

2023
2024



KURSPROGRAMM

Bildungszentrum Beverstedt
LEB/Bildungswerk Wesermünde-Süd e.V.



BILDUNGS *Werk*

Wesermünde-Süd e.V.



Gemeinde
Loxstedt

Gemeinde Hagen
im Bremischen



Nestwerk

e.V. für soziale & kulturelle Projekte in der GG Hagen

WfbM Werkhof Beverstedt



WfbM Werkhof Beverstedt

... ist eine Werkstatt für Menschen mit psychischer Erkrankung.

Der „Werkhof Beverstedt“ ist eine 2013 von der Bundesagentur für Arbeit anerkannte Einrichtung zur Förderung von Menschen mit psychischer Erkrankung. Träger des „Werkhof Beverstedt“ ist die Ländliche Erwachsenenbildung in Niedersachsen e. V

Was wir anbieten

Eine dauerhafte Beschäftigung und berufliche Bildung in den Arbeitsbereichen:

- > Hauswirtschaft
- > Gärtnerei / Garten- und Landschaftsbau
- > Holz- und Metallverarbeitung
- > Hausmeisterei und -technik
- > Handel

WERKHOFHÄUSCHEN

Besuchen Sie unser Werkhofhäuschen vor dem Werkhofgelände. Hier finden Sie eine kleine Auswahl unserer selbstgemachten Produkte (Fruchtaufstrich, Chutneys, Backmischungen, Eingelegtes, Kräutersalz, Sirup, Vogelhäuschen, Metallarbeiten uvm.). Zusätzlich ist es möglich unsere einzelnen Arbeitsbereiche mit individuellen Arbeiten zu beauftragen.

Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag von 08:00-15:00 Uhr
Freitag von 08:00-14:00 Uhr

Kontakt

Tel. 04747 - 873272
Fax. 04747 - 873316
werkhof-beverstedt@leb.de

Werkstattleitung: Janette Ordemann
Tel. 04747 - 8730380
janette.ordemann@leb.de

Begleitender Dienst: Petra Wulff-Haun
Tel. 04747 - 8730384
petra.wulff-haun@leb.de



Bildungszentrum Beverstedt

LEB und
Bildungswerk
Wesermünde-Süd e.V.

ADRESSE

Wachholz 6a
27616 Beverstedt

KONTAKT

Jona Latza

Verwaltungsleitung

Reiner Suchland

Geschäftsführer

Jörg Biehl

Regionalleiter Elbe-Weser

Telefon: 04747 - 87 32 72

Fax: 04747 - 87 33 16

E-mail: biz-beverstedt@leb.de

Online Buchungen:

www.brw-bildungszentrum.de

Button : Bildungswerk Wesermünde-Süd e.V.



BÜROZEITEN

montags - freitags

08:00 - 14:00 Uhr

donnerstags 08:00 - 15:30 Uhr

Wir, das Team vom Bildungszentrum Beverstedt (LEB und Bildungswerk Wesermünde-Süd e.V.), haben wieder einen neuen Jahreskatalog für Sie erarbeitet und hoffen, es ist etwas Passendes für Sie dabei.

Unser Bildungsangebot ist vielfältig und deckt unter anderem folgende Bereiche ab:

Ausbildung und Qualifizierung in der Seniorenbegleitung, frühkindliche Pädagogik, Pädagogische Betreuungskraft an der Grundschule, EDV, Kreatives, Natur, Gesundheit, Kochen, Motorsägenkurse - und vieles mehr.

Bildungsveranstaltungen finden in der pädagogischen Verantwortung der LEB in Niedersachsen e.V. statt.

Haben Sie Rückfragen oder Anmerkungen zu unseren Kursen, melden Sie sich gerne bei uns.

Wir freuen uns auf Sie.

KOOPERATIONSPARTNER

Seit Sommer 2022 setzen wir auf eine erfolgreiche Kooperation zwischen der LEB in Niedersachsen e.V., dem Bildungswerk Wesermünde-Süd e.V., dem Nestwerk e.V. und den Gemeinden Beverstedt, Loxstedt und Hagen im Bremischen.

INHALTSVERZEICHNIS

Info und Allgemeines

Berufliche Bildung

Qualifizierung zur Seniorenbegleitung nach §53b SGB XI 8

Qualifizierung zum/zur Alltagsbegleiter/in nach §45a/45b SGB XI 9

Fortbildung für Betreuungskräfte

Nähe und Distanz in der Pflege10

Begleitung und Betreuung überwiegend immobiler Menschen am Bett10

Betreuungsangebot für Senioren "Der Herbst ist da"11

Pflege von Menschen in Ihrer letzten Lebensphase11

Demenz12

Senioren/innen Fit12

Rechtliche Aspekte - Betreuungsrecht13

Palliativ-Aromapflege14

Einzug in ein Pflege- und Altenheim14

Sturzprophylaxe und mehr15

Heben und Tragen - Kinästhetische Ansätze.....15

Verständigungstechnik mit Körpermotorik16

Begleitung und Betreuung immobiler Menschen16

Wie ist meine Haltung und was brauche ich für eine bessere Bewegung?17

Ethik in der Betreuung17

Konfliktlösung und Gewaltprävention in der Betreuung und Pflege18

Biografiearbeit in der Altenpflege18

Umgang mit herausforderndem Verhalten bei Bewohnern mit Demenz19

Berufliche Bildung

Qualifizierung zur pädagogischen Betreuungskraft an Grundschulen.....20

Fortbildungen für pädagogische Betreuungskräfte und Kitafachkräfte

Inklusion I und II21

Umgang mit Lese- Rechtschreibschwäche21

Erste Hilfe am Kind für Mitarbeiter/innen in Betreuungseinrichtungen22

Wahrnehmungsverzögerung bei Kindern22

Marburger Konzentrationstraining23

Lernen, Lernen23

Yoga mit Kindern24

DrumsAlive Kids Beats24

Arbeiten mit Handpuppen25

Naturpädagogik vermitteln25

Musikalische Früherziehung26

Traumreise und Entspannung26

Umgang mit Konflikten / Kommunikation bei Elterngesprächen.....27

Neue Kinder, Neue Eltern27

Kunst und Kreatives

Nähtreffen28

Schreibwerkstatt - Kreatives Schreiben28

Töpfern29

Windspiel für den Garten29

Bogen bauen	30
Natürlich selbstgemacht -Weihnachtliche Dekoration	30
Makramee - Pflanzenampel knüpfen	30
Gartenstecker aus Metall	31
Rosen für die Ewigkeit aus Metall	31
Schnitzen	32
Abstrahierte und abstrakte Malerei mit Acrylfarben	32
Kommunikation	
Frei Sprechen - Rhetorik	33
Körpersprache interpretieren	33
Rhetorik für Frauen	34
Lauter bitte! Sprechen und Stimme	34
Rund um den Garten	
Motorsägenkurs für Brennholtselbsterwerber	35
Arbeitssicherheit Baum I / AS Baum I	36
Strauch- und Baumschnitt	37
Obstbaumschnitt	37
Der neue Nutzgarten - Selbstversorgung leichtgemacht	38
Klimagärtnern - Ökologisch Gärtnern	38
Bio-Jungpflanzenanzucht für den Hobbygarten.....	39
Gartengestalten mal anders	40
Fitness und Gesundheit	
Vinyasa Yoga - Slow Flow	41
Männer-Yoga	41
Hula Hopp Schnupperstunde	42
Hula Hoop Fitness mit ganz viel Spaß	42
Hula Hoop Anfänger	42
Waldbaden pur - Erlebe den Wald mit allen Sinnen	43
Pezziball	44
Reiki	44
Vagusnerv-Training	45
5 Tibeter als Morgenroutine	45
Die 8 Brokate	45
Immunsystem stärken mit Qigong	46
Faszination Faszien und Kinesiotaping	46
Senioren/innen Fit	47
Sturzprophylaxe	47
Entspannt in den Feierabend mit Qigong	47
Qigong - Lebensenergie trainieren	47
Big Five (Kraft, Ausdauer, Koordination, Stabilisation und Gleichgewicht)	48
Drums Alive Golden Beats ab 60 Jahre	48
Wellness und Entspannung für junge Frauen zwischen 16 und 26 Jahren	49
Qigong nach der Methode von Zhi Chang Li	49
Laufen, Walken und Crosstraining im Wald	50
Nordic Walking	50

Burnout vorbeugen durch Achtsamkeitstraining	51
Achtsamkeit - Dein Schlüssel zum Glück	51
Schüssler Salze für akute und chronische Erkrankungen	52
Schüssler Salze und Homöopathie	52
Basenfasten mit Schüssler Salzen	52
Homöopathie für Einsteiger	53
Homöopathie bei Wechseljahrsbeschwerden	53
Resilienz - Ein Trainingsprogramm für unsere seelische Widerstandskraft	54
Homöopathie bei Migräne	54
Homöopathie bei Angst	54
Bogenschießen	55
Waldbaden und Qigong	56
Kochen	
Leckeres aus Hack	57
Herbst- Menü 	57
Kochen mit Bier	57
Ayurvedische Winterküche	58
Das perfekte Buffet	58
Herzhafte Brottorten	58
Finger Food und raffinierte Vorspeisen 	59
Kekse backen mal anders	59
Feine Käseküche	59
Fränkische Küche	60
Kochen zu zweit	60
Geselliger Kochabend für Senioren	60
Ayurvedische Frühlingsküche	61
Histaminarme Rezepte - lecker und gar nicht langweilig	61
Italienische Küche	62
Österliches Brunch 	62
Schmackhafte Kräuter am Wegesrand	62
Gesund, lecker und schnell	63
Schnelle Küche	64
Traum paar "Zucchini mit Ricotta"	64
Kinderkochkurse	
Weihnachtsbäckerei	65
It´s Spätzle Time	66
Das Auge isst mit! Ideen für kreatives Kinderessen	66
Pizzaspaß	66
Geburtstagsbuffet	67
Ran an den Burger	67
Gefüllte Muschelnudeln	67
Sprachen	
Spanisch für den Urlaub	68
Französisch - Eine Reise durch Frankreich	68
Deutschkurs - Basissprachkurs für Geflüchtete	69

Alles für den Hund

Physio für den Hund	70
Angsttraining	70
Fellpflege (Kurzhaar, Langhaar, Rauhaar (Trimmfell)	71
Erste Hilfe am Hund	72
Spiel und Spaß mit dem Hund im Alltag	73
Medical Training für den Hund	73

Kinder- und Jugendkurse

Schnitzen ab 10 Jahre	74
Bogenschießen	74
Hula Hoop Kids	74
Erste Hilfe für Kinder (4-5 Jahre, 5-6 Jahre und 7-8 Jahre)	75

Sonstiges

Wie sicher ist fliegen? Flugangstbewältigung	76
Feng Shui für Ihr Zuhause	77
Feng Shui Hilfsmittel	77
Heben und Tragen für pflegende Angehörige	78
Wellness und Pflegeprodukte herstellen	78
Führung durch die Muna - Lübberstedt	79

EDV Kurse

Smartphone für Senioren/innen	80
iPad für Senioren/innen	80
iPhone und iPad für Beginner	80
Instagram, Facebook und Co	81
Allgemeiner Computer- und Internetkurs	81

Erste Hilfe Kurse

Erste Hilfe am Baby und Kind für Eltern, Großeltern und Babysitter/inn.....	82
Erste Hilfe für Trainer/Sportler/Übungsleiter	82

Vorträge

Vorsorgevollmacht	83
Klimakrise - Wenn wir das Klima wandeln	84



Berufliche Bildung

QUALIFIZIERUNG ZUR SENIORENBEGLEITUNG MIT BEFÄHIGUNG ZUR ZUSÄTZLICHEN BETREUUNG NACH § 53b SGB XI

Der Lehrgang wird von der Ländlichen Erwachsenenbildung (LEB) in Niedersachsen durchgeführt.

Kursleitung: Petra Kroll (Altenpflegerin, Lehrkraft an Pflegeschulen)

Die Zahl dementer und pflegebedürftiger Menschen hat sich in den letzten Jahren stets erhöht und wird auch in Zukunft steigen.

Die Pflege und Betreuung dieser Menschen braucht Kraft und Zeit.

In dieser Qualifizierung werden Sie von uns auf die typischen Aufgaben einer Betreuungskraft vorbereitet. Der theoretische Präsenzunterricht wird mit Praxis in Form einer betrieblichen Lernphase (Praktikum) ergänzt. Unser zertifiziertes Konzept basiert auf der vom GKV-Spitzenverband definierten Richtlinie zum § 53b SGB XI. Über diese Anforderungen hinaus vermitteln wir Ihnen weitere relevante Kenntnisse, die Ihnen den Arbeitsalltag in einer stationären oder teilstationären Pflegeeinrichtung erleichtern. Sie erfüllen außerdem die Anforderungen, die nach den §§ 38a und 45a SGB XI gestellt werden, um im häuslichen und ambulanten Bereich tätig werden zu können.

Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Kurs:

40-stündiges Orientierungspraktikum für diejenigen, die noch nicht in einer teilstationären (Tagespflege) oder stationären (Pflege- und Seniorenheim) Einrichtung tätig sind oder waren. Dieses Praktikum ist VOR Seminarbeginn zu absolvieren.

Termine Beverstedt/LEB Werkhof:

06.11.23 - 22.12.23, Basiskurs (140 Unterrichtsstunden)

23.12.23 - 11.02.24, Betriebliche Lernphase (90 Stunden/Praktikum)

12.02.24 - 15.03.24, Aufbaukurs (100 Unterrichtsstunden)

montags - freitags, Uhrzeit: 08:30 - 11:45 Uhr

Gebühr: 1.538,40 € inkl. Unterrichtsmaterial

(Ratenzahlung/Förderung über Bildungsgutschein möglich)

Die Gesamtmaßnahme ist AZAV anerkannt, so dass Bildungsgutscheine für ALG-Leistungsempfänger*innen akzeptiert werden.



Berufliche Bildung

QUALIFIZIERUNG ZUM/ZUR ALLTAGSBEGLEITER/IN nach § 45 a / 45 b SGB XI

Kursleitung: Petra Kroll (Altenpflegerin, Lehrkraft an Pflegeschulen)

Alltagsbegleiter/innen unterstützen bei allem, was im Alltag anfällt.

Vor allem pflege- und betreuungsbedürftige Menschen, die noch im eigenen Zuhause leben, profitieren von Alltagsbegleitern/innen.

Durch die Aktivierung zur Selbsthilfe soll die Selbständigkeit der Senioren gefördert werden.

Die Alltagsbegleiter/innen sind keine Pflegekräfte, sondern sie bieten den Senioren Betreuung an:

- Hilfe bei hauswirtschaftlichen Tätigkeiten
- beim Kochen
- Einkaufen
- bei Arztbesuchen
- Vorlesen von Büchern
- Kartenspielen
- Basteln
- gemeinsame Spaziergänge

Inhalte der Qualifizierung:

Einführung in die Thematik, Soziale Wahrnehmung, Krankheitsbedingte Veränderungen im Alter, Kommunikation / Soziale Kompetenz, Aktivierung / Tagesstrukturierung, Grundlagen der Demenz und Validation, Gesetzliche Ansprüche, Diabetes mellitus, Abschlusskolloquium.

Die Teilnehmer*innen erhalten nach erfolgreicher Teilnahme am Ende des Lehrgangs ein Zertifikat.

Termine Beverstedt/LEB Werkhof:

Mittwochs, 27.09.23 - 29.11.23

Kursnummer: C2

oder

Dienstags, 06.02.24 - 16.04.24

Kursnummer: C3

jeweils von 18:00 - 21:00 Uhr

(40 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 285,- €

(Ratenzahlung möglich)



Fortbildungen für Betreuungskräfte nach § 43b SGB XI / § 53b SGB XI

Anerkannt als jährliche Pflichtfortbildung nach § 43b SGB XI / § 53b SGB XI

NÄHE UND DISTANZ IN DER PFLEGE

Referentin: Karen Stechmann (Altenpflegerin, Lehrkraft an Pflegeschulen a.D.)

In der Pflege ist es schwierig, das Gleichgewicht zwischen Nähe und Distanz zu finden. Wichtig ist, dass Sie das Gleichgewicht zwischen professioneller Nähe und Distanz für sich klären können.

Die Nähe – Distanz beschreibt ein emotionales, räumliches und soziales Verhältnis zwischen Menschen. Dabei vermittelt die emotionale Nähe Zugehörigkeit, Vertrauen, Sympathie, Akzeptanz und Mitgefühl, wohingegen die Distanz das genaue Gegenteil definiert. Wie findet man die richtige Balance zwischen Nähe und Distanz?

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Freitag, 22.09.23, 15:00 - 18:15 Uhr

Samstag, 23.09.23, 09:00 - 12:15 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Kursnummer: C4

Gebühr: 90,00 €

BEGLEITUNG UND BETREUUNG ÜBERWIEGEND IMMOBILER MENSCHEN AM BETT

Referentin: Petra Kroll (Altenpflegerin, Lehrkraft an Pflegeschulen)

Menschen, die nicht an Gruppenaktivitäten teilnehmen können, die immobil und eine lange Tages- und Nachtzeit alleine sind, benötigen eine individuelle Aktivierung, damit sie das Leben mit allen Sinnen erfahren können. Sie dürfen im Pflegealltag nicht zu ausgeschlossenen Personen werden.

Inhalte und Ziele:

- Besonderheiten bei der Begleitung und Betreuung von bettlägerigen Menschen
- Immobiler Menschen sinnvoll aktivieren
- Beschäftigungsangebote und Tipps für den Umgang mit immobilen Menschen
- Anregung und Förderung der visuellen Wahrnehmung

Termin Loxstedt/Bürgersaal:

Samstag, 30.09.23, 09:00 - 16:00 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Kursnummer: C5

Gebühr: 90,00 €



BETREUUNGSANGEBOTE FÜR SENIOREN: "DER HERBST IST DA" (PFLAUMENKUCHEN BACKEN)

Referentin: Marina Kuzmenko (Altenpflegerin mit Zusatzausbildung)

In der Betreuungsarbeit mit Senioren/innen ist es sehr wichtig, Betreuungsangebote zu planen und vorzubereiten. Wir werden uns in dem ersten Teil intensivst damit beschäftigen. Welche Möglichkeiten gibt es? Welche Ressourcen werden dafür benötigt und wie können die Bewohner zu der Durchführung motiviert werden? Im zweiten Teil werden wir gemeinsam Pflaumenkuchen backen und beim gemeinsamen Kaffeetrinken verkosten.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Freitag, 06.10.23, 15:00 - 18:15 Uhr

Samstag, 07.10.23, 09:00 - 12:15 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Kursnummer: C6

Gebühr: 90,00 €

PFLEGE VON MENSCHEN IN IHRER LETZTEN LEBENS PHASE

Referentin: Karen Stechmann (Altenpflegerin, Lehrkraft an Pflegeschulen a.D.)

Pflegende haben eine große ethische Verantwortung bei der Begleitung sterbender Menschen. Menschen in ihrer letzten Lebensphase zu begleiten, ist eine sehr wichtige, aber auch schwierige Aufgabe.

Wie kann man unterstützen? Wie geht man mit Angehörigen in der Situation um?

- Sterbeprozess
- Sterbehilfe
- Begleitung am Lebensende
- Umgang mit Verstorbenen und deren Angehörigen
- Gestaltung des Abschieds
- Umgang mit Trauer

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Freitag, 13.10.23, 15:00 - 18:15 Uhr

Samstag, 14.10.23, 09:00 - 12:15 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Kursnummer: C7

Gebühr: 90,00 €

DEMENZ MENSCHEN MIT DEMENZ VERSTEHEN, BEGLEITEN UND BETREUEN

Referentin: Marina Kuzmenko (Altenpflegerin mit Zusatzausbildungen)

Erkrankt ein Mensch an Demenz, bringt es viele Veränderungen mit sich. Betreuungskräfte stehen vor einer großen Herausforderung. Wir zeigen, wie Sie zu einem Menschen mit Demenz Zugang erhalten oder finden. Wir werden kurz einige theoretische Grundlagen und Methoden kennenlernen.

Im zweiten Teil geht es um die praktische Umsetzung. (z.B. Validation, 10 Min. Aktivitäten u.s.w.)

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Freitag, 20.10.23, 15:00 - 18:15 Uhr

Samstag, 21.10.23, 09:00 - 12:15 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Kursnummer: C8

Gebühr: 90,00 €

SENIOREN/INNEN FIT

Referentin: Barbara Peper (Lizensierte Trainerin für Reha-Sport, Herz-Kreislauf-Training, Rehabilitation Orthopädie, CrossTraining, Nordic Walking)

Ein Übungsangebot, in dem gezeigt wird, welche Übungen man auch zu Hause mit einfachen Alltagsgegenständen machen kann. Einen abwechslungsreicher Übungsvormittag wird geboten.

Dieser Kurs richtet sich nicht nur an Betreuungskräfte.

Termin Beverstedt/Grundschulturnhalle:

Samstag, 21.10.23, 09:00 - 12:15 Uhr

(4 Unterrichtsstunden)

Kursnummer: C9

Gebühr: 40,00 €





Pflegeteam Beverstedt

Ambulante Kranken- und Seniorenpflege
Soziale Dienste

Feldhofstraße 7 | 27626 Beverstedt

 0 47 47 - 874 330

24h Rufbereitschaft

Unsere Büroöffnungszeiten:

Montag bis Freitag
9:00 bis 14:00 Uhr

Sowie nach Vereinbarung!

Unsere Leistungen:

- Ambulante Kranken- und Seniorenpflege
- Behandlungspflege nach ärztlicher Verordnung
- zusätzliche Betreuungs- und Entlastungsleistungen
- Johanniter-Hausnotruf mit 24h Rufbereitschaft
- Beratung für pflegende Angehörige
- Seniorencafé
- Verhinderungspflege

Wir freuen uns, wenn wir Sie unterstützen können, rufen Sie uns gerne an.

Wohngruppen der
Hilfswärter und
Pflegehilfswärterinnen



RECHTLICHE ASPEKTE - BETREUUNGSRECHT NEUES BETREUUNGSGESETZ: MEHR SELBSTBESTIMMUNG AB 2023

Referent: **Dietmar Kroll** (Master of Arts Pädagogik)

Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung

Zum 1. Januar 2023 trat das Gesetz zur Reform des Betreuungsrechts in Kraft. Es stärkt die Selbstbestimmung von betreuten Menschen und die Qualität der rechtlichen Betreuung. Die Reform ist die größte im Betreuungsrecht seit deren Einführung und der Abschaffung der Entmündigung im Jahr 1992.

- Was hat sich im Betreuungsrecht geändert?
- Was darf ein Betreuer alles alleine entscheiden?
- Wie hoch ist das Schonvermögen ab 2023?
- Was hat sich 2023 für Betreuungskräfte geändert?
- Was hat sich 2023 bei der Vorsorgevollmacht geändert?

Termin Loxstedt/Bürgersaal:

Samstag, 04.11.23, 09:00 - 16:00 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Kursnummer: C10

Gebühr: 90,00 €

PALLIATIV - AROMAPFLEGE

Referentin: Petra Kroll (Altenpflegerin, Lehrkraft an Pflegeschulen)

Die Verbesserung der Lebensqualität ist eine zentrale Aufgabe in der Palliativen Care. Die Aromapflege schafft einen Raum, in dem sich für die Bewohner Zeit genommen wird und sie menschliche Zuwendung erfahren. Aromaöle fördern das psychische und physische Wohlbefinden und erhöhen die Zufriedenheit. Zudem können Aromaöle gezielt in der Pflege eingesetzt werden, um Krankheitssymptome und Schmerzen zu lindern oder die Wundheilung zu fördern.

Welche ätherische Öle können in der Pflege und Betreuung angewandt werden?
Wie kann die Psychohygiene durch Aromapflege gefördert werden?

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 09.12.23, 09:00 - 16:00 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Kursnummer: C11

Gebühr: 90,00 €

EINZUG IN EIN PFLEGE- ODER ALTENHEIM

Referentin: Karen Stechmann (Altenpflegerin, Lehrkraft an Pflegeschulen a.D.)

Der Einzug in ein Pflege- oder Altenheim ist für die meisten Menschen kein einfacher Schritt. Als Pflegekraft können Sie jedoch einiges tun, um den neuen Bewohnern die Eingewöhnung zu erleichtern. In diesem Kurs geben wir Ihnen einige Tipps und Vorgehensweisen an die Hand, wie zum Beispiel:

Einzugsmanagement z. B. Bezugsperson, Ängste abbauen, Kontaktpflege (Erkennen und Reagieren auf Probleme), Vorstellung von Freizeitbetreuung mit den dazugehörigen Angeboten.

Termin Loxstedt/Bürgersaal:

Freitag, 12.01.24, 15:00 - 18:15 Uhr

Samstag, 13.01.24, 09:00 - 12:15 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Kursnummer: C12

Gebühr: 90,00 €



STURZPROPHYLAXE UND MEHR

Referentin: Barbara Peper (Lizensierte Trainerin für Reha-Sport, Herz-Kreislauf-Training, Rehabilitation Orthopädie, CrossTraining, Nordic Walking)

Was und wo sind die Risiken im Alltag? Wie kann man damit umgehen?

Es werden Übungen gezeigt, die das Gleichgewicht und die Koordination trainieren. Thema in diesem Lehrgang wird auch das richtige Aufstehen, Hinsetzen, Hinlegen und Aufheben sein. Außerdem bekommt jede(r) Teilnehmer/in Anleitungen für Übungen für zu Hause ausgehändigt.

Dieser Kurs richtet sich nicht nur an Betreuungskräfte.

Termin Beverstedt/Grundschulturnhalle:

Samstag, 13.01.24, 09:00 - 12:15 Uhr

(4 Unterrichtsstunden)

Kursnummer: C13

Gebühr: 40,00 €



HEBEN UND TRAGEN KINÄSTHETISCHE ANSÄTZE

Referentin: Karen Stechmann (Altenpflegerin, Lehrkraft a.D.)

Pflegebedürftige Menschen sind in ihrer Mobilität oft eingeschränkt. Dann benötigen sie die Unterstützung einer weiteren Person, damit alltägliche Bewegungsabläufe wie etwa aus dem Bett aufstehen oder sich selbstständig anziehen, weiterhin gelingen können. Das Konzept der Bewegungsförderung durch kinästhetische Mobilisation hält einfache Handgriffe und Techniken bereit, mit denen die eigenständigen Bewegungsabläufe bei bewegungseingeschränkten Menschen aktiviert und die Pflegepersonen körperlich entlastet werden können.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Freitag, 16.02.24, 15:00 - 18:15 Uhr

Samstag, 17.02.24, 09:00 - 12:15 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Kursnummer: C14

Gebühr: 90,00 €



VERSTÄNDIGUNGSTECHNIK ÜBER KÖRPERMOTORIK

Referentin: Dr. Anne - Britt Ueckermann (Kommunikationswissenschaftlerin,
Verhaltenstrainerin, Schauspielerin)

Finden Sie heraus, „wie der andere tickt“, damit Sie wissen, was er mit seiner Äußerung wirklich meint.

Im Kurs erfahren Sie worauf Sie achten müssen. Es geht um Körperbewegungen, Gestik, Verhaltensweisen, dann können Sie sich optimal mit ihm verständigen, so dass „die Chemie zwischen ihnen stimmt“.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 09.03.24, 09:30 - 16:30 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Kursnummer: C15

Gebühr: 90,00 €

BEGLEITUNG UND BETREUUNG IMMOBILER MENSCHEN

Referentin: Karen Stechmann (Altenpflegerin, Lehrkraft an Pflegeschulen a.D.)

Bettlägerige Menschen haben einen spezifischen Pflege- und Betreuungsbedarf.

Wir geben Ihnen Tipps an die Hand, die Sie im Pflegealltag bei bettlägerigen Menschen nutzen können.

Inhalt:

- Immobiler Menschen sinnvoll aktivieren
- Psychische Faktoren
- Erkrankungen als Ursache für Bettlägerigkeit

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Freitag, 15.03.24, 15:00 - 18:15 Uhr

Samstag, 16.03.24, 09:00 - 12:15 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Kursnummer: C16

Gebühr: 90,00 €



WIE IST MEINE HALTUNG UND WAS BRAUCHE ICH FÜR EINE BESSERE BEWEGUNG?

Referentin: Barbara Peper (Lizensierte Trainerin für Reha-Sport, Herz-Kreislauf-Training, Rehabilitation Orthopädie)

An diesem Vormittag beschäftigen wir uns mit der richtigen Haltung .
Wie setzen wir die entsprechende Bewegung dazu um? Wie kann ich meine Dysbalance ausgleichen und was gehört dazu? Welche Sportmöglichkeit kommt für den einzelnen infrage? Diese und viele andere dazugehörige Themen wollen wir erörtern und umsetzen sowohl theoretisch als auch praktisch.

Dieser Kurs richtet sich nicht nur an Betreuungskräfte.

Termin Beverstedt/Grundschulturnhalle:

Samstag, 16.03.24, 09:00 - 12:15 Uhr

(4 Unterrichtsstunden)

Kursnummer: C17

Gebühr: 40,00 €

ETHIK IN DER BETREUUNG

Referentin: Petra Kroll (Altenpflegerin, Lehrkraft an Pflegeschulen)

Das Wissen um ethische Werte und die daraus resultierenden Handlungen im Berufsalltag spielen gerade auch in der Betreuung immobiler Menschen eine große Rolle.

Im täglichen Berufsalltag kommen Sie als Mitarbeiter/innen, vor allem in den betreuenden und pflegenden Berufen immer wieder mit ethischen Fragen in Berührung:

- Wie verhalte ich mich richtig?
- Oder was soll ich tun? Gerade in Bezug auf demenziell erkrankte Menschen und das ggf. daraus resultierende herausfordernde Verhalten wirft für viele Betreuungskräfte Fragen auf, ob und auch warum bestimmte Handlungen richtig oder falsch sind, sowohl aus christlich humanistischer, als auch aus rechtlicher Sicht.

Diese Fortbildung soll Hilfestellung bieten und klären, was Ethik überhaupt bedeutet und wie man sich ethischen Konflikten und Dilemmas gemeinsam nähern kann.

- Bedeutung von Ethik und Pflegeethik im Allgemeinen
- Auseinandersetzung mit ethischen Fragen
- Umgang mit ethischen Fragestellungen

Termin Loxstedt:

Samstag, 09.03.24 , 09:00 - 16:00 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Kursnummer: C18

Gebühr: 90,00 €

KONFLIKTLÖSUNG UND GEWALTPRÄVENTION IN DER BETREUUNG UND PFLEGE

Referent: Dietmar Kroll (Master of Arts Pädagogik)

Kommunikation führt Menschen zusammen und bewirkt auch den Zusammenhalt unter ihnen.

Inhalte:

- Sicherheitshinweise und Warnsignale
- Gewaltprävention
- Rechtlicher Rahmen
- Stresserkennung und -bewältigung
- Deeskalierende Kommunikation - wie kann ich diese anwenden?
- Sicherheitsdistanzen

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 06.04.24 , 09:00 - 16:00 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Kursnummer: C19

Gebühr: 90,00 €

BIOGRAFIEARBEIT IN DER ALTENPFLEGE

Referentin: Karen Stechmann (Altenpflegerin, Lehrkraft an Pflegeschulen a.D.)

Worum geht es überhaupt bei der Biografiearbeit in der Altenpflege?

Und was gehört zu einer Biografie?

Biografiearbeit ist aktivierende Pflege. Die Lebensgeschichte hilft dabei, Pflegebedürftige besser zu verstehen. Sie entdecken vielleicht neue Beschäftigungsmöglichkeiten für die Seniorinnen und Senioren oder können das Vertrauensverhältnis vertiefen, genau das macht die Pflege individuell und persönlich.

In Theorie und praktischen Übungen werden wir uns mit dem Thema Biografiearbeit auseinandersetzen.

Termin Loxstedt:

Freitag, 19.04.24, 15:00 - 18:15 Uhr

Samstag, 20.04.24 , 09:00 - 12:15 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Kursnummer: C20

Gebühr: 90,00 €



Marita van Hall*Rechtsanwältin**Notarin a.D.***Dr. jur. Wolfgang van Hall***Rechtsanwalt**Notar a.D.***Ralph Zimmermann***Rechtsanwalt und Notar**Fachanwalt für Arbeitsrecht***Rechtsanwältin · Notar**

• Arbeitsrecht	• Landwirtschaftsrecht
• Arztrecht	• Mietrecht
• Baurecht	• Patientenverfügung
• Betreuungsrecht	• Verkehrsrecht
• Erbschaft	• Versicherungsrecht
• Familienrecht	• Vertragsrecht
• Grundstücksrecht	• Verwaltungsrecht
• Handels- und Gesellschaftsrecht	• Versorgungsmaßnahmen
• Internetrecht	• Wohnungseigentumsrecht
	• Zwangsvollstreckung

Logestraße 27 · 27616 Beverstedt · Tel. (04747) 9446-0 · Fax (04747) 9446-26 · E-Mail: van-Hall@t-online.de

UMGANG MIT HERAUSFORDERNDEM VERHALTEN UND BELASTENDEN LEBENSEREIGNISSEN DER BEWOHNER MIT DEMENZ

Referent: Dietmar Kroll (Master of Arts Pädagogik)

Eine Demenzerkrankung bringt viele Herausforderungen mit sich – nicht nur für Betroffene, sondern insbesondere auch für Angehörige. Manchmal verstärken sich kleine Charaktereigenschaften, manchmal verändert sich die Persönlichkeit der erkrankten Person stark. Je nach Art der Demenzform und in welchem Stadium der Erkrankung sich Betroffene befinden, können ungewohnte Situationen entstehen, mit denen auch Betreuende, Pflegenden und Angehörige lernen müssen, neu umzugehen.

- Um welches herausfordernde Verhalten handelt es sich genau?
- Wie häufig, wann, wie lange, wie stark (Verhalten quantifizieren)?
- Wie sind die Umstände bzw. der Rahmen, in dem das Verhalten stattfindet?
- Ist das Verhalten eine Belastung oder eine Gefahr -und wenn ja, für wen?

Der Umgang mit belastenden Lebensereignissen der Bewohner spezifiziert sich auf die Biografiearbeit mit dementen Menschen, um dann auf förderliche Grundhaltungen und Kommunikationsweisen in dieser Personengruppe einzugehen und erläutert Ansätze und Methoden in der Erinnerungspflege im Umgang mit belastenden Lebensereignissen.

Ziel dabei ist es, belastende Ereignisse soweit zu bewältigen, dass sie als Bestandteil der eigenen Lebensgeschichte anerkannt und integriert werden können.

Termin Loxstedt:

Samstag, 08.06.24, 09:00 - 16:00 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Kursnummer: C21

Gebühr: 90,00 €

Berufliche Bildung

QUALIFIZIERUNG ZUR PÄDAGOGISCHEN BETREUUNGSKRAFT AN DER VERLÄSSLICHEN GRUNDSCHULE

Kursleitung: Axel Bredehöft (pädagogischer Mitarbeiter und über 20-jährige Tätigkeit in der Erwachsenenbildung)

Die Pädagogischen Betreuungskräfte an Grundschulen übernehmen Betreuungsaufgaben für Schüler*innen, können aber auch für Vertretungsunterricht und unterrichtsergänzende Angebote eingesetzt werden. In verlässlichen Grundschulen wird ein durchgehender Unterricht oder eine Betreuung von 08:00 - 13:00 Uhr gewährleistet.

Ihre Aufgabe wird es sein, die Lehrkräfte im Unterricht zu unterstützen, Hausaufgabenhilfe zu geben, mit den Kindern zu basteln, musizieren oder zu spielen.

Kursinhalte: Erziehungsziele- Erziehungsstile - Lerntheorien - Spiel und Spaß mit Kindern - Spielpädagogik - Rechtlicher Rahmen für Betreuungskräfte - Medienpädagogik - Kommunikation zwischen Betreuungskräften und Schulkindern - Kinder- und Jugendliteratur - Suchterkrankungen und Prävention - Grenzen setzen in der Erziehung - Planung von Betreuungseinheiten - Werken und kreatives Gestalten - Musik mit Kindern - Entwicklungspsychologie des Kindes, Erste-Hilfe am Kind.

Die erfolgreiche Teilnahme wird mit einem Zertifikat bescheinigt.

Termine Beverstedt/LEB Werkhof:

Donnerstags, 14.09.23 - 14.03.24

Kursnummer: C22

Uhrzeit: 19:00 - 22:00 Uhr zzgl. 3 Samstage (davon 1 Samstag Erste Hilfe am Kind)

(100 Unterrichtsstunden + 20 Std. Hospitation)

Mittwochs, 17.01.24 - 19.06.24

Kursnummer: C23

Uhrzeit: 19:00 - 22:00 Uhr zzgl. 4 Samstage (davon 1 Samstag Erste Hilfe am Kind)

(100 Unterrichtsstunden + 20 Std. Hospitation)

Gebühr: 585,00 €

(Ratenzahlung möglich)

(zzgl. 45,00 € Gebühren für Erste Hilfe-Lehrgang am Kind, falls nicht vorhanden)



Fortbildungen für Pädagogische Betreuungskräfte, Kitafachkräfte und Interessierte

INKLUSION - SCHULBEGLEITUNG

Referentin: Petra Wulff-Haun (Sozialpädagogin mit Zusatzausbildungen)

Inklusion - Was ist das eigentlich? Und was bedeutet Inklusion für jede*n von uns persönlich? In diesem Kurs erfahren Sie, woran auffälliges Verhalten zu erkennen ist und wie Sie mit verhaltensauffälligen Kindern und Jugendlichen professionell umgehen. Was ist bei der Begleitung, Orientierung und Unterstützung im schulischen Alltag zu beachten.

Inklusion I

Termine Beverstedt/LEB Beverstedt:

Donnerstags, 21.09. - 09.11.23

6 Abende jeweils von 18:30 - 21:30 Uhr

zzgl. 1 Samstag

Kursnummer: C24

(30 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 180,00 €

Inklusion II

Termine Beverstedt/LEB Werkhof:

Donnerstags, 11.01. - 15.02.24

6 Abende jeweils von 18:30 - 21:30 Uhr

zzgl. 1 Samstag

Kursnummer: C25

(30 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 180,00 €

UMGANG MIT LESE-RECHTSCHREIBSCHWÄCHE (LRS)

Referentin: Petra Wulff-Haun (Sozialpädagogin mit Zusatzausbildungen)

Was ist eine LRS? Wie wird sie diagnostiziert? Wie kann man damit umgehen?

Was können Eltern und Betreuungskräfte bei LRS tun?

Bei einer Lese-Rechtschreibstörung (LRS) handelt es sich um eine Entwicklungsstörung des Lesens und Schreibens, die nicht auf mangelnde Unterrichtung, nicht auf fehlende Gelegenheit zum Lernen, nicht auf mangelnde Intelligenz und nicht auf eine körperliche Erkrankung (z. B. eine Sehstörung) zurückzuführen ist.

Diese Fragen sollen besprochen werden und individuelle Handlungskonzepte entwickelt werden, um Lernblockaden zu mindern.

Termine Beverstedt/LEB Werkhof:

Freitag, 01.03.24, 15:00 - 18:00 Uhr

Samstag, 02.03.24, 10:00 - 13:00 Uhr

Kursnummer: C26

(8 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 90,00 €



ERSTE HILFE AM KIND FÜR MITARBEITER/INNEN IN BETREUUNGSEINRICHTUNGEN, BETRIEBEN, SCHULEN, KINDERTAGESEINRICHTUNGEN

Referenten: Rettungsanker (Rettungsdienstschule)

Ob Fieberkrampf, Asthma oder allergische Reaktionen: Unser erfahrenes Team übt mit dir, worauf es im Notfall mit Kindern ankommt.

Neben vielen praktischen Beispielen und Übungen, gehen wir insbesondere auch auf die seelische Belastung ein, die ein Kindernotfall mit sich bringt.

Gemäß BG Richtlinien: Unser Kurs für Bildungs- und Betreuungseinrichtungen umfasst neun Unterrichtseinheiten à 45 Minuten.

Urkunde **Gemäß DGVV Richtlinie 304-001.**

Termin Beverstedt/LEB Beverstedt:

Samstag, 02.03.24, 09:00 - 16:30 Uhr

Kursnummer: C33

(9 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 50,00 €



WAHRNEHMUNGSVERZÖGERUNG BEI KINDERN

Referentin: Martina Golinski-Uhlemann (Entspannungstherapeutin, Heilpraktikerin)

Mit unseren Sinnen nehmen wir Dinge wahr.

Bei manchen Menschen können wir jedoch beobachten, dass sie z.B. Gerüche intensiver oder auch weniger intensiv als andere wahrnehmen.

Wie wirkt sich dieses auf die Entwicklung der Kinder aus? Wie bemerken wir, ob ein Kind in seiner Wahrnehmung verzögert ist?

Zum Beispiel hypotaktile oder hypertaktile?

Wir betrachten unsere Sinne im Hinblick auf ihre Aufgaben und Ausprägungen, besprechen wie wir die Kinder ggfs. unterstützen können und wann wir von einer Wahrnehmungsstörung sprechen.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Dienstag, 05.03.24, 17:00 - 20:45 Uhr +

Dienstag, 12.03.24, 17:00 - 20:45 Uhr

Kursnummer: C27

(10 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 110,00 €

MARBURGER KONZENTRATIONSTRAINING

Referentin: Martina Golinski-Uhlemann (Entspannungstherapeutin, Heilpraktikerin)

Das Marburger Konzentrationstraining (MKT) kann Kindern, die leicht ablenkbar sind helfen, sich besser zu konzentrieren. Sowohl in der Schule, als auch bei der Bewältigung der Hausaufgaben arbeiten sie lösungsorientierter und entspannter. Das Marburger Konzentrationstraining verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz, durch den das Training aber im Prinzip jedem Kind einen Nutzen bringen kann. In dieser Fortbildung lernen Sie den Ablauf und die Aufgabentypen des MKT kennen. Wir besprechen zudem die altersgerechte Umsetzung in der Kindertagespflege. Bitte bringen Sie Schreibutensilien mit.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Dienstag, 09.04.24, 17:00 - 20:45 Uhr +

Dienstag, 16.04.24, 17:00 - 20:45 Uhr

Kursnummer: C28

(10 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 110,00 €

LERNEN LERNEN

Referentin: Petra Wulff-Haun (Sozialpädagogin mit Zusatzausbildungen)

Welche Lerntypen gibt es? Welche Lernbedingungen kann man sich oder seinen Kindern bieten? Welche Motivationsförderung kann helfen? In diesem Kurs wird auf die unterschiedlichsten Arten von Lernen eingegangen. Es werden Fragen beantwortet und Tipps an die Hand gegeben.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Freitag, 12.04.24, 15:00 - 18:00 Uhr

Samstag, 13.04.24, 10:00 - 13:00 Uhr

Kursnummer: C29

(8 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 90,00 €

YOGA FÜR KINDER - IN DER KITA, GRUNDSCHULE ODER ZU HAUSE

Referentin: Jana Bergmann (Ausgebildete Yogalehrerin mit eigenem Yogastudio)

Kinderyoga lässt Kinder Stress und Ängste abbauen. Sie werden ruhiger, selbstbewusster, toleranter und mitfühlender. Sie lernen geeignete Körperstellungen, Entspannung und das Zur-Ruhe-Kommen. Aber das Allerwichtigste ist, Kinder haben Spaß am Yoga.

Beim Kinderyoga geht man spielerisch an die Yogaübungen heran. Man lässt die Kinder eine imaginäre Reise machen und bindet die Yogaübungen ein. Eine Kinderyogastunde hat aber auch eine festgelegte Struktur, Rituale und Regeln.

In diesem Seminar erhalten Sie einen Einblick wie man eine Kinderyogastunde aufbaut, wie man sich darauf vorbereitet und welche Utensilien gebraucht werden. Des Weiteren erfahren Sie, wie man auf die Kinder eingeht, welche Gruppengröße sinnvoll ist und welche Hilfsmittel noch zum Einsatz kommen können.

Bitte mitbringen: Yogamatte o.ä

**Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Samstag, 03.02.24 , 09:00 - 16:00 Uhr
Kursnummer: C30
oder**

**Samstag, 20.04.24 , 09:00 - 16:00 Uhr
Kursnummer: C31
(8 Unterrichtsstunden)**



Gebühr: 90,00 €

DRUMS ALIVE KIDS BEATS

Referentin: Barbara Peper (Lizensierte Trainerin Kinder/Jugendturnen, Functional Training)

Ein Angebot für Lehrkräfte in Grundschulen und Erzieher/Innen, Bewegung und Rhythmus in die Sportstunde zu integrieren. Hier bekommt ihr eine tolle Möglichkeit an die Hand, wie ihr das Rhythmusgefühl von Kindern stärken könnt. Kinder haben unfassbar viel Spaß an dieser Lehrmethode, die im Musikunterricht genauso wie im Sportunterricht umgesetzt werden kann. Ebenso für die ganz Kleinen gibt es unendlich viele Möglichkeiten und neue Ideen. Getrommelt wird mit sog. Drum Sticks auf Gymnastikbällen, die auf dafür vorgesehenen Platten liegen.

**Termin Loxstedt/ Grundschulturnhalle:
Samstag, 02.03.24 , 09:00 - 12:15 Uhr
Kursnummer: C32**

Gebühr: 40,00 €

ARBEITEN MIT HANDPUPPEN

Referent: Axel Bredehöft (pädagogischer Mitarbeiter und über 20-jährige Tätigkeit in der Erwachsenenbildung)

Handpuppen sind in vielen Bereichen einsetzbar, ob zum Vermitteln von Unterrichtsinhalten, zur Unterhaltung oder einfach als Zuhörer bei den kleinen und großen Sorgen von Kindern.

In dieser Fortbildung werden Techniken, Tipps und Tricks für den kreativen Einsatz von Klappmaulpuppen vermittelt. Sie erhalten Anregungen und Inspirationen, die Puppen auf vielseitige Weise ins Spiel zu bringen und in ganz unterschiedlichen pädagogischen Situationen einsetzen zu können. Die Fortbildung gibt Ihnen die Möglichkeit, mit den großen Klappmaulpuppen (z.B. von Living Puppets oder Kumquats), bei denen sich der Mund und z.T. auch die Hände separat bespielen lassen, zu erlernen und zu üben.

Eine Vielzahl von Puppen wird Ihnen für den Workshop zur Verfügung gestellt, aber auch eigene Puppen können mitgebracht werden.

Termin Beverstedt/LEB Beverstedt:

Samstag, 09.03.24, 09:00 - 16:00 Uhr

Kursnummer: C34

(8 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 90,00 €



NATURPÄDAGOGIK VERMITTELN

Referentin: Petra Wulff-Haun (Sozialpädagogin mit Zusatzausbildungen) **und Rieke Neugebohrn** (Sozialpädagogin, Erlebnispädagogin, Agrarwissenschaftlerin)

Sie möchten mit Kindern einen erlebnisreichen, spannenden und unvergesslichen Tag im Wald verbringen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig.

Sie erhalten kreative Anregungen wie man mit Kindern einen Tag in der Natur gestalten kann. Neben spielerischem und forschendem Erkunden steht die sinnliche Wahrnehmung im Vordergrund.

Wieso ist Naturpädagogik so wichtig?

Wie kann man Kinder für den Wald begeistern?

Termin Loxstedt:

Samstag, 25.05.24, 10:00 - 16:00 Uhr

Sonntag, 26.05.24, 09:00 - 14:00 Uhr

Kursnummer: C35

(16 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 175,00 €



MUSIKALISCHE FRÜHERZIEHUNG MUSIK EIN ZAUBER, DER AUSDRÜCKT WAS SPRACHE NICHT KANN

Referentin: Petra Samko (Pädagogische Mitarbeiterin, Musikschullehrerin)

Bevor Kinder überhaupt reden können, singen sie meist schon und bewegen sich zu Musik auf ihre ganz eigene Art und Weise. Sie bewegen sich rhythmisch und geben ihre ersten eigenen kreativen Gesangsversuche zum Besten. Die musikalische Früherziehung ist daher ein wichtiger Erziehungsbereich, nicht nur für die musikalische, sondern auch für die sprachliche und motorische Entwicklung von Kindern.

In diesem Seminar werden Musik, Spiel und Kreativität miteinander vereint, sodass eine allumfassende Entwicklung des Kindes ermöglicht wird.

- Musik ohne Noten
- Klanggeschichte- mit (selbstgebastelten) Orff-Instrumenten
- Erste Notenlehre

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Samstag, 16.09.23, 09:00 - 16:00 Uhr
Kursnummer: C36
oder

Samstag, 02.03.24, 09:00 - 16:00 Uhr
Kursnummer: C37
(8 Unterrichtsstunden)



Gebühr: 90,00 €

TRAUMREISE UND ENTSPANNUNG

Referentin: Martina Golinski-Uhlemann (Entspannungstrainerin, Heilpraktikerin)

Phantasie- und Traumreisen sind eine echte Erfahrung: Sie bauen Spannungen ab, fördern die Kreativität und Achtsamkeit und regen das Vorstellungsvermögen der Kinder an. In dieser Fortbildung erarbeiten wir inhaltliche Aspekte von Phantasie- und Traumreisen und wie sie nachhaltig zu einer positiven Gelassenheit, aber auch zu einem besseren Körpergefühl führen. Wir erarbeiten eine eigene Traumreise und sammeln theoretische und praktische Anregungen und Erfahrungen zur Umsetzung in der Kindertagespflege.

Bitte bringen Sie Schreibutensilien, eine Decke, Kissen, Getränke und warme Socken mit.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Dienstag, 14.11.23, 17:00 - 20:45 Uhr
Dienstag, 21.11.23, 17:00 - 20:45 Uhr
Dienstag, 28.11.23, 17:00 - 20:45 Uhr
Kursnummer: C38

(3 Tag = 15 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 175,00 €

UMGANG MIT KONFLIKTEN UND KOMMUNIKATION BEI ELTERN GESPRÄCHEN

Referent: Arnold Neugebohrn (Lehrer a.D.)

Was muss ich bei einem Elterngespräch beachten?

Elterngespräche vorbereiten und konstruktiv führen.

Kommunikations-, Team-, Empathie- und Kritikfähigkeit sollen er- und bearbeitet werden.

Konflikte gehören zu unserem Leben. Sie können durchaus bereichernd sein und konstruktive Beiträge in diversen Prozessen unseres Alltags leisten.

Die Art unserer Kommunikation ist aber oft entscheidend, ob wir uns in völlig überflüssige Konflikte begeben, die niemanden weiterbringen oder in den konstruktiven Streit, der notwendige Klärungen schafft oder uns im Idealfall wichtige Lernerfolge beschert.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 20.01.24, 09:30 - 16:30 Uhr &

Sonntag, 21.01.24, 09:30 - 16:30 Uhr

Kursnummer: C39

(16 Unterrichtsstunden)



Gebühr: 175,00 €

NEUE KINDER, NEUE ELTERN

Referentin: Petra Wulff-Haun (Sozialpädagogin mit Zusatzausbildungen)

Veränderte Familienstrukturen und veränderte Ansprüche an Eltern und Kindern, eine Vielzahl von neuen Eindrücken und Möglichkeiten verändern die Lebenswelten von Eltern und Kindern. Diese Veränderungen sollen in den Fokus gerückt werden, um der neuen Generation von Eltern und Kindern mit größerem Verständnis begegnen zu können.

Zielgruppe: Tagesmütter/väter, Betreuungskräfte, Erzieher/innen

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 04.05.24, 09:30 - 16:30 Uhr

Kursnummer: C40

(8 Unterrichtsstunden)



Gebühr: 90,00 €

Kunst und Kreatives

NÄHWORKSHOP

Referentin: Wiebke Stürmer (Schneiderin)

In diesem Wochenendworkshop erlernen Sie die Funktion und Handhabung der Nähmaschine.

Nach den ersten Nähversuchen kann mit dem eigenen Nähprojekt begonnen werden.

Alle Kursteilnehmer*innen werden von Frau Stürmer individuell betreut.

Termin für Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 25.11.23, 10:00 - 17:15 Uhr

Sonntag, 26.11.23, 10:00 - 15:00 Uhr

Kursnummer: C41

Gebühr: 85,00 €

Termine Loxstedt/Bürgersaal:

Samstag, 24.02.24 10:00 - 17:15 Uhr

Sonntag, 25.02.24, 10:00 - 15:00 Uhr

Kursnummer: C42

Gebühr: 85,00 €



Bitte bringen Sie zu diesem Kurs Nähmaschine, Stoff und Zubehör mit!

SCHREIBWERKSTATT - KREATIVES SCHREIBEN

Referentin: Petra Wulff-Haun (Sozialpädagogin, Dichterin)

und Sabrina Dahlenburg (Schriftstellerin, Coverdesignerin)

Ideen festhalten, Geschichten ausdenken und der Fantasie dabei freien Lauf lassen – das ist für viele Menschen eine Bereicherung des Lebens. Sie schreiben gern und nichts ist schöner, als letztendlich ein gedrucktes Buch in den Händen zu halten.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Dienstags, 16.04./23.04./30.04./07.05.24

4 Abende jeweils von 18:30 - 20:45 Uhr

Kursnummer: C43

Gebühr: 95,00 €



TÖPFERN KENNENLERNEN DER KLASSISCHEN TÖPFEREI FÜR JUNG UND ALT

Referentin: Seunghyun Seo (Bildhauerin)

In diesem Kurs lernen Sie wie Sie aus Ton individuelle Keramiken herstellen können. Wir stellen nützliche Dinge, die Sie im täglichen Leben gebrauchen können, selbst aus Ton her, z.B. Keramikvasen, kleine Teetassen, Seifenhalter, Aufbewahrungen, Geschirr und mehr. Sie werden den Modellierungsprozess verstehen, wenn Sie den Ton selbst zwischen den Fingern spüren. Schaffen Sie ein Unikat für Ihr Zuhause.

Bitte mitbringen: Arbeitskleidung.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 13.01.24, 11:00 - 17:00 Uhr (Modellieren)

Sonntag, 14.01.24, 11:00 - 16:00 Uhr (Modellieren + Malen)

Samstag, 03.02.24, 11:00 - 15:00 Uhr (Glasur)

Samstag, 10.02.24, 11:00 - 12:00 Uhr (Abholtermin der Töpferware)

Kursnummer: C44

Gebühr: 149,00 €

Die Kosten für Ton sind an die Referentin zu zahlen (je nach Art und Menge).
Inklusive Material (Farbe, Glasur) und
2-mal Brennkosten.



BOGEN BAUEN - HISTORISCHER FLACHBOGEN

Referent : Benno Kruse (Bogenbauer und Leiter Bogenabteilung S.V. Beverstedt)

Gebaut wird ein Flachbogen aus vorbereiteten Rohlingen, größtenteils unter Einsatz von Handwerkzeug wie Raspel, Ziehmesser und Hobel. Die Größe ist persönlich auf Sie zugeschnitten. Es sind keinerlei handwerkliche Vorkenntnisse erforderlich.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Dienstags, 07.11. / 14.11 / 21.11. / 28.11.23

4 Abende jeweils von 18:15 - 21:15 Uhr

Samstag, 18.11.23, 10:00 - 16:00

Kursnummer: C46

Weiterer Kurs für Februar/März geplant.
Merken Sie sich gerne vor.



Gebühr: 105,00 €

zzgl. 80,00 € - 100,00 € Materialkosten an den Referenten zu zahlen.

WINDSPIELE FÜR DEN GARTEN

Referent: Friedrich Steffens

Wir fertigen durch Schweißen, Biegen und Bohren dekorative Windspiele aus Metall und Feldsteinen für den Garten an.

**Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Samstag, 04.05.24, 10:00 - 16:00 Uhr
Kursnummer: C45**

Gebühr: 80,00 €

Materialkosten sind direkt an den Dozenten zu zahlen.



NATÜRLICH SELBSTGEMACHT WEIHNACHTLICHE DEKORATION

Referentin: Gunda Wiebusch (Gärtnermeisterin a.D.)

Gestalten Sie Ihre ganz persönliche Adventsdekoration. Mit Zweigen – Tannen- oder Eukalyptus – bringen Sie Natur auf den Tisch.

**Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Samstag, 25.11.23, 10:00 - 15:00 Uhr
Kursnummer: C47**

Gebühr: 48,00 €

Inklusive Materialkosten



MAKRAMEE - PFLANZENAMPEL KNÜPFEN

Referentin: Verana Eckhardt

Eine Technik - unendlich viele Möglichkeiten. Erlerne das grundlegende Makramee Knotenhandwerk und erschaffe einen Hingucker für dein Zuhause. Setze deine Pflanzen neu in Szene.

**Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Dienstag, 05.12.23, 17:00 - 21:00 Uhr
Kursnummer: C182**

Gebühr: 40,00 €

Materialkosten incl. Pflanze von ca. 20,00 € sind an den Dozenten zu zahlen.



ROSEN FÜR DIE EWIGKEIT

Referent: Henning Pries (Kunstschmied, Ausbilder)

Durch kaltes und warmes Umformen, stellen wir aus Stahl und Kupferblech wunderschöne, kunstvolle Rosen her. Ansätze der Schmiedetechnik werden vermittelt.

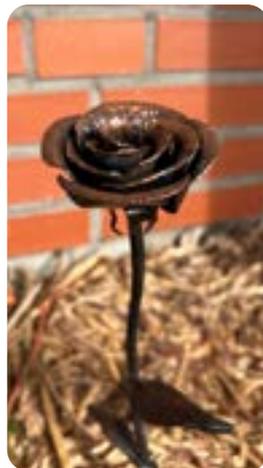
Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 03.02.24, 10:00 - 16:00 Uhr

Kursnummer: C50

Gebühr: 80,00 €

Materialkosten (20,00 €) sind direkt an den Dozenten zu zahlen.



GARTENSTECKER SCHMIEDEN & METALLGESTALTUNG

Referent: Henning Pries (Kunstschmied, Ausbilder)

Kreatives für Haus und Garten aus Metall.

Sie schmieden unter Anleitung Ihr eigenes Meisterwerk.

Entdecken Sie die Faszination dieses alten Handwerkes und lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf!

In einer kurzen Materialkunde werden verschiedene Werkzeuge und deren Handhabung erläutert und die wichtigsten Schmiedetechniken vorgestellt.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 07.10.23, 10:00 - 16:00 Uhr

Kursnummer: C48

oder

Samstag, 27.04.24, 10:00 - 16:00 Uhr (Henning Pries)

Kursnummer: C49

Gebühr: 80,00 €

Materialkosten (15,00 €) sind direkt an den Dozenten zu zahlen.



SCHNITZKURS

Referent: Michael Bungard (Bildender Künstler & Dipl.-Kunsttherapeut/-pädagog)

Schnitzen macht Spaß und es erschließt den gestalterischen Zugang zu einem wunderbaren Werkstoff.

Aber: Ein Messer ist nicht zum Spielen da und darf keine Waffe sein. Es ist ein nützliches und notwendiges Werkzeug, mit dem wir alle in irgendeiner Weise zu tun haben.

Es geht also darum, den richtigen und respektvollen Umgang damit zu lernen, denn nur damit macht das Schnitzen auch Spaß.

Wie das ohne Verletzung gehen kann, zeigt der Referent über eine sichere Technik mit dem Handschnitzmesser in einer kleinen Gruppe. Mit vielen Anregungen!

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Samstag, 11.11.23, 10:00 - 16:30 Uhr
Kursnummer: C51

Gebühr: 60,00 €

Materialkosten sind direkt an den Dozenten zu zahlen.



ABSTRAHIERTE UND ABSTRAKTE MALEREI MIT ACRYLFARBEN AUF PAPIER

Referentin: Carla Mantel (Künstlerin, Sängerin)

In diesem Kurs erfahren wir an Bildbeispielen die Unterschiede der beiden Genres (Abstrahierte und Abstrakte Malerei).

Ausgangspunkt der eigenen Arbeiten kann ein Gegenstand oder eine Pflanze sein, die dann in einer der beiden Varianten - je nach Belieben der TeilnehmerInnen - gestaltet wird .

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Montag, 13.11.23, 18:00 - 21:00 Uhr
Kursnummer: C52

Gebühr: 55,00 €

Inklusive Materialkosten



Kommunikation

FREI SPRECHEN - RHETORIK

Referentin: Dr. Anne-Britt Ueckermann (Kommunikationswissenschaftlerin, Verhaltenstrainerin, Schauspielerin)



Stellen Sie sich vor ...

- Sie brauchen nicht mehr abzulesen.
- Sie schauen Ihre Zuhörer an und reden mit ihnen.
- die Angst ist weg, Sie kommen in einen Flow..

durch Vorbereitungstechnik, Stichwortkonzeption, Vertrauen in Ihr eigenes situatives Denken und wissen, was zu tun ist, falls Sie mal den Faden verlieren

Es gibt Körper-, Sprech-, Muskel- und Artikulationsübungen zum Mitmachen und sich Ausprobieren.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 07.10.23, 09:30 - 16:30 Uhr

Kursnummer: C53

(8 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 90,00 €

KÖRPERSPRACHE INTERPRETIEREN

Referentin: Dr. Anne-Britt Ueckermann (Kommunikationswissenschaftlerin, Verhaltenstrainerin, Schauspielerin)

Jeder Mensch zeigt mit seiner Körpersprache, was ihm wichtig ist.

Sie lernen, die Körpersprache Ihres Gegenübers zu lesen und zu interpretieren.

Auch Ihre Körperbewegung zeigt, was Sie meinen und was Sie möchten.

Erfahren Sie, was Ihr Körper erzählt.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 09.12.23, 09:30 - 16:30 Uhr

Kursnummer: C54

(8 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 90,00 €

RHETORIK FÜR FRAUEN

Referentin: Dr. Anne-Britt Ueckermann (Kommunikationswissenschaftlerin, Verhaltenstrainerin, Schauspielerin)

Weibliche Rhetorik verbindet Sachverstand mit Empathie. Finden Sie im geschützten Raum des Workshops dank Vorbereitungstechnik, Stichwortkonzeption, Sprech-, Körper-, Muskel- und Artikulationsübungen:

- Ihre individuelle Körpersprache,
- Ihren eigenen Sprechrhythmus,
- Ihre Art zu artikulieren,
- Gestik und Mimik,
- Vertrauen in Ihre Denkweise.



Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Samstag, 10.02.24, 09:30 - 16:30 Uhr
Kursnummer: C55
(8 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 90,00 €

LAUTER BITTE!! SPRECHEN UND STIMME

Referentin: Dr. Anne-Britt Ueckermann (Kommunikationswissenschaftlerin, Verhaltenstrainerin, Schauspielerin)

Müssen Sie manchmal laut rufen?
Rutscht Ihre Stimme dann hoch, fehlt Ihnen Volumen und Kraft?
Werden Sie unter Stress heiser oder piepsig?
Geht Ihnen vor Publikum die Luft aus?

In diesem Seminar wird erklärt und gezeigt, mit welchen Muskeln Sie Ihre Stimme optimieren. Es gibt Körper-, Stimm-, Atem- und Artikulationsübungen zum Mitmachen und sich Ausprobieren.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Samstag, 15.06.2024, 09:30 - 16:30 Uhr
Kursnummer: C56
(8 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 90,00 €

Rund um den Garten

MOTORSÄGENKURS FÜR BRENNHOLZSELBSTWERBER

Referent: Thomas Hesse (Diplom Forstingenieur, Ausbilder AS Baum I)

In diesem 2-Tageskurs werden die wesentlichsten Inhalte der Handhabung, Pflege und Wartung einer Motorkettensäge vermittelt.

Dieses erfolgt gemäß der Unfallverhütungsvorschrift VSG 1.1/ 3.1/ 4.2/ 4.3 (Stand 1. Jan. 2004), GUV-I 8624 (Stand Sept. 2004) und GUV-I 8556 (Stand Feb. 2002) der Landwirtschaftlichen Berufsgenossenschaft bzw. Gartenbau-Berufsgenossenschaft, sowie der Gesetzlichen Unfallversicherung.

Die Teilnahme berechtigt zur Aufbereitung von Holz zu privaten Zwecken, zum Sägen von liegendem Holz und zur Aufbereitung von Schwachholz bis zu einem Brusthöhendurchmesser von 20 Zentimeter.

Schutzausrüstung und Motorsäge sind mitzubringen :

- Motorsäge mit ausreichend Alkylatbenzin
- Schuhe oder Stiefel mit Schnittschutz
- Schnittschutzhose
- Arbeitshandschuhe mit Bund
- Helm mit Visier (nicht älter als 4 Jahre)
- Gehörschutz

Termine Beverstedt/LEB Werkhof

(Der Praktische Teil findet am Samstag im Wald außerhalb von Beverstedt statt)

Kurs 1 - Kursnummer: C57

Freitag, 29.09.23, 14:30 - 18:00 Uhr

Samstag, 30.09.23, 09:00 - 16:00 Uhr

Kurs 2 - Kursnummer: C58

Freitag, 17.11.23, 14:30 - 18:00 Uhr

Samstag, 18.11.23, 09:00 - 16:00 Uhr

Kurs 3 - Kursnummer: C59

Freitag, 05.01.24, 14:30 - 18:00 Uhr

Samstag, 06.01.24, 09:00 - 16:00 Uhr

Kurs 4 - Kursnummer: C60

Freitag, 19.01.24, 14:30 - 18:00 Uhr

Samstag, 20.01.24, 09:00 - 16:00 Uhr

Kurs 5 - Kursnummer: C61

Freitag, 09.02.24, 14:30 - 18:00 Uhr

Samstag, 10.02.24, 09:00 - 16:00 Uhr

Kurs 6 - Kursnummer: C62

Freitag, 17.05.24, 14:30 - 18:00 Uhr

Samstag, 18.05.24, 09:00 - 16:00 Uhr

Gebühr: 145,00 €



ARBEITSSICHERHEIT BAUM I ALS BILDUNGSURLAUB IN NIEDERSACHSEN UND BREMEN ANERKANNT

Referent: Thomas Hesse (Diplom Forstingenieur, Ausbilder AS Baum I)

Fachkunde und Praxis zur Durchführung von gefährlichen Baumarbeiten mit der Motorsäge.

Inhalt: Aufbau und Funktion der Motorsäge, Handwerkzeuge, Hilfsgeräte, Hilfsmittel und Unfallverhütung. Dieses erfolgt gemäß der Unfallverhütungsvorschrift VSG.1.1/3.1/4.2/4.3 (Stand 1.Feb. 2004) und GUV-I 8556 (Stand Feb. 2002) der Landwirtschaftlichen Berufsgenossenschaft bzw. Gartenbau-Berufsgenossenschaft, sowie der Gesetzlichen Unfallversicherung.

Der praktische Teil findet in einem Waldgebiet außerhalb Beverstedts statt.

Eine Arbeitsmedizinische Vorsorgeuntersuchung gem.g25 ist Voraussetzung.

Schutzausrüstung und Motorsäge sind mitzubringen :

- Motorsäge mit ausreichend Alkylatbenzin
- Schuhe oder Stiefel mit Schnittschutz
- Schnittschutzhose
- Arbeitshandschuhe mit Bund
- Helm mit Visier (nicht älter als 4 Jahre)
- Gehörschutz

Termine Beverstedt/LEB Werkhof:

13.05. - 17.05.24

Montag, 10:00 - 16:30 Uhr

Dienstag - Donnerstag, 09:00 - 16:30 Uhr

Freitag, 09:00 - 14:15 Uhr

Kursnummer: C63

(40 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 550,00 €

Der Kurs wird in Zusammenarbeit mit der VHS Bremervörde durchgeführt.



STRAUCH- UND BAUMSCHNITT

Referent: Jonas Maiwald (Gärtnermeister, Fachrichtung Baumschule)

Wie beschneidet man Ziergehölze richtig?

An diesem Vormittag lernen Sie verschiedene Arten des Rückschnitts kennen und übertragen diese auf entsprechende Pflanzengruppen.

Nach der Theorie geht es dann für Praxisübungen nach draußen.

Etwas Werkzeugkunde sowie Hinweise zum richtigen Pflegen eines Gehölzes runden den Kurs ab.

Bitte bringen Sie Wetterfeste Kleidung, Handschuhe sowie Werkzeug (Rosenschere, Astkneifer, Handsäge o.ä.) zum Kurs mit.

Termine Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 10.02.2024, 09:00 - 12:00 Uhr

Kursnummer: C65

oder

Sonntag, 11.02.2024, 09:00 - 12:00 Uhr

Kursnummer: C66

Gebühr: 48,00 €



OBSTBAUMSCHNITT

Referent: Jonas Maiwald (Gärtnermeister, Fachrichtung Baumschule)

Der richtige Schnitt von Apfel, Birne & Co.

An diesem Nachmittag lernen Sie, wie ein Obstgehölz eigentlich "tickt". Daraus können wir wichtige Schnittregeln ableiten - und wenden diese anschließend gleich in der Praxis an.

Etwas Werkzeugkunde sowie Hinweise zum richtigen Pflegen eines Gehölzes runden den Kurs ab.

Bitte bringen Sie Wetterfeste Kleidung, Handschuhe sowie Werkzeug (Rosenschere, Astkneifer, Handsäge o.ä.) zum Kurs mit.

Termine Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 10.02.2024, 14:00 - 17:00 Uhr

Kursnummer: C67

oder

Sonntag, 11.02.2024, 14:00 - 17:00 Uhr

Kursnummer: C68

Gebühr: 48,00 €



DER NEUE NUTZGARTEN - SELBSTVERSORGUNG LEICHTGEMACHT

Referent: Jonas Maiwald (Gärtnermeister, Fachrichtung Baumschule)

In diesem Kurs geht es um die Grundlagen der pflanzlichen Selbstversorgung. Was brauche ich an Ressourcen und Hilfsmitteln? Welche Kulturen eignen sich für den Anfang besonders gut? Wie gehe ich mit Krankheiten und Schädlingen um?

Das Nutzgärtnern verbindet viele positive Aspekte miteinander: Das Entstehen von Nahrungsmitteln mitzuerleben, sorgt für größere Achtung vor unserem Essen. Die körperliche Bewegung hält uns fit und macht Spaß zugleich. Und durch den Wegfall von industrieller Erzeugung, Transport, Lagerung und Verpackung können große Mengen CO₂ eingespart werden. Natürlich findet auch das sachgerechte Kompostieren und Mulchen Erwähnung und es bleibt ausreichend Zeit für Ihre ganz persönlichen Fragen.

**Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Sonntag, 07.07.2024, 09:00 - 12:00 Uhr
Kursnummer: C69**

Gebühr: 48,00 €



KLIMAGÄRTNERN - ÖKOLOGISCH GÄRTNERN

Referent: Jonas Maiwald (Gärtnermeister, Fachrichtung Baumschule)

Der Klimawandel ist längst auch in unseren Gärten angekommen: Starkregen, extrem trockene und heiße Sommer sowie Stürme haben spürbar zugenommen. Milde Winter sorgen dafür, dass die Spätfrostgefahr durch immer früheren Austrieb und Blüte zugenommen hat.

Einerseits schauen wir, wie wir unsere Gärten für diese Herausforderungen fit machen können. Wir besprechen eine Auswahl an besonders geeigneten Klimapflanzen und ihren Einsatz im Garten. Auf der anderen Seite steht die Frage, wie wir unsere Gärten möglichst klimafreundlich bewirtschaften können - ein besonderer Fokus liegt dabei auf der Vermeidung von Torf und anderen klimaschädlichen Hilfsmitteln. Weiterhin geht es darum, die Artenvielfalt in unseren Gärten zu erhöhen und damit ein stabiles ökologisches Gleichgewicht zu schaffen.

**Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Sonntag, 07.07.24, 14:00 - 17:00 Uhr
Kursnummer: C70**

Gebühr: 48,00 €

BIO-JUNGPFLANZENANZUCHT FÜR DEN HOBBYGARTEN

Referenten/in: Sarah Stankus (Gärtnerin)

In diesem Kurs vermitteln wir euch, wie ihr auf biologische Art und Weise Jungpflanzen selbst ziehen könnt und erfolgreich bis zur Ernte bringt. Der Kursinhalt richtet sich an AnfängerInnen und leicht Fortgeschrittene, die sich für die eigene Jungpflanzenanzucht im Hobbygarten interessieren. Wir vermitteln Wissenswertes zu den benötigten Materialien, Aussaat- und Pflanzzeitpunkten sowie Sortenwahl und Saatgut.

Dabei gehen wir insbesondere auf den für euch zur Verfügung stehenden Platz zu Hause ein. Ob Hochbeet, Selbstversorgergarten, Balkon oder Fensterbank – für jeden ist es möglich Gemüse zu ziehen. Gemeinsam säen wir verschiedenes Gemüse aus und pikieren Jungpflanzen wie z. B. Tomaten oder Paprika.

Nach diesem Kurs dürft ihr eure ausgesäten und pikierten Pflänzchen mit nach Hause nehmen und erhaltet dazu eine praktische Anleitung wie es mit euren Pflänzchen weiter geht.

Teilnehmerzahl: maximal 8 TeilnehmerInnen pro Kurs

Termin:

Donnerstag, 04.04.24, 16:00 - 19:00 Uhr

Kursnummer: C71

oder

Freitag, 12.04.24, 16:00 - 19:00 Uhr

Kursnummer: C72

**Veranstaltungsort: Gemüsezeit Altluneberg GbR,
Altluneberger Str. 71, 27619 Schiffdorf Wehdel-Altluneberg**



Gebühr: 65,00 € inkl. Material (Anzuchtsubstrat, Saatgut, Trays, Infomaterial)

DAS SIND WIR GEMÜSEZEIT ALTLUNEBERG GBR

Die Gemüsezeit Altluneberg ist eine kleine Vielfaltsgärtnerei, die nach dem Konzept des Market Gardening wirtschaftet. Auf ca. 3500 qm bauen wir, Sarah Stankus und Phillip Puckhaber, Bio-Gemüse in reiner Handarbeit und mit viel Liebe an. Unser Gemüse vermarkten wir hauptsächlich über unsere Abo-Gemüseboxen. Mit diesem Konzept können wir langfristig planen und machen uns gemeinsam mit unseren KundInnen ein Stück weit unabhängig von schwankenden Marktpreisen. Durch den nachhaltigen Anbau und die ausschließlich regionale Vermarktung tragen wir aktiv zum Klimaschutz bei und geben der Region Zugang zu frischem Bio-Gemüse. Von Beginn an ziehen wir alle unsere Setzlinge für die Gärtnerei selbst vor und verkaufen diese im Frühjahr bei unserem Jungpflanzenverkauf, der jährlich am letzten Samstag im April bei uns in der Gärtnerei stattfindet.



GARTENGESTALTUNG MAL ANDERS

Referent: Thomas Werner (Feng Shui Berater)

Sie möchten etwas in Ihrem Garten verändern, haben aber keine Idee wie Sie das angehen können? Probieren es doch mal mit Feng Shui.

In diesem Infovortrag erhalten Sie Gestaltungstipps, wie durch kleine Veränderungen ein Garten zum Wohlfühlen geschaffen werden kann, es müssen nicht immer gleich große Umbaumaßnahmen sein. Oft helfen schon kleine Veränderungen durch gezieltes Einbringen von Hilfsmitteln oder Accessoires.

Was Feng Shui für den Garten ist und wie es funktioniert, erfahren Sie in diesem 3-stündigen Infovortrag.

Termin Beverstedt/LEB Beverstedt:

Samstag, 24.02.24, 10:00 - 13:15 Uhr

Kursnummer: C73

Gebühr: 45,00 €



WENN
versichern,
DANN
persönlich!

Vertretung Heinrich Jäger OHG
Logestr. 6 27616 Beverstedt
Tel. 04747 1032
jaeger.ohg@vgh.de


fair versichert

 Finanzgruppe

Fitness und Gesundheit

VINYASA YOGA / SLOW FLOW

Referentin: Anita Dieckmann (Zertifizierte Vinyasa Yogalehrerin)

Vinyasa Yoga in langsamen und fließenden Bewegungen, welche mit Ihrer Atmung verschmelzen. Mobilisiere deinen ganzen Körper und arbeite an deiner Beweglichkeit, Kraft und Atmung. Du kannst jederzeit mit der Praxis des Yoga beginnen. Yoga reduziert Stress, stärkt das Herz-Kreislauf-System, kräftigt die Muskulatur und verbessert die Beweglichkeit. Im Vordergrund steht die Praxis von Körperhaltung. Meditation und Pranayama (Atemtechnik) sind bewusst auf ein Minimum reduziert. Männer sind herzlich willkommen.

Voraussetzung: Erste Erfahrungen im Vinyasa, Hatha Yoga.
Wenn vorhanden bitte mitbringen: Yogamatte, 2 Yogablöcke, 1 Yogagurt

Termin Beverstedt/Feldhofhalle:

9 Abende: 05.09.23 - 28.11.23

Kursnummer: C74

Dienstags; 19:00 - 20:00 Uhr

Gebühr: 72,00 €



MÄNNER-YOGA

Referentin: Anita Dieckmann (Zertifizierte Vinyasa Yogalehrerin)

Du musst dafür nicht sportlich oder gelenkig sein, dass Alter spielt keine Rolle. Du kannst jederzeit mit der Praxis des Yoga beginnen. Yoga reduziert Stress, stärkt das Herz-Kreislauf-System, kräftigt die Muskulatur und verbessert die Beweglichkeit.

Vinyasa Yoga ist ein dynamisch, fließendes Yoga. Im Vordergrund steht die Praxis von Körperhaltung. Meditation und Pranayama (Atemtechnik) sind bewusst auf ein Minimum reduziert.

Termin Beverstedt/Feldhofhalle:

11 Abende : 07.09.23 - 30.11.23

Kursnummer: C75

Donnerstags; 19:00 : 20:00 Uhr

Gebühr: 88,00 €



Folgekurse finden je nach Nachfrage statt.

HULA - HOOP SCHNUPPERSTUNDE

Referentin: Jona Latza

(Hula Hoop Instruktoren)

"Huller" dich fit.

Ein Sport, der Spaß macht und auch für absolute Workout- und Trainingsanfänger geeignet ist!

Welcher Reifen passt zu wem?

Worauf muss ich beim Kauf eines Reifens achten?

In diesem Schnupperkurs erlernt man die Grundkenntnisse, sowie Tipps und Tricks des "Hullerns".

Tragen von enganliegender Sportkleidung ist von Vorteil.

Hula Hoop Reifen stehen zum Testen zur Verfügung. Gerne können eigene Reifen mitgebracht werden.

Termin Loxstedt/ Grundschulturnhalle :

Samstag, 16.09.23, 10:00 - 10:45 Uhr
Kursnummer: C76

oder

Termin Beverstedt/Feldhofhalle:

Samstag, 06.04.24, 10:00 - 10:45 Uhr
Kursnummer: C77

Gebühr: 10,00 €

HULA - HOOP FITNESS MIT GANZ VIEL SPASS

Referentin: Jona Latza (Hula Hoop Instruktoren)

Dieser Kurs ist für Anfänger sowie Fortgeschrittene gleichermaßen.

Jeder ist herzlich eingeladen den Spaß am Hullern zu entdecken, unabhängig davon ob man schon hullern kann oder nicht.

Hula Hoop ist ein abwechslungsreiches und unterhaltsames Ganzkörper-Workout.

Trainiert werden vor allem Bauch, Taille, Beckenboden und Rückenmuskulatur.

Das Herz-Kreislaufsystem wird gestärkt und die allgemeine Beweglichkeit wird verbessert.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Mitzubringen: Hula Hoop Reifen

(Es steht eine begrenzte Anzahl an Leihreifen zur Verfügung)

Beverstedt/Feldhofhalle:

Zeitraum: 04.09.23 - 17.06.24
Montags, 19:15 - 20:00 Uhr
(außer in den Ferien)

Gebühr:

10er-Ticket € 70,00

5er-Ticket € 35,00

HULA HOOP ANFÄNGERKURS

Referentin: Jona Latza (Hula Hoop Instruktoren)

Hula Hoop macht Spaß und ist für Menschen jeden Alters geeignet.

Schwung holen und los! Was man wissen muss, damit es rundläuft.

Hula Hoop Reifen stehen in einer begrenzten Anzahl zur Verfügung.

Termin Bramstedt:

5 Abende, Mittwochs, 06.09.23 - 04.10.23

Kursnummer: C79

jeweils von 18:30 - 19:15 Uhr

Gebühr: 35,00 €



WALDBADEN PUR ERLEBE DEN WALD MIT ALLEN SINNEN!

Referentin: Susanne Puvogel

(Heilpraktikerin für Psychotherapie, Resilienztrainerin, Waldgesundheitstrainerin)

Waldluft tut gut und macht uns glücklich und das im wahrsten Sinne des Wortes. Das wollen wir gemeinsam auf einem Spaziergang durch den Wald erleben. Dabei sehen, hören, riechen, schmecken und fühlen wir den Wald mit all unseren Sinnen und erleben wie leicht es ist, zu entschleunigen, den Kopf freizubekommen, neue Energie zu tanken und uns glücklich zu fühlen. Wir tauchen ein in den Wald und lernen verschiedene Bäume kennen, die uns dabei helfen, zur Ruhe zu kommen, Kraft zu tanken und uns zu stärken

Bitte mitbringen: *Wetterfeste Kleidung, feste Schuhe, ausreichend zu trinken, ggfs. etwas zu essen und ein Handtuch. Was kann zu Hause bleiben? Dein Handy!*

Termin:

Samstag, 30.09.23, 14:00 - 17:00 Uhr

Kursnummer: C80

Treffpunkt: Glückswerkstatt, Dorfhagen, Alte Lindenstraße 21, Hagen

Gebühr: 45,00 €



Marien- Apotheke

Inhaber Dr. Andreas Völsch
Logestraße 10 · 27616 Beverstedt
Telefon 0 47 47/10 44 · Fax 71 44

Lune Apotheke

Heerstedter Straße 5 · 27616 Lunestedt
Tel.: 0 47 48/82 14 44 · Fax: 0 47 48/82 14 43

PEZZIBALL (GYMNASTIKBALL)

Referentin: Barbara Peper (Lizenzierte Trainerin für Reha-Sport, Herz-Kreislauf-Training)

In diesem Angebot möchte ich euch zeigen, wie man den Pezziball im Alltag nutzen kann und was für ein tolles Sportgerät dieser Ball ist. Bei schönem Wetter haben wir auch die Möglichkeit, den Lehrgang draußen stattfinden zu lassen.

Alle Altersgruppen sind herzlich willkommen.

Termin Loxstedt:

Samstag, 07.10.23, 09:00 - 12:15 Uhr

Kursnummer: C81

Gebühr: 40,00 €

REIKI

Referenten: Inge Wiedmann und Oswald Henrich

Reiki ist eine therapeutische Energiearbeit, die auf körperlicher, geistiger und spiritueller Ebene wirkt.

Reiki als Energietherapie beruht auf dem Gedanken sich verändernder energetischer Körperschwingungen: Die durch Belastungen oder Erkrankungen in Disharmonie geratenen energetischen Schwingungen des Körpers sollen durch Reiki wieder harmonisiert und so die Selbstheilungskräfte von Körper, Geist und Seele angeregt werden.

Bitte Woldecke, bequeme Kleidung und Imbiss für die Pause mitbringen.

Termine Beverstedt/LEB Werkhof:

Grad I - Kursnummer: C82

Samstag, 07.10.23, 14:00 - 19:00 Uhr

Sonntag, 08.10.23, 10:00 - 17:00 Uhr

Gebühr: 200,00 €

Grad II - Kursnummer: C83

Samstag, 04.11.23, 14:00 - 19:00 Uhr

Sonntag, 05.11.23, 10:00 - 17:00 Uhr

Gebühr: 250,00 €

Grad III - Kursnummer: C84

Samstag, 02.03.24, 14:00 - 19:00 Uhr

Sonntag, 03.03.24, 10:00 - 17:00 Uhr

Gebühr: 500,00 €



VAGUSNERV - TRAINING

Referentin: Christa Brünjes (Personalcoach, Mentaltrainerin)

Der Vagusnerv ist Teil unseres Nervensystems und spielt eine große Rolle für das körperliche und seelische Wohlbefinden.

Um die positiven Eigenschaften für sich bestmöglich nutzen zu können, lernen Sie die Bedeutung und Anatomie des Vagusnervs kennen und erlernen Übungen, mit denen Sie den Vagusnerv optimal aktivieren und somit für ihre Gesundheit nutzen können.

- Atemübungen
- Stimmübungen
- Massage
- Bewegungsübungen

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 14.10.23, 13:00 - 15:30 Uhr

Kursnummer: C85

oder

Samstag, 08.06.24, 11:00 - 13:30 Uhr

Kursnummer: C90

Gebühr: 35,00 €



5 TIBETER ALS MORGENROUTINE

Referentin: Christa Brünjes

(Personalcoach, Mentaltrainerin)

Die 5 Tibeter sind Yogaübungen, die den Körper kräftigen und den Kreislauf stärken. Verbunden mit Affirmationen aktivieren Sie Körper und Geist für einen guten Start in den Tag.

In den 2 Terminen erlernen Sie die korrekte Ausführung der 5 Tibeter (ggf. mit Anpassung an ihren körperlichen Fitnessgrad). Außerdem erlernen Sie die Vorzüge einer sportlichen Morgenroutine kennen.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 14.10.23 und 21.10.23

11:00 - 12:30 Uhr

Kursnummer: C86

Donnerstag, 04.04.24 und 11.04.24

18:00 - 19:30 Uhr

Kursnummer: C91

Gebühr: 40,00 €

DIE 8 BROKATE (THAI-CHI/CHI-GONG)

Referentin: Christa Brünjes

(Personalcoach, Mentaltrainerin)

Die 8 Brokate oder auch die 8 edlen Übungen sind Bewegungen aus dem Thai-Chi/Chi-Gong und für jedes Alter machbar. Die 8 Brokate fördern die Beweglichkeit, das körperliche und seelische Wohlbefinden und tragen zur Entspannung bei.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 04.11.23 und 11.11.23

Kursnummer: C87

11:00 - 12:30 Uhr

Gebühr: 40,00 €



IMMUNSYSTEM STÄRKEN MIT QIGONG

Referentin: Britta Biesterfeld (Qigong-Kursleiterin DQGG)

Qigong bedeutet frei übersetzt die Pflege und Entwicklung unserer Lebensenergie (Qi) durch das Üben vorgegebener harmonischer Bewegungsabläufe (Gong). Die sanften Übungen fördern unsere Beweglichkeit, vertiefen unsere Atmung und schenken uns innere Gelassenheit und Freude.

In diesem Kurs lernen wir eine kleine Auswahl alltagstauglicher Übungen kennen, die unsere Abwehrkräfte stärken, und die uns helfen, gut durch die kalte Jahreszeit zu kommen. Die Übungen sind für jedes Alter geeignet und können bei Bedarf auch im Sitzen ausgeführt werden.
Bitte bequeme Kleidung tragen und ein Kissen und eine Decke mitbringen.

Termine Beverstedt/Feldhofhalle:

5 Termine, Mittwochs, 11.10.23 - 08.11.23, jeweils 10:30 - 12:00 Uhr

Kursnummer: C88

Gebühr: 59,00 €

FASZINATION FASZIEN UND KINESIOTAPING

Referentin: Barbara Peper (Lizensierte Trainerin für Reha-Sport, Herz-Kreislauf-Training, Rehabilitation Orthopädie, CrossTraining, Kinesiologische Taping)

Was sind Faszien? Wie kommt es zu Verklebungen? Faszien lösen und Faszien trainieren ist nur ein Teil dieses Lehrgangs. Zusätzlich biete ich ein Workout ohne Geräte an, sowie die Anleitung für die sog. Black Roll und vieles mehr. Im 2. Teil werden wir die Faszien tapen, so dass jeder von euch es zu Hause anwenden kann.

Ohne Altersbegrenzung!

Termin Beverstedt/Grundschulturnhalle:

Samstag, 04.11.23, 09:00 - 16:00 Uhr

Kursnummer: C89

Gebühr: 80,00 €



SENIOREN/INNEN FIT

Referentin: Barbara Peper (Lizensierte Trainerin für Reha-Sport, Herz-Kreislauf-Training, Rehabilitation Orthopädie)

Kursbeschreibung siehe Seite 12

Termin Beverstedt:

Samstag, 21.10.23, 09:00 - 12:15 Uhr

Gebühr: 40,00 €

STURZPROPHYLAXE

Referentin: Barbara Peper (Lizensierte Trainerin für Reha-Sport, Herz-Kreislauf-Training, Rehabilitation Orthopädie)

Kursbeschreibung siehe Seite 15

Termin Beverstedt:

Samstag, 13.01.24, 09:00 - 12:15 Uhr

Gebühr: 40,00 €

ENTSPANNT IN DEN FEIERABEND MIT QIGONG

Referentin: Britta Biesterfeld (Qigong-Kursleiterin DQGG)

Dieser Qigong-Kurs bietet eine kleine Ruhepause inmitten der Woche. Wir kombinieren hier sanfte, wohltuende Qigong-Übungen mit ruhigen, meditativeren Phasen. Dadurch wird der Körper entlastet und der Geist kann sich entspannen. Zum Abschluss der jeweiligen Übungseinheit lassen wir bei einer Fantasiereise die Seele baumeln.

Bitte bequeme Kleidung tragen und ein Kissen und eine Decke mitbringen.

Termine Beverstedt/Feldhofhalle:
10 Abende, Mittwochs, 17.01.24 - 20.03.24
Uhrzeit: 19:15- 20:45 Uhr
Kursnummer: C92

Gebühr: 110,00 €



QIGONG - LEBENSENERGIE TRAINIEREN FÜR KÖRPERLICHES UND SEELISCHES WOHLBEFINDEN

Referentin: Susanne Puvogel (Qigong-Kursleiterin)

Qigong ist eine sehr alte Kunst der Bewegung und dient der Gesundheitspflege und der Selbstregulation. Die meditativen Bewegungen lösen Blockaden und lassen die Energie wieder fließen. Die einfachen, sanften Bewegungen sind leicht zu erlernen, können dem eigenem Körperrhythmus angepasst werden und sind zum großen Teil auch im Sitzen möglich. Durch das beständige Üben wird unsere Atmung, der Blutkreislauf und das Qi (unsere Lebensenergie) reguliert. Die Bewegungen werden wieder geschmeidiger, Anspannungen lösen sich, unser Stoffwechsel und damit die Entgiftung des Körpers wird angeregt und unterstützt, unser Geist wird ruhig. Durch Qigong entwickeln wir wieder ein Körperbewusstsein, fördern unser Wohlbefinden und kommen wieder in unsere Mitte. In dem Kurs lernen Sie die Grundprinzipien des Qigong kennen und werden in die Meditation, sowie in Atemübungen eingeführt.

Bitte bringen Sie eine Matte mit.

Termine Wulsbüttel/ Alte Schule:
8 Abende, Montags, 15.01.24 - 04.03.24,
jeweils von 18:30- 20:00 Uhr
Kursnummer: C93

Gebühr: 110,00 €

BIG FIVE KRAFT, AUSDAUER, KOORDINATION, STABILISATION UND GLEICHGEWICHT

Referentin: Barbara Peper (Lizenzierte Trainerin für Reha-Sport, Herz-Kreislauf-Training, Rehabilitation Orthopädie, Cross Training, Nordic Walking)

Dieses Angebot richtet sich an Teilnehmer/Innen die Interesse an einem ganzheitlichen Workout haben mit den Schwerpunkten Kraft, Ausdauer, Koordination, Stabilisation und Gleichgewicht. Ziel dieses Angebotes ist es, den Teilnehmenden in Theorie und Praxis die Schwerpunkte eines Trainings näher zu bringen.

Vorkenntnisse oder Fitness sind nicht erforderlich, keine Altersbegrenzung!

Termin Beverstedt/Grundschulturnhalle:

Samstag, 27.01.24, 09:00 - 12:15 Uhr

Kursnummer: C94

Gebühr: 40,00 €

DRUMS ALIVE GOLDEN BEATS WARUM EIGENTLICH NUR FÜR DIE JÜNGEREN?

Referentin: Barbara Peper (Lizenzierte Trainerin für Reha-Sport, Herz-Kreislauf-Training, Rehabilitation Orthopädie, CrossTraining, Nordic Walking)

Drums Alive Golden Beats ist ein Programm, welches speziell für die ältere Generation entworfen wurde. Wenn wir trommeln und tanzen, dann haben wir Spaß. Freigesetzte Endorphine und positive Gefühle sind das Ziel an diesem Tag. Wir stärken die Balance, die Koordination, das Rhythmusgefühl sowie das Gedächtnis. Getrommelt wird mit sog. Drum Sticks auf Gymnastikbällen, die auf dafür vorgesehenen Platten liegen.

Lasst euch überraschen und taucht ein in die Welt von Drums Alive!

Ein Angebot für Teilnehmer/Innen ab 60 Jahre

Termin Loxstedt/ Grundschulturnhalle:

Samstag, 03.02.24, 09:00 - 12:15 Uhr

Kursnummer: C95

Gebühr: 40,00 €



WELLNESS UND ENTSPANNUNG FÜR JUNGE FRAUEN ZWISCHEN 16 UND 26 JAHREN

Referentin: Britta Biesterfeld (Qigong-Kursleiterin DQGG)

In diesem Seminar nehmen wir uns eine kleine Pause von all den Anforderungen, die täglich auf uns einströmen. Wir freuen uns auf ein harmonisches Zusammenkommen, bei dem wir meditative und entspannende Qigong-Übungen kennenlernen, gemeinsam vegan essen und uns auf eine Traumreise begeben.

Bitte bequeme Kleidung tragen und ein Kissen und eine Decke mitbringen.

Termin Beverstedt/Feldhofhalle:

Samstag, 17.02.2024, 10:30 - 15:00 Uhr

Kursnummer: C96

Gebühr: 45,00 €

Die Lebensmittelpauschale ist an die Referentin zu zahlen.

QIGONG NACH DER METHODE VON ZHI CHANG LI

Referent: Jean-René Delposen (Qigong Lehrer)

Der Kurs beinhaltet das Erlernen von sechs Grundübungen, Wahrnehmungen und Beeinflussung der Energie in den Meridianen. Müdigkeit ist eine Folge mangelnder Durchblutung und nicht frei fließender Lebensenergie.

Termine Sport- und Freizeitanlage Loxstedt / Vereinsgebäude :

7 Abende, Donnerstags, 04.04.24 - 23.05.24

jeweils von 17:30 - 19:00 Uhr

Kursnummer: C97

Gebühr: 75,00 €



LUST AUF NORDIC WALKING?

Referentin: Barbara Peper (Lizenzierte Trainerin für Reha-Sport, Herz-Kreislauf-Training, Rehabilitation Orthopädie, CrossTraining, Nordic Walking)

Mal wieder Lust auf Nordic Walking? Nordic Walking ist eine der gesündesten und effektivsten Sportarten für alle Altersgruppen. Das Frühjahr ist die beste Jahreszeit für einen Wiedereinstieg und Auffrischung eurer Kenntnisse. Durch das Training an der frischen Luft wird das Immunsystem gestärkt. Nordic Walking ist eine effektive Formen des Herz-Kreislauf-Trainings.

Warm up, die richtige Technik, Laufstil und Cool down werden Thema sein.
Das Ganze gemixt mit Spaß und frischer Luft.

**Termin Beverstedt/LEB Grundschulturnhalle:
Schnupperkurs**

Samstag, 13.04.24, 09:00 - 12:15 Uhr
Kursnummer: C99

Gebühr: 40,00 €

6-Wochen-Lehrgang (Dienstag)
16.04.24 - 21.05.24

jeweils von 17:30 - 19:00 Uhr
Kursnummer: C100

Treffpunkte Beverstedt/Loxstedt



Gebühr: 85,00 €

LAUFEN / WALKEN UND CROSSTRAINING IM WALD

Referentin: Barbara Peper (Lizenzierte Trainerin für Reha-Sport, Herz-Kreislauf-Training, Rehabilitation Orthopädie, CrossTraining, Nordic Walking)

Euch ist das Laufen / Walken alleine mittlerweile zu langweilig? Ihr möchtet gerne wissen was für Möglichkeiten ihr in der Natur habt, um ein sinnvolles Kräftigungstraining dort umzusetzen und in eure Lauf- bzw. Walkingstrecken mit einzubauen? Ich zeige es euch, und ich verspreche, dass wir dabei auch viel Spaß haben werden.

Termin Beverstedt/Grundschulturnhalle:
Samstag, 04.05.24, 09:00 - 12:15 Uhr
Kursnummer: C98

Gebühr: 40,00 €



BURNOUT VORBEUGEN DURCH ACHTSAMKEIT

Referentin: Christa Brünjes (Personalcoach, Mentaltraining)

Wenn wir für eine Sache "brennen", kann es leicht passieren, dass wir uns selbst aus dem Blick verlieren bis wir letztendlich nur noch leer und ausgebrannt sind.

Das Achtsamkeitstraining unterstützt darin, die eigenen Bedürfnisse wieder wahrzunehmen und leichter abzuschalten.

- Wie entsteht Burnout - Warnsignale
- Aktivierung des inneren Beobachters
- Fokussierung auf das was ist
- Imaginationsreise
- Achtsamkeitsspaziergang



Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Samstag, 21.10.23, 13:00 - 17:00 Uhr
Kursnummer: C102

oder

Samstag, 27.01.24, 13:00 - 17:00 Uhr
Kursnummer: C103

Gebühr: 40,00€

ACHTSAMKEIT - DEIN SCHLÜSSEL ZUM GLÜCK

Referentin: Susanne Puvogel (Heilpraktikerin für Psychotherapie, NLP Master, Resilienztrainerin, Waldgesundheitstrainerin)

Wir alle kennen das, wir sind sehr häufig mit unseren Gedanken überall, nur nicht hier, jetzt bei uns. Wir denken daran, worüber wir uns gestern geärgert haben oder sind auf den Termin am nächsten Tag fokussiert. Wir jagen dem Glück hinterher, leben für das nächste Wochenende oder für den nächsten Urlaub und verpassen dabei das Leben, das, was jetzt gerade passiert. Achtsamkeit hilft uns dabei, im Hier und Jetzt zu leben, Achtsamkeit ist der Schlüssel zum Glück. Dafür ist es notwendig, dass wir uns in Achtsamkeit üben, denn achtsam zu sein heißt, dass wir jetzt gerade in diesem Moment leben und uns das bewusst machen. Durch mehr Achtsamkeit verändern wir unsere Vorstellung vom Leben und von unseren Beziehungen zu anderen Menschen. Wir können unsere Potentiale besser nutzen und sind in der Lage, ein selbstbestimmtes und glückliches Leben führen zu können. In dem Seminar beschäftigen wir uns sehr intensiv mit diesem Thema und erarbeiten uns eine ganz persönliche Anleitung zu mehr Gelassenheit und Lebensfreude im Alltag.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Samstag, 27.01.24, 15:00 - 18:00 Uhr
Kursnummer: C112

Gebühr: 45,00 €

SCHÜSSLER-SALZE FÜR AKUTE UND CHRONISCHE ERKRANKUNGEN

Referentin: Marie-Luise Gloy (Heilpraktikerin, examinierte Krankenschwester)

In diesem Kurs lernen Sie die Schüssler-Salze kennen. Mit den Schüssler-Salzen kann man akute und chronische Erkrankungen behandeln, aber auch im Vorfeld Defizite ausgleichen. Ob ein Defizit besteht, können wir anhand der Antlitzdiagnostik feststellen.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

3 Abende, Montags, 30.10.2023, 06.11.23 und 13.11.23

jeweils von 19:00 - 20:30 Uhr

Kursnummer: C104

Gebühr: 48,00 €

SCHÜSSLER-SALZE UND HOMÖOPATHIE (KLEINE VERLETZUNGEN + ERKRANKUNGEN)

Referentin: Marie-Luise Gloy (Heilpraktikerin, examinierte Krankenschwester)

In diesem Kurs lernen Sie homöopathische Mittel, Schüssler-Salze, Schüssler-Salben und andere Salben bei kleinen Verletzungen und Erkrankungen zielgerichtet einzusetzen.

Termin Loxstedt:

Samstag 13.01.24, 14:00 - 18:00 Uhr

Kursnummer: C105

Gebühr: 40,00 €



BASENFASTEN MIT SCHÜSSLER-SALZEN

Referentin: Marie-Luise Gloy (Heilpraktikerin, examinierte Krankenschwester)

In diesem Kurs lernen Sie Ihren Körper auf sanfte Weise zu entgiften. Sie dürfen dabei an Obst und Gemüse fast alles essen, begleitet wird das Ganze mit den passenden Schüssler-Salzen. Geeignet ist der Kurs für Jedermann, und besonders Menschen mit Rheuma, Arthrose und Migräne usw. profitieren sehr davon.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Montag, 22.01.24 und Donnerstag, 25.01.24, 19:00 - 20:30 Uhr

Kursnummer: C106

Gebühr: 38,00 €

HOMÖOPATHIE FÜR EINSTEIGER (KLEINE VERLETZUNGEN + ERKRANKUNGEN)

Referentin: Marie-Luise Gloy (Heilpraktikerin, examinierte Krankenschwester)

In diesem Kurs lernen Sie homöopathische Mittel, Schüssler-Salze, Schüssler-Salben und andere Salben bei kleinen Verletzungen und Erkrankungen zielgerichtet einzusetzen.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Montag, 05.02.24, 12.02.24, 19.02.24, jeweils von 18:30 - 19:00 Uhr

Kursnummer: C107

Gebühr: 48,00 €

HOMÖOPATHIE BEI WECHSELJAHRBESCHWERDEN

Referentin: Marie-Luise Gloy (Heilpraktikerin, examinierte Krankenschwester)

Die Wechseljahrsbeschwerden sind mit der Homöopathie schnell in den Griff zu bekommen. Wir besprechen die verschiedenen Mittel und Möglichkeiten der Homöopathie.

Termin Loxstedt:

Montag, 29.02.24, 19:00 - 20:30 Uhr

Kursnummer: C108

Gebühr: 20,00 €



★★★★★
**AUTOHAUS
BUSCH**
SERVICE AUS TRADITION

Ihr starker Partner
für Beverstedt und umzu!

Heerstedter Str. 6 · 27616 Lunestedt · Tel. (04748) 3038

www.AH-BUSCH.de

RESILIENZ – EIN TRAININGSPROGRAMM FÜR UNSERE SEELISCHE WIDERSTANDSKRAFT

Referentin: Susanne Puvogel (Heilpraktikerin für Psychotherapie, NLP Master, Resilienztrainerin, Waldgesundheitstrainerin)

Wie wir Krisen überstehen und daran wachsen können! Resilienz ist die seelische und körperliche Widerstandskraft, die darüber entscheidet, wie gut oder eben auch, wie schlecht, wir mit den Herausforderungen in unserem Leben umgehen. Resiliente Menschen sind belastungsfähiger, sie haben den Mut, Neues zu wagen und sich auf Veränderungen einzulassen, und sie verfügen über die Gabe, auch einmal zur Ruhe zu kommen.

Resilienz ist veränderbar und kann trainiert werden!

Was genau macht Resilienz aus und wie können wir es schaffen, uns darin zu üben, um ein glückliches und selbstbestimmtes Leben führen zu können? Es geht u.a. um unsere Fähigkeiten und Ressourcen, um unsere Werte und um unsere Bedürfnisse.

Es ist gar nicht so schwer, ein glückliches und selbstbestimmtes Leben zu führen, wenn man weiß, was einem selbst wichtig ist.

Termin Beverstedt/ LEB Werkhof:

6 Abende, Dienstags, 19.09.23 / 26.09.23 / 10.10.23 / 17.10.23 / 24.10.23, 07.11.23

jeweils von 19:00 - 21:00 Uhr

Kursnummer: C109

Gebühr: 115,00 €

HOMÖOPATHIE BEI MIGRÄNE

Referentin: Marie-Luise Gloy

(Heilpraktikerin, examinierte Krankenschwester)

Jeder kennt dieses unangenehme Gefühl, und dennoch ist es bei Jedem unterschiedlich: Kopfschmerzen und Migräne. Für jede Art gibt es spezielle Mittel. Lassen Sie mich Ihnen helfen, Ihr passendes Mittel zu finden.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Montag, 04.03.24, 19:00 - 20:30 Uhr

Kursnummer: C111

Gebühr: 20,00 €



HOMÖOPATHIE BEI ÄNGSTEN

Referentin: Marie-Luise Gloy

(Heilpraktikerin, examinierte Krankenschwester)

Fast bei jedem sechsten Erwachsenen in Deutschland wurden Angstzustände diagnostiziert, dennoch mögen die Wenigsten offen darüber sprechen. Dabei sind Ängste etwas Gutes, sie beschützen uns, doch wenn die Angst überhand nimmt und anfängt uns zu beherrschen und unser Alltagsleben zu beeinflussen, müssen wir eingreifen.

Lassen Sie mich Ihnen helfen, Ihre Ängste wieder in den Griff zu bekommen und auf ein normales Level zu bringen.

Termin Loxstedt:

Montag, 11.03.24, 19:00 - 20:30 Uhr

Kursnummer: C110

Gebühr: 20,00 €

BOGENSCHIESSEN

Referent: Benno Kruse (Bogenbauer und Leiter Bogenabteilung S.V. Beverstedt)

Beim traditionellen Bogenschießen geht es um die Balance aus Technik, Kraft und Konzentration. In diesem Kurs wollen wir hauptsächlich mit dem traditionellen Langbogen schießen. Dieser ist vor allem deswegen traditionell, weil er kein Hilfsmittel bietet wie eine Pfeilablage oder ein Visier. Bogenschießen bringt viel Spaß und kann sehr befriedigend sein.

Mitzubringen: Pfeil und Bogen

**Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Samstag, 07.04.24, 13:00 - 17:00 Uhr
Kursnummer: C101**

Gebühr: 45,00 €



»Für ein schönes Zuhause«

Pflegen Sie jetzt Ihre Hölzer und Fassaden!
Reiniger, Öle, Farben bei uns finden Sie alles!



- Bautrocknung und Wasserschadensanierung
- Designböden
- Fassadenarbeiten
- Sonnenschutz
- Gardinen/Nähservice
- Bodenbeläge aller Art
- Verlegeservice
- Malerarbeiten
- Farben nach Wunsch

Raumgestaltung Neufeld



Wilhelm-Giese-Straße 24
27616 BEVERSTEDT
Telefon 0 47 47 / 93 11 44

Hermann-Lamrecht-Straße 42
27442 GNARENBURG
Telefon 0 47 63 / 3 35

www.raumgestaltung-neufeld.de

WALDBADEN & QIGONG BEWEGT ENTSPANNT UND ERFRISCHT

Referentin: Susanne Puvogel (Heilpraktikerin für Psychotherapie, Resilienztrainerin, Waldgesundheitstrainerin)

Wir sind ständig on, immer erreichbar, häufig am Limit. Stress ist zunehmend die gesundheitliche Belastung in unserer Gesellschaft. Umso wichtiger ist es, sich einmal eine Auszeit zu gönnen, z.B. mit Waldbaden & Qigong! Waldbaden ist das bewusste Eintauchen in die Atmosphäre des Waldes mit all unseren Sinnen. Dabei sehen, hören, riechen, schmecken und fühlen wir den Wald mit all unseren Sinnen und erleben, wie leicht es ist zu entschlern, den Kopf freizubekommen, neue Energie zu tanken und uns glücklich zu fühlen. Schon nach 15 Minuten im Wald spüren Sie die heilsame Wirkung und die Entspannung, die der Wald uns schenkt. Qigong ist eine Entspannungsmethode, die aus der traditionellen chinesischen Medizin stammt. Atem, Bewegung und der Geist werden methodisch eingesetzt, um positiv auf unser Herz-, Kreislauf- und Nervensystem zu wirken. In der Kombination von Waldbaden & Qigong erleben Sie in kurzer Zeit wie Sie zur Ruhe kommen, Stress abgebaut wird, Ihr Blutdruck sich reguliert und Ihr Immunsystem gestärkt wird. Ohne Handy, mit wenig Kommunikation und abwechslungsreichen Entspannungs- und Atemübungen werden die TeilnehmerInnen dazu hingeführt, ihre Sinne wieder aktiv zu erleben, aber auch die Natur bewusst wahrzunehmen und vor allem zur Ruhe zu kommen.

Was man sonst noch wissen muss: Für das Waldbaden benötigt man wetterfeste Kleidung und feste Schuhe. Bitte mitbringen: Verpflegung, Getränke, kleine Decke oder Handtuch zum Sitzen.

Termin:

Samstag, 27.04.24, 14:00 - 18:00 Uhr

Kursnummer: C113

Treffpunkt: Dorfhagen

Termin: Männer-Kurs

Samstag, 11.05.24, 14:00 - 18:00 Uhr

Kursnummer: C114

Treffpunkt: Dorfhagen

Gebühr: 45,00 €



Kochen

TEILNEHMERZAHL: MAXIMAL 10 TEILNEHMER/INNEN PRO KURS

LECKERES AUS HACK

Referent: Harald Rossa (Hobbykoch)

Nichts ist vielseitiger als Hackfleisch. Ob vom Rind, vom Schwein, vom Kalb oder gemischt, wir zaubern uns Leckeres aus Gehacktem.

Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Gefäß für Reste

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Montag, 25.09.23, 18:00 - 22:00 Uhr - Kursnummer: C115

Gebühr: 30,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an den Referentin zu zahlen)



EIN BUNTES MENÜ IM HERST - EINFACH VEGAN



Referentin: Barbara Stukenborg (Ökotrophologin, Kochbuchautorin, lebt seit 15 Jahren vegan)

Für unser 3-Gänge-Menü kochen wir uns durch den Herbst mit Kürbis, Kartoffeln und Karotten. Die Teilnehmenden bekommen Tipps und Tricks für das vegane Kochen. Die Rezepte können später auch zuhause leicht umgesetzt werden.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrhandtuch, Gefäß für Reste

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Donnerstag, 28.09.23, 18:00 - 21:30 Uhr - Kursnummer: C116

Gebühr: 35,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)

KOCHEN MIT BIER

Referent: Harald Rossa (Hobbykoch)

Bier ist nicht nur zum Trinken da - man kann es auch wunderbar in die Küche integrieren. Bier passt zu Fisch, zu Fleisch - sogar zur Süßspeise. Also Bierflasche auf und ab in die Küche.

Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Gefäß für Reste

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Montag, 06.11.23, 18:00 - 22:00 Uhr - Kursnummer: C117

Gebühr: 30,00

(Lebensmittelkosten sind direkt an den Referenten zu zahlen)

AYURVEDISCHE WINTERKÜCHE

Referentin: Waltraud Niethammer (Ausbildung zur Ayurvedischen Köchin, Gastronomin)

Der Körper benötigt im Winter viel Energie und Stabilität. Schwere, ölige und wärmende Speisen helfen ihm, diese zu gewinnen. Freuen Sie sich auf köstliche und einfache Rezepte mit Stoffwechsel anregenden Gewürzen, wie Ingwer, Nelke, Muskat, Zimt und mehr.

Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Gefäß für Reste

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Mittwoch, 08.11.23, 18:30 - 21:30 Uhr - Kursnummer: C118

Gebühr: 30,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)

DAS PERFEKTE BUFFET

Referentin: Waltraud Niethammer (Ausbildung zur Ayurvedischen Köchin, Gastronomin)

Rezepte von einfach bis raffiniert. Ich denke, dass auf diesem Buffet für jeden Gast etwas Passendes dabei ist. Wir lassen die Sektkorken knallen und lassen unsere Geschmacksknospen tanzen! Machen Sie mit

Bitte mitbringen: Geschirrhandtuch, Gefäß für Reste.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Dienstag, 12.12.23, 18:30 - 21:30 Uhr - Kursnummer: C119

Gebühr: 30,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)



HERZHAFTE BROTTORTEN

Referentin: Waltraud Niethammer (Ausbildung zur Ayurvedischen Köchin, Gastronomin)

Zum Muttertag, Vatertag, Geburtstag, zur Konfirmation oder zu vielen anderen Anlässen sind sie immer wieder etwas Besonderes, gut vorzubereiten, nicht nur lecker sondern auch eine Augenweide. An diesem Abend kreieren wir zusammen 3 verschiedene köstliche herzhaftes Torten. Bei der Garnitur dürfen Sie ruhig ein bisschen mutiger sein und mit farblichen Kontrasten spielen. Seien Sie kreativ

Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Gefäß für Reste

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Mittwoch, 20.09.23, 18:30 - 21:30 Uhr - Kursnummer: C120

oder

Freitag, 22.03.24, 18:30 - 21:30 Uhr - Kursnummer: C121

Gebühr: 30,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)

FINGERFOOD UND RAFFINIERTER VORSPEISEN - EINFACH VEGAN

Referentin: Barbara Stukenborg (Lehrerin, Kochbuchautorin, lebt seit 15 Jahren vegan)

Wir bereiten Häppchen zum Aperitif und kleine Vorspeisen zu, z.B. Karottenlax Canapés, Zucchini-Rosen, gefüllte Datteln und selbstgemachter Nuss-Frischkäse. Die Teilnehmenden bekommen Tipps und Tricks für das vegane Kochen. Die Rezepte können später auch zuhause leicht umgesetzt werden.

Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Gefäß für Reste.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Donnerstag, 16.11.23, 18:00 - 21:30 Uhr - Kursnummer: C122

Gebühr: 35,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)

KEKSE BACKEN MAL ANDERS

Referentin: Anne Lindau (Fachwirtin)

Sie lieben Weihnachten und Plätzchen backen? Dann sind Sie bei diesem gemütlichen Plätzchen-Backkurs genau richtig.

Mit wenigen Zutaten und etwas Kreativität entsteht eine bunte Keksvielfalt.



Mitzubringen sind: Geschirrtuch, Nudelholz, Schürze und Keksdose.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 18.11.23, 09:30 - 14:00 Uhr - Kursnummer: C123

Gebühr: 25,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)

FEINE KÄSEKÜCHE

Referentin: Waltraud Niethammer (Ausbildung zur Ayurvedischen Köchin, Gastronomin)

„Zum Dahinschmelzen“ - Ob Mozzarella, Feta, Bergkäse.... da kann man einfach nicht Nein sagen. Wie wäre es mit Käsespätzle (natürlich selber gemacht) und Kürbis, oder eine köstliche Lauchquiche? Oder geschmolzener Käse im Baguette als kleiner Snack? Das sind nur einige Beispiele.

Bitte mitbringen: Geschirrhandtuch, Gefäß für Reste

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Mittwoch, 22.11.23, 18:30 - 21:30 Uhr

Kursnummer: C124

Gebühr: 30,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)



GESELLIGER KOCHABEND FÜR SENIOREN

Referentin: Waltraud Niethammer (Ausbildung zur Ayurvedischen Köchin, Gastronomin)

Gesunde und vitalreiche Rezepte, eine gesunde Ernährung ist besonders im Alter wichtig! Vielleicht kochen Sie bereits seit Langem und sind lediglich auf der Suche nach neuen Inspirationen? Sie haben jetzt Zeit, sich intensiver um sich selbst zu kümmern und das Leben zu genießen? Dann sollten Sie das auch tun. Zudem eignen sich Kochkurse sehr gut dafür, neue Menschen kennenzulernen.

Bitte mitbringen: Geschirrhandtuch, Gefäß für Reste

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Dienstag, 23.01.24, 18:30 - 21:30 Uhr - Kursnummer: C127

Gebühr: 30,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)



FRÄNKISCHE KÜCHE

Referent: Harald Rossa (Hobbykoch)

Kaum eine Küche ist vielseitiger und leckerer als die Fränkische Küche. Lassen Sie sich verwöhnen mit Schmankerln aus meiner Heimat.

Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Gefäß für Reste.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Montag, 05.02.24, 18:00 - 22:00 Uhr - Kursnummer: C125

Gebühr: 30,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an den Referentin zu zahlen)

KOCHEN ZU ZWEIT - VALENTINSSPEZIAL

Referentin: Waltraud Niethammer (Ausbildung zur Ayurvedischen Köchin, Gastronomin)

Mal etwas mehr Zeit mit Ihrem Partner verbringen? Wie wäre es, köstliche neue Rezepte kennenzulernen und gemeinsam zu genießen? Kochen ist wie jedes andere Hobby auch eine Aktivität, die es einem Paar ermöglicht, kreativ zu sein, Spaß zu haben und die Beziehung zu stärken. Freuen Sie sich auf leckere und gesunde Rezepte.

Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Gefäß für Reste

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Mittwoch, 14.02.24, 18:30 - 21:30 Uhr - Kursnummer: C126

Gebühr: 30,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)

HISTAMINARME REZEPTE-LECKER UND GAR NICHT LANGWEILIG

Referentin: Waltraud Niethammer (Ausbildung zur Ayurvedischen Köchin, Gastronomin)

Ist bei Ihnen auch ein bestimmtes Maß an Histamin im Körper überschritten?

Diese Dysbalance des Histaminabbaus kann im Körper zu vielfältigen Beschwerden führen, denn wenn ein Histamin-Überschuss besteht, gelangt eine erhöhte Menge an Histamin in den Blutkreislauf und verteilt sich im Körper.

Übelkeit, Migräne, Hautprobleme, Schlaflosigkeit bis hin zu Depressionen sind nur einige der vielen Symptome die möglich sind.

Sich komplett histaminfrei zu ernähren, ist kaum möglich, da fast jedes Lebensmittel in kleinen Mengen Histamin enthält. Wichtig ist, die sogenannten histaminreichen Lebensmittel zu meiden.

In diesem Kurs kreieren wir einige leckere histaminarme Rezepte und genießen sie natürlich anschließend zusammen.

Tipps und neue Informationen gibt es natürlich auch.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Montag, 15.01.24, 18:30 - 21:30 Uhr - Kursnummer: C129

Gebühr: 30,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)

AYURVEDISCHE FRÜHLINGSKÜCHE

Referentin: Waltraud Niethammer (Ausbildung zur Ayurvedischen Köchin, Gastronomin)

Im Winter haben sich im Organismus viele Schlacken- und Fettdepots angesammelt. Deshalb beginnt der Körper im Frühjahr die Wärme, die er sich im Winter gespeichert hat, abzugeben.

Er bereitet sich auf die Hitze des Sommers vor. Das Frühjahr ist deshalb die ideale Entgiftungszeit für den Körper. Dadurch nimmt der Hang zu Erkältungen ab. Nicht nur passende köstliche Rezepte gibt es in diesem Kurs, sondern auch viele Tipps wie der Stoffwechsel angekurbelt werden kann mit interessanten Gewürzen. Außerdem wird gezeigt, wie sie hergestellt werden kann.

Bitte mitbringen: Geschirrhandtuch, Gefäß für Reste

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Dienstag, 05.03.24, 18:30 - 21:30 Uhr - Kursnummer: C128

Gebühr: 30,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)

ITALIENISCHE KÜCHE

Referent: Harald Rossa (Hobbykoch)

Oh sole mio - unter diesem Motto kochen wir Gerichte aus dem beliebtesten Urlaubsland der Deutschen. Piccata Milanese, Ragu con Tagiatelle, Tiramisu ... einfach lecker.

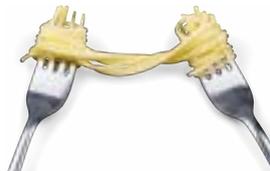
Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Gefäß für Reste

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Montag, 11.03.24, 18:00 - 22:00 Uhr - Kursnummer: C131

Gebühr: 30,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an den Referentin zu zahlen)



ÖSTERLICHES BRUNCH - EINFACH VEGAN



Referentin: Barbara Stukenborg (Lehrerin, Kochbuchautorin, lebt seit 15 Jahren vegan)

Wir bereiten Gerichte für ein ausgedehntes Frühstück vor. Auf dem Speiseplan stehen z.B. selbstgemachtes Granola, Chia Pudding, Karottenlax, Brot und Aufstrich. Die Teilnehmenden bekommen Tipps und Tricks für das vegane Kochen. Die Rezepte können später auch zuhause leicht umgesetzt werden.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrhandtuch, Gefäß für Reste

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Donnerstag, 07.03.24, 18:00 - 21:30 Uhr

Kursnummer: C130

Gebühr: 35,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)



SCHMACKVOLLE KRÄUTER AM WEGESRAND

Referentin: Maren Suhr

Wissenswertes über die Wirkungsweise heimischer Kräuter und Verwendungsmöglichkeiten. Gemeinsam werden verschiedene Kräuter gesammelt, danach Gerichte gekocht und Kräuteressig,-öl und -salz hergestellt.

Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung, Schürze, Geschirrhandtuch, Gefäß für Reste.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 27.04.24, 11:00 - 16:00 Uhr - Kursnummer: C132

Gebühr: 25,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)



GESUND, LECKER UND SCHNELL, FÜR ALLE MIT WENIG ZEIT

Referentin: Waltraud Niethammer (Ausbildung zur Ayurvedischen Köchin, Gastronomin)

In der heutigen Zeit fehlt uns in der Woche oftmals leider die Zeit zum Kochen. Es muss meist schnell und einfach gehen, oder man greift zu Fertiggerichten. Aber auch mit frischen Zutaten kann man rasch leckere Gerichte kreieren. Vor allem Kräuter und Gewürze sind das Lebenselixier vieler Gerichte. Auch die Kreativität und die Wertschätzung für Lebensmittel sind ein wichtiger Aspekt. Essen soll nicht nur gut schmecken, sondern auch schön aussehen und hübsch angerichtet sein. Wichtig ist auch, sich genügend Zeit für die Mahlzeit lassen. Lassen Sie sich überraschen.

Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Gefäß für Reste

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Donnerstag, 11.04.24, 18:30 - 21:30 Uhr

Kursnummer: C133

Gebühr: 30,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)



Unser WERKHOFHÄUSCHEN

hat für Sie geöffnet:

Montag-Donnerstag:

08:00 - 15:00 Uhr

Freitag:

08:00 - 14:00 Uhr

Jeden 1. Freitag im Monat
finden Sie uns außerdem auf dem
Beverstedter Wochenmarkt
und jeden 1. Samstag
sind wir auf dem
Regio-Markt in Beverstedt.

WfbM Werkhof Beverstedt 
04747-873272

TRAUMPAAR „ZUCCHINI MIT RICOTTA“



Referentin: Waltraud Niethammer (Ausbildung zur Ayurvedischen Köchin, Gastronomin)

Zucchini gilt als Allrounder in der Küche. Egal ob roh, gekocht oder gebraten. Außerdem verfügt sie über eine breite Palette an wertvollen Nährstoffen, wie Mineralien und Vitaminen. Sie hat wenig Kohlenhydrate, viele wichtige Proteine und ist daher wunderbar für ein kalorienarmes Mittagessen oder/und Abendessen geeignet. Ricotta ist ein Frischkäse und ein kulinarisches Multitalent. Eine Besonderheit ist, dass er aus Molke gewonnen wird. (Molke fällt bei der Herstellung von anderem Käse an.)

Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Gefäß für Reste

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Donnerstag, 16.05.24, 18:30 - 21:30 Uhr
Kursnummer: C135
Gebühr: 30,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)



SCHNELLE KÜCHE- NICHT NUR FÜR BERUFSTÄTIGE

Referent: Harald Rossa (Hobbykoch)

In diesem Kurs bereiten wir leckere Gerichte zu, die schnell gehen - ohne Konserven und Tütensoußen.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Montag, 13.05.24, 18:00 - 22:00 Uhr - Kursnummer: C134
Gebühr: 30,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an den Referenten zu zahlen)

**Ich kümmere mich um
Ihre Versicherungs- und
Finanzfragen!**



LVM-Versicherungsagentur
Harald Rossa

Logestr. 35
27616 Beverstedt
Telefon 04747 8730830



Kinder Kochkurse

TEILNEHMERZAHL: MAXIMAL 10 KINDER PRO KURS
AB 8 JAHRE

Die diesen Kursen geht es vor allem ums Selbermachen. Es wird geschnippelt, gebraten, gebacken und gekocht. Ganz nebenbei erfährt ihr Wissenswertes über frische Lebensmittel, lernen neue Lebensmittel kennen, wie man sie verarbeitet und damit leckere Gerichte herstellt. Ihr erlebt, wieviel Spaß es macht, „einfach richtig zu kochen“ – und wie gut das schmeckt Ihr bereitet unter Anleitung das Essen selbst zu und genießen es schließlich gemeinsam!



WEIHNACHTSBÄCKEREI

Referentin: Waltraud Niethammer (Koch- und Backdozentin an Schulen, Gastronomin)

Weihnachtsbäckerei mit einer großen Portion Vorfreude und Harmonie, Weihnachtsmusik und fröhlichen Kindern. Die Kleinen lieben es, den Teig zu kneten, sich dabei herrlich klebrige Finger zu holen, zu naschen, Kekse auszustechen und zu verzieren.

Mitzubringen sind: Geschirrtuch, Schürze.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Von 6 - 8 Jahre
Montag, 04.12.23, 16:00 - 18:15 Uhr
Kursnummer: C136
Ab 9 Jahre
Freitag, 15.12.23, 15:00 - 18:00 Uhr
Kursnummer: C137



Gebühr: 25,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)

IT´S SPÄTZLE TIME

Referentin: Waltraud Niethammer (Koch- und Backdozentin an Schulen, Gastronomin)

Selber gemachte schwäbische Käse-Spätzle. Wie lecker ist das denn? Dazu eine Gemüsesoße.
Mitzubringen sind: Geschirrtuch, Schürze.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Mittwoch, 18.10.23, 16:00 - 19:00 Uhr
Kursnummer: C138
Gebühr: 25,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)



DAS AUGE ISST MIT! IDEEN FÜR KREATIVES KINDERESSEN

Referentin: Waltraud Niethammer (Koch- und Backdozentin an Schulen, Gastronomin)

Alles was eine coole Form hat, schmeckt gut.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Dienstag, 09.01.24, 16:00 - 19:00 Uhr
Kursnummer: C139

Gebühr: 25,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)

PIZZA SPASS

Referentin: Waltraud Niethammer (Koch- und Backdozentin an Schulen, Gastronomin)

Bunte Gemüse pizzas aus Dinkelmehl, lecker und gesund. Es wird geknetet und geschnibbelt.
Jedes Kind kann seine eigene Pizza nach Vorliebe belegen.

Mitzubringen sind: Geschirrtuch, Schürze.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Dienstag, 10.10.23, 16:00 - 19:00 Uhr
Kursnummer: C140
oder
Dienstag, 19.03.24, 16:00 - 19:00 Uhr
Kursnummer: C141

Gebühr: 25,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)



GEBURTSTAGS - BUFFET

Referentin: Waltraud Niethammer (Koch- und Backdozentin an Schulen, Gastronomin)

Die Kinder bereiten unter Anleitung die Gerichte selbst zu, bauen das Buffet auf und genießen die Köstlichkeiten gemeinsam!

Es gibt eine leichte gefüllte Big Mac Rolle, einen leckeren Bananenbrot, Gemüse-Waffeln, lustige Ideen aus Obst und Salat usw.

Kreativität ist gefragt!

Mitzubringen sind: Geschirrtuch, Schürze.

**Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Mittwoch, 15.11.23, 16:00 - 19:00 Uhr
Kursnummer: C142**

oder

Donnerstag, 23.05.24, 16:00 - 19:00 Uhr - Kursnummer: C143

Gebühr: 25,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)



RAN AN DEN BURGER!

Referentin: Waltraud Niethammer (Koch- und Backdozentin an Schulen, Gastronomin)

Maximaler Burgerspaß ohne schlechtes Gewissen. Die glutenfreien Brötchen aus Hafer backen wir natürlich selber. Dazu gibt es eine leckere selbstgemachte Soße. Als Belag: Salat, Tomaten, Paprika.

Mitzubringen sind: Geschirrtuch, Schürze.

**Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Freitag, 13.10.23, 15:30 - 18:30 Uhr - Kursnummer: C144**
oder

Montag, 25.03.24, 16:00 - 19:00 Uhr - Kursnummer: C145

Gebühr: 25,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)

GEFÜLLTE MUSCHELNUDELN

Referentin: Waltraud Niethammer (Koch- und Backdozentin an Schulen, Gastronomin)

Mit leckerer Spinat-Möhren-Füllung und einer selbst gemachten Tomatensoße. Das lassen wir uns natürlich an einem schön gedeckten Tisch schmecken.

Mitzubringen sind: Geschirrtuch, Schürze.

**Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Montag, 20.11.23, 16:00 - 19:00 Uhr
Kursnummer: C146**

Gebühr: 25,00 €

(Lebensmittelkosten sind direkt an die Referentin zu zahlen)

Sprachen

SPANISCH FÜR DEN URLAUB



Referent: Arnold Neugebohrn (Spanischlehrer a.D.)

Für Teilnehmende ohne bzw. mit sehr geringen Vorkenntnissen.

Dieser Kurs bietet Ihnen einen leichten Einstieg in die spanische Sprache und dient zur Vorbereitung auf Ihre geplante Reise in ein Land, in dem spanisch gesprochen wird.

Am Ende des Kurses können Sie: andere begrüßen und sich vorstellen, sehr einfache Unterhaltungen (z.B. über Ihre Herkunft, Familie, Ihren Beruf) führen, Fragen stellen (z.B. in Geschäften, auf der Straße, am Bahnhof, auf dem Flughafen), einfache Wegbeschreibungen verstehen. Gegenkursende wird ein spanisches Gericht zubereitet.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

5 Abende, mittwochs, 03.04.24 - 08.05.24

jeweils von 18:30 - 20:30 Uhr

Samstag, 04.05.24, 10:00 - 13:00 (gemeinsames Kochen)

Kursnummer: C147

Gebühr: 120,00 €

(Lebensmittelkosten sind an den Referenten zu zahlen)

EINE REISE DURCH FRANKREICH



Referent: Jean-René Delposen (französischer Muttersprachler)

Französische Umgangssprache im Hotel, in der Gastronomie, im Geschäft, beim Arzt, beim Frisör, Kosmetik usw. Mit dem Kurs erwerben Sie Grundkenntnisse der französischen Sprache. In vielen kleinen Dialogen und Übungen wird die Sprache gefestigt.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

6 Abende, freitags, 09.02.24 - 15.03.24

jeweils von 18:30 - 20:30 Uhr

Kursnummer: C148

Gebühr: 120,00 €



Referentin: Zeinab Harb (Sprachlehrkraft Deutsch als Fremdsprache, spricht auch Arabisch)

Der Kurs dient der Vermittlung von Grundkenntnissen der deutschen Sprache, er soll die aktuelle Situation der Geflüchteten verbessern, die gesellschaftliche und berufliche Orientierung begleiten und die Kommunikation zwischen Geflüchteten ermöglichen und verbessern.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

05.09.23 - 21.02.24

Unterrichtstage:

dienstags, mittwochs, donnerstags

Uhrzeit:

13:30 - 16:00 Uhr

176 Unterrichtsstunden



Wir suchen SIE!



Wir suchen Dozenten/innen im Bildungszentrum Beverstedt (LEB / Bildungswerk Wesermünde-Süd e.V.)

Sie haben ein besonderes Hobby oder besondere Kenntnisse in irgendeinem Bereich und wollen diese mit anderen teilen? Dann sind Sie bei uns genau richtig.

Das Bildungszentrum sucht Dozenten und Dozentinnen zu den Themen Bildung, Erziehung, Sprachen, Koch- und Backkurse, Pflegekurse, EDV und besonders im Kreativbereich, für die Standorte Beverstedt / Loxstedt / Hagen im Bremischen.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, Sie dazu auch noch Lust und Zeit und in einem netten Team bei freier Zeiteinteilung arbeiten möchten, melden Sie sich bitte beim

**Bildungszentrum Beverstedt
Wachholz 6a
27616 Beverstedt**

**Tel. 04747 - 873272
E-Mail: biz-beverstedt@leb.de**

In Zusammenarbeit mit:



Alles für den Hund

PHYSIO FÜR DEN HUND

Referentin: Verena Eckhardt (Züchterin, Abschluss bei der Hundefriseuracademie, Fortbildungen der VDH Akademie)

Zu diesem Kurs dürfen Sie gern ihren eigenen Hund mitbringen, sofern dieser verträglich ist und auch in fremder Umgebung entspannen kann.

Es werden Techniken vermittelt, die man ohne Vorkenntnisse direkt im Kurs und anschließend zu Hause anwenden kann.

Dies umfasst das Erkennen und Lösen verklebter Faszien (Bindegewebe), das Training auf dem Gymnastikball, aber auch die Stärkung von Bändern und Sehnen durch ausgewählte Dehnübungen für Ellbogen, Knie und Hüfte.

Abgerundet wird der Kurs mit Basiswissen zur Anatomie. Damit werden Sie beurteilen können, ob ein Geschirr Ihrem Hund auch wirklich passt sowie die Wichtigkeit von Krallenpflege zur Vorbeugung von Haltungsschäden erkennen.

Termine Beverstedt/LEB Werkhof:

Dienstag, 19.09.23, 17:00 - 20:00 Uhr

Kursnummer: C149

oder

Dienstag, 23.04.24, 17:00 - 20:00 Uhr

Kursnummer: C150



Gebühr: 45,00 €

ANGSTTRAINING

Referentin: Verena Eckhardt (Züchterin, Abschluss bei der Hundefriseuracademie, Fortbildungen der VDH Akademie)

Angst bei Hunden hat viele Facetten: Es gibt Hunde mit Trennungsangst, Geräuschängsten, Angst vor bestimmten Untergründen, Angst vor anderen Hunden.

Um Stress- und Angstabbau bei deinem Hund zu erreichen, ist es daher umso wichtiger, dass du erkennst, wenn dein Hund Stress oder Angst hat!

Folgende Inhalte werden in diesem Kurs erläutert.

Warum hat mein Hund Angst? Mögliche Anzeichen bei Hunden. Die Ursache finden!

Wie soll man als Halter damit umgehen: ignorieren oder unterstützen, konfrontieren oder vermeiden? Die richtige Erziehung und Training!

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Donnerstag, 30.11.23, 17:00 - 19:00 Uhr

Kursnummer: C157

Gebühr: 45,00 €

FELLPFLEGE FÜR HUNDE

Referentin: Verena Eckhardt (Züchterin, Abschluss bei der Hundefriseurakademie, Fortbildungen der VDH Akademie)

Je nach Felltypen kann die Fellpflege sehr zeitintensiv sein, doch keine Angst, es gibt mittlerweile sehr viele Hilfsmittel, die dir die Fellpflege deines Hundes erleichtern können.

In diesem Kurs wird erklärt worauf man bei der Fellpflege zu achten hat.

Hundepflege hört bei der Fellpflege jedoch nicht auf, auch die richtige Ohren-, Augen- und Krallenpflege wird erklärt. Wird die Hundepflege richtig durchgeführt, stärkt sich die Bindung zwischen Halter und Hund.

Welches Zubehör sich bei welchem Felltypen am besten eignet und wann ein Bad für deinen Hund sinnvoll sein kann und wieviel pflege das Fell deines Hundes benötigt, diese Fragen werden in diesem Kurs beantwortet. Wie viel Pflege benötigt das Fell deines Hundes wirklich?

Bitte bringen Sie Ihren Hund mit.

Dieser Kurs wird in drei Kurse unterteilt:

Rauhaar (Trimmfell) Hunde

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Dienstag, 10.10.23, 17:00 - 20:00 Uhr

Kursnummer: C154

Kurzhaar Hunde

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Donnerstag, 26.10.23, 17:00 - 20:00 Uhr

Kursnummer: C152

Langhaar Hunde

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Dienstag, 16.11.23, 17:00 - 20:00 Uhr

Kursnummer: C153



Gebühr: 50,00 €

wir Dienen für Sie...
Giese

Buslinien-Busanmietungen

- Linienverkehre - Busanmietungen
- VBN-Fahrscheine für das VBN-Gebiet
- Ausbildungsbetrieb für Berufskraftfahrer (m/w/d)

W. Giese Nachf. Omnibusbetrieb GmbH
Wilhelm-Giese-Straße 1 27616 Beverstedt
☎ 0 47 47 / 74 64 000 Fax 0 47 47 / 74 64 020
www.giese-bus.de E-Mail: info@giese-bus.de

ERSTE HILFE AM HUND

Tierärztin: Rettungsanker und Verena Heuwinkel (Tierärztin)

Was tun, wenn der Hund stark blutet oder sich am Auge verletzt hat?
Seien Sie gut gerüstet für den Notfall mit Ihrem Hund!

Unser Kurs setzt sich aus drei Theoriestunden und einer Praxisstunde zusammen. Die Praxisphase wird von Jack, Yuma, Elli oder Whisper begleitet.

Sofern ab und an ein Leckerli in die Hundeschnauze wandert, dürfen unsere Kursteilnehmer ihre Pfoten verbinden, den Pulsschlag am Hinterlauf messen und die Farbe ihrer tierischen Mundschleimhaut untersuchen.

Unser Team der Rettungsdienstschule Rettungsanker bereitet dich optimal auf alltägliche Unfälle vor, die schnell lebensgefährlich werden können. In zahlreichen Fallbeispielen gibt es Gelegenheit, eigene Erfahrungen einzubringen und Fragen zu stellen. Aktives Üben von Sofortmaßnahmen und Szenarien-Trainings stehen im Fokus unseres Kurskonzeptes und steigern deinen ganz persönlichen Lernerfolg.

Inhalt - Erste Hilfe am Hund

- Allgemeine Verhaltensweisen bei Unfällen, Notfällen und Rettungen
- Sofortmaßnahmen / Erste-Hilfe-Utensilien
- Medical Training | Praktische Übungen
- Maulschlaufe / Krampfanfall
- Kreislaufprobleme | Schockzustand
- Hitzschlag / Atmung | Atemnot
- Durchfall | Erbrechen
- Augenkontrolle / Fremdkörper im Maul
- Vergiftung / Intoxikation
- Fachgerechter Transport
- Ohrenkontrolle / Ohrenverband / Pfotenkontrolle / Pfotenverband
- Wunden und Knochenbrüche / Verbrennungen

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Samstag, 28.10.23, 09:30 - 14:30 Uhr - Kursnummer: C155
oder

Samstag, 20.04.24, 09:30 - 14:30 Uhr - Kursnummer: C156

Gebühr: 55,00 €



MEDICAL TRAINING FÜR DEN HUND

Referentin: Verena Eckhardt (Züchterin, Abschluss bei der Hundefriseuracademie, Fortbildungen der VDH Akademie)

Medical Training - was ist das eigentlich und warum ist das Training sinnvoll?

- Es hilft, Tierarztbesuche entspannter zu gestalten.
- Medical Training vereinfacht die Hundepflege.
- Es unterstützt Hundebesitzer im Alltag (Zecken entfernen usw.)
- Medical Training stärkt die Bindung zwischen Mensch und Hund

Ihr Hund wird durch das Medical Training auf ungewohnte Situationen vorbereitet und verknüpft diese im Laufe der Zeit positiv. Ihr Hund weiß durch das Training genau, was auf ihn zukommt und hat dadurch weniger Stress und Angst.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Dienstag, 13.02.24, 17:00 - 19:00 Uhr
Kursnummer: C158

Gebühr: 45,00 €



SPIEL UND SPASS MIT DEM HUND IM ALLTAG

Referentin: Verena Eckhardt (Züchterin, Abschluss bei der Hundefriseuracademie, Fortbildungen der VDH Akademie)

Die geistige Auslastung ist für einen Hund genauso wichtig wie das richtige Maß an Bewegung, um langfristig gesund, ausgeglichen und zufrieden zu bleiben.

Deshalb beschäftigen wir uns in diesem Kurs damit, wie man ganz einfach Spielzeuge zur geistigen Auslastung aus Alltagsgegenständen basteln kann. Aber auch Gassirunden können Sie anschließend ohne viel Aufwand richtig spannend gestalten.

Durch das gemeinsame Lösen von Aufgaben stärken Sie die Bindung zu Ihrem Hund und beugen zugleich Verhaltensauffälligkeiten, Stress und auch so mancher Krankheit vor.

Bitte bringen Sie Ihren Hund mit.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Dienstag, 30.04.24, 17:00 - 20:00 Uhr
Kursnummer: C151

Gebühr: 35,00 €



Kinder- und Jugendkurse

SCHNITZEN AB 10 JAHRE

Referent: Michael Bungard (Bildender Künstler & Dipl.-Kunsttherapeut/-pädagog)

Schnitzen macht Spaß. Aber nur, wenn das Messer auch wirklich scharf ist. Wie das ohne Verletzung gehen kann und was eine sichere Technik ist, zeigt Herr Bungard. Er legt großen Wert darauf, den sicheren Umgang mit dem scharfen Werkzeug in einer kleinen Gruppe zu vermitteln.

Aus einem einfachen Stück Holz entsteht mit Hilfe von Schnitzmesser, Bildhauerbeitel, Raspel und Ziehmesser ein eigenes Kunstwerk!

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Samstag, 11.11.23, 10:00 - 16:00 Uhr
Kursnummer: C51

Gebühr: 60,00 €

Werkzeug und Material werden gestellt



BOGENSCHIESSEN AB 10 JAHRE

Referent: Benno Kruse (Leitung Bogenabteilung S.V. Beverstedt)

Wer kennt ihn nicht? Robin Hood. Es sieht im Film immer so einfach aus: Pfeil auflegen, Sehne spannen und Schuss. Aber hinter diesem Prozess steckt viel mehr, als es den Anschein hat. Wir verraten dir, was du über das Bogenschießen wissen musst.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Samstag, 21.04.24, 13:00 - 16:00 Uhr
Kursnummer: C160

Gebühr: 45,00 €



HULA HOOP TEENS - VON 10-15 JAHRE

Referentin: Jona Latza (Hula Hoop Instruktoren / Übungsleiterin Kinderturnen)

Drehe dich zur Musik, lerne mit dem Hula Hoop eine Choreografie, Tricks und Spiele. Vorkenntnisse sind keine nötig. Mit den richtigen Reifen kann jeder Hula Hoop lernen.

Termin Beverstedt/Feldhofhalle:
Dienstag, 24.10.23, 16:00 - 17:00 Uhr - Kursnummer: C161
oder
Samstag, 09.03.24, 10:00 - 11:00 Uhr - Kursnummer: C162

Gebühr: 10,00 €

ERSTE HILFE FÜR KINDER

Damit werden aus kleinen Helfern, große Helden
... Pflasterpass-Wissen kann Leben retten®

Alle 18 Sekunden verletzt sich in Deutschland ein Kind bei einem Unfall so schwer, dass es ärztlich versorgt werden muss...

Das einzigartige bundesweite Kursprogramm Pflasterpass® ist eine Initiative der Pflasterpass gGmbH aus Berlin.

Die Rettungsdienstschule Rettungsanker ist stolz darauf, als erste zertifizierte Ausbildungsstätte für den Pflasterpass®-Kurs zu fungieren.

Wir von der Rettungsdienstschule Rettungsanker wollen gemeinsam mit der Pflasterpass gGmbH dazu beitragen, die Welt unserer Kinder im Alltag sicherer zu machen. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass Kinder ab 4 Jahren die altersgerechten Grundlagen der Erste-Hilfe-Maßnahmen in Unfallsituationen erlernen und anwenden können.

Mit unserem Pflasterpass®-Kurs möchten wir 4- bis 8-jährige Kinder an das Thema **"Erste Hilfe für Kinder"** heranführen, sie für die Gefahren in Heim, Schule und Freizeit sensibilisieren und ihnen die altersgerechten Grundlagen der Ersten Hilfe vermitteln.

Hierfür wurde eine eigene Erste-Hilfe-Bilderwelt und Szenerie rund um Igelchen und seine Freunde geschaffen, die den Kindern spielerisch die Inhalte der Kurse vermitteln.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Bronze-Kurs (empfohlen für 4 bis 5 -Jährige)

Donnerstag, 04.04.24, 16:00 - 17:00 Uhr

Kursnummer: C163

Gebühr: 10,00 €

Silber-Kurs (empfohlen für 5 bis 6 -Jährige)

Donnerstag, 18.04.24, 15:30 - 17:00 Uhr

Kursnummer: C164

Gebühr: 15,00 €

Gold-Kurs (empfohlen für 7 bis 8 -Jährige)

Donnerstag, 16.05.24, 15:30- 17:45 Uhr

Kursnummer: C165

Gebühr: 20,00 €



Sonstiges

WIE SICHER IST FLIEGEN? FLUGANGST BEWÄLTIGEN

Referent: Jens Piotter (Flugsicherheitsoffizier / Pilot / Ausbilder)

Warum fliegt ein Flugzeug, welche kritischen Momente gibt es und wie wird der Umgang damit trainiert? Wie arbeitet das Cockpit, der Pilot und wie läuft die Zusammenarbeit am Boden und in der Luft?

Welche Rolle spielt der Flugzeugtyp oder das Wetter? Wie sicher ist Fliegen?

Dieser Kurs ist interaktiv gestaltet, um im ersten Schritt die Befürchtungen, Sorgen und Wissenslücken der Teilnehmer/innen zu erfragen und dann Antworten und Hilfen zur Bewältigung zu geben.

Anschauliche Beispiele und kurze Filme lockern das Ganze auf und es wird individuell auf die Teilnehmer/innen eingegangen.

Termin Beverstedt/LEB Werkhof:

Dienstag, 21.11.23, 18:30 - 20:30 Uhr +

Donnerstag, 23.11.23, 18:30 - 20:30 Uhr +

Dienstag, 28.11.23, 18:30 - 20:30 Uhr

Kursnummer: C166



Gebühr: 75,00 €

ALFA ROMEO
Autorisierter
Alfa Romeo
Servicepartner
seit 1971

VICTORIA
CONTOURA
GIARDINO
GIARDINO
GIARDINO
Markenfahräder
und Zubehör

BÄSMANN
AUTOHAUS BÄSMANN GMBH
www.autohaus-baesmann.de

Logestraße 28 · Beverstedt · ☎ 04747-7006

FENG SHUI FÜR IHR ZUHAUSE

Referent: Thomas Werner (Feng Shui Berater)

Schon einmal etwas von Feng Shui gehört, aber keine Ahnung was sich genau dahinter verbirgt? Dieser Infovortrag ist für diejenigen geeignet, die sich für das Thema interessieren und mehr über diese uralte Einrichtungsmethode erfahren möchten.

Sie benötigen für dieses Seminar keinerlei Vorkenntnisse. Lernen Sie anschaulich durch Praxisbeispiele und Bildmaterial die Einsatzmöglichkeiten von Feng Shui kennen und wie es funktioniert. Nach diesem Tag können Sie Ihre Räume mit den neu gewonnenen Erkenntnissen überprüfen und selbst erste Veränderungen vornehmen.

Sie erhalten alltagstaugliche Tipps, wie mit Farben, Formen, Accessoires und anderen Hilfsmitteln die eigenen 4 Wände harmonisch gestaltet werden können.

Termin Loxstedt/Familienzentrum Stotel:

Samstag, 25.11.23, 10:00 - 13:15 Uhr

Kursnummer: C167

Gebühr: 45,00 €



FENG SHUI HILFSMITTEL

Referent: Thomas Werner (Feng Shui Berater)

Erfahren Sie in dieser Infoveranstaltung, welche kraftvollen Hilfsmittel es im Feng Shui gibt und wie man Sie in den eigenen Räumen anwenden kann.

Lerne die sehr wirkungsvolle Salz-Wasser-Münz Methode und andere Techniken zur Energie-stärkung kennen.

Wann und wo nutze ich ein Klangspiel oder Licht, um das stagnierende Chi wieder ins fließen zu bringen. Wo ist eine gute Position, um ein Wasserspiel bzw. ein Wasserbild zu platzieren.

Jerr Werner wird Heilsteine vorstellen, die im Feng Shui gezielt bestimmte Wohnbereiche aktivieren und stärken können. Wo kann ein Spiegel hilfreich eingesetzt werden und noch viele weitere

spannende Informationen rund um das Thema Feng Shui Hilfsmittel erfährt man in dieser Veranstaltung.

Termin Loxstedt/Stotel Familienzentrum:

Samstag, 20.01.24, 10:00 - 13:15 Uhr

Kursnummer: C168

Gebühr: 45,00 €

HEBEN UND TRAGEN FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Referentin: Karen Stechmann (Altenpflegerin, Lehrkraft a.D.)

Heben und Tragen gehören in der Pflege körperlich eingeschränkter Menschen zum Alltag. Das Heben und Tragen führt häufig zu Verspannungen, Rückenschmerzen und Bandscheibenvorfällen. Mit den richtigen Techniken kann Verletzungen vorgebeugt werden. In sogenannten Kinästhetischen Ansätzen lernen Sie Bewegungsabläufe, die sowohl Ihren eigenen Körper schonen als auch die Selbstständigkeit und Mobilität der pflegebedürftigen Person fördern.

**Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Samstag, 04.11.23 , 09:00 - 12:15 Uhr
Kursnummer: C169**

Gebühr: 40,00 €



WELLNESS UND PFLEGEPRODUKTE HERSTELLEN

Referentin: Maren Suhr (Krankenschwester)

Gemeinsam werden Cremes, Salben, Badesalze usw. ohne Konservierungsstoffe mit Produkten aus der Natur hergestellt.

**Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Samstag, 10.02.24
Uhrzeit: 11:00 - 15:00 Uhr
Kursnummer: C170**

Gebühr: 35,00 €



KOMM WIR ZIEHEN IN DEN FRIEDEN - FÜHRUNG DURCH DIE MUNA-LÜBBERSTEDT

Referentin: Petra Samko (Arbeitskreis Muna Lübberstedt e.V.)

Lw. 2/XI Muna-Lübberstedt - Zwangsarbeit für den Krieg - Muna-Führung
Die MUNA Lübberstedt war zur Zeit des Nationalsozialismus eine Außenstelle des Konzentrationslagers Neuengamme. Später übernahm die Bundeswehr dieses Gelände. Inzwischen übernahm eine Naturschutzstiftung den aufgegebenen Bundeswehrstandort. Der Arbeitskreis MUNA Lübberstedt e.V. hält das Gedenken an die dunkle Zeit der Zwangsarbeit wach.

Bitte beachten: Wetterfeste Kleidung, bequeme Schuhe, Trinken und ggf. etwas Proviant nicht vergessen.

Termin:

Sonntag, 22.10.23, 14:00 - 16:00 Uhr

Kursnummer: C171

Treffpunkt:

**Ehemaliges Gelände der Lufthauptmunitionsanstalt Lübberstedt /
Haupttor der Muna, Unter den Eichen, Axstedt**

Gebühr: 15,00 €

Der Erlös geht zu 60 % als Spende an den Arbeitskreis der Muna Lübberstedt e.V.



EDV - Computerkurse

Voraussetzung für diese Kurse ist ein Notebook/Laptop mit Windows Betriebssystem, Android- oder iOS Smartphones /iPhone und Ipad

SMARTPHONES FÜR SENIOREN/INNEN

Referent: Friedrich Bunce

Sie haben ein Smartphone und wissen nicht wie man damit richtig umgeht?

Im heutigen Zeitalter ist das Smartphone nicht mehr wegzudenken.

In diesem Kurs werden Ihnen Tipps und Tricks an die Hand gelegt, die den Umgang mit dem Smartphone erleichtern.

Es werden Ihnen die wichtigsten Funktionen vermittelt.

Themen:

- Telefonnummern speichern und neue Kontakte anlegen
- Termine im Kalender eintragen und verwalten
- Fotos aufnehmen und weiterleiten
- WhatsApp (Nachrichten und Bilder versenden)
- Wecker und Timer einstellen
- Mobile Daten und WLAN
- Apps
- und vieles mehr

Termine Beverstedt/LEB Werkhof:

donnerstags, 09.11, 16.11, 23.11, 30.11.23

jeweils von 16:00 - 18:30 Uhr

Kursnummer: C172

Gebühr: 80,00 €



IPAD FÜR SENIOREN/INNEN

Referent: Friedrich Bunce

Ihr iPad kann mehr als im Internet surfen, E-Mails versenden und Fotos ansehen.

In diesem Kurs lernt man alles über das iPad, von den Grundlagen bis hin zu fortgeschrittenen Funktionen. Es wird Ihnen gezeigt, wie Sie Ihr iPad einrichten und personalisieren, wie Sie Apps herunterladen und verwalten und wie Sie Ihr iPad sicher nutzen können

Termine Beverstedt:

donnerstags, 07.12.23, 15.12.23, 21.12.23, und 04.01.24

jeweils von 16:00 - 18:30 Uhr

Kursnummer: C173

Gebühr: 80,00 €

IPHONE UND IPAD FÜR BEGINNER

Referent: Friedrich Bunce

Ihr iPhone und iPad kann mehr als im Internet surfen, E-Mails versenden, Fotos machen und bearbeiten.

In diesem Kurs lernt man alles über die Funktionen vom iPhone und iPad.

Termine Beverstedt:

donnerstags, 05.10, 12.10, 19.10, 26.10, 02.11.23

jeweils von 16:00 - 18:30 Uhr

Kursnummer: C174

Gebühr: 80,00 €

INSTAGRAM, FACEBOOK UND CO

Referent: Friedrich Bunce

In diesem Crashkurs werden Ihnen die grundlegenden Dinge rund um Facebook, Instagram und Co erklärt. Wenn noch nicht vorhanden, werden wir gemeinsam ein Konto erstellen und auf die Einstellungen eingehen. Sie erfahren zahlreiche Tipps und Tricks.

Termine Beverstedt / LEB Werkhof:
donnerstags, 14.03. - 04.04.24
4 Nachmittage jeweils von 16:00 - 18:30 Uhr
Kursnummer: C175

Gebühr: 80,00 €



ALLGEMEINER COMPUTER- UND INTERNETKURS

Referent: Friedrich Bunce

Egal welches Alter, dieser Computer- und Internetkurs richtet sich sowohl an Kinder, Erwachsene und Senioren.

Mit Spaß und sehr viel Infos lernt man alles wichtige im Umgang mit dem PC.

Computer-Grundlagen werden in leichter und umgangssprachlicher Form vermittelt.

Umgang mit dem Betriebssystem Windows.

Termine Beverstedt / LEB Werkhof:
donnerstags, 01.02.24 - 07.03.24
6 Nachmittage jeweils von 16:00 - 18:30 Uhr
Kursnummer: C176

Gebühr: 120,00 €



Erste Hilfe Kurse



ERSTE HILFE AM BABY UND KIND FÜR ELTERN, GROSSELTERN UND BABYSITTER

**Referenten: Rettungsanker
(Rettungsdienstschule Bremerhaven)**

In einer Notsituation nicht zu wissen, welche Maßnahmen die richtigen sind und hilflos zu sein, ist sicher einer der schlimmsten Momente, die man sich als Eltern oder Großeltern nur vorstellen kann.

In unserem Kindernotfall-Kurs erlernt man wie man im Notfall richtig reagierst, kompetent Erste Hilfe leistest und die Ruhe bewahrst.

Unser Team der Rettungsdienstschule Rettungsanker vermittelt anschaulich alle wichtigen Maßnahmen, die bei Notfällen von Kindern aller Altersstufen zu treffen sind. Hierbei steht nicht das trockene Abhandeln von Erste-Hilfe-Schemata auf dem Programm. **Fieberkrampf, Asthma, allergische Reaktionen und viele andere wichtige Inhalte** werden von unseren Erste-Hilfe-Profis in diesem Kurs fachgerecht nach Schwerpunkten unterrichtet.
Mind. 10 Teilnehmer

**Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Samstag, 18.11.23, 09:30 - 13:00 Uhr**

oder

Samstag, 23.03.24, 09:30 - 13:00 Uhr
Kursnummer: C177 oder C178

Gebühr: 35,00 €

ERSTE HILFE FÜR TRAINER/SPORTLER/INNEN

**Referenten: Rettungsanker
(Rettungsdienstschule Bremerhaven)**

In diesem Kurs bekommst du anhand unterschiedlicher Fallbeispiele den nötigen Praxisbezug vermittelt, zudem gibt es viele Gelegenheiten, eigene Erfahrungen einzubringen sowie tiefgehende Fragen zu stellen.

Wir haben zudem ein spezielles Erste-Hilfe-Workout entwickelt. So kann man die von uns vermittelten Inhalte ins Mannschaftstraining integrieren und hältet sich auch im Bereich der Ersten Hilfe fit. Selbstverständlich wird auch das Workout an deinen individuellen Sport angepasst.

Themen in unserem Erste-Hilfe-Kurs für Sportler/innen:

- Allgemeine Verhaltensweisen bei Unfällen und Notfällen
- Rettungskette
- Krankheitsbilder erkennen
- Ursachen von Sportverletzungen
- Typische Verletzungen des Bewegungsapparates
- Überlastungsverletzungen
- Bewusstseins-, Atmungs,- und Kreislaufstörungen
- Versorgung von Verletzungen
- Vermeiden von Sportunfällen

**Termin Beverstedt/LEB Werkhof:
Samstag, 25.05.24, 09:30 - 17:00 Uhr**
Kursnummer: C179

Gebühr: 50,00 €

Rettungsanker
Rettungsdienstschule

Vorträge

VORSORGEVOLLMACHT UND PATIENTENVERFÜGUNG - SINNVOLL ODER NOTWENDIG?

Referent: Dr.Torben Meyer (Rechtsanwalt, Notar)

Mit einer Vorsorgevollmacht berechtigen Sie eine oder mehrere Vertrauensperson(en), in Ihrem Namen zu handeln, wenn Sie es nicht können. Insbesondere für die Durchsetzung Ihres in einer Patientenverfügung dokumentierten Willens ist es sinnvoll und notwendig, eine Vorsorgevollmacht zu verfassen.

Der Vortrag zeigt auf, was bei der Ausstellung von Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung oder Patientenverfügung beachtet werden sollte.

Termin Beverstedt / LEB Werkhof:

Montag, 29.01.24, 18:00 - 21:00 Uhr

Kursnummer: C180

Gebühr: 5,00 €

(1 Getränk incl.)

EICKHOFF • DR. MEYER • OTTEN
• Rechtsanwälte • Notare • Fachanwälte •



Fragen zum Erbrecht und zur
Vorsorgevollmacht/Patientenverfügung
beantworte ich regelmäßig in unseren
Kanzleigesprächen.

Dr. jur.
Torben Meyer

Termine unter www.eickhoff-meyer-otten.de

Wir bitten um Anmeldung unter: Tel. 04746/726 90-0
Amtsdamm 44 • 27628 Hagen im Bremischen



Joachim Eickhoff Sylvia Otten-Horstmann Aleksander Godovskij Heike Vagt

www.EICKHOFF-MEYER-OTTEN.de

KLIMAKRISE - WENN WIR DAS KLIMA WANDELN

Referent: Thomas Hollands

(Klimaschutzmanager der Gemeinde Beverstedt)

Das Klima verändert sich und wir als Menschheit sind die Hauptursache. Darüber sind sich alle Fachleute einig. Doch was wissen wir genau und was bedeutet das für unser Leben in der Region? Der studierte Geoökologe Dr. Thomas Hollands ist seit Dezember 2021 Klimaschutzmanager der Gemeinde Beverstedt. Zuvor forschte er für mehr als 10 Jahre am Alfred-Wegener-Institut für Polar- und Meeresforschung. Im Rahmen eines Vortrags wird der Klimaschutzmanager der Gemeinde Beverstedt, Thomas Hollands den aktuellen Wissensstand über die Klimakrise berichten, darstellen, was dies für unsere Region bedeutet und kurz darauf eingehen, was ein Klimaschutzmanager eigentlich macht. Im Anschluss wird es die Möglichkeit zur Diskussion geben.

Termin Beverstedt / LEB Werkhof,

Mittwoch, 21.02.2024

19:00 - 20:30 Uhr

Kursnummer: C181

Gebühr: 5,00 €

(1 Getränk incl.)



Besuchen Sie unser Werkhofhäuschen vor dem Werkhofgelände. Hier finden Sie eine kleine Auswahl unserer selbstgemachten Produkte aus der Hauswirtschaft, Holz- und Metallwerkstatt. Wir stellen unter anderem Fruchtaufstrich, Chutneys, Backmischungen, Eingelegtes, Kräutersalz, Sirup, Insekten- und Bienenhotels, Vogelhäuser, Nistkästen, Hochbeete, Eisenstecker, Rosenbögen und vieles mehr her. Zusätzlich ist es möglich unsere einzelnen Arbeitsbereiche mit individuellen Arbeiten zu beauftragen.



WfbM **Werkhof Beverstedt** **LEB**
04747-873272

Teilnahmebedingungen

1) Anmeldungen

Eine verbindliche Anmeldung bitte schriftlich mit dem Anmeldeformular, per E-Mail, Post oder persönlich im Bildungszentrum Beverstedt, sowie online über unsere Internetseite www.brw-bildungszentrum.de oder telefonisch. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Soweit in der Ausschreibung/Ankündigung Teilnahmebeiträge/Kosten angegeben sind, entsteht mit der Anmeldung die Zahlungspflicht.

Interessent*innen ohne vorherige Anmeldung oder ohne Entrichtung der genannten Teilnahmebeiträge/Kosten haben keinen Anspruch auf Teilnahme.

2) Abmeldung

Eine kostenfreie Stornierung der Anmeldung ist nur bis 14 Kalendertage vor Veranstaltungsbeginn möglich.

Bei einer Stornierung bis acht Tage vor Veranstaltungsbeginn werden Gebühren in Höhe von 50% des Teilnahmebeitrages/der Kosten, bei späteren Stornierungen oder Nichterscheinen in Höhe von 100% des Teilnahmebeitrages/der Kosten in Rechnung gestellt, sofern nicht vom Stornierenden ein/e Ersatzteilnehmer*in gestellt wird. Bei Bildungsmaßnahmen mit Angaben eines Anmeldeschlusses in der Ankündigung ist eine Stornierung nur bis zu diesem Tag (kostenfrei) möglich.

Stornierungen müssen in jedem Fall schriftlich per Post oder E-Mail erfolgen. Rückzahlungen für belegte, aber nicht besuchte Veranstaltungen oder Veranstaltungsteile erfolgen nicht.

3) Kursgebühr

Die Anmeldung verpflichtet zur Zahlung der Kursgebühr. Die Rechnung für die Teilnahmegebühren wird Ihnen 14 Tage vor Kursbeginn zugesendet.

4) Rücktritt durch den Veranstalter

Wird für eine Bildungsveranstaltung die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht oder kann aus anderen, nicht zu vertretenden Gründen die Veranstaltung nicht durchgeführt werden, ist das Bildungszentrum nicht zur Durchführung verpflichtet.

Entrichtete TN-Beiträge werden bei Absage der Maßnahme erstattet. Bei vom Bildungszentrum nicht zu vertretendem Abbruch einer Maßnahme erfolgt eine Erstattung ggf. anteilig.

Soweit der Gesamtzuschnitt der Maßnahme nicht wesentlich beeinträchtigt wird, können Teilnehmer*innen aufgrund Dozent*innen- oder Raumwechsels, einer zeitlichen Verlegung oder einer Verschiebung im Ablaufplan weder vom Vertrag zurücktreten noch den TN-Beitrag mindern.

5) Haftung

Für Diebstahl, Verlust oder sonstige Schäden übernimmt das Bildungszentrum keine Haftung. Dies gilt auch für eventuelle Vermögensschäden infolge Absage gemäß Ziffer 4 oder Abbruch der Maßnahme auf Grund höherer Gewalt.

Für Unfälle während der Veranstaltungen/Kurse und auf dem Hin- und Rückweg zu bzw. von den Veranstaltungen/Kursen übernimmt das Bildungszentrum keine Haftung.

6) Veranstaltungsort

Wenn kein anderer Veranstaltungsort angegeben ist, finden die Kurse in den Räumlichkeiten oder auf dem Gelände der LEB Beverstedt (WERKHOF) in Beverstedt, Wachholz 6a, statt.

7) Bildungsmaßnahme

Die Teilnehmenden verpflichten sich, die Unfallverhütungsvorschriften, die Datenschutzbestimmungen und die Hausordnung am Veranstaltungsort zu beachten.

8) Hausordnung

Die Teilnehmer*innen verpflichten sich, die Hausordnung der jeweiligen Lehrstätte zu beachten.



In Zusammenarbeit mit:



Bildungszentrum Beverstedt
Wachholz 6a
27616 Beverstedt

Fax Nr.: 04747-873316
E-Mail:
biz-beverstedt@leb.de

Hiermit melde ich mich verbindlich zu der Fortbildung an:

Kurs-Datum: _____ **Fortbildung:** _____

Name, Vorname :

Straße/Wohnort:

Tel.: Mobil:

E-Mail:

Geb.-Datum: (wichtig für Zertifikatserstellung)

Die LEB stellt über den Teilnahmebetrag in Höhe von eine Rechnung aus.

RECHNUNGSANSCHRIFT (FALLS ABWEICHEND):

.....
Rechnungsempfänger

.....
Straße/Hausnr. PLZ Ort

.....
Telefon E-Mail

Ich akzeptiere die Teilnahmebedingungen für LEB Bildungsveranstaltungen.
Ich habe die Datenschutzrichtlinien gelesen und stimme der Speicherung und Verarbeitung meiner Daten nach der EU-DSGVO durch die Ländliche Erwachsenenbildung in Niedersachsen e.V. zu
 optional: Ich stimme zu, dass die LEB meine Daten für die Information über eigene Bildungsangebote per Post, E-Mail oder Telefonanruf an mich verwendet.

Für Unfälle während der Veranstaltungen/Kurse und auf dem Hin- und Rückweg zu bzw. von den Veranstaltungen/Kursen übernimmt das Bildungszentrum keine Haftung.

Datum und Unterschrift: _____

Ggfs. Unterschrift Vertretungsberechtigte/Erziehungsberechtigte

Datenschutz

Datenschutzhinweis nach Art. 13 Datenschutzgrundverordnung (DSGVO)

Verantwortlicher: Jörg Biehl,
Bildungszentrum Beverstedt (LEB Wesermünde-Süd e.V.)
Wachholz 6a, 27616 Beverstedt, 04747-873272, E-Mail: biz-beverstedt@leb.de

Freiwillige Angaben:

Wir erheben grundsätzlich nur die Daten, die zur Erfüllung des Vertragszwecks erforderlich (insbesondere Namen, Anschrift, Bankverbindung) sind. Die Angaben von Telefonnummer, E-Mailadresse sowie Alter sind freiwillig. Es sind keine negativen Konsequenzen mit der Nichtbereitstellung dieser Daten verbunden. Allerdings kann die Nichtbereitstellung im Einzelfall die Veranstaltungsorganisation sowie Änderungen der Absagen erschweren.

Datenverarbeitung zur Vertragserfüllung:

Wir verarbeiten die erhobenen Daten gem. Art.6 Abs.1 lit.b DSGVO zum Zweck der Vertragserfüllung. Dies umfasst die Organisation und Durchführung des Veranstaltungen, die damit einhergehende Kundenbetreuung und die Abrechnung erbrachter Leistungen. Die zur Vertragserfüllung erforderlichen Daten werden spätestens drei Jahre nach Beendigung der Vertrags gelöscht und solange nur noch für etwaige Rückfragen bereitgehalten. Die Daten werden nicht gelöscht, sofern nach Vertragsbeendigung noch Forderungen offen sind und eingezogen werden sollen.
Im Fall des Bestehens gesetzlicher Aufbewahrungsfrist werden die betroffenen Daten für die Dauer dieser Fristen archiviert.

Datenverarbeitung auf Grundlage einer Einwilligung:

Sofern Sie uns eine gesonderte Einwilligung erteilt haben, von uns telefonisch oder per Mail über unternehmenseigene Produkte und Dienstleistungen informiert zu werden, erfolgt eine entsprechende Verarbeitung auf Grundlage von Art.6 Abs.1 lit.a DSGVO.

Widerrufsrecht:

Ihre Einwilligung kann jederzeit widerrufen werden, ohne dass dies die Rechtmäßigkeit der bisher erfolgten Verarbeitungen berührt. Wenn die Einwilligung widerrufen wird, stellen wir die entsprechende Datenverarbeitung ein.

Datenempfänger:

Wir übermitteln Ihre Daten nur an Dritte (z.B. an Kreditinstitute zur Zahlungsabwicklung, an Rechtsanwälte zur Durchsetzung offener Forderungen), sofern eine datenschutzrechtliche Befugnis besteht.

Ihre Personalangaben und Ihre Angaben zum Kurs werden zur Durchführung des Kurses/der Maßnahme an die Dozenten*innen weitergegeben.

Ihre Daten können von uns zudem an externe Dienstleister weitergegeben werden, welche uns bei der Datenverarbeitung streng weisungsgebunden unterstützen.

Eine Datenverarbeitung außerhalb der EU bzw. des EWR findet nicht statt.

Kontaktdaten des örtlich Beauftragten für den Datenschutz:

Jörg Biehl, Wachholz 6a, 27616 Beverstedt
Telefon: 04747-87 32 72, E-Mail: joerg.biehl@leb.de

Rechte der betroffenen Person:

Betroffene Personen haben das Recht auf Auskunft seitens des Verantwortlichen über die sie betreffenden personenbezogenen Daten sowie auf Berichtigung unrichtiger Daten oder auf Löschung, sofern einer der in Art.17 DSGVO genannten Gründe vorliegt, bspw. wenn die Daten für die verfolgten Zwecke nicht mehr benötigt werden.

Es besteht zudem das Recht auf Einschränkung der Verarbeitung, wenn eine der in Art. 18 DSGVO genannten Voraussetzungen vorliegt und in den Fällen des Art. 20 DSGVO das Recht auf Datenübertragbarkeit.

Beschwerderecht bei einer Aufsichtsbehörde:

Jede betroffene Person hat das Recht auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde, wenn sie der Ansicht ist, dass die Verarbeitung der sie betreffenden Daten gegen datenschutzrechtliche Bestimmungen verstößt. Das Beschwerderecht kann insbesondere bei einer Aufsichtsbehörde in dem Mitgliedstaat des Aufenthaltsorts der betroffenen Person oder des Orts des mutmaßlichen Verstoßes geltend gemacht werden.

Zuständige Aufsichtsbehörde:

Die Landesbeauftragte für den Datenschutz Niedersachsen, Prinzenstraße 5, 30159 Hannover,
Telefon: 0511-120 4500,
E-Mail: poststelle@lfd.Niedersachsen.de

Impressum:

Bildungszentrum Beverstedt (LEB) vertreten durch Jörg Biehl, Wachholz 6a, 27616 Beverstedt, Tel. 04747-873272
Registernummer: VR201499

Bildnachweis:

Canva, Jona Latza
Restliche Bilder und Logos BIZ Beverstedt, Nestwerk e.V.



Hemeyer's Biber-Café



Biber-Café im EDEKA Markt Hemeyer • Logestr. 39-41 • Beverstedt
Telefon: (04747) 873120
Öffnungszeiten Biber-Café: MO - SA 06:00 bis 19:00 Uhr