

vermittelt. Diese sind auch auf andere Kommunen übertragbar. Anschließend erhalten die Teilnehmenden ein Zertifikat (bei Teilnahme an mindestens 80% der Unterrichtsstunden.)

Kursinhalte:

- Die Kommune Nienburg/Weser-gestern, heute, morgen
- Kultur, Stadtgeschichte und Baustilkunde
- Freizeit, Erholung und Umwelt
- Fragen zum Haftungsrecht

Als Kooperationspartnerin erstattet die Mittelweser Touristik, bei Vorlage des Zertifikats, einen Anteil von 50,00 € der Kursgebühr für Teilnehmende, die in Nienburg/Weser als Gästeführer:in tätig werden.

Montag, 13.04.2026, 18:00 - 21:00 Uhr,
10 Abende, nicht in den Ferien
Nienburg/vhs-Haus
Dozententeam
200,00 €

Malen / Zeichnen / Plastisches Gestalten

26A2H3005K

Landschaftsmalerei für Einsteiger*innen

In diesem Kurs können Sie die Landschaftsmalerei erlernen. Anhand von Beispielen bekannter Künstler*innen lernen Sie verschiedene Methoden der Landschaftsmalerei kennen. Kenntnisse über Bildaufbau und Farbgestaltung werden vermittelt. Anschließend folgt die eigene künstlerische Praxis. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte bringen Sie eigenes Material und Farben mit.

Gouache Farben können gegen einen geringen Kostenbeitrag bei der Dozentin vor Ort erworben werden.

Samstag, 28.02.2026, 13:45 - 16:45 Uhr
Nienburg, vhs Haus
Simone März
19,20 €

26A2H3030K

Portraitmalerei für Frauen

Dieser Kurs befasst sich mit den Grundlagen von exemplarisch ausgewählten Frauenportraits aus verschiedenen Kulturen, gesellschaftlichen Schichten und aus verschiedenen Kunstepochen. Im Hintergrund steht die Rolle, sowie der gesellschaftliche Rang der Frau in verschiedenen Epochen und Kulturen. Wir beschäftigen uns in diesem Kurs mit der Bildbetrachtung, verschiedener Frauenportraits aus kunstgeschichtlichen Epochen, sowie mit der Grundlage von Portraitmalerei. Künstlerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bleistifte verschiedener Stärke und Zeichenpapier A3 ist mitzubringen. Bleistifte verschiedene Stärken (2H, H, F, B, B2, B4, B6... Radiergummi, Knete ehemals für Reinigung der Buchstaben von Schreibmaschinen und Zeichenpapier A3, Tischstaffelei, Papierunterlage für die Zeichenhand).

Montag, 23.02.2026, 19:30 - 21:45 Uhr
5 Abende
Nienburg, vhs Haus
Bettina Angelika Derleth
67,50 €

26F2H3020K

Handlettering für Anfänger:innen

Handlettering begegnet uns an jeder Straßenecke. Auf dem Werbeplakat an der Bushaltestelle, der Angebotstafel Ihrer Lieblingsbäckerei, bedruckten T-Shirts oder den Titelblättern aktueller Zeitschriften. Es gibt zahllose Arten von Handlettering. In diesem Kurs werden Sie an "Handlettering" herangeführt. Sie erlernen die Grundlagen und am Ende des ersten Kurses können Sie die ersten eigenen Handletterings gestalten. Neugierig geworden? Dann probieren Sie es einfach aus!

Es fallen Kosten in Höhe von ca. 6,00 € an, die vor Ort zu entrichten sind. Für eine rechtzeitige Bestellung der Kursmaterialien wird um eine Anmeldung bis spätestens eine Woche vor Kurstermin gebeten.

Samstag, 21.02.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Landesbergen, Schule,
Hinter den Höfen 7
Lara Härtel
19,20 €

26D2I3010K

Werkstatt für die Kleinplastik

In diesem zweitägigen Workshop haben Sie die Möglichkeit, im Atelier der Künstlerin, eingebettet inmitten der Natur, plastisch zu arbeiten. Dabei können sie vielfältige Materialien erproben und für die Gestaltung eines eigenen Projekts einsetzen. Thematisch steht die umliegende Natur im Mittelpunkt: Ihre Formen und Strukturen dienen als Inspirationsquelle und Ausgangspunkt für das künstlerische Arbeiten. Neben praktischen Anleitungen zur Umsetzung werden auch theoretische Grundlagen vermittelt, die das eigene kreative Schaffen bereichern und vertiefen.

Bitte mitbringen: kleines glattes Küchenmesser, ein Esslöffel, ein kleiner Löffel, Skizzenblock, Bleistift, Schutzkleidung. Die Materialien werden zum 1. Termin von der Dozentin organisiert. Weitere Materialien werden in den Terminen besprochen. Materialkosten zum 1. Termin ca. 4,50 Euro.

Freitag, 15.05.2026, 10 - 16 Uhr, 2 Tage
Drakenburg/Atelier
Andrea Tiebel-Quast
91,30 €

26D2I3020K

Werkstatt für die Kleinplastik

Freitag, 10.07.2026, 10 - 16 Uhr, 2 Tage
Drakenburg/Atelier
Andrea Tiebel-Quast
91,30 €

26K2I3020T

Nanas im Kleinformat selbst modelliert

Nana's sind bekannt durch die berühmte Künstlerin Niki de Saint Phalle. In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit ihre eigene kleine Nana Figur herzustellen.

In diesem Kunstkurs tauchen Sie ein in den wunderbaren und kreativen Prozess des Modellierens. Auf einem stabilen Objektträger wird eine ca. 30 cm große Figur gefertigt.

Im Anschluss wird die Figur mit Knetbeton überzogen und modelliert. Nach einer Trocknungszeit können die Figuren zuhause bunt bemalt werden.

Mitzubringen:
Schürze, Einmal Gummihandschuhe, 3 L Kunststoffschale, ein Kissen/Korb für den Transport.

Es fallen zusätzliche Materialkosten in Höhe von 35,00 € an, die direkt an die Kursleitung zu entrichten sind.

Sonntag, 12.04.2026, 11:00 - 16:15 Uhr
Steyerberg, Waldschule, Förstergarten 2
Judite Weitekamp
37,10 €

Farb- und Stilberatung

26I2K3010T

Farbtyp- und Stilberatung

In diesem Kurs können Sie erlernen, welche Art Kleidung zum Farbtyp und zur Körperform passt und welches Outfit empfehlenswert ist, auch für wichtige Anlässe wie z.B. Vorstellungsgespräche. Sie erweitern Ihre Kompetenzen rund ums Thema Bekleidung und lernen, wie Sie sich vorteilhaft kleiden können.

Farbfächer können für 18 oder 32 € vor Ort erworben werden. Bitte erscheinen Sie ungeschminkt.

Samstag, 06.06.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
OBS Loccum, Walter-Haaren-Straße 19
Diana-Samantha Beckmeyer
42,40 €

26K2K3010T

Farbtyp- und Stilberatung

In diesem Kurs können Sie erlernen, welche Art Kleidung zum Farbtyp und zur Körperform passt und welches Outfit empfehlenswert ist, auch für wichtige Anlässe wie z.B. Vorstellungsgespräche. Sie erweitern Ihre Kompetenzen rund ums Thema Bekleidung und lernen, wie Sie sich vorteilhaft kleiden können.

Farbfächer können für 18 oder 32 € vor Ort erworben werden. Bitte erscheinen Sie ungeschminkt.

Samstag, 07.03.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Steyerberg/Waldschule, Förstergarten 2
Diana-Samantha Beckmeyer
42,40 €

Fotografie

26A2L3020K

Grundlagen der digitalen Fotografie

In diesem Kurs bekommen Sie nützliche Tipps und Tricks, wie Sie zu noch besseren Fotos kommen. Die Freude über ein gelungenes Bild ist groß, wenn das Foto gelungen ist. Sie können ihre Kenntnisse vertiefen und sich in den Grundlagen der digitalen Fotografie fortbilden.

Ganz gleich ob Sie sich für Landschafts-, Tier-, Portrait-, oder Architekturaufnahmen handelt. Hier lernen Sie die verschiedenen Bildgestaltungselemente (Punkt, Linie, Fläche u.a.) unter der fachlichen Anleitung eines Berufsfotografen kennen. Das theoretische Wissen wird in die Praxis umgesetzt.

Bitte mitbringen: eine digitale Kamera, USB-Sticks, Schreibutensilien

Mittwoch, 11.02.2026, 19:00 - 20:30 Uhr,
6 Veranstaltung
Nienburg/vhs-Haus
Ralph Volkland
66,00 €

26A2L3025K

Tipps und Tricks in der Reisefotografie

In diesem Kurs bekommen Sie nützliche Tipps und Tricks, wie Sie zu noch besseren Fotos kommen, wenn Sie sich auf Reisen den Landschaften, Tieren, Städten, Menschen oder deren Kulturen widmen. Auch lernen Sie den rechtlichen Begriff der Panoramafreiheit kennen. Sie können mit Ihrem Smartphone, einer Sucherkamera oder auch mit einer anspruchsvollen digitalen Kameraausrüstung fotografieren. In diesem Kurs gibt der Dozent, und Fotograf seine Erfahrungen und sein Wissen in Theorie und Praxis an die Teilnehmer*innen weiter. Sie können ihre fotografischen Kenntnisse vertiefen und sich fortbilden.

Eine eigene Kamera (Digitalkamera, Sucherkamera, Smartphone) ist mitzubringen.

Mittwoch, 13.05.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
6 Veranstaltungen
Nienburg/vhs-Haus
Ralph Volkland
66,00 €

26A2L3030T

Urbane Street-Fotografie

In der Street Fotografie werden spontane Bilder des Alltags mit künstlerischem und dokumentarischem Anspruch eingefangen. Wichtige berühmte Fotografen sind z.B. Henri Cartier-Bresson, Vivian Maier, Garry Winogrand u.a. In der Fotografie im urbanen Raum geht es darum eine Szene

im richtigen Moment festzuhalten. Die Motive sind zahlreich und vielseitig.

Sie erhalten eine theoretische Einweisung, und wenn nötig eine kurze Auffrischung der Bedienungselemente bevor es um die eigene Fotopraxis geht.

Eine eigene Kamera ist bitte mitzubringen (Sucherkamera, Spiegelreflexkamera oder Systemkamera)

Samstag, 30.05.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Ralph Volkland
49,50 €

Kunsthandwerk/ Textiles Gestalten

➔26C2K3010K

Papierskulpturen leicht gemacht!

In diesem Kurs erlernen Sie klebstofffreie Papierarchitektur und Papiermodelle zu bauen. Ob Landschaftsarchitektur, Möbel oder Technik alles ist realisierbar und leicht umsetzbar. Mit Stift und Schere können Sie kostengünstig Unmögliches und Unglaubliches schaffen. Die Papierskulpturen sind für den Transport zerlegbar. Die Feinmotorik und das räumliche Denken werden gestärkt. Alles wird ohne Klebstoff gebaut, damit es ökologisch und austauschbar ist.

Bitte mitbringen: Tonpapier, Fotokarton in unterschiedlichen Farben im A4-Format mind. 2 Scheren in 2 verschiedenen Größen, unbenutzte Lineal, Bleistift, Buntstift hell, Anspitzer, Radiergummi

Mittwoch, 11.03.2026, 15:00 - 18:00 Uhr
Eystrup, Grundschule, Hauptstraße 44
Tatjana Nikolajewna Surajew
18,00 €

➔26C2K3030K

Papierschnitt und Faltkunst

In diesem Kurs können Sie die Papierschnitt und Faltkunst erlernen. In geselliger Runde stärken Sie die Feinmotorik, Muskulatur in Schulter, Handgelenk und Fingern. Auch für das Training des Gedächtnisses ist die räumliche Vorstellungskraft sehr gut geeignet.

Bitte mitbringen:

Tonpapier, Fotokarton in unterschiedlichen Farben im A4-Format, mind. zwei Scheren in zwei verschiedenen Größen, unbenutztes Lineal, Bleistift, Buntstift hell, Anspitzer, Radiergummi

Samstag, 16.05.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Eystrup, Grundschule, Hauptstraße 44
Tatjana Nikolajewna Surajew
19,20 €

➔26D2I3050K

Töpfern mit Handaufbautechniken

In diesem Kurs können Sie das Töpfern mit Steinzeugton erlernen und neue Kenntnisse und Fähigkeiten erlernen, um sich fortzubilden. Die Objekte werden nach dem Glasurtermin bei 1250 Grad gebrannt und ist danach spülmaschineneignet und frostfest. (Fast) Alles ist möglich: z.B. eine Kaffeetasche, Dekoelemente, einen Napf fürs Tier oder eine Blumenvase. Der Schwerpunkt liegt auf den klassischen Handaufbautechniken (Platten-, Wulst- und Daumendrucktechnik). Dabei werden sowohl handwerkliche Grundlagen als auch gestalterische Aspekte vermittelt. Es wird ohne Drehscheibe gearbeitet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der erste Termin ist zum Töpfern, der zweite

zum Glasieren. Die fertigen Werkstücke müssen nach dem zweiten Brennen am Kursort abgeholt werden.

Arbeitskleidung oder Schürze empfohlen. Der Witterung angepasst kleiden, der Kurs findet in einer Werkstatt (ehem. Stall) statt.

Es entstehen Zusatzkosten 15,-€ P.P.

Freitag, 20.03.26, 19:30 - 21 Uhr, 2 Tage
Töpferwerksatt, Anderten 45, 31622
Heemsen
Laura Wildschut-Huml
18,00 €

➔26D2I3055K

Töpfern mit Handaufbautechniken

Freitag, 24.04.26, 19:30 - 21:Uhr, 2 Tage
Töpferwerksatt, Anderten 45, 31622 Heemsen
Laura Wildschut-Huml
18,00 €

WOE 26A2I3020K

Plastizieren und Drehen auf der Töpferscheibe

Zielgruppe: Anfänger: innen und Fortgeschrittene, Beruflich Interessierte, die in das Töpferhandwerk, Keramik und Design einsteigen möchten oder ihre bereits vorhandenen Fähigkeiten und Kenntnisse vertiefen möchten.

In diesem Kurs lernen Sie mit Ton zu arbeiten und Ihrer Kreativität freien Lauf zu lassen. Formen, Plastizieren, Bauen, Wickeln, Stempeln, Dekorieren, Malen, Drehen auf der Töpferscheibe.

Alles ist möglich an diesem besonderen exklusiven Töpferwochenende im Ambiente eines professionellen Keramikateliers. Anfänger*innen und Fortgeschrittene werden gleichermaßen von der erfahrenen Dozentin unterstützt und es werden unterschiedlichste Techniken vermittelt. Die entstandenen Arbeiten werden im holzbefeuerten Brennofen und im E-Ofen gebrannt.

Jeder Teilnehmerin und jedem Teilnehmer steht eine Töpferscheibe zur Verfügung.

Abmeldefrist: 10 Tage vor Kursbeginn.

Es entstehen Material- und Brennkosten, die vor Ort an die Dozentin zu entrichten sind. Bitte Arbeitskleidung und einen Mittagimbiss mitbringen.

Samstag, 21.02.2026, 10:00 - 15:00 Uhr
2 Veranstaltungen
Atelier Scholen
Sabine Kratzer
195,60 €

➔26D2K3010T

Schöner Schmuck - leicht gemacht! Silber, Gold und andere Materialien

In diesem Kurs erlernen Sie die Grundtechniken des Goldschmiedens. Nach eigenen Ideen und Entwürfen können Sie Schmuckstücke aus Gold oder Silber fertigen. Sie erlernen neue Kenntnisse und Fähigkeiten und können sich im Bereich Schmuckdesign fortbilden.

Bringen Sie bitte auch Skizzenpapier und Zeichenstift mit. Materialkosten werden direkt im Kurs mit der Kursleitung abgerechnet. (20,- bis 40,-€, je nach Verbrauch)

Samstag, 18.04.2026, 10:00 - 16:15 Uhr
Heemsen, Grundschule, Schulstraße 39
Anne Grotenhöfer
42,40 €

➔26J2K3010T

Schöner Schmuck - leicht gemacht! Silber, Gold und andere Materialien

In diesem Kurs erlernen Sie die Grundtechniken des Goldschmiedens. Nach eigenen Ideen und Entwürfen, können Sie Schmuckstücke aus Gold oder Silber fertigen. Neue Kenntnisse und

kunsthandwerkliche Fähigkeiten werden für die eigene Weiterbildung vermittelt.

Für die Planung ist es unerlässlich, dass im Vorfeld (telefonisch bei der Dozentin, Tel.: 05026/9006763) das gewünschte Material abgesprochen wird. Erste Entwürfe und Material werden am ersten Abend besprochen. Bringen Sie bitte auch Skizzenpapier und Zeichenstift mit. Materialkosten werden direkt im Kurs mit der Kursleitung abgerechnet. (20,- bis 40,-€, je nach Verbrauch)

Samstag, 21.02.2026, 10:00 - 16:15 Uhr
Stöckse/ Zum Heidberg 9
Anne Grotenhöfer
42,40 €

➔26J2K3050T

Schmuckwerkstatt - Eltern-Kindkurs (ab 8 Jahren)

In diesem Kurs können Kinder ab 8 Jahren mit einer Begleitperson (Erziehungsrechtigte, Groß-/Eltern) zusammen

kreative Objekte entwickeln und gestalten. Es werden kleine Schmuckstücke für sich selbst und zum Verschenken erstellt. Die Kreativität der Kinder wird gefördert.

Für die Planung ist es unerlässlich, dass im Vorfeld (telefonisch 05026/9006763) das gewünschte Material abgesprochen wird. Die anfallenden Materialkosten sind vor Ort zu bezahlen. Bitte bringen Sie mit: eine kleine Rundzange, Seitenschneider, Hammer, kleine Metallplatte (10 x 10 cm), Schmuckperlen. Denken Sie an Arbeitskleidung bzw. eine Schürze. Die Gebühr bezieht sich auf ein Elternteil und ein Kind.

Samstag, 14.03.2026, 10:00 - 16:15 Uhr
Stöckse/ Zum Heidberg 9
Anne Grotenhöfer
58,70 €

➔26F2K3010K

Blüten, Blätter und Ranken filzen in der Nasstechnik

In diesem Kurs erlernen Sie die alte Kunsthandwerkstechnik des Weidenflechtens. Es können Blüten, Blätter und Ranken aus wunderschöner feiner Merinowolle und Seide in der Nasstechnik mit Wasser und Seife gefilzt werden. Die gefilzten Blüten können gut zur Dekoration verwendet werden, als Haarschmuck oder für Broschen und Ketten. Dieser Kurs lässt sich auch gut mit dem Kurs Weidenkränze in Variationen (24F2K020) kombinieren. Der Kurs eignet sich, um neue Techniken zu erlernen und zu vertiefen.

Bitte bringen Sie zwei kleine und ein großes Handtuch mit. Eine kleine Schüssel, ein Stück Seife, 50 cm Bubbleplastikfolie (kleine Blasen/Bubbles), Schwamm, Wäschesprenger, Wischtuch und Schere, einem kleinen leichten Müllbeutel und einen Kochlöffel. Nähzeug wie Nadel und Faden, Proviant und gute Laune! Die Materialkosten von ca. 10 bis 15,00 €, je nach Verbrauch, werden vor Ort mit der Dozentin abgerechnet.

Freitag, 06.02.2026, 17:45 - 21:30 Uhr
2 Veranstaltungen
Landesbergen, Schule,
Hinter den Höfen 7
Meike Naughton
48,50 €

26F2K3050T

Rankhilfen aus Weidengeflecht - altes Kunsthandwerk erlernen

Für den Garten oder Pflanzcontainer flechten wir runde Rankhilfen (Obelisken). Es werden verschiedene Techniken aus der Korbflechtereilehrt. Nicht nur anlehungsbedürftige Pflanzen freuen sich über diese hübschen Gebilde! In diesem Kurs können Sie neue Kenntnisse und Fähigkeiten erlernen und sich fortbilden.

Bitte bringen Sie eine Rosenschere und eine Ahle oder eine dünne Stricknadel (Nadelspiel) mit. Die Materialkosten liegen bei ca. 12 bis 15 €, je nach Verbrauch.

Dienstag, 05.05.2026, 17:45 - 21:30 Uhr
Anmeldung bis 27.04.2026
Landesbergen, Schule,
Hinter den Höfen 7
Meike Naughton
25,00 €

26F2K3060T

Pfingstrosen Krone - Staudenhalter der besonderen Art selbst herstellen

Wir flechten aus biegsamen Weidenruten ganz hübsch anzusehende Staudenhalter; nicht nur für Pfingstrosen. Diese kuppelartigen Gestelle sind mit sogenannten "Gottesaugen" gefertigt und geben den Kronen eine gewisse Eleganz. Im Rahmen unten befinden sich Ankerstöcke, die beim Aufstellen im Blumenbeet in den Boden geschoben werden und für Stabilität sorgen. Schwere Blüten werden auf den schmucken Bögen sicher gehalten. In diesem Kurs können Sie Fähigkeiten und Kenntnisse vertiefen und sich fortbilden.

Bitte bringen Sie eine scharfe Gartenschere und einen Zollstock mit. Es fallen Materialkosten in Höhe von ca. 12,00-24,00 € an, die je nach Verbrauch, an die Kursleitung zu entrichten sind. Eine **schriftliche Anmeldung** bis 8 Tage vor Kursbeginn ist erforderlich.

Freitag, 12.06.2026, 17:45 - 21:30 Uhr
Stolzenau/ Atelier Naughton, Müsleringer
Holt 11
Meike Naughton
25,00 €

26G2K3010K

Schnitzen im Grünen - altes Handwerk erlernen

Raus ins Grüne, Natur genießen und schnitzen. Gemeinsam werden wir eine kleine Wanderung durch Wald und Wiese unternehmen. Bei diesem Naturerlebnis werden wir mit allen Sinnen auf Entdeckungsreise gehen: Wir suchen Kräuter und lassen uns von der Natur inspirieren. An einem schönen Platz werden wir unsere Zeit mit einem der ältesten Naturhandwerke verbringen: dem Schnitzen. Dies ist eine schöne Gelegenheit, die Natur bewusster wahrzunehmen, kreativ zu sein, neue Fähigkeiten zu erlernen, alle Sinne zu aktivieren und in der Natur zu entspannen.

Treffpunkt: Bornbruchheide/Ecke Oyler
Straße, in Oyler
Samstag, 30.05.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Wechselnder Ort
Ulrike Schütte
19,20 €

26A2I3050K

Korbflechten mit Weiden - runder Henkelkorb

Korbflechten kann Erfahrungen handwerklichen Arbeitens vermitteln, wie es über Jahrtausende praktiziert wurde und

lebensnotwendig war, und so auch einen Bezug zur Vergangenheit schaffen.

Die geflochtenen Behältnisse, die in diesem Kurs hergestellt werden wie beispielsweise runde Körbe mit oder ohne Henkel aus ungeschälten Weiden sind vielseitig verwendbar: in Haushalt und Landwirtschaft, als Einkaufskörbe, Wollkörbe, Blumenübertöpfe, Papier- und Kartoffelkörbe u.v.m. Dieser Kurs eignet sich besonders für Teilnehmende, die Ihre beruflichen Kenntnisse vertiefen möchten.

Materialkosten: 10,- Euro p.P. Das Material wird bereitgestellt. Bitte mitbringen: Rosenschere (falls vorhanden), stabiles Messer, Zollstock, Kneifzange, Meißel oder ähnliches Eisen.

Samstag, 28.02.2026, 10- 18 Uhr, 2 Tage
Nienburg/vhs-Haus
Hans-Werner Kirschmann
96,00 €

26A2J3010T

Nähen: Taschenfreunde - selbst nähen und individuell gestalten

Die Tasche in der Tasche für alle Dinge, die griffbereit sein sollen, Schlüsselanhänger und -schlangen, ein kleines Portemonnaie oder eine Smartphone Hülle - mit Nähanleitungen, Anpassungs- und Gestaltungstipps zur eigenen Ausstattung. Für jedes Projekt gibt es verschiedene Varianten, so dass viele Möglichkeiten für Nähbegeisterte der unterschiedlichen Erfahrungsstufen zum Erfolg führen. Der Kurs eignet sich besonders für Teilnehmende, die ihre Kenntnisse vertiefen und beruflich nutzen möchten.

Eine eigene Nähmaschine ist mitzubringen.

Die Materialliste wird Ihnen vor Beginn des Kurses per E-Mail zugesandt.

Samstag, 14.02.2026, 10:00 - 16:30 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Anke Ehlers
38,40 €

26A2J3020K

Patchwork: Das gedrehte Doppelquadrat

Durch das Vernähen von Quadraten und Dreiecken entsteht ein dekorativer Patchwork Block, der sich allein oder zusammen mit anderen Blöcken für viele Verwendungsmöglichkeiten eignet. Für die Verarbeitung von Stoffen aus dem Vorrat oder das Umsetzen eines bestimmten Farbkonzeptes bei diesem Patchwork Muster ist viel Platz für kreative Ideen. Dieser Kurs eignet sich besonders für Teilnehmer, die Ihre Kenntnisse vertiefen möchten und diese beruflich nutzen wollen.

Eine eigene Nähmaschine ist mitzubringen.

Sie benötigen Baumwollwebware, am besten Patchwork Stoffe, und farblich passendes oder neutrales (grau oder beige) Nähgarn. Für den Patchwork Block sind auch vorgeschnittene Stoffe (z. B. Jelly Roll) gut geeignet. Je nach Planung und Arbeitsfortschritt im Kurs benötigen sich später noch ein zu Ihrem Projekt passendes Vlies und einen Rückseitenstoff. Die Kursleitung kann Sie dazu während des Kurses beraten.

Freitag, 06.03.2026, 14:30 - 19:00 Uhr
2 Veranstaltungen
Nienburg/vhs-Haus
Anke Ehlers
63,60 €

26A2K3010K

Buchbinden - Erstellung von individuellen Journalen- in Zusammenarbeit mit der Diakonie

Dieser Kurs richtet sich an Frauen, mit und ohne Migrationshintergrund mit geringem Budget. Exklusiv für Frauen, da es im Werkstatt(t)raum -interkulturelles Kreativ-Atelier für Frauen- stattfindet.

In diesem Kurs können Frauen das handwerkliche Erstellen eines Buches erlernen und erhalten eine Anleitung zum Erstellen eines individuellen Journals mit optionalem Zubehör. Das selbstgestaltete Buch, kann z.B. als Lernmaterial verwendet werden. Das Journal hat in der Regel ein DIN-A-5-Format. Eigene Wünsche werden besprochen, dann geht es an die praktische Umsetzung. Der Kurs ist kostenfrei.

Spezielles Papier oder ein Einband bitte mitbringen. Material wird zur Verfügung gestellt.

Montag, 13.04.2026, 14:30 - 16:00 Uhr
6 Nachmittage
Werkstatt(t)raum, interkulturelles Kreativ-Atelier für Frauen
Weserstraße 7, 31582 Nienburg
Stefanie Liedtke
gebührenfrei



26A2K3020K

Silhouetten- Scherenkunst- französische Papierkunst

In diesem Kurs können Sie die Französische Papierschnittkunst, voller Romantik neugestalten. Bekannt ist dieses Kunsthandwerk in Frankreich als Silhouetten-Scherenkunst. Sie können ihrer Phantasie freien Raum lassen und ein Stückchen Frankreich mit nach Hause nehmen. Beispiele: eine verträumte Umgebung durch die Hügellandschaft und die mittelalterliche Architektur, der beliebte Eiffelturm oder Liebespaare. Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende, die die Kunst des Scherenschnittes kennen lernen und sich hierin fortbilden möchten.

Tonpapier, Fotokarton in unterschiedlichen Farben im A4- Format mind. 2 Scheren in 2 verschiedenen Größen, unbenutztes Lineal, Bleistifte, Buntstifte hell, Anspitzer, Radiergummi bitte mitbringen.

Mittwoch, 04.03.2026, 15:00 - 18:00 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Tatjana Nikolajewna Surajew
18,00 €

Tanzpraxis

26F2F3560K

Paartanz für Anfänger: innen oder Wiedereinsteiger:innen

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Spaß an Bewegung nach Musik haben. Unterrichtet werden Latein- und Standardtänze plus Discofox. Tanzen trainiert die Kondition, geistige Fitness und beschert Glücksmomente. In diesem Kurs können Sie neue Fähigkeiten erlernen und ihre Kenntnisse vertiefen.

Montag, 09.02.2026, 19:00 - 20:00 Uhr
10 Abende
Stolzenau, Oberschule Mittelweser,
Weserstraße 3
Franz Ober
82,00 €

☛26F2F3565K

Paartanz für Anfänger: innen oder Wiedereinsteiger: innen

Montag, 09.02.2026, 20:10 - 21:10 Uhr
10 Abende
Stolzenau, Oberschule Mittelweser,
Weserstraße 3
Franz Ober
82,00 €

☛26G2F3030K

Paartanz für Anfänger: innen und Wiedereinsteiger:innen

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Spaß an Bewegung nach Musik haben: Langsamer Walzer, Quickstepp, Tango, Cha-Cha-Cha, Rumba oder Disco-Fox. Tanzen trainiert die Kondition und geistige Fitness, wirkt verjüngend, bereitet Spaß und beschert viele Glücksmomente. In diesem Kurs erlernen Sie neue Fähigkeiten und Kenntnisse.

Bringen Sie bitte Tanzschuhe und etwas zum Trinken mit.

Donnerstag, 05.02.2026, 19 - 20 Uhr
10 Abende
Liebenau, St. Laurentius Grundschule,
Schloßstr. 10, Aula
Franz Ober
82,00 €

☛26G2F3035K

Paartanz für Anfänger: innen und Wiedereinsteiger:innen

Donnerstag, 05.02.26, 20:10 - 21:10 Uhr
10 Abende
Liebenau, St. Laurentius Grundschule,
Schloßstr. 10, Aula
Franz Ober
82,00 €

☛26I2F3060K

Dansexpressie - Tanzen mit Leib und Seele-Ein immaterielles Kulturerbe

"Wo immer der Tanzende mit dem Fuß auftritt, da entspringt dem Staub ein Quell des Lebens." (Rumi) Zu diesem Kurs sind Teilnehmende jeden Alters eingeladen, die Lust haben, über Bewegung/Tanz in tieferen Kontakt mit sich selbst, anderen Menschen und dem Leben an sich zu kommen. Wir tanzen nach der Methode der Dansexpressie - Ausdruck im Tanz. Diese Methode betont v.a. den Aspekt der Persönlichkeitsentwicklung und geht davon aus, dass jeder Mensch tanzen kann! Dansexpressie ist freies, entdeckendes Tanzen ohne Wettbewerb und Konzepte von richtig und falsch, schön und hässlich. Vielmehr erschaffen wir gemeinsam einen Raum, in dem alles Platz hat und willkommen ist. Bewegungsaufgaben, ganz unterschiedliche Arten: Musik, Anregungen aus Poesie, Malerei oder allgemeinen Themen regen an und unterstützen, den eigenen, individuellen Tanz zu entdecken. Innere Bilder und Gefühle können als Aspekte der Persönlichkeit erfahren und im Tanz auf vielfältige Weise zum Ausdruck gebracht werden. "Worte bezeichnen, was wir bereits wissen; ausdrucksvolle Bewegungen offenbaren Unbekanntes. Empfindungen, Gefühle, Emotionen und Bilder, die lange in unserem Körper verborgen waren, treten durch die Bewegung zutage." (Anna Halprin)

Bequem anziehen, eine Isomatte oder Woldecke, dicke Socken, ein Kissen und etwas zum Trinken mitbringen.

Dienstag, 14.04.2026, 20:00 - 22:00 Uhr
11 Abende
Bad Rehburg, Dorfgemeinschaftshaus,
Marienhöhe 8
Sabine Treichel-Pohl
156,00 €

Musikalische Praxis

☛26F2N3060K

Trommeln auf der Djembe

Wie war das noch mal mit dem Bass, Slap und Ton?

Sie erlernen an diesem Nachmittag die Grundkenntnisse des Trommelns und bekommen einen kleinen Einblick in die traditionellen, bezaubernden, afrikanischen Rhythmen. Getrommelt wird überwiegend auf Djemben, es sind Rhythmen aus dem Senegal und aus Guinea. Anfänger*innen, leicht Fortgeschrittene sowie auch Fortgeschrittene sind herzlich willkommen. Für jede(n) ist ein Part des Trommelns dabei.

Instrumente stehen gegen eine Ausleihgebühr von 5,-€ zur Verfügung und sind vor Ort an die Kursleitung zu entrichten. Eigene Trommeln können mitgebracht werden.

Samstag, 14.03.2026, 15:00 - 18:00 Uhr
Landesbergen, Mühle, Mühlenplatz 1
Simone Bendlin
21,80 €

☛26F2N3065K

Trommeln auf der Djembe

Samstag, 13.06.2026, 15:00 - 18:00 Uhr
Landesbergen, Mühle, Mühlenplatz 1
Simone Bendlin
21,80 €

Angebote für Frauen in Kooperation mit frau+wirtschaft



Erfolgsprojekt für Frauen im Landkreis Nienburg

Seit über 15 Jahren begleitet die Koordinierungsstelle frau+wirtschaft im Landkreis Nienburg Frauen im beruflichen (Wieder-)Einstieg.

Wir bieten individuelle Beratung, Coaching und Seminare rund um die berufliche Weiterentwicklung.

Ressourcen & Kompetenzen aufzeigen und ausbauen

Wir beraten vertraulich und persönlich – Ihr individuelles Thema liegt uns am Herzen. Gern unterstützen wir Sie ganzheitlich bei Ihrer Berufsplanung. Die Gründe für einen Wiedereinstieg oder eine Neuorientierung sind vielfältig. In einem vertraulichen Rahmen entwickeln wir gemeinsam Lösungen, um Ihnen den beruflichen Wiedereinstieg zu erleichtern. Durch unser professionelles Seminarprogramm

können Sie Ihre Kenntnisse auffrischen und neue Talente entdecken.

Unsere Angebote sind für Sie kostenfrei

Die Koordinierungsstelle frau+wirtschaft im Landkreis Nienburg wird aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds (ESF) und des Landes Niedersachsen Programmgebiet stärker entwickelte Region (SER) gefördert.

Koordinierungsstelle frau+wirtschaft im Landkreis Nienburg

Goetheplatz 5a
31582 Nienburg
Tel.: 05021 922 91 95
E-Mail: frau-und-wirtschaft@vnb.de

Eine ausführliche Beschreibung unserer über 70 Angebote und die Möglichkeit zur Anmeldung finden Sie online unter www.frau-und-wirtschaft-ni.de





Ihre Ansprechpersonen:

Kerstin Schwalgun

Programmbereichsleiterin
967-618

Franziska Baars

Sachbearbeiterin
967-611

vhs-gesundheit@kreis-ni.de

"vhs macht gesünder!" belegt eine bundesweite Studie des Universitätskrankenhauses Eppendorf zur Wirksamkeit von Entspannungskursen an der vhs.

Um die Gesundheit eigenverantwortlich zu stärken, ist Gesundheitskompetenz unerlässlich. Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können.

In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehören kann, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden. All das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig.

Bildungsurlaub/-zeit

26A3A3008B

Stressbewältigung und Selbstmanagement

Gesundheitsförderung durch Prävention und Selbsthilfe

Stress ist ein Teil unseres Lebens. Stress verändert unsere Wahrnehmung und somit auch die uns zur Verfügung stehenden Zeit. Zeitmanagement ist eine hilfreiche Arbeitstechnik zur Strukturierung des Alltags. Selbstmanagement unterscheidet sich vom klassischen Zeitmanagement durch die Fragen: Welche Aufgaben muss ich bei meiner Arbeit erledigen? Was ist mir privat wichtig, und was muss bzw. will ich in meiner Freizeit erledigen?

Häufig produzieren wir selbst die Dringlichkeit der Angelegenheiten und somit die Hetze in unserem Arbeitsalltag. Vereinfachen Sie Ihr Leben durch Downshifting (Herunterschalten). Sie gewinnen wertvolle Lebenszeit durch Entschleunigung des täglichen Lebens. Der erfolgreiche Umgang mit den eigenen Stressoren (Stressfaktoren) besteht in der Herausforderung, Kräfte raubenden persönlichen Erfolg mit Entspannung, Ruhe und Gelassenheit in Balance zu bringen.

Es gilt, konkrete Stressoren (Stressfaktoren) zu entdecken, die Sensibilität auf das persönliche Stressverhalten zu lenken und einen hilfreichen Umgang mit Stressverhalten und Stressfolgen zu erarbeiten. Theoretisch werden Stressmanagementkonzepte vorgestellt, sowie kurz- und

langfristige Bewältigungsmöglichkeiten für Belastungen erarbeitet.

In dieser Woche bietet sich Ihnen die Möglichkeit, Ihr optimales Belastungs- oder Stressniveau für Ihren persönlichen Erfolg in allen Bereichen Ihres Lebens herauszufinden. Stress ist ansteckend, gute Laune auch!

Bequem anziehen und eine Wolldecke bitte mitbringen.

Die Veranstaltung ist als Bildungsurlaub in Niedersachsen und als Bildungszeit in Bremen bewilligt.

Montag, 16.03.2026, 08:15 - 15:30 Uhr

5 Veranstaltungen

Freitag von 8.15 bis 13.45 Uhr

Nienburg/vhs-Haus

Christine Wortmann

239,40 €

26A3A3025B

Stress- und Zeitmanagement - Mit Achtsamkeit und Resilienz

Stress und Burnout vorbeugen

Mit Achtsamkeit und Resilienz Stress und Burnout vorbeugen.

In diesem Bildungsurlaub/-zeit erlernen Sie wie Sie Stress und Dauerstress bestmöglich reduzieren können. Verschiedene Techniken und Übungen helfen eine innere Balance zu finden, die dazu führt, effektiver mit Herausforderungen umgehen zu können, sich gesünder zu fühlen und insgesamt entspannter und selbstbestimmter den Alltag zu meistern. Sie lernen, wie Sie mit Achtsamkeit eine innere Widerstandsfähigkeit (Resilienz) aktiv aufbauen können, um Ressourcen zu stärken, psychisch gesund zu bleiben und mehr Energie für die täglichen Aufgaben zu haben.

Der Bildungsurlaub/-zeit ist in Niedersachsen und Bremen bewilligt. Bitte Schreibutensilien mitbringen.

Montag, 01.06.2026, 08:30 - 15:30 Uhr

5 Tage freitags 8:30-13:15 Uhr

vhs-Haus

Ute Röhlke

214,00 €

Pflege-Fortbildung

26A3A3010K

Qualifizierung zum Thema Pflege nach § 45 a-c SGB XI

Die Fortbildung richtet sich sowohl an Menschen, die in der ambulanten Betreuung tätig sind oder zukünftig sein möchten, sowie an zusätzliche Betreuungskräfte, die das anerkannte Zertifikat zur Qualifizierung gemäß § 45 b SGB XI benötigen.

Inhalte:

- Grundkenntnisse zur Pflege bei typischen Alterskrankheiten wie Schlaganfall, Herzinfarkt, Parkinson und deren Behandlungsmöglichkeiten
- Das Krankheitsbild der Demenz und der besondere Umgang sowie Kommunikationsregeln
- Ernährung im Alter, speziell bei Diabetes und altersbedingten Ernährungsproblemen
- Die Situation von Angehörigen und Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige
- Psychische Erkrankungen, Burnout, Depressionen, Angststörungen und ihre Bedeutung in der Betreuung
- Gesetzliche Grundlagen der Pflegeversicherung
- Regeln und Hilfestellung bei der häuslichen Pflege

Die Kursinhalte, entsprechen den Anforderungen, um als zusätzlichen Betreuungskraft in der ambulanten Betreuung (nach Paragraph 45 b SGB XI niederschwelliges

Betreuungsangebot) tätig zu sein. Bitte erkundigen Sie sich vor Beginn des Kurses, ob die Pflegekasse die Kosten (für pflegende Angehörige) übernimmt.

Donnerstag, 26.02.2026, 18 - 21 Uhr

10 Abende

Nienburg/vhs-Haus

Sylke Mues

185,00 €

26M3A3040K

Herausforderung Demenz

Zielgruppe: Angehörige und Pflegekräfte
Die Begleitung eines Menschen in der Demenz kann eine wertvolle Lebensaufgabe darstellen. Diese Sichtweise trifft auf Pflegekräfte als auch auf Angehörige zu. Doch häufig treten Grenzen des Verständnisses auf. Der Kurs soll helfen, sich auf das Krankheitsbild einzulassen und durch die betreuenden Ansätze das Leben auch in der Demenz lebenswert zu gestalten. So werden notwendige medizinische Erklärungen zum Krankheitsbild erläutert, Ursachen und Symptomen beschrieben und somit nicht erklärbare Reaktionen und Verhaltensweisen hinterfragt.

Mittwoch, 25.02.2026, 18:00 - 19:30 Uhr,
2 Veranstaltungen

Uchte, Oberschule, Hannoversche Str. 19

Sylke Mues

18,00 €

Vortrag

26A3A3180V

Selbstliebe - Fundament für ein erfülltes Leben

In einer orientalischen Weisheit heißt es sinngemäß: Es ist nicht leicht, Erfüllung in sich selbst zu finden, aber unmöglich, sie woanders zu finden. Diese Weisheit ist vielfach in Vergessenheit geraten. Die Sehnsucht nach einem erfüllten Leben aber ist geblieben. So sucht man nach Erfüllung im außen durch ein hohes Ansehen, ein perfektes Aussehen u.a. Die Suche ist zum Scheitern verurteilt, man sucht an der falschen Stelle. Die Folge: Unzufriedenheit und weitere Irritationen über viele Jahre. Das Ergebnis: Gestörte Beziehungen und diverse Krankheiten und von Erfüllung keine Spur.

Es stellen sich grundlegende Fragen: Wie kann es sein, dass der Weg nach innen in Vergessenheit gerät? Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Vortrag eignet sich insbesondere als Fortbildung im Bereich Pädagogik, Psychologie und Philosophie.

Dienstag, 10.03.2026, 19:00 - 21:15 Uhr

vhs-Haus

Prof. em. Dr. Klaus Kairies

12,00 €

Eltern-Kind-Kurse

26A3A3260K

Musik - Zwergenland (18 Monate - 3 Jahre)

Jeder Kurs bietet einen neuen Themenbereich.

Mit Tönen und Klängen lernt das Kind seine motorischen Fähigkeiten besser einzuschätzen und Bewegungen lassen sich im Tanz gestalten. Im Musik-Zwergenland werden spielerisch viele musische Elemente aufgegriffen. Das Kind hat die Gelegenheit Eltern aktiv zu erleben, zu beobachten und nachzuahmen. Kindgerechte Lieder und Verse, Finger- und Bewegungsspiele lassen Ihr Kind mit allen Sinnen Musik erleben. Gewinnen Sie zusammen mit Ihrem Kind beim gemeinsamen Musizieren Freude an der Musik.

In den Ferien findet kein Kurs statt.

Der Kurs ist für Kinder ab 18 Monaten bis 3 Jahren zusammen mit einem Elternteil gedacht. Bitte bringen Sie Stoppersocken für Eltern und Kind mit.

Mittwoch, 22.04.2026, 15:30 - 16:30 Uhr
9 Nachmittage **nicht am 13.05.2026**
Nienburg/vhs-Haus
Bettina Elmhorst
75,00 €

26A3A3265K

Musik - Zwergenland (18 Monate - 3 Jahre)

Mittwoch, 22.04.2026, 16:45 - 17:45 Uhr
9 Nachmittage **nicht am 13.05.2026**
Nienburg/vhs-Haus
Bettina Elmhorst
75,00 €

26J3A3050K

Musik - Zwergenland (18 Monate - 3 Jahre)

Steimbke, Haus der Begegnung, Kirchstraße 1 **nicht in den Ferien**
Bettina Elmhorst
59,00 €

Entspannung, Stressbewältigung und Meditation

WOE 26E3B3010T

Dorn-Breuß-Methode

Vielleicht kennen Sie es: Wirbelsäulenprobleme, Schmerzen, die in die Schultern oder Beine ausstrahlen? Die Ursache dafür ist in vielen Fällen die Statik: Beinlängendifferenz, schiefes Becken oder krumme Wirbelsäule. Die sanfte und schmerzlose Methode nach Dorn Breuß korrigiert die Gelenke, ohne die Bänder zu dehnen. Einfache Hausübungen helfen, den neuen, gesunden Zustand aufrecht zu erhalten. Weitere schmerzlose Griffe bringen das Becken und die Wirbelsäule in die richtige Position. Und das alles ohne ungesunde Röntgenstrahlen, teure Geräte etc. Diese Methode ist bestens für interessierte Laien geeignet und erfordert keine medizinischen Vorkenntnisse.

Es fallen Zusatzkosten in Höhe von 3,- € an, die an den Dozenten zu entrichten sind. Bitte bequeme Kleidung, Handtuch, Decke und Isomatte mitbringen.

Samstag, 11.04.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Hoya, Oberschule, Auf dem Kuhkamp 1
Jacek Skarbek
38,90 €

26B3B3060K

Entspannungsmassage lernen für Frauen

Eine Entspannungsmassage dient der Entspannung für den Kreislauf, und löst Verspannungen - auch durch Stress verursachte Problemzonen.

Eine Hand- und Fußmassage ist wohltuend beim Relaxen während des Fernsehens, bei einer Tasse Kaffee oder Tee. In diesem Kurs lernen Sie verschiedene Massagetechniken kennen, wie z.B. Hand- und Fußmassage, Gesichts- und Kopfmassage.

Sie können Ihr eigenes Öl oder Ihre eigene Creme mitbringen. Ansonsten stellt die Dozentin gegen einen Unkostenbeitrag Massageöl zur Verfügung. Die Kosten sind direkt vor Ort an die Dozentin zu entrichten. Mitzubringen sind: ein Handtuch und Gästehandtuch, Schreibzeug und Papier.

Dienstag, 24.02.26, 18 - 19:30 Uhr, 2 Mal
Bücken, Grundschule, Himmelsreich 1

Maria Hochartz
18,00 €

26E3B3060K

Entspannungsmassage lernen für Frauen

Dienstag, 14.04.26, 18 - 19:30 Uhr, 2 Mal
Hoya, Oberschule, Auf dem Kuhkamp 1
Maria Hochartz
18,00 €

26E3B3030K

Tai Chi Chuan für Anfänger:innen

Unterrichtet wird die Kurzform im klassischen Yang-Stil.

Tai Chi Chuan, Meditation in Bewegung, auch Schattenboxen genannt, besteht aus fließenden weichen Bewegungen, welche sanft den Körper kräftigen, die Aufmerksamkeit schulen und den Geist ruhig werden lassen. Tai Chi Chuan gehört zur TCM (der traditionellen chinesischen Medizin). In China üben viele Menschen jeden Alters Tai Chi Chuan in den Parks. Tai Chi Chuan, auch Taijiquan geschrieben ist unter anderem Gesundheitsprophylaxe und Kampfkunst. Zum Unterricht gehören Entspannungs- und Atemübungen, sowie Push Hands Übungen und die Anwendung der Form.

Die Schwerpunkte des Unterrichts liegen in folgenden Aspekten:

- Die eigene Mitte finden, in Harmonie kommen, sich aufrichten.
 - Den eigenen Atem neu entdecken, beweglich werden und bleiben, ein gutes Gefühl für das eigene Befinden bekommen.
 - Durch langsame zielgerichtete Bewegungen werden Selbstwahrnehmung und Aufmerksamkeit gefördert.
 - Fokussiert und entspannt zu sein.
- Bitte eine Decke, etwas zu trinken und flache saubere Schuhe oder Stopper Socken mitbringen.

Donnerstag, 05.02.26, 7 Abende
19:45 - 21:15 Uhr,
Hoya, Oberschule,
Rudolf-Harbig-Straße 3, Sporthalle
Simone März
63,00 €

26E3B3040K

Tai Chi Chuan für Anfänger:innen

Donnerstag, 07.05.2026, 7 Abende
19:45 - 21:15 Uhr, nicht am 14.05.2026
Hoya, Oberschule, Auf dem Kuhkamp 1
Simone März
63,00 €

26F3B3070K

Tai Chi Chuan für Anfänger:innen

Montag, 09.02.26, 18 - 19:30 Uhr, 7 Mal
Landesbergen Schule Hinter den Höfen 7
Simone März
63,00 €

26F3B3075K

Tai Chi Chuan für Anfänger:innen

Montag, 04.05.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
7 Abende **nicht am Feiertag**
Landesbergen Schule Hinter den Höfen 7
Simone März
63,00 €

26F3B3080K

Tai Chi Chuan

Tai Chi Chuan, Meditation in Bewegung, auch Schattenboxen genannt, besteht aus fließenden weichen Bewegungen, welche sanft den Körper kräftigen, die Aufmerksamkeit schulen und den Geist ruhig werden lassen. Tai Chi Chuan gehört zur TCM (der traditionellen chinesischen Medizin). In China üben viele Menschen jeden Alters Tai Chi Chuan in den Parks. Tai Chi Chuan ist Gesundheitsprophylaxe und Kampfkunst.

Bitte eine Decke, etwas zu trinken und flache saubere Schuhe oder Stoppersocken mitbringen.

Montag, 09.02.2026, 19:45 - 21:15 Uhr,
7 Abende
Landesbergen Schule Hinter den Höfen 7
Simone März
63,00 €

26F3B3085K

Tai Chi Chuan

Montag, 04.05.2026, 19:45 - 21:15 Uhr
7 Abende **nicht am Feiertag**
Landesbergen Schule Hinter den Höfen 7
Simone März
63,00 €

26E3B3050K

Qigong-Shibashi Set 1- Präventionskurs nach § 20 SGB V

Qigong ist eine aus China stammende Bewegungs- und Meditationskunst mit fließend ineinander übergehenden Bewegungsbildern. Es fördert eine deutlich verbesserte Dehn-, Koordinations-, Konzentrations-, Bewegungs- und Entspannungsfähigkeit. Dies kann durch gezielte Übungen der Körperwahrnehmung, die Vertiefung der Atmung, durch Achtsamkeit und die gesundheitsfördernde Wirkung von Anspannung und Entspannung erlebt werden. Die Balance macht Freude und fördert, mit sich gut im Kontakt zu sein. Vom Energiefluss getragen zu werden, tut einfach gut. Die Übungsreihe verbindet Taiji und Qigong. Shibashi Set 1 umfasst 18 einfache Übungen. Sie stärkt den Geist und den Körper und kann zu einer Harmonisierung des Herz-Kreislauf-Systems führen. Die einzelnen Übungen können gezielt in Stresssituationen und kurzen Pausen am Arbeitsplatz eingesetzt werden. Bequem anziehen, weiche Trainingsschuhe und etwas zu trinken mitbringen.

Dienstag, 10.02.2026, 17:30 - 19:00 Uhr
12 Veranstaltungen
Hoya, Oberschule,
Rudolf-Harbig-Straße 3, Sporthalle
Jutta Berms
120,00 €

26A3B3040K

Qi Gong - zum Kennenlernen

Zu viel Stress, zu wenig Bewegung? Qi Gong ist eine einfache, wirksame Methode, um gegenzusteuern. Sanfte, fließende Bewegungen verbunden mit ruhigem Atmen lösen Verspannungen, fördern die Beweglichkeit und bringen den Kopf zur Ruhe. Die Übungen sind leicht zu erlernen, im Stehen oder Sitzen durchführbar und ideal für den Alltag – morgens zum Ankommen, mittags zum Durchatmen, abends zum Abschalten. Der Kurs ist für alle geeignet – mit oder ohne Vorkenntnisse. Neue Fähigkeiten und Kenntnisse können erworben und vertieft werden.

Samstag, 25.04.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Tobias Woelki
36,00 €

26K3B3070K

Tian Ai Qigong - dynamische bis sanfte Bewegung

Qi Gong ist die Kunst, unsere Lebensenergien wieder ins Fließen zu bringen und Blockaden in Körper, Geist und Seele zu lösen. Wir wechseln zwischen dynamischen Bewegungsabläufen, stillem Qi Gong und Meditationen und lernen die Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin, denen diese Übungen zu Grunde liegen, kennen. Der Kurs ist für beginnende und erfahrene Übende gleichermaßen geeignet. Durch regelmäßiges Üben können Entspannung, körperliche Gesundheit und emotionale Stabilität entstehen. Bitte bringen Sie eine Matte (Turn- oder Yogamatte) mit. Es fallen geringe Materialkosten für Kopien an.

Mittwoch, 25.02.2026, 17:00 - 18:30 Uhr,
12 Abende
Steyerberg, Waldschule, Förstergarten 2

Lina Smaluhn
108,00 €

➔26M3B3010K

Tian Ai Qigong - dynamische bis sanfte Bewegung

Donnerstag, 05.02.2026, 18:30 - 20 Uhr
12 Abende nicht am 26.2 und 5.3.
nicht in den Ferien
Uchte, Oberschule, Hannoversche Str. 19
Lina Smaluhn
108,00 €

➔26I3A3050K

Mehr Energie im Alltag - ganzheitlich gesund leben

Dieses Angebot richtet sich an Frauen, die sich mehr Energie, Wohlbefinden und innere Balance wünschen. Angesprochen sind besonders diejenigen, die sich im Alltag häufig erschöpft fühlen, unter Stress stehen, mit Schlafstörungen, Haut- oder Verdauungsbeschwerden kämpfen – oder einfach mehr über ganzheitliche Gesundheit erfahren möchten. Der praxisnahe Kurs vermittelt leicht verständliches Wissen über Ernährung, Darmgesundheit, Stressbewältigung und alltagstaugliche Routinen. Durch einfache Übungen und Reflexionen lernen die Teilnehmerinnen, wie sie mit Achtsamkeit und Selbstfürsorge ihre Gesundheit stärken und Schritt für Schritt mehr Energie in ihr Leben bringen können.

Freitag, 13.03.2026, 17:30 - 20:30 Uhr
OBS Loccum, Walter-Haaren-Straße 19
Bianca Fiene/Ramona Giesbrecht
34,00 €

➔26I3A3060K

Mehr Energie im Alltag - ganzheitlich gesund leben

OBS Loccum, Walter-Haaren-Straße 19
Bianca Fiene/Ramona Giesbrecht
34,00 €

➔26M3D3010K

Mehr Energie im Alltag - ganzheitlich gesund leben

Freitag, 22.05.2026, 17:30 - 20:30 Uhr
Uchte, Oberschule, Aula
Hannoversche Str. 19,
Bianca Fiene/Ramona Giesbrecht
34,00 €

26A3B3010K

Geführte Meditationen

Gerade auch für Anfänger:innen sind geführte Meditationen hilfreich, um das Gedankenkarussell loszulassen und im Hier und Jetzt anzukommen. Wenn wir uns regelmäßig Zeit nehmen, mit Achtsamkeit nach Innen gehen, schaffen wir die Basis um ein glücklicheres, entspanntes und gesünderes Leben zu führen. Die positiven Effekte auf Körper und Geist sind wissenschaftlich erforscht. In diesem Kurs können neue Fähigkeiten erlangt werden und Kenntnisse vertieft werden, die der eigenen Fortbildung dienen. Bitte ein Meditationskissen, eine Decke, ein Kissen und etwas zu trinken mitbringen und bequeme Kleidung anziehen.

Mittwoch, 25.02.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
10 Veranstaltungen
Nienburg/vhs-Haus
Ute Röhlke
96,00 €

➔26M3G3010K

Geführte Meditationen

Montag, 13.04.2026, 18:30 - 19:30 Uhr,
8 Veranstaltungen
Uchte, Oberschule, Musikraum
Hannoversche Str. 19
Ute Röhlke
45,00 €

➔26M3G3020K

Geführte Meditationen

Freitag, 22.05.2026, 18:30 - 19:30 Uhr,
8 Veranstaltungen
Uchte, Oberschule, Musikraum
Hannoversche Str. 19
Ute Röhlke
45,00 €

➔26F3B3600K

Tiefenentspannung mit Gong

In diesem Kurs werden Meditationsübungen zur Tiefenentspannung angeboten, die mit Gong unterstützt werden. Die Konzentrationsfähigkeit kann verbessert werden, was insbesondere im Berufsleben förderlich sein kann. Bitte Yogamatte, Decke, Sitzkissen, warme Socken und etwas zu trinken mitbringen.

Freitag, 10.04.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
5 Abende
Stolzenau, Oberschule Mittelweser
Weserstraße 3, Aula
Simone Bendlin
50,00 €

Yoga

26A3B3175K

Hatha Yoga am Vormittag-Präventionskurs nach § 20 SGB V

Bei regelmäßiger Teilnahme ist eine finanzielle Unterstützung durch Krankenkassen möglich.

Yoga fördert das Wohlbefinden. Durch Yogastellungen (Asanas) werden Muskeln behutsam gedehnt und Gelenke sanft mobilisiert. Atemübungen und Entspannungstechniken helfen Spannungen und Stress abzubauen. Die Beweglichkeit des gesamten Körpers wird verbessert, Verspannungen gelöst und auch Herz-, Kreislaufbeschwerden können positiv beeinflusst werden. Die innere Gelassenheit wird gefördert und so der Umgang mit Stress in Alltagssituationen verbessert. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und ein Kissen mitbringen.

Mittwoch, 22.04.2026, 9:30 - 11:00 Uhr,
10 Vormittage
Nienburg/vhs-Haus
Ildiko Hoffmann
101,00 €

26A3B3359K

Hatha Yoga (Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen) - Präventionskurs nach § 20 SGB V

Für (Wieder-)Einsteiger:innen

In diesem Kurs erlernen Sie Hatha Yoga Übungen, Atem-, Bewegungs- und Entspannungsübungen zur Stärkung des körperlichen und seelischen Wohlbefindens. Die Körperwahrnehmung, Flexibilität, Regeneration und Stressabbau werden verbessert. Bequem anziehen, eine Wolldecke, warme Socken und eventuell ein Kissen mitbringen.

Donnerstag, 09.04.26, 17:45 - 19:15 Uhr
10 Abende nicht am 14.05
Nienburg/vhs-Haus
Elke Ziesemer
101,00 €

26A3B3360K

Hatha Yoga (Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen) - Präventionskurs nach § 20 SGB V

Montag, 13.04.2026, 17:45 - 19:15 Uhr
10 Abende nicht am 25.05.
Nienburg/vhs-Haus
Elke Ziesemer
101,00 €

26A3B3400K

Hatha Yoga (Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen)

Donnerstag, 09.04.2026, 19:30 - 21 Uhr
10 Abende
Nienburg/vhs-Haus
Elke Ziesemer
101,00 €

26A3B3430K

Mit Yoga bis ins hohe Alter: Yoga 60 plus (Hatha Yoga) - Präventionskurs nach § 20 SGB

Für (Wieder-)Einsteiger:innen

Jede(r) macht das, was im Bereich der individuellen Möglichkeiten liegt. Für Yoga ist man nie zu alt! Bei Bedarf können die Yogaübungen auch abgewandelt bzw. auf dem Stuhl praktiziert werden. Bequem anziehen, eine Wolldecke, warme Socken und eventuell ein Kissen mitbringen.

Dienstag, 14.04.2026, 10:15 - 11:45 Uhr,
10 Vormittage
Nienburg/vhs-Haus
Elke Ziesemer
101,00 €

26A3B3435K

Mit Yoga bis ins hohe Alter: Yoga 60 plus (Hatha Yoga) - Präventionskurs nach § 20 SGB

Donnerstag, 09.04.2026, 10:15 - 11:45 Uhr, 10 Vormittage
Nienburg/vhs-Haus
Elke Ziesemer
101,00 €

26A3B3520K

Hatha Yoga II

Vertiefung und Weiterentwicklung. Rishikesh-Reihe mit längerem Halten der Asanas und Variationen. Voraussetzung: Besuch mehrerer Hatha Yoga Kurse. Bequem anziehen, eine Wolldecke, warme Socken und eventuell ein Kissen mitbringen.

Montag, 13.04.2026, 19:30 - 21:00 Uhr
11 Abende
Nienburg/vhs-Haus
Elke Ziesemer
105,00 €

➔26C3B3150K

Hatha-Yoga

Yoga ist seit vielen Jahrhunderten ein bewährter Übungsweg zu mehr Gesundheit, Ausgeglichenheit und Klarheit. Yoga vereint die positiven Wirkungen von Entspannungstechniken mit denen eines Bewegungstrainings. Die unterschiedlichen Übungen, Atem- und Konzentrationstechniken steigern das seelische und körperliche Wohlbefinden. Eine regelmäßige Yoga-Praxis hilft dabei, beweglich, belastbar und leistungsfähig zu bleiben. Yoga verhilft zu mehr Ruhe sowie körperlichem und seelischem Ausgleich. Bequem und warm anziehen, eine Isomatte und Wolldecke, dicke Socken, ein Kissen und etwas zum Trinken mitbringen.

Mittwoch, 15.04.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
9 Abende, nicht am 13.05.
Eystrup, Grundschule, Hauptstraße 44
Jenny Albers
81,00 €

➔26E3B3140K

Hatha-Yoga

Donnerstag, 16.04.2026, 18 - 19:30 Uhr
10 Abende, nicht am 14.05
Hoya, Oberschule, Sporthalle
Rudolf-Harbig-Straße 3,
Jenny Albers
90,00 €

➔26F3B3170K

Hatha-Yoga- Präventionskurs nach § 20 SGB V

Yoga ist das zur Ruhe kommen von Körper, Geist und Seele. Durch die Körperstellungen (Asanas) wird der Stoffwechsel angeregt, die Flexibilität und Gelenkigkeit, die Koordination, die Kraft und Ausdauer gefördert. Anspannungen und Verspannungen können sich lösen. Atemübungen (Pranayama) helfen, dass der ganze Organismus entspannt und revitalisiert. Es werden zudem Tiefenentspannungen und Meditationen angeboten. Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen. Bitte ca. 2 Std. vor Kursbeginn nichts essen. Yogamatte, Decke und ein kleines Kissen mitbringen. Bequeme Kleidung ist erforderlich.

Mittwoch, 08.04.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
10 Veranstaltungen, **nicht am 27.05**
Stolzenau, Haus der Generationen,
Oldemeyerstraße 9
Veronika Lamers
95,00 €

➡26F3B3760K

Hatha-Yoga Präventionskurs nach § 20 SGB V

Für Anfänger:innen und für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen.

Donnerstag, 09.04.2026, 10 Abende
18:00 - 19:30 Uhr
Landesbergen, Schule,
Hinter den Höfen 7
Veronika Lamers
90,00 €

➡26F3B3530K

Hatha-Yoga- Präventionskurs nach § 20 SGB V

Freitag, 10.04.2026, 09:30 - 11:00 Uhr
10 Veranstaltungen, **nicht am 15.5.**
Stolzenau, Haus der Generationen,
Oldemeyerstraße 9
Veronika Lamers
95,00 €

➡26F3B3550K

Klang-Yoga im sanft fließenden Stil

In diesem Kurs erlernen Sie: Individuell angepasste Yoga Übungen, mit starkem Effekt, Tiefenentspannung mit Gong & Steelharp. Bitte Yogamatte, Decke, Sitzkissen und warme Socken mitbringen.

Montag, 13.04.2026, 17:15 - 18:45 Uhr,
9 Veranstaltungen
Stolzenau, Haus der Generationen,
Oldemeyerstraße 9
Simone Bendlin
90,00 €

➡26F3B3554K

Klang Yoga im sanft fließenden Stil

Freitag, 10.04.2026, 16:00 - 17:30 Uhr,
8 Veranstaltungen
Stolzenau, Oberschule Mittelweser
Weserstraße 3, Aula
Simone Bendlin
80,00 €

➡26J3B3050K

Devi Yoga

Im Devi Yoga üben wir Yoga Körperpositionen, "Asanas", im Wechsel mit Entspannung. "Pranayama", die Yoga Atemübungen und Meditation bewirken mehr Klarheit und eine verbesserte Konzentration. Die Praxis wirkt aktivierend, führt gleichzeitig zum Abbau von Spannungen und reduziert die Auswirkungen von negativem Stress. Im Vordergrund steht die Motivation für mehr Gesundheit und Wohlbefinden. Bequem anziehen, eine Yoga- oder Isomatte, 1 Wolldecke, dicke Socken, ein kleines Kissen mitbringen.

Donnerstag, 05.02.26, 19 - 20:30 Uhr
9 Veranstaltungen
Steimbke, Oberschule,
Sonnenborsteler Kirchweg 2
Maria Schreiber

81,00 €

➡26J3B3055K

Devi Yoga

Donnerstag, 23.04.2026, 19 - 20:30 Uhr
9 Veranstaltungen
Steimbke, Oberschule,
Sonnenborsteler Kirchweg 2
Maria Schreiber
81,00 €

➡26J3B3070K

Devi Yoga

Montag, 09.02.2026, 18:15 - 19:45 Uhr
9 Veranstaltungen
Steimbke, Oberschule,
Sonnenborsteler Kirchweg 2
Maria Schreiber
81,00 €

➡26J3B3075K

Devi Yoga

Montag, 04.05.2026, 18:15 - 19:45 Uhr
8 Veranstaltungen
Steimbke, Oberschule,
Sonnenborsteler Kirchweg 2
Maria Schreiber
72,00 €

Bewegung und Fitness

26A3C3020K

Rudern lernen - Wassererlebnis und Teamgeist

In diesem Kurs werden neben den Rudertechniken, die Umsetzung des richtigen Körperinsatzes in die Bootsbewegung, die allgemeine Bootskunde und erste Regeln zum Verhalten auf dem Wasser. Ziel des Kurses sind die Vermittlung erster Fähigkeiten im Rudern als Mannschaftssport, die Beweglichkeit und Ausdauer sowie die Begeisterung für das Wassererlebnis. In dem Kurs kommen die Lemmethoden des Deutschen Ruderverbandes, insbesondere im Skullboot zur Anwendung. Vorausgesetzt werden eine allgemeine körperliche Fitness und die Schwimmfähigkeit (mind. Freischwimmerabzeichen in Bronze). Praktische Vorkenntnisse im Rudern sind keine Bedingung. Gerudert wird in für Anfänger:innen geeigneten GIG-Booten (Doppel-Zweier, -Dreier oder -Vierer).

Treffpunkt: Bootshaus des Ruder-Vereins Nienburg, Mühlentorsweg 2, 31582 Nienburg/Weser

Bitte engansitzende Sportkleidung und Sportschuhe mitbringen, Voraussetzung ist der Besitz des Schwimmabzeichens mindestens in Bronze.

Im Anschluss an den Ruderkurs besteht die Möglichkeit die Lerninhalte über den Ruder-Verein Nienburg e. V. zu vertiefen.

Donnerstag / Montag, 09.04.2026 -
04.05.2026, 17:00 - 18:30 Uhr
5 Nachmittage
Wechselnder Ort
N.N.
60,00 €

26A3C3040K

ZumbaGold® - Fit durch Bewegung

ZUMBA GOLD® ist die einfachste und leichteste Form von ZUMBA® Fitness. ZUMBA GOLD® ist speziell für aktive ältere Menschen entwickelt worden, eignet sich aber auch hervorragend für alle, die den Einstieg in den Sport suchen. ZUMBA GOLD® bietet ein tänzerisches Ganzkörper Training zu mitreißender lateinamerikanischer Musik und leicht zu erlernenden Tanzschritten. Der Kurs eignet sich für Teilnehmende, die neue Fähigkeiten

erlernen möchten, um sich im Alltag und beruflich fit zu halten.

Bequem anziehen, Turnschuhe und etwas zu trinken mitbringen.

Mittwoch, 08.04.2026, 18:00 - 19:00 Uhr
12 Abende
Albert-Schweitzer-Schule, Friedrichstr. 2,
Alte Turnhalle
Hellen Hitzemann
98,40 €

➡26C3C3010K

ZUMBA FITNESS® - Fit mit Bewegung

ZUMBA® ist perfekt für alle und jeden. Bewegungen zu lateinamerikanischen Rhythmen mit niedriger und hoher Intensität werden kombiniert.

ZUMBA® hält fit, gleichzeitig werden Kalorien verbraucht. Sei dabei, bleib fit und fühl dich großartig.

Bitte Sportkleidung, Sportschuhe und etwas zum Trinken mitbringen.

Montag, 13.04.2026, 19:30 - 20:30 Uhr
6 Abende
Eystrup, Grundschule, Hauptstraße 44,
Aula
Diana Kühn
45,20 €

➡26C3C3015K

ZUMBA FITNESS® - Fit mit Bewegung

Montag, 01.06.2026, 19:30 - 20:30 Uhr
5 Abende
Eystrup, Grundschule, Hauptstraße 44,
Aula
Diana Kühn
37,80 €

26A3C3065K

Rückenstärkung mit Bauchtanz für Fortgeschrittene

1-2 Jahre Tanzerfahrung ist Voraussetzung.

Der Bauchtanz stärkt die Rumpfmuskulatur, insbesondere Rücken und Beckenboden. Mit den erlernten Schrittfolgen und tänzerischen Kombinationen trainieren Sie Ihr Gedächtnis und Ihre Koordination. In diesem Kurs lernen Sie bei abwechslungsreicher Musik die grundlegenden Techniken des Tanzes. Der Tanz ist Training für Körper und Seele, er fördert ein positives Körpergefühl und stärkt das Selbstbewusstsein. Frauen jedes Alter und jeder Figur können an dem Kurs teilnehmen. Unterrichtet wird der Klassische Orientalische Tanz Raks Sharki nach klassischer und moderner Musik.

Dienstag, 03.02.2026, 18:30 - 20:00 Uhr
8 Abende
Nienburg/vhs-Haus
Susanna Espagné
98,40 €

26A3C3070K

Rückenstärkung mit Bauchtanz für Anfängerinnen

Der Bauchtanz stärkt die Rumpfmuskulatur, insbesondere Rücken und Beckenboden. Mit den erlernten Schrittfolgen und tänzerischen Kombinationen trainieren Sie Ihr Gedächtnis und Ihre Koordination. In diesem Kurs lernen Sie bei abwechslungsreicher Musik die grundlegenden Techniken des Tanzes. Der Tanz ist Training für Körper und Seele, er fördert ein positives Körpergefühl und stärkt das Selbstbewusstsein. Frauen jeden Alters und jeder Figur können an dem Kurs teilnehmen. Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Unterrichtet wird der Klassische Orientalische Tanz Raks Sharki nach klassischer und moderner Musik.

Dienstag, 03.02.2026, 20:00 - 21:30 Uhr

8 Abende
Nienburg/vhs-Haus
Susanna Espagné
98,40 €

26A3C3072K

Rückenstärkung mit Bauchtanz für Fortgeschrittene

Dienstag, 31.03.2026, 18:30 - 20:00 Uhr
8 Abende
Nienburg/vhs-Haus
Susanna Espagné
98,40 €

26A3C3075K

Rückenstärkung mit Bauchtanz für Anfängerinnen

Dienstag, 31.03.2026, 20:00 - 21:30 Uhr
8 Abende
Nienburg/vhs-Haus
Susanna Espagné
98,40 €

26A3C3080K

Rückenstärkung mit Bauchtanz für Anfängerinnen

Dienstag, 09.06.2026, 20:00 - 21:30 Uhr
8 Abende
Nienburg/vhs-Haus
Susanna Espagné
98,40 €

26A3C3115K

Rückenstärkung mit Bauchtanz für Fortgeschrittene

Dienstag, 09.06.2026, 18:30 - 20:00 Uhr
8 Abende
Nienburg/vhs-Haus
Susanna Espagné
98,40 €

➡26J3C3050K

Rückenstärkung mit Bauchtanz für Anfängerinnen

Mittwoch, 04.02.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
8 Abende
Steimbke, Oberschule,
Sonnenborsteler Kirchweg 2
Susanna Espagné
98,40 €

➡26J3C3060K

Rückenstärkung mit Bauchtanz für Anfängerinnen

Mittwoch, 15.04.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
6 Abende
Steimbke, Oberschule,
Sonnenborsteler Kirchweg 2
Susanna Espagné
73,80 €

➡26J3C3100K

Rückenstärkung mit Bauchtanz für Fortgeschrittene

Mittwoch, 04.02.2026, 19:30 - 20:15 Uhr
8 Abende
Steimbke, Oberschule,
Sonnenborsteler Kirchweg 2
Susanna Espagné
49,20 €

➡26J3C3110K

Rückenstärkung und Mobilität - mit Bauchtanz für Fortgeschrittene

Mittwoch, 15.04.2026, 19:30 - 20:15 Uhr
8 Abende, **nicht am 27.05 und 03.06.**
Steimbke, Oberschule,
Sonnenborsteler Kirchweg 2
Susanna Espagné
49,20 €

26A3C3100K

Feldenkrais - Mit Leichtigkeit bewegen

Unsere Lebensqualität hängt stark davon ab, wie wir uns bewegen. Oftmals sind unsere Bewegungen stark reduziert und eingeschränkt. Verspannungen und Schmerzen können die Folge sein. Mit der Feldenkrais-Methode gelingt es, die Koordination zu verbessern. Bewegung wird freier, leichter und einfacher.

Bitte bequeme Kleidung, eine Decke, ein Kissen mitbringen und etwas zu Trinken.

Samstag, 20.06.2026, 11:00 - 14:00 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Christine Borchers
23,00 €

26A3C3110K

Feldenkrais - Mit Leichtigkeit bewegen

Samstag, 20.06.2026, 14:30 - 17:30 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Christine Borchers
23,00 €

26K3C3020K

Bewegen und Tanzen mit lateinamerikanischer Musik

Die lateinamerikanischen Rhythmen sind sehr vielfältig und haben afrikanisch-kubanische Ursprünge. Durch die Vielfalt der Rhythmen werden verschiedene Körperteile bewegt und trainiert, sodass man Stress und Routine vergisst. Zu all diesen Rhythmen gibt es viele Schrittkombinationen, die zunächst geübt und dann in regelmäßig wiederholten Choreographien getanzt werden.

Dieser Kurs ist für Anfänger:innen und Fortgeschrittene geeignet. Bequeme Schuhe und zum Trinken mitnehmen

Montag, 09.02.2026, 18:00 - 19:30 Uhr,
5 Abende
Steyerberg, Turnhalle, Sportallee
Gladys González
61,50 €

Selbstverteidigung

26A3C3220K

Selbstverteidigung für Eltern mit Kindern ab 8 Jahre

In diesem Kurs trainieren Eltern/Erziehungsberechtigte mit ihren Kindern gemeinsam. Gemeinsames Training hilft Vorurteile ab- und Vertrauen aufzubauen, denn Vertrauen ist der erste Schritt im "Sicherheitsbewusstsein" der Kinder. Die Familie lernt gefährliche Situationen zu erkennen und zu vermeiden.

Einfach zu lernende aber wirkungsvolle Selbstverteidigungstechniken aus dem großen Repertoire der beiden geschulten Dozenten runden den Kurs ab.

Die Gebühr bezieht sich auf ein Elternteil und ein Kind.

Bitte Sportkleidung und etwas zu trinken mitbringen.

Samstag, 07.02.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
Albert-Schweitzer-Schule, Neue Turnhalle
Treffpunkt Parkplatz
Hartmut Grulke/Thomas Schmidt
84,40 €

26A3C3230D

Frauen wehren sich: Selbstverteidigung für Frauen

Keine Angst mehr haben nachts auf einsamer Straße, im dunklen Parkhaus oder am Arbeitsplatz wegen sexueller Belästigung. Das wünschen sich Frauen. Nicht wehrlose Opfer männlicher Gewalt, sondern wehrhaft sein! Einfache Tipps und Kniffe der Selbstverteidigung, mit denen Frau lernt sich zu verteidigen, zeigen die beiden geschulten Dozenten.

Der Selbstverteidigungskurs für Frauen wird durch die Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises bezuschusst.

Bitte Sportkleidung und etwas zu trinken mitbringen.

Samstag, 21.02.2026, 15:00 - 18:00 Uhr
Sonntag, 22.02.2026, 09:00 - 12:00 Uhr
Albert-Schweitzer-Schule, Neue Turnhalle
Treffpunkt Parkplatz
Hartmut Grulke/Thomas Schmidt
30,00 €

Essen und Trinken

➡26F3F3118K

Basenfasten

Basenfasten - eine sanfte Methode zur Entschlackung, Gewichtsreduktion und Darmregulierung. Während des Basenfastens wird auf Nahrungsmittel verzichtet, die sich sauer verstoffwechseln. Diese Diät besteht im Wesentlichen aus gedünstetem Gemüse, Obst und Salaten und sollte 1 - 2 Wochen beibehalten werden. Danach erfolgt ein Kostaufbau in eine zukünftige sinnvolle Ernährung, die den Körper nicht übersäuert und bei den meisten Erkrankungen notwendig ist, um wieder zu gesunden. Schon nach wenigen Tagen kann eine Umstellung wahrgenommen werden, wie z.B. das Verschwinden des Heißhunger auf Süßes, besserer Schlaf, das Abklingen von Beschwerden und ein wesentlich leichteres Körpergefühl. Ernährungsgewohnheiten werden in Frage gestellt, Neugierde und Begeisterung für machbare Alternativen geweckt.

Bequem anziehen, Isomatte und etwas zum Trinken mitbringen.

Mittwoch, 11.02.2026, 18:30 - 20:45 Uhr
3 Abende
Landesbergen, Mühle, Mühlenplatz 1
Helga Wuttke
40,50 €

26A3F3010V

Magen-Darmgesundheit –

Vortrag

An diesem Abend schenken wir dem größten Organ unseres Körpers die volle Aufmerksamkeit, die er verdient hat. Denn die Gesundheit des Magen-Darm-Traktes ist nicht nur ein Spiegelbild unseres Wohlbefindens, sondern er beeinflusst auch unser Immunsystem und die Stimmung. Wir beleuchten die Rolle des Darms als "zweites Gehirn", klären warum eine ungünstige Darmflora eine nachhaltige Gewichtsreduktion verhindern kann und wie eine gesunde Darmflora unsere physische und psychische Gesundheit positiv beeinflusst. Warum ist der Darm ursächlich an Demenz, Alzheimer und Autoimmunerkrankungen beteiligt? Und wieso sollte bei Allergien oder Depressionen gerade dem Darm größere Aufmerksamkeit geschenkt werden?

Dienstag, 24.02.2026, 19:00 - 21:15 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Sabine Wittich
13,00 €

26A3F3015V

Ernährungsempfehlungen zur Krebsprävention - Vortrag

Eine ausgewogene, der Gesundheit förderliche Ernährungsweise ist ein großes Stück Lebensqualität. So bestimmt die Ernährung in einem sehr großen Ausmaß unsere Gesundheit. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) veröffentlicht regelmäßig Studien, die belegen, dass die Entstehung von Zivilisationskrankheiten wie Krebs, aber auch Herz-Kreislaufkrankungen u.a. auf eine ungesunde Ernährung zurückzuführen sind. Hier haben wir es also selber in der Hand und können durch die Ernährung unseren Körper

bestmöglich unterstützen. So werden an diesem Abend u.a. folgende Fragen geklärt. Gibt es eine generelle Ernährungsempfehlung? Kann die Ernährung ein Heilmittel sein? Wie nützlich sind Nahrungsergänzungsmittel? Gibt es wirklich eine Anti-Krebsdiät?

Anmeldefrist eine Woche vor Beginn der Veranstaltung

Dienstag, 03.03.2026, 19:00 - 21:00 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Sabine Wittich
13,00 €

➡26G3F3010K

Buntes Blüten- und Wild-Kräutersalz - Naturspaziergang mit Workshop

In diesem Kurs können Sie etwas über Pflanzen, Wild-Kräuter, ihre Mythen und Wirkung nach der Volksheilkunde erfahren. Aus bunten und essbaren Blüten und Wild-Kräutern, die wir in der Natur bei einem kleinen Spaziergang finden und kennenlernen, stellen wir farbenfrohes Blüten- und Wild-Kräutersalz her. Es ist ganz einfach zu fertigen, sieht fantastisch aus und ist sehr lecker. Nebenbei erfahren Sie Wissenswertes über Blüten und Wild-Kräuter, über spannende Mythen und Interessantes aus der Volksheilkunde. In diesem Workshop können Sie altes Wissen erlernen und das selbst hergestellte Salz mit nach Hause nehmen.

Treffpunkt: Bornbruchsheide/Ecke Oylerstraße, in Oyler

Sonntag, 31.05.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Wechselnder Ort
Ulrike Schütte
19,20 €

➡26B3F3020K

Fingerfood und kleine Häppchen - Kochen lernen

In diesem Kurs lernen Sie kleine Snacks und Häppchen zuzubereiten. Es werden neue Ideen vorgestellt, klassisch mit und ohne Fleisch. Einfach nur lecker. In diesem Kurs erlernen Sie neue Fähigkeiten und Kenntnisse über das Kochen und wie Sie sich gesund ernähren können.

Es fallen Zusatzkosten für Lebensmittel in Höhe von ca. 15,- € an, die vor Ort an die Kursleitung zu entrichten sind.

Samstag, 07.03.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Bückten, Grundschule, Himmelsreich 1
Sabine Lohmann
26,74 €

➡26D3F3020K

Kochen mit Kids (Eltern-Kind Kurs)

In diesem Kochkurs mit Kindern lernen die Kinder (Alter ab 8 Jahre) spielerisch leckere und gesunde Gerichte zuzubereiten und im Anschluss wird das Essen gemeinsam verzehrt. Das mögen Kinder gern... Weiße Mäuse im Gemüsebett. In diesem Kurs können Sie neben Teamgeist ihre Kenntnisse im Bereich kochen und Ernährung vertiefen.

Es fallen Zusatzkosten für Lebensmittel in Höhe von 15,- € an, die vor Ort an die Dozentin zu zahlen sind. Die Gebühr bezieht sich auf ein Elternteil und ein Kind.

Samstag, 7.2.2026, 10:30 - 14:15 Uhr
Heemsen, Grundschule, Schulstraße 39
Küche
Sabine Lohmann
35,20 €

➡26K3F3020K

Kochen mit Kids zu Ostern (Eltern-Kind Kurs)

Die Gebühr bezieht sich auf ein Elternteil und ein Kind.

Samstag, 21.03.2026, 10:30 - 14:15 Uhr
Steyerberg, Waldschule, Förstergarten 2, Küche
Sabine Lohmann
35,20 €

➡26D3F3010K

Kulinarische Weltreise - Kochen lernen

In diesem Kurs können Sie die internationale Küche entdecken und verstehen. Die kulinarische Weltreise ermöglicht Einblicke in die Vielfalt internationaler Gerichte und fördert das Verständnis für andere Kulturen. Die kulturelle Weltreise ist ein wichtiger Beitrag zur Weiterbildung, insbesondere auch für Menschen, die in der Gastronomie, im Lebensmittelbereich tätig sind. Neue Rezepte aus aller Welt werden vorgestellt und gemeinsam gekocht.

Eine **schriftliche Anmeldung** ist bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn erforderlich. Es fallen Lebensmittelkosten in Höhe von ca. 10,00 € an, die vor Ort an die Dozentin zu entrichten sind.

Mittwoch, 18.03.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Heemsen, Grundschule, Schulstraße 39
Sabine Lohmann
23,30 €

➡26G3F3040K

Italienische Küche - Kochen lernen

Ein kulinarischer Streifzug mit leckeren Spezialitäten z.B. Knusprige, leckere Pizza, Mascarpone und Schlemmerpasta. Neue Rezepte werden vorgestellt. In diesem Kurs können Sie ihre Kenntnisse vertiefen und dabei echten Teamgeist bei einem italienischen Abend erleben.

Anmeldefrist ist eine Woche vor Kursbeginn. Es fallen Zusatzkosten in Höhe von ca. 15,00 € sind vor Ort an die Kursleitung zu entrichten sind.

Freitag, 27.02.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Liebenau/Laurentiuschule, Schlossstraße 10, Küche
Sabine Lohmann
23,30 €

➡26G3F3050K

Nienburger Spargel - Kochen lernen

Spargel ist lecker und vielseitig. Wir bereiten eine Quiche, Salat und weitere Köstlichkeiten mit Spargel zu. In diesem Kurs können Sie Ihre Kochkenntnisse vertiefen und in Gemeinschaft neues Wissen über den Nienburger Spargel erfahren.

Es fällt ein Unkostenbeitrag für Lebensmittel in Höhe von ca. 15 Euro an, der vor Ort an die Dozentin zu zahlen ist.

Mittwoch, 10.06.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Liebenau/Laurentiuschule, Schlossstraße 10, Küche
Sabine Lohmann
21,50 €

➡26G3F3060K

Kochen für Männer

Zielgruppe: Anfänger und Fortgeschrittene, keine Vorkenntnisse erforderlich. In diesem Kurs erlernen Männer leckere Speisen zuzubereiten. Nebenbei werden

wichtige Soft Skills gestärkt, die im Berufsleben gefragt sind, wie z.B. Teamarbeit, Organisation, Zeitmanagement und Kreativität. Einfache Rezepte und Gerichte zum selber kochen. Vor-, Haupt- und Nachspeisen sowie Snacks werden erlernt. An diesem Abend können Sie gemeinsam kochen und genießen.

Bitte Geschirrhandtücher, Behälter für Reste, sowie etwas zum Trinken mitbringen. Es fallen Kosten für die Zutaten in Höhe von 10,00 € an, die an die Kursleitung zu entrichten sind.

Samstag, 14.03.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Liebenau/Laurentiuschule, Küche
Schlossstraße 10
Sabine Lohmann
24,70 €

➡26K3F3010K

Griechische Küche - Kochen lernen

Zielgruppe: Anfänger:innen, Fortgeschrittene, beruflich Interessierte

In diesem Kurs werden Sie mit den typischen Zutaten, Zubereitungstechniken und Esskulturen Griechenlands vertraut gemacht. Leckere Speisen wie z.B. Kefte-des, Feta, Nussdip werden gemeinsam zubereitet und können in den beruflichen Alltag übertragen werden.

Zusatzkosten in Höhe von 15,-€ für Lebensmittel müssen vor Ort an die Dozentin gezahlt werden.

Freitag, 06.03.2026, 18:00 - 21:45 Uhr
Steyerberg, Waldschule, Förstergarten 2, Küche
Sabine Lohmann
23,30 €

Gesundheit /Psyche

26A3G3010K

Das innere Kind

Das innere Kind ist ein Begriff der häufig verwendet wird, um die Reinheit und Unschuld eines symbolischen Kindes zu beschreiben, das tief in uns wohnt. Genauso wie richtige Kinder der großen, weiten Welt zunächst begegnen- sie haben keine Angst zu singen, zu lachen, zu weinen oder zu schreien, weil sie einfach vorbehaltlos sind in allem was sie tun. Diese kreative, liebevolle und einfallsreiche Seite ihrer Persönlichkeit ist unglaublich ansteckend, wenn wir ihnen zuschauen- fasziniert von ihrem Vergnügen. Traurigerweise wird diese naive Unschuld durch einen härteren Blick auf das Leben ersetzt, wenn wir im Leben großen Themen und Aufgaben gegenüberstehen. Diese Verantwortung veranlasst uns oft, das innere Kind in uns zu vernachlässigen. Es ist von entscheidender Bedeutung, dass wir uns bemühen, negative Charakterzüge und Schranken niederzureißen, um das innere Kind zu befreien. Anregungen und praktische Tipps das innere Kind wieder zu entdecken und zu befreien werden vorgestellt.

Schreibmaterial bitte mitbringen.

Freitag, 10.04.2026, 19:00 - 20:30 Uhr,
3 Veranstaltungen
Nienburg/vhs-Haus
Ute Röhle
30,00 €

Sprachen: Deutsch und Integration



Wir beantworten Ihre Fragen

Frau Schäfer

Vor Ort

Montag und Mittwoch
08:30-12:00 Uhr

Telefonisch unter 967-614
Montag 14:00-16:00 Uhr

Alternativ können Sie auch per
E-Mail unter
vhs-deutsch@kreis-ni.de Kontakt
aufnehmen

Keine Beratung in den Ferien!

Deutsch lernen auf höchstem Niveau – Ihr Weg mit vhs Nienburg

Jede Sprache trägt eine eigene Melodie. Wer sie hört und spricht, betritt eine Welt voller Möglichkeiten – eine Welt, in der Begegnung, Verständnis und eigene Ausdruckskraft wachsen können. Sprache ist nicht nur Mittel, sie ist Erfahrung, sie ist Spur und Weg zugleich.

In unseren Kursen im Bereich Integration und Sprache möchten wir genau diese Räume öffnen. Räume, in denen Lernen nicht nur Wissen vermittelt, sondern Mut schenkt, Horizonte sichtbar macht und Vertrauen entstehen lässt.

Hier trifft Unterschiedliches aufeinander: Menschen mit eigenen Geschichten, Kulturen und Träumen. Genau diese Vielfalt macht das Lernen lebendig, oft auf eine Weise, die mehr mitgibt, als man zu Beginn erwartet.

Unsere Arbeit ist getragen von Respekt, Geduld und dem Wunsch, jeden Menschen in seiner

individuellen Entwicklung zu begleiten.

Sprache gibt die Möglichkeit, gehört zu werden, sich selbst zu entfalten und eigene Wege zu finden. Sie schenkt Orientierung, Schritt für Schritt, ohne Druck, aber mit Sicherheit.

Es ist ein Weg, kein Ziel und wir gehen ihn gemeinsam, Seite an Seite mit jedem einzelnen Menschen, der ihn beschreitet. Nicht als Vorgabe, nicht als bloße Fertigkeit, sondern als gelebte Erfahrung. Wir möchten begleiten, zuhören, anregen und mit jedem Lernort mehr Raum für Wachstum schaffen.

Vielfalt der Wege - Klarheit im Angebot:

Unser Programm ist so vielseitig wie die Menschen, die zu uns kommen:

- Erstorientierungskurse für neu zugewanderte Menschen
- Deutsch als Fremd- oder Zweitsprache (DaF/DaZ) – für Selbstzählende, sowie gezielte Prüfungsvorbereitung
- Integrationskurse (allgemein oder Alphabetisierung)
- Landesgeförderte Kurse für Geflüchtete
- Berufsbezogene Deutschsprachförderung (BSK) auf B2/C1-Niveau mit Schwerpunkten Pflege, Medizin oder Frühpädagogik
- Individuell entwickelte Deutschkurse für Unternehmen („Bildung auf Bestellung - BaB“)

Gut begleitet

Sprache lernen heißt oft auch, sich neu zu orientieren. Deshalb lassen wir Sie nicht allein. Frau Schäfer unterstützt Sie gern während der Beratungszeiten bei allen formalen Fragen und organisatorischen Anliegen – verlässlich, zugewandt und kompetent.

Zeit, Raum und ein guter Beginn

Damit Lernen gelingen kann, nehmen wir uns Zeit für einen strukturierten Einstieg.

Vor Kursbeginn führen wir eine persönliche Einstufung durch.

Unsere Deutschkurse starten in der Regel **zweimal jährlich (Januar und**

September), Integrationskurse beginnen fortlaufend.

Unterricht findet je nach Kurs vormittags, nachmittags oder abends statt, angepasst an das Leben der Lernenden, nicht umgekehrt.

Nachweise, die Türen öffnen

Anerkannte Sprachprüfungen auf allen Niveaustufen (A1 bis C2) ermöglichen Ihnen formale Abschlüsse für Ausbildung, Beruf, Einbürgerung oder Studium. Prüfungstermine werden individuell vereinbart. Ergänzend bieten wir projektbezogene Kurse, die gezielt und vertiefend auf die sprachlichen Ziele ausgerichtet sind.

Ein Weg, den Sie nicht allein gehen

Die vhs Nienburg steht für Bildung, die verbindet, stärkt und Perspektiven eröffnet.

Wir begleiten Sie achtsam, kompetent und mit innerer Überzeugung – Schritt für Schritt, Wort für Wort.

Deutsch Allgemein Selbstzahler-Kurse

26A4E4050K

Deutsch als Fremdsprache A 1

Montag, 12.01.2026, 17:00Uhr – 18:30 Uhr
10 Veranstaltungen
Viktor Saveljev
vhs Nienburg
65,00 €

26A4E4100K

Deutsch als Fremdsprache Prüfungstraining B1

Montag, 19.01.2026, 18:00 Uhr – 19:30 Uhr
20 Veranstaltungen
vhs Nienburg
Julia Saveljev
130,00 €

26A4E4110K

Deutsch als Fremdsprache B2

Montag, 12.01.2026, 18:00 Uhr – 20:15 Uhr
15 Veranstaltungen
vhs Nienburg
Marina Eichbauer
Gebühr 146,30 €

Sprachniveaus / Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen (GER)

Grundkenntnisse

A1 Anfänger:in, bis 4 Jahre Schulkenntnisse

Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden, die auf die Befriedigung einfacher, konkreter Bedürfnisse zielen. Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen – z.B. Name, Wohnort, Bekannte, Dinge, die sie besitzen, usw. und kann auf Fragen dieser Art Antwort geben. Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.

A2 Grundlegende Kenntnisse ca. 4 - 5 Jahre Schulkenntnisse

Kann einzelne Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke im Zusammenhang mit Bereichen von unmittelbarer Bedeutung verstehen (z. B. Informationen zur Person, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung). Kann sich in einfachen routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen unkomplizierten und direkten Austausch von Informationen und um vertraute Themen und Tätigkeiten geht. Kann mit einfachen Mitteln Personen, Orte, Dinge, die eigene Ausbildung und seine/ihre Umwelt beschreiben.

Gute Sprachkenntnisse

B1 Fortgeschrittene Sprachverwendung, ca. 5 - 6 Jahre Schulkenntnisse

Kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete äußern. Kann über Erfahrungen und Ereignisse berichten, Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen und Erklärungen geben. Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen.

B2 Selbständige Sprachverwendung

Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachler: innen ohne Belastung für beide Gesprächspartner: innen möglich ist. Kann sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einem Problem erklären und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.

Sehr gute bis nahezu muttersprachliche Kenntnisse

C1 Fachkundige Sprachkenntnisse

Kann ein breites Spektrum anspruchsvoller, auch längerer Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen. Kann sich beinahe mühelos spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter offensichtlich nach Worten suchen zu müssen. Kann die Sprache wirksam und flexibel im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium gebrauchen. Kann sich klar und gut strukturiert zu komplexen Sachverhalten äußern, etwas ausführlich beschreiben oder berichten und Aussagen inhaltlich und sprachlich verknüpfen.

C2 Annähernd muttersprachliche Kenntnisse

Kann praktisch alles, was er/sie liest oder hört, mühelos verstehen. Kann Sachverhalte und Argumente aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen wiedergeben und in einer kohärenten Darstellung zusammenfassen. Kann sich spontan, sehr fließend und differenziert ausdrücken und auch bei komplizierten Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.

Sprachen



Ihre Ansprechperson:

Programmbereichsleitung
Darijusch Wirth
967-693

Sachbearbeitung
Benedikt Schlosser
967-631

vhs-sprachen@kreis-ni.de

In der Welt zu Hause

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

Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachpolitische Ziel „Herkunftssprache plus Erwerb zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern.

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

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

Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen die Volkshochschulen den Gemeinsamen Europäischen

Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs verschiedenen Niveaustufen und steht für einen kommunikativen- und handlungsorientierten Sprachunterricht.

Sprachkurse für Polizei- und Sicherheitsdienste

26A4B1700K

Arabisch für Polizei- und Sicherheitsdienste (A1)

Mit dem Kurs werden Arabischkenntnisse speziell für Polizei- und Sicherheitsdienste auf dem Sprachniveau A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens erworben. In der Kursgebühr ist eine Teilnahmebescheinigung enthalten.

Es fallen Kosten für Unterrichtsmaterialien an.

Montag - Freitag, 20.04.2026 -
24.04.2026, 09:00 - 14:30 Uhr
5 Veranstaltungen
Nienburg, Nordertorschule,
Gr. Drakenburger Str. 57, Hörsaal 5
Sabah Kayali
155,00 € Anmeldung erforderlich

26A4G1700K

Englisch für Polizei- und Sicherheitsdienste (A2/B1)

Mit dem Kurs werden Englischkenntnisse speziell für Polizei- und Sicherheitsdienste auf dem Sprachniveau A2/B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens erworben. In der Kursgebühr ist eine Teilnahmebescheinigung enthalten.

Es fallen Kosten für Unterrichtsmaterialien an.

Mittwoch, 31.01.2026, 17:00 – 19:15 Uhr
weitere Termine nach Absprache im Kurs
Nienburg/vhs-Haus
Robert John Moore
155,00 €

26A4O1700K

Niederländisch für Polizei- und Sicherheitsdienste (A1)

Mit dem Kurs werden Niederländischkenntnisse speziell für Polizei- und Sicherheitsdienste auf dem Sprachniveau A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens erworben. In der Kursgebühr

ist eine Teilnahmebescheinigung enthalten.

Es fallen Kosten für Unterrichtsmaterialien an.

Montag - Freitag, 20.04.2026 -
24.04.2026, 09:00 - 14:30 Uhr
5 Veranstaltungen
Nienburg, Nordertorschule,
Gr. Drakenburger Str. 57, Hörsaal 6
Anton van den Born
155,00 €

26A4W1700K

Spanisch für Polizei- und Sicherheitsdienste (A1)

Mit dem Kurs werden Spanischkenntnisse speziell für Polizei- und Sicherheitsdienste auf dem Sprachniveau A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens erworben. In der Kursgebühr ist eine Teilnahmebescheinigung enthalten.

Es fallen Kosten für Unterrichtsmaterialien an.

Montag - Freitag, 20.04.2026 -
24.04.2026, 09:00 - 14:30 Uhr
5 Veranstaltungen
Nienburg, Nordertorschule,
Gr. Drakenburger Str. 57, Hörsaal 7
Roxana Alejandra Mutz
155,00 €

Arabisch

26B4B1010K

Arabisch lernen - arabisch kochen

Der Kurs richtet sich an kochfreudige Teilnehmende, die ihre sprachlichen und interkulturellen Kompetenzen für das Berufsleben oder aus privaten Gründen erweitern wollen. Lernen Sie erste Begriffe und Redewendungen auf Arabisch kennen und entdecken Sie die Vielfalt der syrischen Küche. Vorkenntnisse in Arabisch sind nicht erforderlich.

Bitte bringen Sie Geschirrhandtücher und Behältnisse für Reste sowie etwas zum Trinken mit.

Anmeldefrist ist eine Woche vor Kursbeginn. Es fallen Zusatzkosten in Höhe von ca. 10,- € an, die vor Ort an die Kursleitung zu entrichten sind.

Samstag, 06.06.2026, 13:00 - 17:30 Uhr
Bücken, Grundschule, Himmelreich 1
Sabah Kayali
31,80 €

Englisch

26F4G1060K

Englisch V (A1)

In diesem Kurs lernen Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen der englischen Sprache wichtige Wörter und Redewendungen für alltägliche Sprechsituationen - z.B. für den Beruf, im Urlaub, im Hotel, im Restaurant oder beim Einkaufen. Außerdem erlernen Sie weitere solide Grundlagen, auf die sich für den Beruf und privat weiter aufbauen lässt. Fortsetzung aus dem Vorsemester.

Schreibmaterial bitte mitbringen.

Montag, 13.04.2026, 18:45 - 20:15 Uhr

2 Abende
Stolzenau, Gymnasium,
Zum Ravensberg 3
Marion Bittner
18,00 €

Refresher Courses Auffrischungskurse

26E4G1200K

Refresher English I (A1)

In diesem Kurs können Sie Ihr Englisch in lockerer Atmosphäre auffrischen! Er

richtet sich an Teilnehmende, deren Schulenglisch lange zurückliegt und die in der Zwischenzeit nur selten oder gar nicht mit der Weltsprache zu tun hatten. Machen Sie mit und reaktivieren Sie Ihre Englischkenntnisse für den Beruf und Ihr Privatleben!

Lehrbuch: wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.

Montag, 23.02.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
10 Abende
Hoya, Gymnasium, Auf dem Kuhkamp 1
Amira Ezzat
90,00 €

26A4G1250K

Refresher English II (B1)

In diesem Kurs können Sie Ihr Englisch in lockerer Atmosphäre auffrischen! Er richtet sich an Teilnehmende, deren Schulenglisch lange zurückliegt und die in der Zwischenzeit nur selten oder gar nicht mit der Weltsprache zu tun hatten. Machen Sie mit und reaktivieren Sie Ihre Englischkenntnisse für den Beruf und das Privatleben! Fortsetzung aus dem Vorsemester.

Lehrbuch: Easy English Upgrade, Englisch für Erwachsene, Book 5: B1.1, Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-122721-0, ab Lektion 3.

Bitte besorgen Sie sich das Lehrbuch erst nach Rücksprache mit der Kursleitung am ersten Kurstermin.

Dienstag, 17.02.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
15 Abende
Nienburg/vhs-Haus
Regine Morley-Kretschmer
135,50 €

Englisch für Junggebliebene

26A4G1300K

Sterling Silver XXXII (B1)

Dieser "Sterling Silver"-Kurs wendet sich speziell an ältere Lernende ab etwa 55 Jahren, die ohne Zeit- und Leistungsdruck die englische Sprache für den Beruf oder private Zwecke auffrischen und erweitern möchten. Besonders wichtig ist das Wohlfühlen in einer Gruppe von Gleichgesinnten.

Lehrbuch: wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.

Dienstag, 10.02.2026, 10:00 - 11:30 Uhr
15 Vormittage
Nienburg/vhs-Haus
Hedda Freese
135,00 €

26A4G1330K

Hop on the Magic Bus (A2-B2)

Wir hüpfen mit unserem imaginären Bus sicherlich nicht von einer Buchlektion zur nächsten, sondern lustbetont von einem (Gesellschafts-)Spiel zum anderen - und das in der Zielsprache Englisch! Neben der Erschließung der jeweiligen Spielregeln, der damit einhergehenden Erweiterung der Lexik und einiger Phänomene der englischen Grammatik steht die unausweichliche Kommunikation untereinander zur Verbesserung der Sprachkenntnisse für berufliche wie private Zwecke im Vordergrund. Dabei kommen u.a. die jeweiligen britischen Editionen folgender Spiele zur Anwendung: Monopoly, Scrabble, Game of Life, Darts, Trivia, 221 Baker

Street, Scotland Yard, Bingo, Cluedo, Time, Pub Quizzes, Ski Run.

Es fallen Kosten in Höhe von 12,00 Euro für Materialen an, die vor Ort zu entrichten sind. Bitte bringen Sie sich Ihre eigenen Schreibutensilien mit.

Dienstag, 24.02.2026, 09:00 - 12:00 Uhr
10 Vormittage
Nienburg/vhs-Haus
René Huske
180,00 €

26F4G1610K

Englisch für Junggebliebene (A1/A2)

Wollen Sie Ihr Englisch aufpolieren, im Beruf neue Möglichkeiten haben, den Enkeln bei den Hausaufgaben helfen oder sich im Urlaub verständigen können? Machen Sie mit und lernen Sie Englisch in einer netten Gruppe! Fortsetzung aus dem Vorsemester.

Schreibmaterial bitte mitbringen.

Lehrbuch: wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.
Montag, 13.04.2026, 17:00 - 18:30 Uhr
2 Abende
Stolzenau, Gymnasium,
Zum Ravensberg 3
Marion Bittner
18,00 €

Französisch

26A4I1300K

Französisch (B1)

Für Teilnehmende mit sehr guten Vorkenntnissen, die ihre Französischkenntnisse für berufliche oder private Zwecke ausbauen wollen. Fortsetzung aus dem Vorsemester. Neu Hinzukommende sind herzlich willkommen.

Lehrbuch: Chapeau B1, Hueber, ISBN: 9783191434342, ab Lektion 6.

Bitte besorgen Sie sich das Lehrbuch erst nach Rücksprache mit der Kursleitung am ersten Kurstermin.

Donnerstag, 12.02.2026, 17:30 - 19 Uhr
9 Abende
Nienburg/vhs-Haus
Danièle Salique-Schlachter
81,00 €

26A4I1400K

Conversation française (B2-C1)

Dans ce cours de conversation, nous discutons de sujets très variés de société et d'actualité à partir d'articles de journaux ou de magazines. Nous découvrons également des régions françaises ou des pays francophones et nous lisons aussi des nouvelles ou un livre choisi par le groupe.

Bienvenue à toute nouvelle personne intéressée!

Mittwoch, 11.02.2026, 17:30 - 19:00 Uhr
9 Abende
Nienburg/vhs-Haus
Danièle Salique-Schlachter
81,00 €

SOIRÉE CINÉMA FRANÇAIS

26A4I1610V

SOIRÉE CINÉMA FRANÇAIS - "La mélodie" ("Der Klang von Paris")

Film (2017) von Rachid Hami mit Kad Merad, Samir Guesmi und Alfred Renely.

In der Schule eines Pariser Banlieues soll der arbeitslose Konzertviolinist Simon Daoud respektlosen und

verhaltensauffälligen Sechstklässlern Geigenunterricht geben. Die Aktion ist als Integrationsmaßnahme für Kinder mit Migrationsgeschichte geplant und soll am Schuljahresende mit dem ehrgeizigen Ziel eines Konzertes in der Pariser Philharmonie gekrönt werden. Für die Klasse ein schweres Unterfangen, doch für das aus dem Senegal stammende Naturtalent, Arnold, eine Offenbarung.

Mit diesem Gute-Laune-Film möchte Regisseur und Drehbuchautor Rachid Hami uns zeigen, dass Kultur, Geduld und Hingabe zur Integration beitragen können.

Bezahlung: nur bar an der Abendkasse.

Eine vorherige schriftliche Anmeldung bei der vhs ist erforderlich!

Freitag, 20.02.2026, 19:00 - 21:15 Uhr
vhs-Haus, Forum D001
Danièle Salique-Schlachter
10,00 € Abendkasse

26A4I1620V

SOIRÉE CINÉMA FRANÇAIS - "Les neiges du Kilimandjaro" ("Der Schnee am Kilimandscharo")

Film (2011) von Robert Guédiguian mit Ariane Ascaride, Jean-Pierre Darroussin und Gérard Meylan.

Michel, seine Frau Marie-Claire, ihre Kinder und Enkel leben in Marseille. Gewerkschaftsführer Michel arbeitet in einer Werft, die Beschäftigte entlassen muss. Ihre Namen werden von ihm wie bei einer zufälligen Lotterie gezogen. Sein eigener Name ist auch dabei, und schlagartig ändert sich sein Leben. Trotzdem feiern Michel und Marie-Claire mit Familie, Freunden und ehemaligen Werftkollegen ihren 30-jährigen Hochzeitstag und sind überwältigt vom Geschenk aller Beteiligten: Geld und Flugtickets nach Tansania und zum Kilimandscharo! Doch aus dem Traumurlaub wird nichts, denn Michel und seine Familie werden brutal überfallen und beraubt. Obwohl die Täter schnell ermittelt sind, stehen Michel und Marie-Claire vor einem Dilemma.

Robert Guédiguian's Film ist kein Krimi. Seit über 40 Jahren widmet sich der sozial engagierte Regisseur in seinen Filmen

den kleinen Leuten. Es geht ihm um Lebensentwürfe und Klassenkampf, um Recht und Gerechtigkeit, um zwischenmenschliche Solidarität, Werte und um eine gerechtere Welt.

Bezahlung: nur bar an der Abendkasse.

Eine vorherige schriftliche Anmeldung bei der vhs ist erforderlich!

Freitag, 13.03.2026, 19:00 - 21:15 Uhr
vhs-Haus, Forum D001
Danièle Salique-Schlachter
10,00 € Abendkasse

26A4I1630V

SOIRÉE CINÉMA FRANÇAIS - "Les choses simples" ("Die einfachen Dinge")

Film (2023) von Eric Besnard mit Grégory Gadebois und Lambert Wilson.

Durch eine Panne seines Sportwagens mitten auf einer Landstraße im Gebirge lernt der erfolgreiche, durch die Welt jetzende Geschäftsmann Vincent Delcourt den wortkargen Eigenbrötler und Selbstversorger Pierre kennen, der zurückgezogen auf einem Bauernhof in den Bergen lebt. Kurze Zeit später kehrt Vincent zum Entschleunigen in die Berge zurück. Beide nähern sich an und lernen, einander zu schätzen.

Eric Besnard, Regisseur von "Birkenkuchen mit Lavendel" und "A la carte", fragt danach, was wesentlich im Leben ist. Er und stellt Hektik, Stress und Aktion Entschleunigung und Kontemplation gegenüber - verkörpert durch die zwei harmonisierenden Schauspieler Lambert Wilson und Grégory Gadebois.

Bezahlung: nur bar an der Abendkasse.

Eine vorherige schriftliche Anmeldung bei der vhs ist erforderlich!

Freitag, 24.04.2026, 19:00 - 21:15 Uhr
vhs-Haus, Forum D001
Danièle Salique-Schlachter
10,00 € Abendkasse

Spanisch

26A4W1200K

Spanisch II (A2)

Sprechen Sie Spanisch, wie Sie es schon immer wollten - für berufliche Zwecke, erlebnisreiche Reisen oder einfach nur, weil es Spaß macht! Bei der Muttersprachlerin erlernen Sie die Sprache mit Übungen zum Sprechen, Schreiben und Hörverstehen Schritt für Schritt. Darüber hinaus erfahren Sie Wissenswertes über die spanische Kultur. Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen. Fortsetzung aus dem Vorseminster.

Lehrbuch: Caminos neu A2. Spanisch für Anfänger, Kurs- und Übungsbuch mit Audio-CD. Klett-Verlag,

Bitte besorgen Sie sich das Lehrbuch erst nach Rücksprache mit der Kursleitung am ersten Kurstermin.

ISBN: 978-3-12-514956-4, ab Lektion 3.

Donnerstag, 12.02.2026, 18 - 19:30 Uhr
15 Abende
Nienburg/vhs-Haus
Ana Mercedes Arenas Santa Cruz
135,00 €

➔ 26I4W1250K

Spanisch (A2)

Für Teilnehmende mit guten Grundkenntnissen, die ihre Kenntnisse auf A1- oder A2-Niveau mit langsamer Konversation, interaktiven Übungen, Lektüre und Lernspielen auffrischen wollen. Dabei werden auch Dialoge im Präteritum geübt. Der

Kurs richtet sich ebenfalls an Personen, die ihre länger zurückliegenden Spanischkenntnisse reaktivieren wollen. Neu Hinzukommende sind herzlich willkommen.

-Lehrbuch: Lehr- und Arbeitsbuch Spanisch CON GUSTO A2, ISBN 978-3-12-514990-8, ab Lektion 7.

Bitte besorgen Sie sich das Buch erst nach Rücksprache mit der Kursleitung am ersten Kurstag.

Donnerstag, 19.02.2026, 18 - 19:30 Uhr
10 Abende
OBS Loccum, Walter-Haaren-Straße 19
Gladys González
100,00 €

Schwedisch online

Die Durchführung dieser Online-Kurse ähnelt dem eines Präsenzkurses. Vor dem Kursstart wird ein verpflichtender Audio-Check durchgeführt. Die Termine dafür finden am 06.01., 13.01. oder 29.01.2026 jeweils um 19:30 Uhr statt. Weitere Termine sind auf Anfrage möglich. Die Zugangsdaten erhältst du per E-Mail von der Dozentin. Du benötigst einen Desktop-Computer oder Laptop (Tablet oder Handy sind nicht ausreichend), vorzugsweise ein Headset mit Mikrofon und eine stabile Internetverbindung.

Eine gelegentliche Webcam-Nutzung ist freiwillig. Die Kurse sind geeignet für Erwachsene und junge Menschen ab 16 Jahren.

26X4U1010K

Online: Schwedisch I (A1) für Anfänger:innen

God morgon Sverige! Magst du schon am frühen Morgen eintauchen in das Land der Seen und Elche, viel erfahren über Bullerbü, IKEA und die Königinnen Silvia und Lucia? Diese so melodisch klingende Sprache von Grund auf erlernen und zu erfahren, warum köttbullar „schöttbullar“ ausgesprochen werden? In diesem Kurs erlernst Du für berufliche oder private Anliegen einen ersten Wortschatz mit grammatischen Elementen, kannst über Menschen und den Alltag berichten und Dich in einfachen Gesprächen, z.B. beim Einkaufen oder Essen im Restaurant zurechtfinden.

Lehrbücher:

- Tala Svenska, Schwedisch A1 Plus - Lehrbuch, Groa, ISBN 978-3-933119-04-9, ab Lektion 1.

- Tala Svenska, Schwedisch A1 Plus - Übungsbuch, Groa, ISBN 978-3-933119-14-8.

Freitag, 13.02.2026, 08:30 - 09:45 Uhr
12 Vormittage
Online vitero inspire+
Bettina Dreyer
106,00 €

26X4U1250K

Online: Schwedisch VI (A2)

Hej igen! Du hast sehr gute Vorkenntnisse und möchtest Deinen Wortschatz vertiefen, alltägliche Gespräche mit den Bewohnern des Landes führen und nebenbei viel über Land und Leute erfahren? Dann bist Du hier richtig! Ziel des Kurses ist, für berufliche oder private Anliegen Dialoge und eigene Texte verfassen zu können und Dich in leichter Konversation zu üben. Es werden viele interessante Themenbereiche in diesem umfangreichen Buch abgedeckt.

Lehrbücher:

- Tala Svenska, Schwedisch A2-B1 - Lehrbuch, Groa, ISBN 978-3-933119-05-6, ab Lektion 9.

- Tala Svenska, Schwedisch A2-B1 - Übungsbuch, Groa, ISBN 978-3-933119-15-5.

Montag, 16.02.2026, 20:00 - 21:15 Uhr
12 Abende
Online vitero inspire+
Bettina Dreyer
106,00 €

26X4U1290K

Online: Schwedisch A2-B1

Hej! Du kan prata lite svenska och vill öka ditt ordförråd, tala mer flytande och kunna kommunicera med t.ex. dina grannar eller vänner i landet? Va med och träna på uttal och grammatik, läs nya ord och berätta gärna om dina egna erfarenheter i landet. På online kurserna träffas vi i det virtuella klassrummet vitero inspire+. Du sitter tillsammans med kursledaren och de andra deltagarna vid konferensbordet, där du kan titta på tavlan och diskutera i forum eller träffas för arbete i par i sidorum. Använd dator eller laptop, gärna med headset, vissa funktioner saknas på mobiltelefon eller surfplatta. Du bör ha stabilt internet. Tillfällig användning av kameran är frivillig. En teknisk test genomförs 6:e, 13:e och 29:e januari eller på efterfrågan. Länken till klassrummet får du via mejl av kursledaren. Hjärtligt välkommen!

Lehrbücher:

- Tala Svenska, Schwedisch A2-B1 - Lehrbuch, Groa, ISBN 978-3-933119-05-6, ab Lektion 15.

- Tala Svenska, Schwedisch A2-B1 - Übungsbuch, Groa, ISBN 978-3-933119-15-5.

Dienstag, 17.02.2026, 20:00 - 21:15 Uhr
12 Abende
Online vitero inspire+
Bettina Dreyer
106,00 €



Ihre Ansprechpersonen:

Sabrina Czelustek

967-619

Kathrin Bremer

967-643

vhs-beruf@kreis-ni.de

Berufliche Weiterbildung eröffnet neue Chancen, sei es für die persönliche Entwicklung, berufliche Veränderung oder die aktive Teilhabe an unserer Gesellschaft. Deshalb ist sie ein zentraler Bestandteil unserer Volkshochschularbeit.

Unsere Angebote in diesem Programmbereich reichen von Office-Schulungen über den souveränen Umgang mit Smartphone und Tablet bis hin zu Kursen, in denen Sie wichtige Softskills wie Kommunikation oder den Umgang mit Konflikten entwickeln können. Dazu kommen Online-Angebote zu aktuellen Themen wie KI, Canva oder dem sichereren Umgang mit digitalen Medien. Wer eine fundierte Qualifizierung sucht, findet bei uns außerdem kaufmännische Grund- und Fachlehrgänge.

26A5A5100W

Einführung in den 3D-Druck

Wie funktioniert ein 3D-Drucker und was lässt sich damit alles herstellen? In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Grundlagen des 3D-Drucks kennen: vom Aufbau des Geräts über die Vorbereitung der Modelle mit der freien Software PrusaSlicer bis hin zum Druck eines kleinen Werkstücks. Dabei geht es nicht nur ums Technische: Mit Humor, Experimentierfreude und einem Blick für Gestaltung werden die Möglichkeiten des 3D-Drucks auf überraschende Weise erfahrbar. Der Kurs richtet sich besonders an kreativ arbeitende Personen in Bildungsinstitutionen, steht aber auch allen anderen interessierten Erwachsenen offen.

Dieser Kurs findet in einer Kleingruppe mit maximal 6 Teilnehmenden statt.

Die Fortbildung wird im "Lernraum der Zukunft" des Kreismedienzentrum stattfinden.

Samstag, 14.03.2026, 10:00 - 14:30 Uhr
vhs-Haus
Duc Thanh Nguyen
63,60 €

26A5A5101W

3D-Druck für alle

Lange Zeit war 3D-Druck nur etwas für Tüftler:innen und Bastler:innen. Inzwischen gibt es erschwingliche Geräte, mit denen sich auch „out of the box“ beeindruckende Ergebnisse erzielen lassen. Der 3D-Druck ist inzwischen also ein Thema für alle geworden, die gerne kreativ und eigenständig gestalten, tüfteln oder einfach gern Neues ausprobieren. In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt den Einstieg in die Welt des 3D-Drucks: von der ersten

Konstruktion mit der Software Fusion bis zum fertig gedruckten Objekt.

Dieser Kurs findet in einer Kleingruppe mit maximal 6 Teilnehmenden statt.

Die Fortbildung wird im "Lernraum der Zukunft" des Kreismedienzentrum stattfinden.

Samstag, 18.04.26, 08:30 - 16:30 Uhr
vhs-Haus
Sven Engelke
93,00 €

Office Programme

26A5B5003K

Tabellenkalkulation mit Microsoft Excel - Grundlagen

Der Kurs vermittelt grundlegende Excel-Kenntnisse. Er richtet sich an Anfängerinnen und Anfänger sowie an Teilnehmende ohne oder mit geringen Vorkenntnissen in Excel. Inhalte sind Umgang mit Excel (Drucken, Bildschirmansichten, Symbolleisten), Gestalten von Excel-Tabellen (Eingeben, Markieren, Zellen-, Spalten- und Zeilenformatierungen, Tabellenaufteilung, Sortieren, Zahlen-, Datums- und Tagesreihen eingeben), Berechnungen in Excel-Tabellen (Grundrechenarten, Standardfunktionen wie Summe oder Mittelwert, Prozentrechnung, Formelreihen eingeben, absolute und relative Zellbezüge).

Wenn Sie im Berufsalltag erfolgreich mit Excel arbeiten möchten, erhalten Sie hier einen optimalen Einstieg!

Mit der Belegung dieses Kurses sowie der Excel-Aufbaukurse I und II können Sie an der Prüfung im Rahmen des Programms "Xpert - Europäischer Computerpass" teilnehmen und sich Ihre Fähigkeiten auf hohem Niveau bescheinigen lassen.

Bitte bringen Sie einen USB-Stick mit. Basiskenntnisse in Windows sind erforderlich.

Mittwoch, 11.03.2026, 18:30 - 20:45 Uhr
5 Abende
vhs-Haus, D202, EDV-Raum
Ralf Flatau
93,00 €

26A5B5002K

Tabellenkalkulation mit Microsoft Excel, Aufbaukurs I

In diesem Kurs werden die Excel Kenntnisse aufbauend auf dem Grundlagenkurs erweitert.

Inhalte:

- Funktionen,
- Verweise,
- Datumsfunktion,
- Pivot-Tabellen abfragen,
- grafische Darstellung von Zahlen in Diagrammen.

Teilnahmevoraussetzung: Kenntnisse im Umgang mit Windows und Kenntnisse, wie sie im Excel-Grundlagenkurs erworben werden können.

Bitte bringen Sie einen USB-Stick mit.

Mittwoch, 15.04.2026, 18:30 - 20:45 Uhr
5 Abende
vhs-Haus, D202, EDV-Raum
Ralf Flatau
93,00 €

26A5B5300K

Tabellenkalkulation mit Microsoft Excel, Aufbaukurs II

In diesem Kurs werden die Excel-Kenntnisse aufbauend auf dem Aufbaukurs I weiter vertieft.

Inhalte: Vertiefung von Funktionen, Rechenoperatoren, Formatierung der Tabellen, Schutz von Excel-Tabellen.

Teilnahmevoraussetzung: Kenntnisse im Umgang mit Windows und Kenntnisse, wie sie im Excel-Grundlagenkurs sowie im Excel-Aufbaukurs I erworben werden können.

Bitte bringen Sie einen USB-Stick mit.

Mittwoch, 20.05.2026, 18:30 - 20:45 Uhr
5 Abende
vhs-Haus, D202, EDV-Raum
Ralf Flatau
93,00 €

26A5B5003W

Einstieg in Word - Kompaktkurs

Dieser Kompaktkurs bietet Ihnen einen umfassenden Einblick und Einstieg in das Textverarbeitungsprogramm Word. Erlernen Sie in diesem Kurs die Grundlagen von Microsoft Word in einem kompakten Format. Dieser Kurs richtet sich speziell an alle, die Microsoft Word kennenlernen wollen. Praxisorientiert können Sie schnell und nachhaltig fundierte Word-Kenntnisse erwerben. Lernen Sie die wichtigsten Funktionen von Microsoft Word anhand von leicht verständlichen Beispielen kennen, damit Sie direkt mit Ihren Textverarbeitungsprojekten starten können.

Bitte bringen Sie einen USB-Stick mit.

Samstag, 28.02.2026, 09:00 - 14:15 Uhr
vhs-Haus, D202, EDV-Raum
Ralf Flatau
49,00 €

26A5B5004W

Einstieg in Word - Kompaktkurs

Samstag, 27.06.2026, 09:00 - 14:15 Uhr
vhs-Haus, D202, EDV-Raum
Ralf Flatau
49,00 €

WOE 26A5B5008W

Einstieg in Windows 11 – Kompaktkurs

Dieser Kurs bietet Ihnen einen schnellen Einstieg in die Bedienung und den Umgang mit dem Betriebssystem Windows 11. Es werden die Neuerungen von Windows 11 im Vergleich zu den Vorgängerversionen vorgestellt.

Dies beinhaltet die neue Oberfläche, die neuen Bedienungsarten, das Arbeiten mit Apps, das Aufrufen und Beenden von Programmen, der Umgang mit Suche, Sprachsteuerung und dem neuen Internet-Explorer. Tipps zur Anpassung von Windows an die eigenen Bedürfnisse und zur Absicherung der Privatsphäre runden den Kurs ab.

So gerüstet gelingt Ihnen der perfekte Einstieg bzw. Umstieg in die Windows 11-Welt und Sie werden innerhalb kurzer Zeit in der Lage sein, die wesentlichen Funktionen von Windows 11 effizient zu nutzen.

Samstag, 30.05.2026, 09:00 - 14:15 Uhr
vhs-Haus, D202, EDV-Raum
Ralf Flatau
49,00 €

26A5B5010K

Präsentation mit Microsoft PowerPoint - Grundlagen

Sie möchten im beruflichen oder ehrenamtlichen Umfeld überzeugend präsentieren? In vielen Berufen und Branchen gehören mit PowerPoint unterstützte Präsentationen mittlerweile zum Standard. Doch welche der vielen Programmfunktionen benötigt man wirklich? Dieser Kurs zeigt Ihnen, wie Sie eine Bildschirmpräsentation gestalten und vorführen.

Zielgruppe: Teilnehmende ohne oder mit geringen Vorkenntnissen in diesem Programm.

Teilnahmevoraussetzung: Kenntnisse im Umgang mit Windows.

Mittwoch, 04.02.2026, 18:30 - 20:45 Uhr
5 Abende
vhs-Haus, D202, EDV-Raum
Ralf Flatau
93,00 €

Softskills

26A5G5100V

Empathisch und Konkret - Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg

Einführung in die Empathische oder Gewaltfreie Kommunikation (GfK) nach Marshall B. Rosenberg. Das Modell führt durch Alltagssituationen und unterstützt die eigene Kommunikation. In diesem Vortrag werden die einfach anwendbaren 4 Schritte der GfK vorgestellt und anhand von Übungen vertieft.

Wenn wir im täglichen Miteinander auf Schwierigkeiten stoßen, ist die Versuchung groß, die andere Person zu bewerten und zu verurteilen. Oder wir nehmen etwas persönlich und sind tagelang verärgert. Die Lösung liegt auf der Hand, andere sollen sich ändern, dann gäbe es keine Probleme – glauben wir. Hier kann die Empathische oder Gewaltfreie Kommunikation (GfK) beim Kommunizieren im Alltag unterstützen. Die GfK ist unabhängig von der Mutter- oder Zweitsprache, und trotzdem muss man sie wie eine Fremdsprache erlernen. Dafür sind jedoch keine Vorkenntnisse erforderlich, da Empathie angeboren ist. Im Vortrag werden die 4 Schritte des Kommunikationsmodells nach Marshall B. Rosenberg vermittelt und mit kleinen Übungen vertieft, sodass dieses einfach erlernbare Modell in den Alltag einfließen kann. Wertschätzend und offen miteinander reden – das ist wichtig, sowohl im beruflichen als auch im privaten Leben. Ziele der GfK sind beispielsweise negativer Kommunikation entgegenzuwirken, Konflikte aktiv als Chance zur Verbesserung zu nutzen und die eigenen Wünsche und Belange zu erfüllen, ohne Mitmenschen zu beeinträchtigen.

Donnerstag, 16.04.2026, 17:30 - 19 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Jörg Belitz
14,00 €

26A5G5100W

Business-Deutsch kompakt: E-Mails, Telefonate, Texte

Dieser Kurs richtet sich an Berufstätige, Auszubildende und Arbeitssuchende, die ihre Kommunikation im Arbeitsalltag verbessern möchten. Im Mittelpunkt stehen praxisnahe Übungen zum Verfassen professioneller E-Mails und Texte sowie zum sicheren Führen von Telefongesprächen. Ziel ist es, Missverständnisse zu vermeiden und sprachlich souverän aufzutreten. Gearbeitet wird mit Beispielen aus der Berufspraxis, kurzen Inputs und Rollenspielen. Das Besondere an diesem Angebot: Es konzentriert sich gezielt auf berufliche Szenarien und verbindet Sprache,

Kommunikation und Handlungskompetenz – für mehr Erfolg im Beruf.

Bitte bringen Sie Schreibmaterialien mit.

Samstag, 25.04.2026, 09:00 - 16:00 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Anne-Kristin Mathiszig
44,80 €

26A5G5101V

Hurra ein Konflikt - Lösungsangebote nach Marshall B. Rosenberg

Nur durch frühzeitiges Erkennen und Mut können Konflikte eine positive Wendung nehmen. Bei der Interaktion zwischen Menschen treten immer wieder Konflikte auf und wenn die Beteiligten diese nicht rechtzeitig durch aktives Gegensteuern unterbrechen, können sich die Konflikte verhärten und schließlich zu einer Zersplitterung führen. Im Vortrag wird die Ursache von zwischenmenschlichen Konflikten erläutert sowie anhand des Konfliktstufenmodells nach Friedrich Glasl vertieft und geeignete Lösungsstrategien vermittelt. Gerade Führungskräfte, Beratende und Sozialarbeitende sollten sich den neun Eskalationsstufen nach Glasl bewusst sein, um die Struktur und Schwere von Konflikten erkennen und von einem neutralen Standpunkt aus betrachten zu können. Dabei ist die Fähigkeit zum Beurteilungs- und wertfreien Erkennen von Konflikten zur Deeskalation von Vorteil, um beispielsweise rechtzeitig außenstehende Hilfe anzufordern oder Lösungsstrategien zu entwickeln bzw. Gegenmaßnahmen zu ergreifen.

Dienstag, 21.04.2026, 17:30 - 19:00 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Jörg Belitz
14,00 €

26A5G5102V

Konfliktlösung durch Mediation - alle können gewinnen!

Der Impulsvortrag richtet sich an Menschen mit Interesse an einer nachhaltigen Lösung von Konflikten oder Streitigkeiten ohne gerichtliche Auseinandersetzung. Im Rahmen der Vortragsreihe "Empathische Kommunikation" werden die Möglichkeiten und auch Grenzen der Mediation als freiwilliges, außergerichtliches Verfahren zur konstruktiven Beilegung eines Konfliktes vorgestellt, bei dem die Parteien von einer Mediatorin oder einem Mediator begleitet werden. Es werden die Grundlagen der Methodik sowie die Phasen des Mediationsprozesses vermittelt und mit Beispielen angereichert. Auf die Vielfalt der Mediationsvarianten wird genauso eingegangen, wie auf die Anwendungsfelder und Ziele des Verfahrens. Mediation eignet sich für die Klärung von Auseinandersetzungen im privaten als auch im beruflichen Kontext und wird in Deutschland durch das Mediationsgesetz gefördert. Der Vortrag bringt Klarheit für die Suche und ergibt geeignete Vergleichsfragen im Auswahlprozess, die zu kompetenten Mediatorinnen und Mediatoren in einem vielfältigen Angebotsfeld führen können. Ohne erforderliche Vorkenntnisse werden die Vorteile eines Klärungsverfahrens kennengelernt, bei dem das gemeinsame win-win Ergebnis an oberster Stelle steht und es keine Verliererinnen oder Verlierer gibt.

Donnerstag, 23.04.2026, 17:30 - 19 Uhr
Nienburg/vhs-Haus
Jörg Belitz
14,00 €

26C5G5103V

Empathisch und Konkret - Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg

Einführung in die Empathische oder Gewaltfreie Kommunikation (GfK) nach Marshall B. Rosenberg. Das Modell führt durch Alltagssituationen und unterstützt die

eigene Kommunikation. In diesem Vortrag werden die einfach anwendbaren 4 Schritte der GfK vorgestellt und anhand von Übungen vertieft.

Wenn wir im täglichen Miteinander auf Schwierigkeiten stoßen, ist die Versuchung groß, die andere Person zu bewerten und zu verurteilen. Oder wir nehmen etwas persönlich und sind tagelang verärgert. Die Lösung liegt auf der Hand, andere sollen sich ändern, dann gäbe es keine Probleme – glauben wir. Hier kann die Empathische oder Gewaltfreie Kommunikation (GfK) beim Kommunizieren im Alltag unterstützen. Die GfK ist unabhängig von der Mutter- oder Zweitsprache, und trotzdem muss man sie wie eine Fremdsprache erlernen. Dafür sind jedoch keine Vorkenntnisse erforderlich, da Empathie angeboren ist. Im Vortrag werden die 4 Schritte des Kommunikationsmodells nach Marshall B. Rosenberg vermittelt und mit kleinen Übungen vertieft, sodass dieses einfach erlernbare Modell in den Alltag einfließen kann. Wertschätzend und offen miteinander reden – das ist wichtig, sowohl im beruflichen als auch im privaten Leben. Ziele der GfK sind beispielsweise negativer Kommunikation entgegenzuwirken, Konflikte aktiv als Chance zur Verbesserung zu nutzen und die eigenen Wünsche und Belange zu erfüllen, ohne Mitmenschen zu beeinträchtigen.

Dienstag, 28.04.2026, 17:30 - 19:00 Uhr
Eystrup, Grundschule, Hauptstraße 44
Jörg Belitz
14,00 €

26F5G5501W

Stark und einfühlsam - Selbstfürsorge mit GfK

Wir wissen schon sehr viel darüber, wie das Leben funktioniert. Dennoch leiten uns alte Glaubens- und Verhaltensmuster oft unbewusst auf Wege, die anstrengend und manchmal sogar schmerzhaft sind. Um die unbewussten Konditionierungen, die oft in der Kindheit entstanden sind, zu erkennen, braucht es Geduld, Mut und den Willen zur Veränderung. In diesem Kurs lernen wir, diese Muster achtsam zu erkennen und Schritt für Schritt zu verändern. Grundlage ist die Methode der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg. Ziel ist es, mit mehr Selbstbewusstsein und Klarheit aufzutreten und eigene Grenzen freundlich, aber bestimmt zu setzen. Der Kurs richtet sich an alle, die beruflich oder privat das Gefühl haben, häufig übersehen zu werden und sie sich stattdessen selbstbewusst und souverän zeigen möchten.

Es fallen Kosten in Höhe von 4,00 - 6,00 € an, die vor Ort zu entrichten sind.

Samstag, 14.03.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Stolzenau, Haus der Generationen,
Oldemeyerstraße 9
Ute Niemann
38,40 €

Smartphones / Tablets

26F5B5102K

Erste Schritte mit dem iPhone - Praxiskurs für Einsteiger:innen

Das iPhone von Apple ist ein sehr intuitives und vielseitiges Smartphone.

Wir zeigen Ihnen die Möglichkeiten Ihres Geräts und geben Hinweise zum Thema Synchronisation, Navigation und hilfreiche Apps für den alltäglichen Gebrauch. Ebenso ist ausreichend Zeit für Ihre Fragen eingeplant.

Weitere Themen:

- Kostenlose, witzige oder super praktische Apps
- Alles zum Thema E-Mail und Synchronisation
- Navigation mit dem iPhone
- Muss ein teurer Mobilfunkvertrag wirklich sein?

Dieser Kurs ist nur für Einsteiger:innen und nur mit eigenem Gerät, Aufbaukurse können bei Bedarf/auf Wunsch nachgeplant werden.

Dieser Kurs ist nicht geeignet für Besitzer:innen von Android Smartphones. Das eigene iPhone muss aufgeladen zum Kurs mitgebracht werden.

Dieser Kurs findet in einer Kleingruppe mit maximal 8 Teilnehmenden statt.

Donnerstag, 19.02.2026, 19 - 20:30 Uhr
3 Abende
Stolzenau, Haus der Generationen,
Oldemeyerstraße 9
Michael Thäte
46,20 €

Online

26X5B5100V

Canva-Workshop: Grundkurs

Canva ist ein vielseitiges Design-Tool, das für Präsentationen, Social-Media-Grafiken, Flyer und viele weitere Designs genutzt werden kann. Doch der Einstieg kann herausfordernd sein. Welche Funktionen sind wichtig? Wie lassen sich Designs professionell gestalten? Und welche Möglichkeiten bieten KI-gestützte Features? Dieser Workshop bietet eine strukturierte Einführung in Canva und vermittelt praxisnah die wichtigsten Grundlagen. Schritt für Schritt werden zentrale Funktionen erklärt.

Allgemeine Computer- und Internetkenntnisse erwünscht

Montag, 09.03.2026, 17:30 - 20:30 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
44,00 €

26X5B5101V

Canva-Workshop: Grundkurs

Mittwoch, 29.04.2026, 15:00 - 18:00 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
44,00 €

26X5B5106V

Canva-Workshop: Grundkurs

Freitag, 31.07.2026, 15:00 - 18:00 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
44,00 €

26X5B5103V

Canva-Workshop: Social Media & Videoerstellung

Visuelle Inhalte sind der Schlüssel zu erfolgreichem Social-Media-Marketing. Doch wie erstellt man ansprechende Designs, fesselnde Videos und gut strukturierte Beiträge mit Canva? In diesem interaktiven Workshop wird praxisnah vermittelt, wie Social-Media-Posts und Reels professionell gestaltet und strategisch geplant werden.

Voraussetzung: Grundkenntnisse Canva

Dienstag, 09.06.2026, 17:30 - 20:30 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
44,00 €

26X5B5104V

Canva-Workshop: Visuell starke Präsentationen erstellen - online

Eine gute Präsentation ist mehr als nur Folien mit Text. Sie sollte klar strukturiert, visuell ansprechend und wirkungsvoll sein. In diesem praxisnahen Workshop wird

vermittelt, wie moderne und professionelle Präsentationen mit Canva erstellt werden. Dabei stehen nicht nur das Design im Fokus, sondern auch der gezielte Einsatz von Übergängen, Animationen und die Wahl der passenden Präsentationsart.

Grundkenntnisse Canva notwendig

Donnerstag, 19.03.26, 17:30 - 19:45 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
33,00 €

26X5B5105V

Canva-Workshop: Visuell starke Präsentationen erstellen - online

Mittwoch, 27.05.2026, 17:30 - 19:45 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
33,00 €

26X5B5200V

Der Medienführerschein für

Kinder (9–14 Jahre)

Kinder bewegen sich heute ganz selbstverständlich in der digitalen Welt. Dabei gibt es viel Spannendes zu entdecken aber auch einiges, worauf man achten sollte. Der Medienführerschein unterstützt Kinder zwischen neun und vierzehn Jahren dabei, das Internet sicher und bewusst zu nutzen. Gemeinsam mit anderen erfahren sie, wie man mit Smartphone, Tablet und Computer clever umgeht. Sie erhalten verständliche Erklärungen, einfache Regeln und jede Menge Gelegenheiten zum Mitmachen. Zum Abschluss erhalten alle eine Urkunde. Eltern dürfen gerne dabei sein und zuhören. Die Kinder stehen im Mittelpunkt, stellen Fragen, tauschen sich aus und lernen spielerisch, was im Netz wichtig ist.

Allgemeine Computer- und Internetkenntnisse erwünscht

Montag, 02.03.2026, 17:00 - 18:30 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
22,00 €

26X5B5300V

KI trifft PowerPoint: Künstliche Intelligenz für Präsentationen

Präsentationen müssen nicht mehr mühsam Folie für Folie erstellt werden. Künstliche Intelligenz revolutioniert die Art, wie Präsentationen gestaltet werden. In diesem Workshop wird gezeigt, wie Gamma KI und PowerPoint kombiniert werden, um ansprechende, professionelle und gut strukturierte Präsentationen effizient zu erstellen.

PowerPoint Grundkenntnisse notwendig

Montag, 30.03.2026, 17:30 - 18:15 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
18,50 €

26X5B5301V

KI trifft PowerPoint: Künstliche Intelligenz für Präsentationen

Dienstag, 26.05.2026, 16:30 - 17:15 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
18,50 €

26X5B5302V

KI-Bilder: Kreativ mit Künstlicher Intelligenz

Mit Künstlicher Intelligenz lassen sich beeindruckende Bilder von fotorealistischen Porträts bis hin zu abstrakten Kunstwerken erstellen. Doch welche Tools eignen sich dafür, wie formuliert man die richtigen Prompts und was muss beim Copyright beachtet werden? Dieser praxisnahe Workshop stellt verschiedene KI-Tools zur Bildgenerierung vor, zeigt Möglichkeiten und Grenzen auf und vermittelt effektives

Prompting. Zudem werden rechtliche Aspekte beim Einsatz von KI-generierten Bildern beleuchtet.

Allgemeine Computer- und Internetkenntnisse notwendig

Dienstag, 31.03.2026, 16:30 - 17:15 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
18,50 €

26X5B5303V

KI-Bilder: Kreativ mit Künstlicher Intelligenz

Mittwoch, 10.06.2026, 16:30 - 17:15 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
18,50 €

26X5B5304V

KI Grundkurs: Künstliche Intelligenz für Anfänger

Künstliche Intelligenz (KI) verändert die Art, wie wir arbeiten und kommunizieren. Doch was steckt eigentlich dahinter? In diesem praxisnahen Grundkurs werden die Grundlagen der KI verständlich erklärt. Es wird gezeigt, wo und wie KI eingesetzt werden kann. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf ChatGPT: Von der Einrichtung eines Accounts über wichtige Aspekte zu Urheberrecht und Datenschutz bis hin zu effektiven Prompting-Techniken.

Allgemeine Computer- und Internetkenntnisse erwünscht

Montag, 02.03.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
22,00 €

26X5B5305V

KI Grundkurs: Künstliche Intelligenz für Anfänger

Mittwoch, 08.04.2026, 18:30 - 20:00 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
22,00 €

26X5B5306V

KI Grundkurs: Künstliche Intelligenz für Anfänger

Freitag, 10.07.2026, 16:30 - 18:00 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
22,00 €

26X5B5307V

KI-Prompting: Künstliche Intelligenz effektiv steuern

Künstliche Intelligenz kann beeindruckende Texte, Bilder und Lösungen generieren, doch nur mit den richtigen Prompts liefert sie wirklich präzise und hochwertige Ergebnisse. In diesem Kurs wird gezeigt, wie man KI effektiv steuert, indem man gezielt formulierte Eingaben verwendet.

Allgemeine Computer- und Internetkenntnisse notwendig

Mittwoch, 08.04.2026, 17:30 - 18:15 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
18,50 €

26X5B5308V

KI-Prompting: Künstliche Intelligenz effektiv steuern

Montag, 29.06.2026, 19:00 - 19:45 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
18,50 €

26X5B5309V

KI-Protokolle: Künstliche Intelligenz als Helfer

Die manuelle Protokollerstellung kann zeitaufwendig und mühsam sein. Künstliche Intelligenz bietet effiziente Lösungen,

um Besprechungen, Meetings und Gespräche automatisch zu erfassen und strukturiert zu dokumentieren. In diesem Workshop wird gezeigt, wie verschiedene KI-Tools zur Protokollerstellung genutzt werden können, um Zeit zu sparen und die Qualität der Notizen zu verbessern.

Allgemeine Computer- und Internetkenntnisse notwendig

Mittwoch, 27.05.2026, 16:30 - 17:15 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
18,50 €

26X5B5400V

Kinder & Medien: Was Eltern wissen sollten

Digitale Medien sind fester Bestandteil des Alltags unserer Kinder. Soziale Netzwerke, Online-Spiele und mobile Endgeräte bieten zahlreiche Möglichkeiten, stellen jedoch auch Herausforderungen dar. Dieser interaktive Online-Kurs vermittelt praxisnahe Informationen zu relevanten Themen der digitalen Mediennutzung und zeigt Wege auf, Risiken zu minimieren und Chancen gezielt zu nutzen.

Allgemeine Computer- und Internetkenntnisse erwünscht

Montag, 16.03.2026, 18:00 - 20:15 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
33,00 €

26X5B5401V

Kinder & Medien: Was Eltern wissen sollten

Freitag, 12.06.2026, 18:00 - 20:15 Uhr
Online Zoom

Robin Weniger
33,00 €

26X5B5500K

Canva von A bis Z: Designs, Videos und Social Media

Canva bietet vielseitige Möglichkeiten zur Erstellung professioneller Inhalte für Social Media und Marketing. Dabei werden nicht nur die Grundlagen des Programms erklärt, sondern auch KI-gestützte Features eingesetzt, um Arbeitsabläufe zu optimieren. Zusätzlich wird ein strukturierter Social-Media-Plan erarbeitet, um Inhalte strategisch zu planen und effizient umzusetzen.

Kursvoraussetzung: Allgemeine Computer- und Internetkenntnisse

Freitag, 01.05.2026, 09:00 - 16:30 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
140,00 €

26X5B5600K

KI von A bis Z: Künstliche Intelligenz verstehen und anwenden

Künstliche Intelligenz verändert die Art und Weise, wie Inhalte erstellt, präsentiert und optimiert werden. Doch wie lassen sich KI-Tools effizient nutzen? In diesem umfassenden Workshop werden verschiedene Anwendungen der Künstlichen Intelligenz praxisnah erklärt und direkt angewendet. Dazu gehört die Bilderstellung, Texterstellung, Präsentationen, Protokolle und optimales Prompting.

Allgemeine Computer- und Internetkenntnisse notwendig

Freitag, 12.06.2026, 09:00 - 16:30 Uhr
Online Zoom
Robin Weniger
140,00 €

26X5B5700V

Reisebüro war gestern - heute buche ich selbst

Früher war die Reisebuchung ausschließlich den Reisebüros vorbehalten, doch die digitale Welt bietet nun eine Vielzahl von Möglichkeiten, Reisen selbstständig und dadurch individuell zugeschnitten, einfach und vor allem günstiger zu buchen. Besonders für diejenigen, die noch nie selbst einen Urlaub online gebucht haben, kann dieser Prozess überwältigend sein: es scheinen überall Fallstricke zu lauern.

Doch keine Sorge: In diesem werden Sie erfahren, wie Sie Ihre Traumreise ganz einfach selbst planen und buchen können – ganz ohne die Hilfe eines Reisebüros! Behandelt werden die Grundlagen der Online-Reisebuchung inkl. der Vorstellung verschiedener Buchungsplattformen und -portale und deren Vergleich, das Vermeiden versteckter Kosten und das Erkennen vorhersehbarer Risiken. Dabei liegt das Augenmerk darauf, dass Sie dies praxisnah lernen.

Hinweis: Das hier vermittelte Wissen basiert auf der langjährigen Erfahrung des Dozenten, es stellt keine Rechtsberatung dar und es besteht ferner kein Garantieanspruch.

Freitag, 24.04.2026, 17:00 - 20:00 Uhr
Online Zoom
Kai Kaufmann
34,00 €

Xpert CCS

Die Angebote sind in Kooperation mit dem Bildungsverein Hannover und die gesamte Abwicklung läuft über den Bildungsverein. Für diese Angebote ist eine Förderung über das Projekt Frau und Beruf möglich.

WOE

26X1H7000Y

Xpert CCS - Modul Basic

Das Modul Basic behandelt an Beispielen aus konkreten Praxisfeldern grundlegende Themen des interkulturellen Lernens. Themen: eigene und fremde Kultur, Kulturgrammatik.

Ein Begleitbuch zu allen drei Modulen wird zu Beginn des Seminars ausgehändigt (in der Kursgebühr enthalten).

Dieses Modul kann mit einer europäisch anerkannten Prüfung (Xpert) abgeschlossen werden. Die Teilnahme an der Prüfung ist nicht zwingend vorgeschrieben, jedoch Voraussetzung für die Teilnahme an der Kursstufe Professional. Die Prüfungsgebühr ist im Seminarpreis enthalten.

Samstag, 28.2.26, 10-18:15 Uhr
Sonntag 01.03.26, 10-16:15 Uhr
2 Tage
Bildungsverein, Stadtstr. 17, Hannover
Helga-Barbara Gundlach
220 €

WOE

26X1H7001Y

Xpert CCS - Modul Professional

Das Modul Professional fundiert die Kenntnisse in interkulturellen Themenfeldern. Themen: kulturelle Fremdheit, kulturelle Filter, Techniken des interkulturellen Umgangs, Kulturexploration, Kulturgrammatik und interkulturelle Kommunikation.

Dieses Modul kann mit einer europäisch anerkannten Prüfung (Xpert) abgeschlossen werden. Die Teilnahme an der Prüfung ist nicht zwingend vorgeschrieben, jedoch Voraussetzung für die Teilnahme an der Kursstufe Master. Die Prüfungsgebühr ist im Seminarpreis enthalten.

Teilnahmevoraussetzung: das Zertifikat der Kursstufe Basic.

Samstag, 13.06.26, 10-18:15 Uhr
Sonntag 14.06.26, 10-16:15 Uhr
2 Tage
Bildungsverein, Stadtstr. 17, Hannover
Helga-Barbara Gundlach
200 €

Kaufmännische Grund- und Fachlehrgänge

Xpert Business (XB) ist das bekannte bundesweite System für kaufmännische und betriebswirtschaftliche Weiterbildung der Volkshochschulen.

Kombinationen aus 23 Kursmodulen ermöglichen u.a. die Abschlüsse:

- Geprüfte Fachkraft (XB)
- Finanzbuchhalter/in (XB)
- Manager*in Betriebswirtschaft (XB)



Wir bringen das Wissen rüber, das Sie im beruflichen Alltag brauchen! Ihr Einstieg ist auch ohne fachliche Vorkenntnisse möglich. In überschaubaren Kursbausteinen werden Sie Schritt für Schritt zu anerkannten Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüssen geführt. So sichern Sie Ihren persönlichen Bildungserfolg kleinschrittig und unwiderruflich.

Die Volkshochschule Nienburg berät Sie gerne zu Xpert Business und stellt mit Ihnen die Kurse zusammen, die entsprechend Ihren Vorkenntnissen für Ihre Ziele optimal geeignet sind. Nach jedem Kurs können Sie eine Prüfung ablegen, um ein Zertifikat zu erhalten. Die Zertifikate lassen sich zu XB Abschlüssen kombinieren, z. B. Finanzbuchhalter/in (XB). Neben den Präsenz-Kursbausteinen werden Prüfungen und einzelne Kursbausteine online und als Web-Seminar angeboten. So ist eine Durchführungsgarantie für Sie gegeben.

Weitere Informationen zu **Xpert Business** und Auskünfte zu Anrechnungsmöglichkeiten von anderen Zertifikaten bei Sabrina Czelustek, Tel: 967 619 und Kathrin Bremer, Tel: 967-643.

Im Xpert Business LernNetz lernen Sie im Live-Web-Seminar von erfahrenen Onlinedozent/innen. An den Live-Web-Seminaren können Sie von zu Hause aus teilnehmen. Bitte schauen Sie auf unserer Webseite nach den Angebots-Inhalten und den Voraussetzungen.

26X5E5101K

Online: Xpert Business Lernnetz - Kosten- und Leistungsrechnung

Montag / Mittwoch, 09.03.2026 -
15.06.2026, 18:30 - 20:30 Uhr,
20 Abende
Online Lernnetz
Dozententeam
359,90 €

26X5E5105K

Online: Xpert Business Lernnetz - Finanzbuchführung 1

Dienstag / Donnerstag, 10.03.2026 -
30.06.2026, 18:30 - 20:30 Uhr,
24 Abende
Online Lernnetz
Dozententeam
425,70 €

26X5E5109K

Online: Xpert Business Lernnetz - Betriebliche Steuerpraxis

Montag / Mittwoch, 09.03.2026 -
22.06.2026, 18:30 - 20:30 Uhr
22 Abende
Online Lernnetz
Dozententeam
357,90 €

26X5E5102K

Online: Xpert Business Lernnetz - Controlling

Montag / Mittwoch, 09.03.2026 -
15.06.2026, 18:30 - 20:30 Uhr
20 Abende
Online Lernnetz
Dozententeam
359,90 €

26X5E5106K

Online: Xpert Business Lernnetz - Lohn und Gehalt 1

Dienstag / Donnerstag, 10.03.2026 -
30.06.2026, 18:30 - 20:30 Uhr,
24 Abende
Online Lernnetz
Dozententeam
425,70 €

26X5E5110K

Online: Xpert Business Lernnetz - Lohn- und Gehalt mit DATEV

Dienstag / Donnerstag, 10.03.2026 -
19.05.2026, 18:30 - 20:30 Uhr,
16 Abende
Online Lernnetz
Dozententeam
306,90 €

26X5E5103K

Online: Xpert Business Lernnetz- Personalwirtschaft

Montag / Mittwoch, 09.03.2026 -
15.06.2026, 18:30 - 20:30 Uhr
20 Abende
Online Lernnetz
Dozententeam
359,90 €

26X5E5107K

Online: Xpert Business Lernnetz - Finanzbuchführung 2

Montag / Mittwoch, 09.03.2026 -
22.06.2026, 18:30 - 20:30 Uhr,
22 Abende
Online Lernnetz
Dozententeam
392,90 €

26X5E5111K

Online: Xpert Business Lernnetz - Finanzbuchführung mit DATEV

Dienstag / Donnerstag, 10.03.2026 -
23.06.2026, 18:30 - 20:30 Uhr,
16 Abende
Online Lernnetz
Dozententeam
306,90 €

26X5E5104K

Online: Xpert Business Lernnetz - Bilanzierung

Dienstag / Donnerstag, 10.03.2026 -
16.06.2026, 18:30 - 20:30 Uhr
20 Abende
Online Lernnetz
Dozententeam
359,90 €

26X5E5108K

Online: Xpert Business Lernnetz - Lohn und Gehalt 2

Montag / Mittwoch, 09.03.2026 -
22.06.2026, 18:30 - 20:30 Uhr,
22 Abende
Online Lernnetz
Dozententeam
392,90 €

26X5E5112K

Online: Xpert Business Lernnetz- Einnahmen-Überschussrechnung

Montag / Mittwoch, 09.03.2026 -
27.04.2026, 18:30 - 20:30 Uhr
11 Abende
Online Lernnetz
Dozententeam
212,70 €

Wir schaffen berufliche Perspektiven

Gemeinsam mit unseren Kooperationspartner:innen



Bundesagentur für Arbeit

Agentur für Arbeit
Nienburg – Verden



jobcenter
im Landkreis Nienburg



ermöglichen wir Ihnen den qualifizierten Einstieg ins Berufsleben!

Als Teil des öffentlichen Bildungssystems ist es eine Aufgabe der vhs, Arbeitssuchende durch Qualifizierung bei ihrem (Wieder-) Eintritt ins Erwerbsleben zu unterstützen.

Aus diesem Grund bietet die vhs Nienburg als AZAV-zertifizierter Bildungsträger (Akkreditierungs- und Zulassungsverordnung Arbeitsförderung) regelmäßig Maßnahmen zur beruflichen Weiterbildung (nach § 81 SGB III) an.

Aktuelle Angebote an der vhs Nienburg

Derzeit haben wir die folgenden zertifizierten Qualifizierungsmaßnahmen im Programm:

- „Weiterbildung zur Schulbegleitung“ nach vhsConcept
(Start am 02. März 2026)
- „Pädagogische Mitarbeitende an Grundschulen im Ganztag“ nach vhsConcept
(Start September 2026)

Am 27. Januar 2026
um 10 Uhr findet ein
Informationsvormittag
für den Schul-
begleitungskurs statt.

Durch die Zertifizierung der Maßnahmen ist eine Kostenübernahme der Kurse durch die Bundesagentur für Arbeit oder das Jobcenter möglich, wenn Interessierte die Aufnahmevoraussetzungen erfüllen.

Infos, Rückfragen und Anmeldung

Die Anmeldung zu den Kursen kann nur nach der individuellen Beratung und nach Vorlage des Bildungsgutscheins von der Bundesagentur für Arbeit oder dem Jobcenter erfolgen.

Weitere Informationen zu den Inhalten finden Sie auf unserer Webseite und in der telefonischen oder persönlichen Beratung in der vhs Nienburg bei

- **Julia Goslar**, Tel: 05021/967 617, E-Mail vhs-azav@kreis-ni.de
- **Kerstin Wieneke**, Tel: 05021/967 612, E-Mail vhs-azav@kreis-ni.de

Wir freuen uns über Ihr Interesse und darauf Sie auf Ihrem Weg ins Berufsleben begleiten zu dürfen!

Stimmen aus dem Kurs „Pädagogische Mitarbeitende an Grundschulen im Ganztag“

Sabina Ario (58): „Wir haben viel über Kommunikation und Interaktion gelernt. Dank einer wunderbaren Kursleitung, die uns kontinuierlich angeleitet hat, Situationen und Ereignisse zu reflektieren. Wir gehen alle – nicht nur beruflich – gestärkt aus diesem Kurs hervor.“

Jana Heymer (43): „Alle Teilnehmenden haben so wunderbare Stärken und haben sich gegenseitig inspiriert! Wir hatten einen regen Austausch in der Gruppe und waren ein Gewinn füreinander!“



TÜVRheinland[®]
Genau. Richtig.

Grundbildung: Erwerb von Grund-Kompetenzen des Alltags



In Deutschland gibt es über 6 Millionen Erwachsene, für die Lesen und Schreiben ein Problem ist.

Das Schreiben von Texten wird zu einem Hindernis.

Briefe, Notizen und E-Mails sind schwierig zu schreiben.

Sie können an der vhs Lesen und Schreiben lernen.

Das ist gut für die berufliche Zukunft.

Sie verbessern Ihre Kompetenzen.

Wir unterrichten in kleinen Gruppen bis 7 Personen.

Sie erhalten dadurch gute Unterstützung.

Ihre Teilhabe in Beruf und Alltag wird ermöglicht.

Sie möchten teilnehmen?

Sie kennen Personen, die Grundbildungs-Bedarf haben?

Dann lassen Sie sich in der vhs beraten.

Die Beratung ist vertraulich und kostenfrei.

Rufen Sie uns gerne an.

Stephan Kaps

05021 967-613

Programmbereichsleitung

grundbildung-vhs@kreis-ni.de

Franziska Baars

05021 967-611

Sachbearbeiterin

Mehr Informationen zur Studie zum Lesen und Schreiben von Erwachsenen finden Sie unter <https://leo.blogs.uni-hamburg.de/>

Angebote in den Arbeitsstellen: Ausführliche Beschreibungen vorne

Bücken: Nicole Woltersdorf 05021 967 7995 vhs-as@kreis-ni.de

26B1D1010V
Vormund sein für eine minderjährige Person, die nicht bei mir lebt
Montag, 16.03.2026, 17:00 - 20:15 Uhr
Bücken, Grundschule, Himmelreich 1
Sabine Anis
gebührenfrei

Dienstag, 24.02.2026, 18 - 19:30 Uhr, 2 Mal
Bücken, Grundschule, Himmelreich 1
Maria Hochartz
18,00 €

26B4B1010K
Arabisch lernen - arabisch kochen
Samstag, 06.06.2026, 13:00 - 17:30 Uhr
Bücken, Grundschule, Himmelreich 1
Sabah Kayali
31,80 € + Lebensmittel

26B3B3060K
Entspannungsmassage lernen für Frauen

26B3F3020K
Fingerfood und kleine Häppchen - Kochen lernen
Samstag, 07.03.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Bücken, Grundschule, Himmelreich 1
Sabine Lohmann

Eystrup: Nicole Woltersdorf 05021 967 7995 vhs-as@kreis-ni.de

26C2K3010K
Papierskulpturen leicht gemacht!
Mittwoch, 11.03.2026, 15:00 - 18:00 Uhr
Eystrup, Grundschule, Hauptstraße 44
Tatjana Nikolajewna Surajew
18,00 €

26C5G5103V
Empathisch und Konkret - Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg
Dienstag, 28.04.2026, 17:30 - 19:00 Uhr
Eystrup, Grundschule, Hauptstraße 44
Jörg Belitz
14,00 €

81,00 €
26C3C3010K
ZUMBA FITNESS® - Fit mit Bewegung
Montag, 13.04.26, 19:30 - 20:30 Uhr, 6 Mal
Eystrup, Grundschule, Hauptstraße 44, Aula
Diana Kühn
45,20 €

26C2K3030K
Papierschnitt und Falte Kunst
Samstag, 16.05.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Eystrup, Grundschule, Hauptstraße 44
Tatjana Nikolajewna Surajew
19,20 €

26C3B3150K
Hatha-Yoga
Mittwoch, 15.04.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
9 Abende, nicht am 13.05.
Eystrup, Grundschule, Hauptstraße 44
Jenny Albers

26C3C3015K
ZUMBA FITNESS® - Fit mit Bewegung
Montag, 01.06.26, 19:30 - 20:30 Uhr, 5 Mal
Eystrup, Grundschule, Hauptstraße 44, Aula
Diana Kühn
37,80 €

Heemsen: Nicole Woltersdorf 05021 967 7995 vhs-as@kreis-ni.de

26D2I3010K
Werkstatt für die Kleinplastik
Freitag, 15.05.2026, 10 - 16 Uhr, 2 Tage
Drakenburg/Atelier
Andrea Tiebel-Quast
91,30 € + Material

Töpferwerksatt, Anderten 45, Heemsen
Laura Wildschut-Huml
18,00 € + Material 15,-€

42,40 € + Material
26D3F3010K
Kulinarische Weltreise - Kochen lernen
Mittwoch, 18.03.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Heemsen, Grundschule, Schulstraße 39
Sabine Lohmann
23,30 € + Lebensmittel

26D2I3020K
Werkstatt für die Kleinplastik
Freitag, 10.07.2026, 10 - 16 Uhr, 2 Tage
Drakenburg/Atelier
Andrea Tiebel-Quast
91,30 € + Material

26D2I3055K
Töpfern mit Handaufbautechniken
Freitag, 24.04.2026, 19:30 - 21 Uhr, 2 Tage
Töpferwerksatt, Anderten 45, Heemsen
Laura Wildschut-Huml
18,00 € + Material 15,-€

26D3F3020K
Kochen mit Kids (Eltern-Kind Kurs)
Samstag, 07.02.2026, 10:30 - 14:15 Uhr
Heemsen, GS, Schulstraße 39, Küche
Sabine Lohmann
35,20 € + Lebensmittel

26D2I3050K
Töpfern mit Handaufbautechniken
Freitag, 20.03.2026, 19:30 - 21 Uhr, 2 Tage

26D2K3010T
Schöner Schmuck - leicht gemacht! Silber, Gold und andere Materialien
Samstag, 18.04.2026, 10:00 - 16:15 Uhr
Heemsen, Grundschule, Schulstraße 39
Anne Grotenhöfer, Anmeldung erforderlich

Hoya: Nicole Woltersdorf 05021 967 7995 vhs-as@kreis-ni.de

WOE 26E3B3010T
Dorn-Breuß-Methode
Samstag, 11.04.2026, 10:00 - 17:00 Uhr
Hoya, Oberschule, Auf dem Kuhkamp 1
Jacek Skarbek
38,90 € + Zusatzkosten

Hoya, Oberschule, Auf dem Kuhkamp 1
Simone März
63,00 €

18,00 €
26E3B3140K
Hatha-Yoga
Donnerstag, 16.04.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
10 Abende, nicht am 14.05
Hoya, Oberschule,
Rudolf-Harbig-Straße 3, Sporthalle
Jenny Albers
90,00 €

26E3B3030K
Tai Chi Chuan für Anfänger:innen
Donnerstag, 5.2.26, 19:45 - 21:15 h, 7 Mal
Hoya, Oberschule,
Rudolf-Harbig-Straße 3, Sporthalle
Simone März
63,00 €

26E3B3050K
Qigong-Shibashi Set 1- Präventionskurs nach § 20 SGB V
Dienstag, 10.02.26, 17:30 - 19 Uhr, 12 Mal
Hoya, Oberschule,
Rudolf-Harbig-Straße 3, Sporthalle
Jutta Berns
120,00 €

26E4G1200K
Refresher English I (A1)
Montag, 23.02.26, 18 - 19:30 Uhr, 10 Mal
Hoya, Gymnasium, Auf dem Kuhkamp 1
N.N.
90,00 €

26E3B3040K
Tai Chi Chuan für Anfänger:innen
Donnerstag, 07.05.2026, 19:45 - 21:15 Uhr,
7 Abende, nicht am 14.05.2026

26E3B3060K
Entspannungsmassage lernen für Frauen
Dienstag, 14.04.26, 18 - 19:30 Uhr, 2 Mal
Hoya, Oberschule, Auf dem Kuhkamp 1
Maria Hochartz

Mittelweser: Nicole Könemann 05021 967 7994 vhs-as@kreis-ni.de

26F1D1510V
Tatort Rente: Bereit für den Ruhestand?
Mittwoch, 25.02.2026, 19:00 - 21:15 Uhr
Stolzenau, Gymnasium, Zum Ravensberg 3
Ulrike Gieger-Graß/Kristina Steuer
gebührenfrei / Anmeldung erforderlich

26F2F3560K
Paartanz für Anfänger:innen oder Wiedereinsteiger:innen
Montag, 09.02.2026, 19 - 20 Uhr, 10 Mal
Stolzenau, OBS Mittelweser, Weserstraße 3
Franz Ober
82,00 € Anmeldung erforderlich

19,20 € + Material
WOE 26F2K3010K
Blüten, Blätter und Ranken filzen in der Nasstechnik
Freitag, 06.02.26, 17:45 - 21:30 Uhr, 2 Mal
Landesbergen, Schule, Hinter den Höfen 7
Meike Naughton
48,50 € + Material

WOE 26F1J1520V
"Gedrehter Turm und lange Straßen"-Führung Stolzenau
Samstag, 25.04.2026, 16:00 - 18:15 Uhr
Stolzenau/ Schiffsanleger / Weserbrücke
Christa Weisweber
15,00 €

26F2F3565K
Paartanz für Anfänger:innen oder Wiedereinsteiger:innen
Montag, 09.02.26, 20:10 - 21:10 Uhr, 10 Mal
Stolzenau, OBS Mittelweser, Weserstraße 3
Franz Ober
82,00 € Anmeldung erforderlich

26F2K3050T
Rankhilfen aus Weidengeflecht- altes Kunsthandwerk erlernen
Dienstag, 05.05.2026, 17:45 - 21:30 Uhr
Landesbergen, Schule, Hinter den Höfen 7
Meike Naughton, Anmeldung erforderlich
25,00 € + Material

WOE 26F1J1550V
Ein historischer Schatz - das Kloster Schinna Führung
Samstag, 09.05.2026, 16:00 - 18:15 Uhr
Treffpunkt: Schinna, Eingang: Domäne
Christa Weisweber
15,00 €

26F2H3020K
Handlettering für Anfänger:innen
Samstag, 21.02.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Landesbergen, Schule, Hinter den Höfen 7
Lara Härtel

26F2K3060T
Pfingstrosen Krone - Staudenhalter der besonderen Art selbst herstellen
Freitag, 12.06.2026, 17:45 - 21:30 Uhr

Stolzenau/ Atelier Müsleringer Holt 11
Meike Naughton
25,00 € + Material
26F2N3060K

Trommeln auf der Djembe
Samstag, 14.03.2026, 15:00 - 18:00 Uhr
Landesbergen, Mühle, Mühlenplatz 1
Simone Bendlin
21,80 €
26F2N3065K

Trommeln auf der Djembe
Samstag, 13.06.2026, 15:00 - 18:00 Uhr
Landesbergen, Mühle, Mühlenplatz 1
Simone Bendlin
21,80 €
26F3B3070K

Tai Chi Chuan für Anfänger:innen
Montag, 09.02.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
7 Abende, nicht in den Ferien
Landesbergen, Schule, Hinter den Höfen 7
Simone März
63,00 €
26F3B3075K

Tai Chi Chuan für Anfänger:innen
Montag, 04.05.2026, 18:00 - 19:30 Uhr, 7
Abende, nicht am Feiertag
Landesbergen, Schule, Hinter den Höfen 7
Simone März
63,00 €
26F3B3080K

Tai Chi Chuan
Montag, 09.02.2026, 19:45 - 21:15 Uhr, 7
Abende, nicht in den Ferien
Landesbergen, Schule, Hinter den Höfen 7
Simone März
63,00 €
26F3B3085K

Tai Chi Chuan
Montag, 04.05.2026, 19:45 - 21:15 Uhr
7 Abende, nicht am Feiertag
Landesbergen, Schule, Hinter den Höfen 7
Simone März
63,00 €

26F3B3170K
Hatha-Yoga- Präventionskurs nach § 20 SGB V
Mittwoch, 08.04.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
10 Veranstaltungen, nicht am 27.05
Stolzenau, Haus der Generationen,
Oldemeyerstraße 9
Veronika Lamers
95,00 €
26F3B3530K

Hatha-Yoga- Präventionskurs nach § 20 SGB V
Freitag, 10.04.2026, 09:30 - 11:00 Uhr
10 Veranstaltungen, nicht am 15.5.
Stolzenau, Haus der Generationen,
Oldemeyerstraße 9
Veronika Lamers
95,00 €
26F3B3550K

Klang Yoga im sanft fließenden Stil
Montag, 13.04.2026, 17:15 - 18:45 Uhr
Stolzenau, Haus der Generationen,
Oldemeyerstraße 9, 9 Veranstaltungen
Simone Bendlin
90,00 €
26F3B3554K

Klang Yoga im sanft fließenden Stil
Freitag, 10.04.2026, 16:00 - 17:30 Uhr
Stolzenau, Oberschule Mittelweser
Weserstraße 3, Aula, 8 Veranstaltungen
Simone Bendlin
80,00 €
26F3B3600K

Tiefenentspannung mit Gong
Freitag, 10.04.2026, 18 - 19:30 Uhr, 5 Mal
Stolzenau, Oberschule Mittelweser
Weserstraße 3, Aula
Simone Bendlin
50,00 €
26F3B3760K

Hatha-Yoga Präventionskurs nach § 20 SGB V
Donnerstag, 9.04.26, 18 - 19:30 Uhr, 10 Mal
Landesbergen, Schule, Hinter den Höfen 7
Veronika Lamers

90,00 €
26F3F3118K
Basenfasten
Mittwoch, 11.2.26, 18:30 - 20:45 Uhr, 3 Mal
Landesbergen, Mühle, Mühlenplatz 1
Helga Wutke
40,50 €
26F4G1060K

Englisch V (A1)
Montag, 13.04.26, 18:45 - 20:15 Uhr, 2 Mal
Stolzenau, Gymnasium,
Zum Ravensberg 3
N.N.
18,00 €
26F4G1610K

Englisch für Junggebliebene (A1/A2)
Montag, 13.04.2026, 17 - 18:30 Uhr, 2 Mal
Stolzenau, Gymnasium,
Zum Ravensberg 3
N.N.
18,00 €
26F5B5102K

**Erste Schritte mit dem iPhone - Praxis-
kurs für Einsteiger:innen**
Donnerstag, 19.02.26, 19 - 20:30 Uhr, 3 Mal
Stolzenau, Haus der Generationen,
Oldemeyerstraße 9
Michael Thäte
46,20 €
26F5G5501W

**Stark und einfühlsam - Selbstfürsorge
mit GfK**
Samstag, 14.03.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Stolzenau, Haus der Generationen,
Oldemeyerstraße 9
Ute Niemann
38,40 € + Zusatzkosten
WOE 26F5G5503W

**Selbstfürsorge = Selbstempathie =
Selbstliebe GfK - nach Marshal B. Ros**
Samstag, 14.03.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Stolzenau, Haus der Generationen,
Oldemeyerstraße 9
Ute Niemann
38,40 € + Zusatzkosten

Weser-Aue: Ina Handke 05021 976 7993 vhs-as@kreis-ni.de

26G1E1600K
**Hühner im eigenen Garten - gesunde Eier
selbst erzeugt**
Donnerstag, 26.02.26, 19 - 21:15 Uhr, 2 Mal
Liebenau, Laurentiusschule, Schloßstr. 10
Heinrich Schierholz
27,00 €
26G2F3030K

**Paartanz für Anfänger:innen und Wieder-
einsteiger:innen**
Donnerstag, 05.02.26, 19 - 20 Uhr, 10 Mal
Liebenau, Laurentiusschule, Schloßstr. 10
Franz Ober
82,00 €
26G2F3035K

**Paartanz für Anfänger:innen und Wieder-
einsteiger:innen**
Donnerstag, 5.2.26, 20:10 - 21:10 h, 10 Mal
Liebenau, Laurentiusschule, Schloßstr. 10

Franz Ober
82,00 €
26G2K3010K

**Schnitzen im Grünen - altes Handwerk
erlernen**
Samstag, 30.05.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Wechselnder Ort
Ulrike Schütte
19,20 €
26G3F3010K

**Buntes Blüten- und Wild-Kräutersalz -
Naturspaziergang mit Workshop**
Sonntag, 31.05.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Wechselnder Ort
Ulrike Schütte
19,20 €

26G3F3040K
Italienische Küche - Kochen lernen
Freitag, 27.02.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Liebenau, Laurentiusschule, Schloßstr. 10
Sabine Lohmann
23,30 € + Lebensmittel
26G3F3050K

Nienburger Spargel - Kochen lernen
Mittwoch, 10.06.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Liebenau, Laurentiusschule, Schloßstr. 10
Sabine Lohmann
21,50 € + Lebensmittel
26G3F3060K

Kochen für Männer
Samstag, 14.03.2026, 18:00 - 21:30 Uhr
Liebenau, Laurentiusschule, Schloßstr. 10
Sabine Lohmann
24,70 € + Lebensmittel

Rehburg-Loccum: Ramona Giesbrecht 05021 967 7992 vhs-as@kreis-ni.de

26I1E1010K
**Artgerechte Kaninchenhaltung: Was Ka-
ninchen brauchen**
Mittwoch, 15.4 und 22.4.26, 18:30 - 20 Uhr
Sonntag, 03.05.2026, 15 - 16:30 Uhr
OBS Loccum, Walter-Haaren-Straße 19
Gabriele Tautz
27,00 €
26I2F3060K

**Dansexpressie - Tanzen mit Leib und
Seele-Ein immaterielles Kulturerbe**
Dienstag, 14.04.2026, 20 - 220 Uhr, 11 Mal
Bad Rehburg, Dorfgemeinschaftshaus,
Marienhöhe 8
Sabine Treichel-Pohl
156,00 €

26I2K3010T
Farbtyp- und Stilberatung
Samstag, 06.06.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
OBS Loccum, Walter-Haaren-Straße 19
Diana-Samantha Beckmeyer
42,40 € + Zusatzkosten
26I3A3050K

**Mehr Energie im Alltag - ganzheitlich ge-
sund leben**
Freitag, 13.03.2026, 17:30 - 20:30 Uhr
OBS Loccum, Walter-Haaren-Straße 19
Bianca Fiene/Ramona Giesbrecht
34,00 €

26I3A3060K
**Mehr Energie im Alltag - ganzheitlich ge-
sund leben**
OBS Loccum, Walter-Haaren-Straße 19
Bianca Fiene/Ramona Giesbrecht
34,00 €
26I4W1250K

Spanisch (A2)
Donnerstag, 19.2.26, 18 - 19:30 Uhr, 10 Mal
OBS Loccum, Walter-Haaren-Straße 19
Gladys González
100,00 €

Steimbke: Nicole Woltersdorf 05021 967 7995 vhs-as@kreis-ni.de

<p>26J1E1200K Hühner im eigenen Garten - gesunde Eier selbst erzeugt Mittwoch, 18.02.2026, 19 - 21:15 Uhr, 2 Mal Steimbke, Oberschule, Sonnenborsteler Kirchweg 2 Heinrich Schierholz 27,00 €</p>	<p>26J3B3050K Devi Yoga Donnerstag, 05.02.26, 19 - 20:30 Uhr, 9 Mal Steimbke, Oberschule, Sonnenborsteler Kirchweg 2 Maria Schreiber 81,00 €</p>	<p>26J3C3050K Rückenstärkung mit Bauchtanz für Anfängerinnen Mittwoch, 04.02.26, 18 - 19:30 Uhr, 8 Mal Steimbke, Oberschule, Sonnenborsteler Kirchweg 2 Susanna Espagné 98,40 €</p>
<p>26J2K3010T Schöner Schmuck - leicht gemacht! Silber, Gold und andere Materialien Samstag, 21.02.2026, 10:00 - 16:15 Uhr Stöckse/ Zum Heidberg 9 Anne Grotenhöfer 42,40 € + Material</p>	<p>26J3B3055K Devi Yoga Donnerstag, 23.4.26, 190 - 20:30 Uhr, 9 Mal Steimbke, Oberschule, Sonnenborsteler Kirchweg 2 Maria Schreiber 81,00 €</p>	<p>26J3C3060K Rückenstärkung mit Bauchtanz für Anfängerinnen Mittwoch, 15.04.2026, 18 - 19:30 Uhr, 6 Mal Steimbke, Oberschule, Sonnenborsteler Kirchweg 2 Susanna Espagné 73,80 €</p>
<p>26J2K3050T Schmuckwerkstatt - Eltern- Kind-Kurs (ab 8 Jahren) Samstag, 14.03.2026, 10:00 - 16:15 Uhr Stöckse/ Zum Heidberg 9 Anne Grotenhöfer 58,70 € + Material</p>	<p>26J3B3070K Devi Yoga für mehr Freude und Wohlbefinden Montag, 09.2.26, 18:15 - 19:45 Uhr, 9 Mal Steimbke, Oberschule, Sonnenborsteler Kirchweg 2 Maria Schreiber 81,00 €</p>	<p>26J3C3100K Rückenstärkung mit Bauchtanz für Fortgeschrittene Mittwoch, 4.2.26, 19:30 - 20:15 Uhr, 8 Mal Steimbke, Oberschule, Sonnenborsteler Kirchweg 2 Susanna Espagné 49,20 €</p>
<p>26J3A3050K Musik - Zwergenland (18 Monate - 3 Jahre) Steimbke, Haus der Begegnung, Kirchstraße 1 Bettina Elmhorst 59,00 € Anmeldung erforderlich</p>	<p>26J3B3075K Devi Yoga für mehr Freude und Wohlbefinden Montag, 04.05.26, 18:15 - 19:45 Uhr, 8 Mal Steimbke, Oberschule, Sonnenborsteler Kirchweg 2 Maria Schreiber 72,00 €</p>	<p>26J3C3110K Rückenstärkung mit Bauchtanz für Fortgeschrittene Mittwoch, 15.04.2026, 19:30 - 20:15 Uhr 8 Abende, nicht am 27.05 und 03.06. Steimbke, Oberschule, Sonnenborsteler Kirchweg 2 Susanna Espagné 49,20 €</p>

Steyerberg: Ina Handke 05021 967 7993 vhs-as@kreis-ni.de

<p>26K2I3020T Nanas im Kleinformat selbst modellieren Sonntag, 12.04.2026, 11:00 - 16:15 Uhr Steyerberg, Waldschule, Förstergarten 2 Inese Kruze 37,10 € + Zusatzkosten</p>	<p>26K3B3070K Tian Ai Qigong - dynamische bis sanfte Bewegung Mittwoch, 25.02.2026, 17:00 - 18:30 Uhr, nicht am 13.11.2025 Steyerberg, Waldschule, Förstergarten 2 Lina Smaluhn 108,00 € + Material</p>	<p>61,50 € 26K3F3010K Griechische Küche - Kochen lernen Freitag, 06.03.2026, 18:00 - 21:45 Uhr Steyerberg, Waldschule, Förstergarten 2 Sabine Lohmann 23,30 € + Lebensmittel</p>
<p>26K2K3010T Farbtyp- und Stilberatung Samstag, 07.03.2026, 10:00 - 16:00 Uhr Steyerberg, Waldschule, Förstergarten 2 Diana-Samantha Beckmeyer 42,40 € + Zusatzkosten</p>	<p>26K3C3020K Bewegen und Tanzen mit lateinamerikanischer Musik Montag, 09.02.2026, 18 - 19:30 Uhr, 5 Mal Steyerberg, Turnhalle, Sportallee Gladys González</p>	<p>26K3F3020K Kochen mit Kids zu Ostern (Eltern-Kind Kurs) Samstag, 21.03.2026, 10:30 - 14:15 Uhr Steyerberg, Waldschule, Förstergarten 2 Sabine Lohmann 35,20 € + Lebensmittel</p>

Uchte: Sabine Friedel 05021 967 7991 vhs-as@kreis-ni.de

<p>26M3A3040K Herausforderung Demenz Mittwoch, 25.02.26, 18 - 19:30 Uhr, 2 Mal Uchte, Oberschule, Hannoversche Str. 19 Sylke Mues 18,00 €</p>	<p>26M3D3010K Mehr Energie im Alltag - ganzheitlich gesund leben Freitag, 22.05.2026, 17:30 - 20:30 Uhr Uchte, OBS, Hannoversche Str. 19, Aula Bianca Fiene/Ramona Giesbrecht 34,00 €</p>	<p>26M3G3010K Geführte Meditationen Montag, 13.04.26, 18:30 - 19:30 Uhr, 8 Mal Uchte, OBS, Hannoversche Str. 19 Ute Röhlke 45,00 €</p>
<p>26M3B3010K Tian Ai Qigong - dynamische bis sanfte Bewegung Donnerstag, 05.2.26, 18:30 - 20 Uhr, 12 Mal nicht am 26.2 und 5.3., nicht in den Ferien Uchte, Oberschule, Hannoversche Str. 19</p>		<p>236M3G3020K Geführte Meditationen Freitag, 22.05.26, 18:30 - 19:30 Uhr, 8 Mal Uchte, OBS, Hannoversche Str. 19 Ute Röhlke 45,00 €</p>

Die Arbeitsstellenleitungen sind am besten per E-Mail vhs-as@kreis-ni.de zu erreichen.

Bitte **nicht** mehr die alten E-Mail-Adressen verwenden, die auf @gm.x.de enden.

Anmeldungen können grundsätzlich **nur** schriftlich eingereicht werden.

Nutzen Sie gerne die Möglichkeit der Anmeldung über unsere Webseite www.vhs-nienburg.de

Folgen sie uns gerne auf Instagram @vhs_nienburg

Kursleitung auf Honorarbasis gesucht

Die vhs sucht immer engagierte freiberufliche Dozent*innen auf Honorarbasis.

Wenn Sie ein Interesse und Wissen haben, das Sie mit anderen teilen möchten, kontaktieren Sie gerne die zuständigen Programmplanenden.

Sprachmittler:in gesucht!

Landkreis
Nienburg/Weser



nienburg.mittelweser
EINFACH LEBENSWERT

**Sie sprechen neben Deutsch noch eine
weitere Sprache?**

Und Sie haben Zeit und Lust, für Menschen ohne
ausreichende Deutschkenntnisse zu übersetzen?

**Dann melden Sie sich bitte bei der
Koordinierungsstelle Migration und Teilhabe:**

05021/967-608



Unsere Kooperations- und Netzwerkpartner*innen sowie Förderer*innen

Wir bedanken uns bei allen Kooperations- und Netzwerkpartner*innen sowie allen Förderer*innen für die vertrauensvolle und gute Zusammenarbeit, ohne die innovative Bildungsangebote in der Fläche in der Form nicht möglich wären. Ihnen und euch von Herzen alles Gute und ein weiter so für die gemeinsame Findung, Umsetzung und Evaluation von Ideen.

Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung (AEWB)
Andere Teams, Fachdienste und Fachbereiche im Landkreis Nienburg/Weser
Arbeitskreis Vielfalt des Landesverbandes Niedersächsischer Volkshochschulen
Bollmanns Stiftung
BUND
Bürgerstiftung im Landkreis Nienburg
Denkhaus Loccum
Der Paritätische Niedersachsen
Deutscher Volkshochschul-Verband (DVV)
Diakonisches Werk Nienburg
dialogPRAXISNetzwerk für Wissenstransfer und Innovation des DIE
Diversity-Ausschuss des Deutschen Volkshochschul-Verbandes
Einstieg statt Auszeit
Europäische Prüfungszentrale epz
frau+wirtschaft
Hamburger Volkshochschule
Haus der Generationen Stolzenau
Jobcenter im Landkreis Nienburg
Klimaschutzagentur Mittelweser
Kölner Volkshochschule
Landschaftsverband Weser-Hunte e.V.
Landessportbund Niedersachsen
Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens
Medienzentrum des Landkreises Diepholz
Mittelweser Toursitik
MS-Pro
NABU Kreisverband Nienburg
Niedersächsische Landeszentrale für politische Bildung
Niedersächsische Lotto-Sport-Stiftung
Niedersächsisches Kultusministerium
Niedersächsisches Ministerium für Wirtschaft, Arbeit, Verkehr und Digitalisierung
Niedersächsisches Ministerium für Wissenschaft und Kultur
Nienburger Kulturwerk
Nifbe
Regionalleiter*innen der Volkshochschulen um Hannover
Senioren- und Pflegestützpunkt
Seniorenservicebüro Niedersachsen
Sparkasse Nienburg
Spielfeld Gesellschaft
Sprachkursträger im Landkreis
Sprotte e.V.
Stadt Nienburg
telc
Theater auf dem Hornwerk
TÜV Rheinland
Verein Niedersächsischer Bildungsinitiativen e.V.
vhs Berlin-Mitte
Wabe e.V.
Wirtschaftsförderung im Landkreis Nienburg/Weser

Kursleitungen gesucht!

Werden Sie Honorar-Dozent*in an der vhs Nienburg.

Schön, dass Sie Ihr Wissen und Ihr Können mit anderen Menschen in unserem Landkreis teilen möchten. Volkshochschulen sind mit circa 700.000 Veranstaltungen die größte Anbieterin von Erwachsenenbildung in Deutschland. Dabei gibt es ganz unterschiedliche Angebotsformate: regelmäßige Kurse, Vorträge, Exkursionen, Abend- oder Wochenendveranstaltungen sowie Bildungsurlaube bzw. Bildungszeit. Die vhs ist flächendeckend vertreten und hat zusätzlich die Möglichkeit für Online-Angebote. Wir bieten (Weiter-)Bildung in verschiedenen Programmbereichen an, die inhaltlich, methodisch und didaktisch zielführend ist und von engagierten, qualifizierten Kursleitungen durchgeführt wird.

Werden auch Sie Teil der vhs-Community – als Kursleiter*in!

Was brauchen Sie dazu?

Sie haben ein Hobby und können dieses – didaktisch aufbereitet – anderen Menschen beibringen?
Sie möchten Ihr qualifiziertes Wissen zu einem konkreten Thema teilen und weitergeben?
Sie arbeiten gerne mit Menschen zusammen und suchen nach spannenden Herausforderungen?
Sie möchten auf Honorarbasis freiberuflich etwas dazuverdienen?
Sie möchten Menschen aus dem Landkreis kennenlernen?
Sie können sich vorstellen, einen lebendigen Vortrag, einen spannenden Workshop oder einen nachhaltigen Kurs zu geben?

Dann werden Sie Kursleiter*in an der vhs Nienburg!

Quelle: www.volkshochschule.de/kursleitung

Wir suchen freiberufliche Kursleitungen für:

Programmbereich 1: Gesellschaft, Politik, Umwelt – Herr Wirth

Geschichte, bürgerschaftliches Engagement, Ökonomie, globales Lernen, Bildung für nachhaltige Entwicklung, Philosophie, Ethik, Naturwissenschaften

Programmbereich frühkindliche Bildung – Frau Schomann

Gesundheitsbildung und Stressbewältigung in der KiTa

Programmbereich 2: Kultur und Gestalten – Frau Schwalgun

Stadtkultur, Literatur, Tanz, Theater, Kunst- und Kulturgeschichte, Malen, Zeichnen, Drucken, Töpfern, Handwerk, textiles Gestalten, Häkeln, Stricken, Fotografie, Film

Programmbereich 3: Gesundheit – Frau Schwalgun

Entspannung, Yoga, fernöstliche Gesundheitslehre, Fitness, Prävention, Gesundheitspflege, Essen und Trinken, Ernährung, psychische Gesundheit, Psychologie, Persönlichkeitsentwicklung

Programmbereich 4: Sprachen (ohne Deutsch) – Herr Wirth

Englisch, Spanisch, Französisch, weitere Sprachen

Programmbereich Deutsch (mit BAMF-Zulassung) – Frau Schäfer

mit und ohne Alphabetisierung

Programmbereich 5: Arbeit, Beruf, EDV, Digitalität – Frau Czelustek

MS-Office-Anwendungen, Apple, KI, Programmieren, Softskills, Bewerbungstrainings, Kommunikation und Rhetorik, Automatisierung, 3D-Druck, Management

Projekt „Berufe schnuppern“ – Frau Lask

Unternehmen und Betriebe, Dozent*innen für Berufsorientierung

Programmbereich 6: Schulabschlüsse – Frau Goslar

Hauptschulabschluss-Kurse, AZAV-Maßnahmen

Programmbereich 7: Grundbildung – Herr Kaps

Lesen, Schreiben, Rechnen

Lernförderung / Nachhilfe für Schüler*innen – Frau

Volkova vhs-but@kreis-ni.de

Mathe, Deutsch, Sachkunde, weitere Fächer

Praktikumsanfragen bitte an zukunft@kreis-ni.de richten.



Teilnahmebedingungen und Widerrufsbelehrung

Die Teilnahmebedingungen wurden so überarbeitet, dass sie hoffentlich besser zu verstehen sind. Der Punkt innerhalb von Wörtern soll lange Worte visuell trennen. So können Menschen, die nicht gut lesen können, lange Begriffe besser erfassen.

Hinweis: Für die Abrechnung werden die Daten automatisiert verarbeitet, also digital erfasst und gespeichert.

1. Allgemeines

(1) Diese Teilnahmebedingungen gelten für alle Angebote der Volks-hoch-schule (vhs), auch für digitale Angebote.

(2) Für Studien-reisen (Fahrten) und Exkursionen ist die vhs Vermittlerin. Diese Angebote werden nur über Dritte erbracht.

(3) Die Anmeldung oder Kündigung muss in Textform (analog oder digital) erfolgen. Folgende Angaben werden gebraucht:

Kurs-nummer
Kurs-titel
Datum Kurs-beginn
Vorname und Name Teilnehmer*in
Adresse (Straße, Post-leit-zahl, Ort)
Telefon-nummer

(4) Anmeldungen für Angebote in den Arbeits-stellen können direkt dort schriftlich erfolgen oder gehen schriftlich an die vhs.

(5) Wenn von „Kurs“ gesprochen wird, sind alle Angebote gemeint.

(6) Man muss mindestens 16 Jahre alt sein, um ein Angebot zu besuchen. Ausnahmen sind gekennzeichnet.

(7) Eine Unterrichts-stunde (Ustd.) oder Unterrichts-einheit (UE) hat 45 Minuten.

(8) An gesetzlichen Feier-tagen bleibt die vhs geschlossen. Ausnahmen sind benannt. In den Schul-ferien findet keine Beratung z.B. für Deutsch-angebote oder AZAV-Maßnahmen statt.

(9) Die vhs hat Angebote im ganzen Land-kreis. Nicht alle Räume sind barriere-frei. Melden Sie sich bitte vorher bei der vhs, wenn Sie einen barriere-freien Zugang brauchen.

(10) Die vhs ist Gast in anderen Häusern. Bitte verlassen Sie die Räume so, wie Sie diese vorfinden möchten.

(11) Wir freuen uns über Ideen, Lob, Beschwerden und Kritik. Schicken Sie eine E-Mail an vhs@kreis-ni.de oder nutzen Sie das Formular auf unserer Web-seite.

(12) Die Sprache der Verträge ist deutsch.

2. Der Vertrag und die Teil-nahme-bescheinigung

(1) Die Ankündigungen und die Kurs-beschreibungen sind unverbindlich.

(2) Der Vertrag mit der vhs wird abgeschlossen, wenn die vhs nicht innerhalb von 2 Wochen widerspricht oder wenn die vhs den Vertrags-abschluss bestätigt.

(3) Online-Anmeldung

Die Angebote sind auf www.vhs-nienburg.de zu sehen. Dort können Sie sich direkt online anmelden. Sie erhalten automatisch eine Eingangs-bestätigung. Die Bestätigung der Anmeldung erfolgt später.

(4) Anmeldung per Post oder per E-Mail

Karten zur Anmeldung finden Sie im gedruckten Programm, im Haus der vhs in Nienburg, bei den Arbeits-stellen-leitungen und auf unserer Web-seite.

Schicken Sie diese oder einen Brief oder eine Post-karte an die vhs, Rühmkorff-straße 12, 31582 Nienburg oder ein Fax an 05021/967-639 oder eine E-Mail mit allen Informationen (siehe 1.3) an vhs@kreis-ni.de

(5) Ausnahmen bei der Anmeldung

- Es gibt Angebote ohne Anmeldung. Das steht direkt in der Kurs-beschreibung.

- Für manche Angebote gibt es andere Formulare. Diese sind auf der Web-seite der vhs oder liegen zusammen mit Info-materialien der vhs aus.

- Anmeldungen für Prüfungen oder Lehrgänge (zum Beispiel AZAV-Maßnahmen) sind nur in der vhs möglich. Bitte beachten Sie die Zeiten für Beratung und die Öffnungs-zeiten der vhs.

(6) Teil-nahme-bescheinigungen kosten 5,- €. Sie werden auf Wunsch und erst nach Zahlung ausgestellt. Es gibt Angebote, bei denen Sie automatisch eine Bescheinigung erhalten.

(7) Bereits ausgestellte Bescheinigungen können nur noch einmal ausgestellt werden, wenn die Daten durch gesetzliche Vorgaben noch gespeichert sind. Sie kosten 5,- €.

3. Wer schließt den Vertrag?

(1) Die Person, die die Anmeldung für sich oder Dritte vornimmt, schließt den Vertrag mit der vhs (siehe 3.2) und ist Vertrags-partner*in. Wenn Dritte angemeldet werden, muss die anmeldende Person der vhs deren Vor- und Nach-namen benennen.

(2) Alle Regelungen gelten für die Person, die den Vertrag abschließt und für die teilnehmende Person.

(3) Die vhs darf die Teil-nahme einer Person von persönlichen und/oder sachlichen Voraus-setzungen abhängig machen.

(4) Wenn vorher eine Teilnahme-karte oder Eintritts-karte ausgestellt wird, muss diese zum Angebot mitgebracht werden. Ist die Karte nicht vorhanden, kann die teilnehmende Person von der Veranstaltung ausgeschlossen werden. Die bereits gezahlte Gebühr wird nicht erstattet.

4. Gebühr, Ermäßigung, Termin

(1) Für alle Informationen zum Angebot (Gebühr, Zusatz-kosten, Termin, Dauer) gilt das Datum der Anmeldung. Die Teil-nahme an Prüfungen kann mit zusätzlichen Kosten verbunden sein.

(2) Sie können die Kurs-gebühr durch eine Einzugs-ermächtigung oder durch Überweisung bezahlen. Die Kurs-gebühr kann nicht bei der Kurs-leitung bezahlt werden. Die gesamte Gebühr soll mit der Anmeldung bezahlt werden. Es gibt keine zusätzliche Erinnerung oder Aufforderung. Kommt der Vertrag nicht zustande, wird die bereits gezahlte Gebühr voll-ständig erstattet. Wenn Sie an einzelnen Terminen nicht teil-nehmen, gibt es für diese Termine keine anteilige Erstattung.

(3) Bei Zahlung per Last-schrift müssen Sie pro Anmeldung jeweils eine eigene Einzugs-ermächtigung ausstellen. Überweisen können Sie die Gebühr auf das Konto des Land-kreises Nienburg / Weser bei der Kreis-spar-kasse Nienburg:

IBAN DE21 2565 0106 0000 3003 84

BIC NOLADE21NIB

(4) Zusatz-kosten (zum Beispiel für Material oder/und Lebens-mittel), die nicht in der Gebühr enthalten sind, bezahlen Sie in bar bei der Kurs-leitung.

(5) Angebote mit Abend-kasse sind eine Ausnahme. Bei Angeboten mit Abend-kasse muss die Gebühr bar vor Ort bezahlt werden. Eine Anmeldung ist dann nicht erforderlich. Bitte lesen Sie die Ankündigung genau.

(6) Mit einer Ehrenamts-karte oder einer JuLeiCa erhalten Sie eine Ermäßigung von 50 % auf die Gebühr (nicht aber auf die Zusatz-kosten, siehe 4.7), wenn Sie diese vor Kurs-beginn vorlegen.

(7) Zusatz-kosten, Material- oder Lebens-mittel-kosten können nicht ermäßigt werden.

(8) Kurse mit Zertifikat (z.B. Lehrgänge), Angebote mit bereits ermäßigter Gebühr und Bildungs-ur-laube (BU) können nicht ermäßigt werden.

5. Organisatorische Änderungen

(1) Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine bestimmte Person das Angebot leitet, auch wenn diese in der Ankündigung genannt wird.

(2) Ort und Zeit von Präsenz-angeboten können durch die vhs aus einem sachlichen Grund in einem zumutbaren Umfang geändert werden.

(3) Eine Präsenz-veranstaltung kann durch die vhs aus sachlichem Grund online oder hybrid durchgeführt werden. Die Person, die die Anmeldung vorgenommen hat, kann in dem Fall den Vertrag kündigen.

(4) Beim Ausfall einzelner Unterrichts-einheiten oder Kurs-tage können diese nachgeholt werden (z.B. bei Erkrankung der Kurs-leitung oder höherer Gewalt). Ein Anspruch darauf besteht nicht. Die Gebühren werden bei Ausfall anteilig erstattet.

6. Rücktritt und Kündigung durch die vhs

(1) Es müssen sich – wenn nicht anders angegeben – mindestens 7 Personen für ein Angebot anmelden.

(2) Die vhs kann vom Vertrag zurück-treten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung ganz oder teilweise nicht stattfinden kann. Die Gebühr wird in dem Fall anteilig erstattet.

(3) Die vhs informiert die Person, die die Anmeldung vor-genommen hat und erstattet eine ggf. vorab gezahlte Gebühr.

(4) Die vhs kann den Vertrag kündigen, wenn die Gebühr für das Angebot nicht innerhalb von 10 Arbeits-tagen nach Beginn eingegangen und eine Frist-setzung zur Zahlung erfolgt ist.

(5) Die vhs kann den Vertrag aus wichtigem Grund nach § 314 BGB kündigen.

Wichtige Gründe sind:

- Verhalten, dass der Kurs-gemeinschaft schadet, insbesondere Störungen durch Lärm oder Geräusche sowie querulantisches Verhalten trotz vorheriger Abmahnung und Androhung der Kündigung durch die Leitung des Angebots,
- Ehr-verletzungen aller Art
- Diskriminierungen
- Missbrauch des Angebots für partei-politische oder welt-anschauliche Zwecke oder Agitationen (Beeinflussungen) aller Art,
- beachtliche Verstöße gegen die Haus-ordnung.

Statt einer Kündigung können Personen auch von einzelnen Veranstaltungs-einheiten ausgeschlossen werden. Die vhs

hat auch bei Ausschluss oder Kündigung aus wichtigem Grund Anspruch auf vollständige Zahlung der Gebühr.

7. Kündigung und Rücktritt durch die Person, die die Anmeldung ausgefüllt hat; Fristen

(1) Ist das (Lern-)Ziel des Angebots durch einen Mangel gefährdet, hat die Person, die die Anmeldung vorgenommen hat, die vhs über die oben genannten Kontakt-daten (siehe 2.4) darauf hinzuweisen. Wird der Mangel nicht innerhalb einer angemessenen Frist beseitigt, kann die Person, die die Anmeldung vorgenommen hat, den Vertrag aus wichtigem Grund kündigen.

(2) Der Vertrag kann wegen unzumutbarer organisatorischer Änderungen (Ziffer 5) gekündigt werden. In diesem Fall ist die Gebühr anteilig zu bezahlen.

(3) In der Gebühr enthaltene Materialien sind auf Kosten der Person, die die Anmeldung vorgenommen hat, zurück-zu-sendern. Oder: Materialien müssen bezahlt und können behalten werden.

(4) Rücktritte und Kündigungen müssen in Text-form und fristgerecht (siehe 7.8) erfolgen.

(5) Das Fern-bleiben vom Angebot ist weder Rücktritt noch Kündigung.

(6) Die Erklärung von Rücktritt oder Kündigung bei Leitungen des Angebots sind unwirksam.

(7) Über Ausnahmen in besonderen Härte-fällen entscheidet die vhs-Leitung.

(8) Fristen zu Rücktritt oder Kündigung vom Vertrag

- grundsätzlich: bis 3 Arbeits-tage vor Beginn
- bei Angeboten mit Getränken oder Lebens-mitteln: bis 5 Arbeits-tage vor Beginn
- bei Angeboten am Wochen-ende (WOE): bis 5 Arbeits-tage vor Beginn
- bei Bildungs-ur-lauben: bis 10 Arbeits-tage vor Beginn.

(9) Die volle Gebühr und alle Zusatz-kosten werden fällig, wenn die Fristen nicht eingehalten werden.

(10) Abweichende Abmelde-fristen sind im Angebot benannt. Bei Nicht-einhaltung der Fristen wird die volle Gebühr mit allen Zusatz-kosten fällig.

8. Schadens-ersatz-ansprüche

Die Teilnahme an Angeboten der vhs erfolgt auf eigene Gefahr. Der Träger der vhs haftet bei Personen-, Sach- oder Vermögens-schäden nur bei grober Fahrlässigkeit der Mitarbeitenden und Kurs-leitungen nach den Grundsätzen des kommunalen Schadens-ausgleichs. Für eingebrachtes Eigentum, Garderobe, Wert-gegenstände, abgestellte Fahr-zeuge und Fahr-räder wird keine Haftung übernommen. Der Träger der vhs haftet für den sicheren Bau-zustand nach § 836 BGB.

9. Schluss-bestimmungen

Angaben zu Alter und Geschlecht sind für die Statistik. Die vhs darf Daten für die Durchführung des Vertrages erheben, speichern und verarbeiten. Die Person, die die Anmeldung vorgenommen hat, kann dem jederzeit widersprechen.

gültig ab 17.11.2025

Datenschutzbestimmungen

Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Volkshochschule Nienburg, Träger: Landkreis Nienburg/Weser, Rühmkorfstraße 12, 31582 Nienburg, nachfolgend „VHS“ genannt, ist, vertreten durch den Landrat, Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

Kursanmeldung

Die im Anmeldeformular 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 (Name, Adresse) kann kein Vertrag geschlossen werden.

Die Abfrage Ihrer E-Mail-Adresse sowie Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen.

Durch Angabe von IBAN und falls abweichend vom Kursteilnehmenden zusätzlich Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Die weiteren freiwilligen Daten werden für statistische Zwecke verwendet.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden zwecks Verwaltung der Kurse elektronisch gespeichert. Die Bereitstellung Ihrer Daten in den Pflichtfeldern durch Sie ist gesetzlich nicht vorgeschrieben, wird jedoch zum Vertragsabschluss benötigt. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

Newsletter / Individuelle Kurshinweise

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre Kontaktdaten (Anschrift, Telefon, E-Mailadresse) zur Übersendung von Werbeinformationen der VHS zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre Daten nicht für diesen Zweck nutzen.

Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns über jeden Kommunikationsweg (z.B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen. Die (nachträgliche) Schriftform dient hierbei dem Dokumentationszweck.

Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, Ihre Anschrift und – soweit angegeben – Ihre Telefonnummer/n, an die jeweilige Kursleitung zur Vorbereitung (z.B. frühzeitige Informationsmöglichkeit bei Kursänderungen) und Durchführung des Kurses weiter. Die Angabe der Anschrift gibt Ihnen im Kurs die Gelegenheit, die Korrektheit Ihrer Daten zu überprüfen.

Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen (z.B. Cambridge-, Delf- oder Telc-Sprachprüfungen, Xpert- oder Finanzbuchhalter-Prüfungen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten 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.

Bei Kursen, die aus Landesmitteln gefördert werden, oder bei sonstigen Zuwendungsgebern (z.B. dem Deutschen Volkshochschul-Verband) kann eine Übermittlung an diese 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) an die Kreiskasse des Landkreises Nienburg/Weser als Vollstreckungsbehörde zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessen*in oder Kursteilnehmer*in zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung. Diese Daten werden gelöscht, sobald Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu anschließenden Vertragszwecken benötigt werden.

Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten aus handels- oder steuerrechtlichen Gründen. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre, in besonderen Fällen bis zu 25 Jahre, aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung gesperrt.

Dies gilt nicht, wenn Sie Ihre Einwilligung zum Newsletterversand und zur individuellen Kursinformation erteilt haben.

Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung oder nach erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags gelöscht.

Sollten Sie auf dem Anmeldeformular der Erhaltung der Daten für die Teilnahme an künftigen Kursen zugestimmt haben, so werden die Daten erst 3 Jahre nach Abschluss des letzten Kurses gelöscht.

Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

Ihre Rechte

Als betroffene Person, deren personenbezogene Daten im Rahmen der oben genannten Dienste erhoben werden, haben Sie grundsätzlich folgende Rechte, soweit in Einzelfällen keine gesetzlichen Ausnahmen zur Anwendung kommen:

- Auskunft (Art. 15 DS-GVO)
- Berichtigung (Art. 16 DS-GVO)
- Löschung (Art. 17 Abs. 1 DS-GVO)
- Einschränkung der Verarbeitung (Art. 18 DS-GVO)
- Datenübertragbarkeit (Art. 20 DS-GVO)
- Widerspruch gegen die Verarbeitung (Art. 21 DS-GVO)
- Widerruf der Einwilligung (Art. 7 Abs. 3 DS-GVO)
- Beschwerderecht bei der Aufsichtsbehörde (Art. 77 DS-GVO).

Kontaktdaten des Datenschutzbeauftragten

Kreishaus am Schloßplatz
31582 Nienburg
Telefon: 030 893658-58
E-Mail: dsb-lkni@infora.de
Andreas Werner (INFORA GmbH)
Friedrichstraße 200
10117 Berlin

Stand: 08.2019

[illegible][illegible][illegible]

Hinweise zur Anmeldung:

Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs bearbeitet.

Die vhs bestätigt nicht den Empfang der Anmeldung. Wir informieren Sie, wenn eine Veranstaltung/Kurs belegt ist, verschoben wird oder ausfallen muss. Ihre Angaben werden in der automatisierten Datenverarbeitung aufgrund der gesetzlichen Vorschriften verarbeitet. Es gelten die Teilnahmebedingungen und Datenschutzbestimmungen der vhs Nienburg (siehe Programmheft).

Aus Datenschutzgründen empfehlen wir die Sendung im verschlossenen Umschlag.

Volkshochschule Nienburg

Träger: Landkreis Nienburg/Weser

☎ 05021/967-600

FAX 05021/967-639

E-Mail: vhs@kreis-ni.de

Internet: www.vhs-nienburg.de

Geschäftsstelle: Rühmkorfstraße 12, 31582 Nienburg

**Neue Servicezeiten: Montag bis Freitag von 08:00 – 12:00 Uhr
Montag und Donnerstag von 13:00 - 16:00 Uhr**

Bankverbindung: Sparkasse Nienburg
Gläubiger-Identifikationsnummer DE8 9ZZ Z00 000 294 411

IBAN: DE21 2565 0106 0000 3003 84

Volkshochschule Nienburg

Rühmkorfstraße 12

31582 Nienburg

Hinweise zur Anmeldung:

Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs bearbeitet.

Die vhs bestätigt nicht den Empfang der Anmeldung. Wir informieren Sie, wenn eine Veranstaltung/Kurs belegt ist, verschoben wird oder ausfallen muss. Ihre Angaben werden in der automatisierten Datenverarbeitung aufgrund der gesetzlichen Vorschriften verarbeitet. Es gelten die Teilnahmebedingungen und Datenschutzbestimmungen der vhs Nienburg (siehe Programmheft).

Aus Datenschutzgründen empfehlen wir die Sendung im verschlossenen Umschlag.

Volkshochschule Nienburg

Träger: Landkreis Nienburg/Weser

☎ 05021/967-600

FAX 05021/967-639

E-Mail: vhs@kreis-ni.de

Internet: www.vhs-nienburg.de

Geschäftsstelle: Rühmkorfstraße 12, 31582 Nienburg

**Neue Servicezeiten: Montag bis Freitag von 08:00 – 12:00 Uhr
Montag und Donnerstag von 13:00 - 16:00 Uhr**

Bankverbindung: Sparkasse Nienburg
Gläubiger-Identifikationsnummer DE8 9ZZ Z00 000 294 411

IBAN: DE21 2565 0106 0000 3003 84

Volkshochschule Nienburg

Rühmkorfstraße 12

31582 Nienburg

Hinweise zur Anmeldung:

Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs bearbeitet.

Die vhs bestätigt nicht den Empfang der Anmeldung. Wir informieren Sie, wenn eine Veranstaltung/Kurs belegt ist, verschoben wird oder ausfallen muss. Ihre Angaben werden in der automatisierten Datenverarbeitung aufgrund der gesetzlichen Vorschriften verarbeitet. Es gelten die Teilnahmebedingungen und Datenschutzbestimmungen der vhs Nienburg (siehe Programmheft).

Aus Datenschutzgründen empfehlen wir die Sendung im verschlossenen Umschlag.

Volkshochschule Nienburg

Träger: Landkreis Nienburg/Weser

☎ 05021/967-600

FAX 05021/967-639

E-Mail: vhs@kreis-ni.de

Internet: www.vhs-nienburg.de

Geschäftsstelle: Rühmkorfstraße 12, 31582 Nienburg

**Neue Servicezeiten: Montag bis Freitag von 08:00 – 12:00 Uhr
Montag und Donnerstag von 13:00 - 16:00 Uhr**

Bankverbindung: Sparkasse Nienburg
Gläubiger-Identifikationsnummer DE8 9ZZ Z00 000 294 411

IBAN: DE21 2565 0106 0000 3003 84

Volkshochschule Nienburg

Rühmkorfstraße 12

31582 Nienburg