

2022
2023



KURSPROGRAMM

Bildungszentrum Beverstedt



Nestwerk
e.V. für soziale & kulturelle Projekte in der SG Hagen



Gemeinde Hagen
im Bremischen



Gemeinde
Loxstedt

WfbM Werkhof Beverstedt



WfbM Werkhof Beverstedt

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

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
- > 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



Nestwerk
e.V. für soziale & kulturelle Projekte in der SG Hagen

BILDUNGSWERK WESERMÜNDE-SÜD E.V.

ADRESSE

Wachholz 6a
27616 Beverstedt

KONTAKT

Telefon: 04747 - 87 32 72
Fax: 04747 - 873316
E-mail: biz-beverstedt@leb.de

Online Buchungen:

www.leb-bremervoerde.swkmedia.de

BÜROZEITEN

montags - freitags
08:00 - 14:00 Uhr
donnerstags 08:00 - 15:30 Uhr

NESTWERK E.V.

ADRESSE

Amtsdammm 40
27628 Hagen im Bremischen

KONTAKT

Telefon: 04746 - 918120
E-mail: nestwerk@hagen-cux.net
www.nestwerk.hagen-cux.net

Wir, das Team vom Bildungszentrum Beverstedt, haben in diesem Jahr 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, EDV, Kreatives, Natur, Gesundheit, Kochen, Motorsägen - 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

Ab 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 & Allgemeines

- | | |
|----------------------------|---------------------|
| 2. Werkhof | 44. Allgemeines |
| 3. Editorial | 45. Anmeldeformular |
| 4. + 5. Inhaltsverzeichnis | 46. Datenschutz |
-

Berufliche Bildung > 6

Qualifizierung zur Seniorenbegleitung mit Befähigung zur zusätzlichen Betreuungskraft nach §53b SGB XI

Fortbildungen für Betreuungskräfte nach § 43b SGB XI / § 53b SGB XI > 7

7. Biografiearbeit
Pflege und Betreuung in der End-/Sterbephase
Ankunft und Betreuung neuer Bewohner
8. Warum Rehasport für Wirbelsäulenerkrankungen so wichtig ist
Heben und Tragen - Kinästhetische Ansätze
9. Körpermotorische Kommunikationstechniken
DrumsAlive®
10. Notfalltraining für Pflegekräfte
Aktivitäten mit Senioren - Arbeiten mit Handpuppen

Qualifizierung zur pädagogischen Betreuungskraft > 11

Fortbildung für Pädagogische Betreuungskräfte

11. Aufbauseminar Inklusion
- ## Qualifizierungsmaßnahmen für Frühkindliche Bildung > 12

12. Häh? Verständigungstechniken für Kita-Fachkräfte
Naturpädagogik vermitteln
13. Arbeiten mit Handpuppen
Parcourssport

Kunst und Kreatives > 14

14. Nähworkshop
Bogen bauen
15. Kreatives schreiben
Schmieden und Metallgestaltung - Haus und Garten
16. Schmieden für leicht Fortgeschrittene
Freie Malerei mit Acrylfarben

Kommunikation > 17

17. Kommunikation und Konfliktbearbeitung
Frei Sprechen - Rhetorik
18. Körpersprache interpretieren
Rhetorik für Frauen
Sprechen und Stimme

Rund um den Garten >19

19. Motorsägenkurs für Brennholzselbstwerber
Arbeitssicherheit BAUM I (Bildungsurlaub)
20. Strauch- und Baumschnitt
Obstbaumschnitt

EDV - Computerkurse > 21

21. Smartphones für Senioren*innen
Computer und Internetkurs
22. Word Intensivkurs
10-Finger-System-Tasturschreiben erlernen
Excel - Formeln und Funktionen

Fitness und Gesundheit > 23

- 23. Reiki
 - Vinyasa Yoga / Slow Flow
- 24. Hula Hoop
- 25. Instinktives Bogenschießen
 - Faszination Faszien
- 26. DrumsAlive®
 - Haltung und Bewegung
 - Kraft und Ausdauer - Warum in dieser Kombination?
 - Nordic Walking für Anfänger/Wiedereinsteiger
- 27. Gesunde Ernährung - Ein Grundstein für Vitalität
 - Unser Wunderorgan "Der Darm"
- 28. Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson
 - Fit und entspannt am Wochenende
- 29. Wellnessprodukte herstellen
 - Achtsamkeit
 - Waldbaden in Dorfhagen

Sprachen > 30

- 30. Plattdeutsch sprechen und schreiben
 - Spanisch für den Urlaub
- 31. Ick snack Platt, du ok?

Kochen > 32

- 32. Fränkische Bratwurst
 - In der Weihnachtsbäckerei
 - Schnelle Küche - nicht nur für Berufstätige
- 33. Fingerfood
 - Schmackvolle Kräuter am Wegesrand
 - Grünkohl - mal anders
- 34. Oh du schöne Spargelzeit
 - Anitpasti und Tapas

Alles für den Hund > 35

- 35. Welcher Welpen passt zu mir ?
 - Biothane-Leine selbst herstellen
- 36. Spiel und Spaß mit dem Hund im Alltag
 - Wackelbrett für den Hund herstellen
 - Heilsalbe für den Hund selbst herstellen
- 37. Physio für den Hund für zuhause
 - Erste Hilfe am Hund

Sonstiges > 38

- 38. Wie sicher ist Fliegen? Flugangst bewältigen
 - Sicher und besser Reisen
- 39. Ihr Weg zu mehr Wohnkomfort
 - Feng Shui für Ihren Garten
- 40. Ab auf die Bühne...
 - Herantasten an die Natur mit Wort und Sinnen

Erste Hilfe > 41

- 41. Erste Hilfe am Kind
 - Erste Hilfe für Trainer/Sportler

Vorträge > 42

- 42. Klimakrise - Wenn wir das Klima wandeln
 - Heiraten ist keine Altersfürsorge - Für Frauen
- 43. Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung - Sinnvoll oder notwendig?

Berufliche Bildung

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

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

Kursleitung: Petra Kroll

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 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.

Der Unterricht findet montags bis freitags von 08:30 - 11:45 Uhr statt.

Die Gesamtmaßnahme ist AZAV anerkannt, so dass Bildungsgutscheine für ALG-Leistungsempfänger*innen akzeptiert werden. Voraussetzung für die Teilnahme ist ein Orientierungspraktikum.

Dauer: 240 Unterrichtsstunden zuzügl. 90 Stunden Praktikum.

Termine Beverstedt:

01.09. - 20.12.22

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

Betriebliche Lernphase : 21.10. - 15.11.22

Termine Beverstedt:

13.02. - 21.06.23

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

Betriebliche Lernphase : 01.04. - 13.05.23



Gebühr: 1.538,40 € inkl. Unterrichtsmaterial

(Ratenzahlung/Förderung über Bildungsgutschein möglich)

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

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

BIOGRAFIEARBEIT

Referentin: Karen Stechmann

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

- Wozu dient Biografiearbeit?
- Welche Quellen und Mittel kann ich einsetzen?

Termine Beverstedt:

Freitag, 28.10.22, 15:00 - 18:15 Uhr

Samstag, 29.10.22, 09:00 - 12:15 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 85,00 €

PFLEGE UND BETREUUNG IN DER END- / STERBEPHASE

Referentin: Karen Stechmann

Psychische und geistige Begleitung Sterbender:

Wie kann ich unterstützen? Wie gehe ich mit Angehörigen und der Situation um?

- Einblicke in die Sterbephasen
- Nonverbale Kommunikation
- Seelenhygiene und gesunde Distanz den Sterbenden gegenüber
- Trauerrituale

Termine Loxstedt/Bürgersaal:

Freitag, 27.01.23, 15:00 - 18:15 Uhr

Samstag, 28.01.23, 09:00 - 12:15 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 85,00 €

ANKUNFT UND BETREUUNG NEUER BEWOHNER

Referentin: Karen Stechmann

Wie begrüße ich neue Bewohner?

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

Termine Loxstedt/Bürgersaal:

Freitag, 03.03.23, 15:00 - 18:15 Uhr

Samstag, 04.03.23, 09:00 - 12:15 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 85,00 €

WARUM REHASPORT FÜR WIRBELSÄULEN- ERKRANKUNGEN SO WICHTIG IST

Referentin: Barbara Peper

Warum Rehasport bei Wirbelsäulenerkrankungen?

Sport kann sehr gesund sein, bei falscher Anwendung jedoch auch vielfältige Nachteile und Gefahren mit sich bringen. Insbesondere, wenn man vorbelastet ist, ist es ratsam unter Anleitung entsprechende Übungen durchzuführen. Dafür eignet sich bestens der Rehasport.

In diesem Lehrgang zeige ich euch in Theorie und Praxis, warum Rehasport sich ganz besonders eignet. Ihr bekommt Übungen an die Hand, die ihr auch bequem und unkompliziert zu Hause durchführen könnt.

Termin Loxstedt:

Samstag, 22.10.22, 09:00 - 16:00 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 85,00 €



HEBEN UND TRAGEN KINÄSTHETISCHE ANSÄTZE

Referentin: Karen Stechmann

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.

Termine Beverstedt:

Freitag, 21.04.23, 15:00 - 18:15 Uhr

Samstag, 22.04.23, 09:00 - 12:15 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 85,00 €

KÖRPERMOTORISCHE KOMMUNIKATIONSTECHNIKEN FÜR SENIORENBEGLEITER*INNEN (PFLEGE- UND GESUNDHEITSBERUFE)

Referentin: Dr. Anne - Britt Ueckermann

Äußert ein/e Senior*in : "Ich verstehe nicht." - dann sprechen wir laut oder wechseln die Batterien im Hörgerät. Was tun, falls das nicht hilft?

Wenn ein alter Mensch sich vom Leben zurückzieht, gerät auch die Bedeutung von Worten mehr und mehr in Vergessenheit.

Glücklicherweise haben wir alle ein Körpergedächtnis, das Denken und Bewegungsabläufe verknüpft.

Sie können mit den neuen Verständigungsmethoden, die auf Körpermotorik beruhen, einem alten Menschen erleichtern, zu begreifen, was Sie meinen, indem Sie genau für diesen Menschen typenkonforme Körperbewegungen wie Gesten synchron zum Sprechen ausführen.

Diese körpermotorische Verständigungstechnik beruht auf neuesten verhaltenswissenschaftlichen (ethologischen) Erkenntnissen.

Termin Loxstedt/Bürgersaal:

Dienstag, 13.12.22, 09:00 - 16:00 Uhr

Mittwoch, 14.12.22, 09:00 - 16:00 Uhr

(16 Unterrichtsstunden)

Termin Beverstedt:

Montag, 05.06.23, 09:00 - 16:00 Uhr

Dienstag, 06.06.23, 09:00 - 16:00 Uhr

(16 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 175,00 €

DRUMS ALIVE® TROMMELN AUF GYMNASTIKBÄLLEN

Referentin: Barbara Peper

Ziel ist die physische und auch die mentale Fitness zu steigern.

Wir trommeln zur Musik mit Drumsticks auf Pezzibällen. Das ganzheitliche Workout verbindet einfache und dynamische Bewegungen mit dem Trommelrhythmus. Das Gedächtnis und die Orientierung werden trainiert.

Termin Loxstedt:

Samstag, 26.11.22, 09:00 - 16:00 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 85,00 €



NOTFALLTRAINING FÜR PFLEGEKRÄFTE GEMÄSS § 132 SGB V (MDK)

Referenten: Rettungsanker (Rettungsdienstschule Bremerhaven)

Pflegekräfte bringen hohe fachliche Kompetenz mit. Doch ein Notfall stellt sie vor besondere Herausforderungen und erfordert sofortiges Handeln.

Wir bereiten Pflegekräfte auf viele alltägliche Unfälle vor, die schnell lebensgefährlich werden können.

In zahlreichen Fallbeispielen gibt es Gelegenheit, eigene Erfahrungen einzubringen und Fragen zu stellen.

In der ambulanten und stationären Pflege haben Qualität und Qualitätssicherung einen hohen Stellenwert. Für Pflegekräfte besteht eine jährliche Fortbildungspflicht von mindestens acht Fortbildungsstunden. Die Einhaltung wird durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK) geprüft.

**Fortbildung gemäß
§ 132 SGB V (MDK)**

Termin Beverstedt:

Samstag, 11.02.2023, 09:30 - 17:00 Uhr
(8 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 85,00 €



AKTIVITÄTEN MIT SENIOREN ARBEITEN MIT HANDPUPPEN

Referent: Axel Bredehöft

Handpuppen sind in vielen Bereichen einsetzbar!

In der Arbeit mit Senioren oder bei Menschen mit Demenz.

Handpuppen dienen als Unterhaltung für klein und groß.

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

Termin Beverstedt:

Samstag, 11.03.23, 09:00 - 16:00 Uhr
(8 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 85,00 €

Qualifizierung zur pädagogischen Betreuungskraft

AN DER VERLÄSSLICHEN GRUNDSCHULE

Kursleitung: Axel Bredehöft

In Niedersachsen und Bremen gibt es die Verlässliche Grundschule. Den Schüler*innen wird zwischen 08:00 Uhr und 13:00 Uhr ein durchgehender Unterricht oder eine qualitative Betreuung gewährleistet. Für die Betreuung der Jungen und Mädchen der Klassen eins bis vier müssen ausgebildete Kräfte vorhanden sein, unter deren Anleitung die Schüler*innen Hausaufgaben erledigen und zum Basteln, Musizieren oder zu Lernspielen angeleitet werden können. Der Kurs soll dazu beitragen, die geforderten Voraussetzungen für eine verlässliche und qualifizierte Schulbetreuung zu schaffen.

Termine Beverstedt:

mittwochs, 21.09.2022 - 15.03.2023

Uhrzeit: 19:00 - 22:00 Uhr zzgl. 3 Samstage

(100 UStd. + 20 Std. Hospitation)

Gebühr: 545,00 €

(Ratenzahlung möglich)

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



Fortbildung für Pädagogische Betreuungskräfte

AUFBAUSEMINAR INKLUSION

Referentin: Petra Wulff-Haun

Inklusion - Was ist das eigentlich?

Und was bedeutet Inklusion für jede*n von uns persönlich?

Inklusion ist, wenn alle mitmachen dürfen. Egal wie du aussiehst, welche Sprache du sprichst oder ob du eine Behinderung hast.

In diesem Kurs erfahren Sie, woran auffälliges Verhalten zu erkennen ist und wie Sie mit verhaltensauffälligen Kindern und Jugendlichen professionell umgehen.

Inklusion I

Termine Beverstedt:

donnerstags, 08.09. - 13.10.22

6 Abende jeweils von 19:00 - 22:00 Uhr

zzgl. 1 Samstag

(30 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 175,00 €

Inklusion II

Termine Beverstedt:

donnerstags, 03.11. - 08.12.22

6 Abende jeweils von 19:00 - 22:00 Uhr

zzgl. 1 Samstag

(30 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 175,00 €

Qualifizierungsmaßnahmen

Frühkindliche Bildung

HÄHH? VERSTÄNDIGUNGSTECHNIKEN FÜR KITA-FACHKRÄFTE

Referentin: Dr. Anne-Britt Ueckermann

Kennen Sie das? Sie sprechen mit einem Kind und es passiert - nichts!
Obwohl Sie laut und deutlich sprechen, begreift das Kind nicht, was Sie meinen.

Sie können mit neuen Verständigungsmethoden, die auf Körpermotorik beruhen, Ihre Verstehbarkeit unterstützen, indem Sie genau für dieses Kind typen ausgerichtet Gesten, Mimik und Körperbewegungen synchron zum Sprechen sichtbar ausführen. Dieses Kind versteht so viel besser, was Sie meinen, weil Sie Ihre Motorik seiner Denkweise angepasst haben. Denn wir alle begreifen über Bewegung weit mehr als über Worte. Zumal der Wortschatz von Kindern oft noch klein ist.....

Termine Beverstedt:

Freitag, 7.10.22, 15:00 - 21:00 Uhr

Samstag, 08.10.22, 09:00 - 16:00 Uhr

(16 Unterrichtsstunden)

Termine Loxstedt/Bürgersaal:

Freitag, 23.06.23, 15:00 - 21:00 Uhr

Samstag, 24.06.23, 09:00 - 16:00 Uhr

(16 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 175,00 €

NATURPÄDAGOGIK VERMITTELN

Referentin: Petra Wulff-Haun und Rieke Neugebohrn

Dieses Seminar richtet sich an alle, die mit Kindern arbeiten und Naturerlebnisse vermitteln möchten.

Auf den theoretischen Grundlagen der Outdoorpädagogin Steven von Matre und Joseph Cornell werden wir uns mit Erlebnisinszenierungen und Spielideen auf die Reise in die Natur begeben und ihre Magie entdecken.

Termine Beverstedt:

Samstag, 10.06.23, 10:00 - 16:00 Uhr

Sonntag, 11.06.23, 09:00 - 14:00 Uhr

(16 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 127,50 €



ARBEITEN MIT HANDPUPPEN

Referent: Axel Bredehöft

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

Termin Beverstedt:

Samstag, 18.02.23, 09:00 - 16:00 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 85,00 €



PARCOURSSPORT

Referentin: Barbara Peper

Parkoursport ermöglicht neue Bewegungserfahrungen im Zusammenhang mit traditionellen Geräten in der Sporthalle.

Sie bekommen hier die Möglichkeit mit einfachen Geräten den Kindern in der Turnhalle ein Überwinden von Hindernissen zu vermitteln.

Termin Loxstedt:

Samstag, 11.03.23, 09:00 - 16:00 Uhr

(8 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 85,00 €



Kunst und Kreatives

NÄHWORKSHOP

Referentin: Wiebke Stürmer

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

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

Termine für Beverstedt:

Samstag, 12.11.22, 10:00 - 17:15 Uhr

Sonntag, 13.11.22, 10:00 - 15:00 Uhr
oder

Samstag, 04.03.23, 10:00 - 17:15 Uhr

Sonntag, 05.03.23, 10:00 - 15:00 Uhr

Gebühr: 85,00 €

Termine Loxstedt/Bürgersaal:

Samstag, 08.10.22, 10:00 - 17:15 Uhr

Sonntag, 09.10.22, 10:00 - 15:00 Uhr

Gebühr: 85,00 €



Bitte bringen Sie zu diesem Kurs Nähmaschine und Zubehör mit!

BOGEN BAUEN - HISTORISCHER FLACHBOGEN

Referent : Benno Kruse

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.

Termine Beverstedt:

dienstags, 01.11. - 29.11.22

5 Abende jeweils von 18:00 - 21:00 Uhr
oder

dienstags, 07.02. - 28.02.23

4 Abende jeweils von 18:00 - 21:00 Uhr +
Donnerstag, 02.03.23 18:00 - 21:00 Uhr

Gebühr: 105,00 €

zzgl. 80,00 € - 100,00 € Materialkosten



KREATIVES SCHREIBEN DER WEG ZUM EIGENEN BUCH

Referentinnen: Petra Wulff-Haun und Sabrina Dahlenburg

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.

Termine Beverstedt:

dienstags, 06.09.22 - 27.09.22

4 Abende jeweils von 19:00 - 21:15 Uhr

Gebühr: 95,00 €



SCHMIEDEN & METALLGESTALTUNG HAUS UND GARTEN

Referent: Ortwin Kirstein

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.

Termine für Beverstedt:

Samstag, 29.10.22, 10:00 - 16:00 Uhr

oder

Samstag, 18.03.23, 10:00 - 16:00 Uhr

oder

Samstag, 29.04.23, 10:00 - 16:00 Uhr

Gebühr: 80,00 €

Materialkosten sind direkt an den Dozenten zu zahlen.



SCHMIEDEN FÜR LEICHT FORTGESCHRITTENE

Referent: Friedrich Steffens

Wir fertigen dekorative Windspiele aus Metall und Feldsteinen für den Garten an. Es werden Metallverbindungen durch schweißen, nieten und biegen hergestellt.

Termin Beverstedt:
Samstag, 24.09.22, 10:00 - 16:00 Uhr

Gebühr: 80,00 €
Materialkosten sind direkt an den Dozenten zu zahlen.



FREIE MALEREI MIT ACRYLFARBEN

Referentin: Carla Mantel

In diesem 3-stündigen Malkurs erschafft jede/r zwei Bilder, die aufeinander reagieren. Abstrakte Farbflächen, die durch das Mischen der Grundtöne (gelb, blau und rot) entstehen, verlangen eine Antwort, sei es durch andere Farbmischungen, durch Linien, durch gezeichnete Motive, durch Mischung mit Weiß oder/und Schwarz, etc. Und wetten: Jede/r wird mit einem guten Ergebnis nach Hause gehen, egal ob schon malerfahren oder noch nicht.

Termin Beverstedt:
Montag, 14.11.22, 18:00 - 21:15 Uhr

Gebühr: 50,00 €



Kommunikation

KOMMUNIKATION UND KONFLIKTBEARBEITUNG

Referent: Arnold Neugebohrn

Kommunikation - was verstehen wir überhaupt darunter?

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.

Die verschiedenen Konfliktarten sollen untersucht und behandelt werden.

Termine Beverstedt:

Samstag, 05.11.2022, 09:30 - 16:30 Uhr &

Samstag, 12.11.2022, 09:30 - 16:30 Uhr

(16 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 127,50 €



FREI SPRECHEN - RHETORIK

Referentin: Dr. Anne-Britt Ueckermann

(Kommunikationswissenschaftlerin)

Wenn Sie könnten - würden Sie....

- nicht mehr ablesen.

- Ihre Zuhörer anschauen und mit ihnen reden.

- beschwingt sein, weil Sie tatsächlich frei reden!

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

Termin Loxstedt/Stotel Familienzentrum:

Samstag, 12.11.22, 09:30 - 16:30 Uhr

Termin Beverstedt:

Samstag, 21.01.2023, 09:30 - 16:30 Uhr

Gebühr: 90,00 €

KÖRPERSPRACHE INTERPRETIEREN

Referentin: Dr. Anne-Britt Ueckermann

(Kommunikationswissenschaftlerin)

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 Loxstedt/Stotel Familienzentrum:

Samstag, 14.01.23, 09:30 - 16:30 Uhr

Termin Beverstedt:

Samstag, 10.06.2023, 09:30 - 16:30 Uhr

Gebühr: 90,00 €



RHETORIK FÜR FRAUEN

Referentin: Dr. Anne-Britt Ueckermann

(Kommunikationswissenschaftlerin)

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:

Samstag, 04.02.2023, 9:30 - 16:30 Uhr

Gebühr: 90,00 €

SPRECHEN UND STIMME

Referentin: Dr. Anne-Britt Ueckermann

(Kommunikationswissenschaftlerin)

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 Loxstedt/Stotel Familienzentrum:

Samstag, 11.03.23, 09:30 - 16:30 Uhr

Termin Beverstedt:

Samstag, 29.04.2023, 09:30 - 16:30 Uhr

Gebühr: 90,00 €

Rund um den Garten

MOTORSÄGENKURS FÜR BRENNHOLZSELBSTWERBER

Referent: Thomas Hesse

In diesem 2-Tageskurs werden die wesentlichen Inhalte der Handhabung, Pflege und Wartung einer Motorkettensäge vermittelt. Die Teilnahme berechtigt zur Aufbereitung von Holz zu privaten Zwecken.

Persönliche Schnittschutzausrüstung und Motorsäge sind mitzubringen.

Termine Beverstedt:

Kurs 1

Freitag, 28.10.22, 14:30 - 18:00 Uhr

Samstag, 29.10.22, 09:00 - 16:00 Uhr

Kurs 2

Freitag, 25.11.22, 14:30 - 18:00 Uhr

Samstag, 26.11.22, 09:00 - 16:00 Uhr

Kurs 3

Freitag, 20.01.23, 14:30 - 18:00 Uhr

Samstag, 21.01.23, 09:00 - 16:00 Uhr

Kurs 4

Freitag, 12.05.23, 14:30 - 18:00 Uhr

Samstag, 13.05.23, 09:00 - 16:00 Uhr

Gebühr: 135,00 €

ARBEITSSICHERHEIT BAUM I ALS BILDUNGSURLAUB IN NIEDERSACHSEN UND BREMEN ANERKANNT

Referent: Thomas Hesse

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 und nicht auf dem Gelände der LEB statt. Eine Arbeitsmedizinische Vorsorgeuntersuchung gem.g25 ist Voraussetzung.

Persönliche Schnittschutzausrüstung und Motorsäge sind mitzubringen.

Termine Beverstedt:

08.05. - 12.05.23

Montag, 10:00 - 16:30 Uhr

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

Freitag, 09:00 - 14:15 Uhr

(39 Unterrichtsstunden)

Gebühr: 550,00 €

Der Kurs wird in Zusammenarbeit mit der VHS Bremervörde durchgeführt.



STRAUCH - UND BAUMSCHNITT

Referent: Jonas Maiwald

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.

Wetterfeste Kleidung, Handschuhe sowie Werkzeug (Rosenschere, Astkneifer, Handsäge o.ä.) mitbringen.

Termine Beverstedt:

Samstag, 11.02.2023

Uhrzeit: 09:00 - 12:00 Uhr

oder

Sonntag, 12.02.2023

Uhrzeit: 09:00 - 12:00 Uhr

Gebühr: 45,00 €



OBSTBAUMSCHNITT

Referent: Jonas Maiwald

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.

Wetterfeste Kleidung, Handschuhe sowie Werkzeug (Rosenschere, Astkneifer, Handsäge o.ä.) mitbringen.

Termine Beverstedt:

Samstag, 11.02.2023

Uhrzeit: 14:00 - 17:00 Uhr

oder

Sonntag, 12.02.2023

Uhrzeit: 14:00 - 17:00 Uhr

Gebühr: 45,00 €



EDV - Computerkurse

SMARTPHONES FÜR SENIOREN*INNEN

Referentin: Manuela Koop

In kleinen Gruppen wird Ihnen der grundsätzliche Umgang mit Ihrem Smartphone vermittelt.

Inhalt: Grundlegende Systemeinstellungen, Installieren und Deinstallieren von Apps, das Google-Konto, Umgang mit Standard-Apps, Organisation und Sicherheit von Dateien.

Ein Android Smartphone ist Voraussetzung für den Kurs und muss zum Kurs mitgebracht werden!

Termine Beverstedt:

donnerstags, 23.03. - 13.04.23

4 Nachmittage jeweils von 16:00 - 18:30 Uhr

Gebühr: 80,00 €



Raumgestaltung
Neufeld



Für ein schönes Zuhause



Wir wollen, dass Sie besser leben!

Designboden in großer Auswahl (auch am Lager)
Bodenbeläge aller Art (inkl. Verlegeservice)
Maler- und Tapezierarbeiten * Fassadenarbeiten
Große Auswahl an Farbe und Tapeten
Gardinen * Nahservice * Sonnenschutz

Wilhelm-Giese-Str. 24 27616 Beverstedt Tel: 04747 / 93 11 44	Hermann-Lamprecht-Str. 42 27442 Gnarrenburg Tel: 04763 / 335
--	--

www.raumgestaltung-neufeld.de

COMPUTER- UND INTERNETKURS

Referentin: Manuela Koop

In diesem Einsteigerkurs werden die Grundlagen der Computernutzung vermittelt und Hemmungen beim Umgang mit dem PC bzw. Notebook sollen abgebaut werden.

Schwerpunkt: Umgang mit dem Betriebssystem Windows und das Kennenlernen von Microsoft Word.

Ein Notebook/Laptop mit Windows 10 ist Voraussetzung für den Kurs und muss mitgebracht werden!

Termine Beverstedt:

donnerstags, 09.02. - 16.03.23

6 Nachmittage jeweils von 16:00 - 18:30 Uhr

Gebühr: 120,00 €

WORD INTENSIVKURS

Referentin: Manuela Koop

In diesem Kurs erhalten Sie einen Überblick über die Einsatzmöglichkeiten und Funktionen von Microsoft Word. Anhand praktischer Übungen wird das Erlernte umgesetzt und vertieft.

Kursinhalte: Texte erstellen, öffnen, bearbeiten, speichern und drucken.

Kopieren, verschieben, suchen und ersetzen von Textzeilen, Zeichen- und Absatzformatierung, Arbeiten mit Textbausteinen.

Ein Notebook/Laptop mit Windows 10 ist Voraussetzung für den Kurs und muss mitgebracht werden!

Termine Beverstedt:

donnerstags, 20.04. - 01.06.23

6 Nachmittage jeweils von 16:00 - 18:30 Uhr

Gebühr: 120,00 €

10-FINGER-SYSTEM-TASTATURSCHREIBEN ERLERNEN

Referentin: Manuela Koop

Das 10-Finger-System ist eine Technik zur effizienten Bedienung der Computertastatur. Durch eine sinnvolle Verteilung der Finger auf gut erreichbare Tasten ermöglicht es nach einer gewissen Einarbeitung das "blinde" Schreiben auf der Tastatur.

Ein Notebook/Laptop mit Windows 10 ist Voraussetzung für den Kurs und muss mitgebracht werden!

Termine Beverstedt:

freitags, 14.04. - 12.05.23

5 Nachmittage jeweils von 16:00 - 18:30 Uhr

Gebühr: 100,00 €

EXCEL - FORMELN UND FUNKTIONEN

Referentin: Manuela Koop

Ein Notebook/Laptop mit Windows 10 ist Voraussetzung für den Kurs und muss mitgebracht werden!

Termine Beverstedt:

dienstags, 24.08.23 - 28.09.23

6 Nachmittage jeweils von 16:00 - 18:30 Uhr

Gebühr: 120,00 €

Fitness und Gesundheit

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 Wolldecke, bequeme Kleidung und Imbiss für die Pause mitbringen.

Termine Beverstedt:

Grad I

Samstag, 01.10.22, 13:00 - 18:00 Uhr

Sonntag, 02.10.22, 10:00 - 17:00 Uhr

Gebühr: 200,00 €

Grad II

Samstag, 22.10.22, 13:00 - 18:00 Uhr

Sonntag, 23.10.22, 10:00 - 17:00 Uhr

Gebühr: 250,00 €

Grad III

Samstag, 05.11.22, 13:00 - 18:00 Uhr

Sonntag, 06.11.22, 10:00 - 17:00 Uhr

Gebühr: 500,00 €



VINYASA YOGA / SLOW FLOW

Referentin: Anita Dieckmann

Vinyasa Yoga in langsamen und fließenden Bewegungen, welche mit Ihrer Atmung verschmelzen. Mobilisiere deinen ganzen Körper und arbeite an deiner Beweglichkeit, Kraft und Atmung. Voraussetzung: Erste Erfahrungen im Vinyasa, Hatha Yoga.

Mitzubringen: Yogamatte, 2 Yogablocke, 1 Yogagurt

Termine Beverstedt/Feldhofhalle:

dienstags, 13.09.2022 - 11.10. und 01.11. - 29.11.2022

10 Abende jeweils von 19:00 - 20:00 Uhr

Gebühr: 80,00 €



HULA - HOOP SCHNUPPERKURS

Referentin: Jona Latza

"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 wird der erste Kontakt mit dem Reifen vermittelt.

Mitzubringen: Wenn vorhanden Hula Hoop Reifen.

Termine Beverstedt/Feldhofhalle:

Samstag, 15.10.2022

Uhrzeit: 10:00 - 10:45 Uhr

oder

Uhrzeit: 11:00 - 11:45 Uhr

Gebühr: 10,00 €

HULA - HOOP FÜR ANFÄNGER*INNEN

Referentin: Jona Latza

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

Mitzubringen: Hula Hoop Reifen und Gymnastikmatte.

Termine Beverstedt/Feldhofhalle:

mittwochs, 09.11. - 07.12.22

5 Abende jeweils von 19:30 - 20:15 Uhr

oder

montags, 09.01. - 01.02.23

5 Abende jeweils von 19:15 - 20:00 Uhr

Gebühr: 30,00 €

HULA - HOOP FÜR FORTGESCHRITTENE

Referentin: Jona Latza

Abwechslungsreiches und unterhaltsames Workout für alle, die den Reifen bereits schwingen können.

Hula Hoop trainiert den ganzen Körper, besonders Bauch, Hüften, Taille und Rücken. Das Herz-Kreislaufsystem wird gestärkt und die allgemeine Beweglichkeit wird verbessert. Fitness mit ganz viel Spaß.

Mitzubringen: Hula Hoop Reifen und Gymnastikmatte.

Termine Beverstedt/Feldhofhalle:

montags, 09.01. - 13.03.23

10 Abende jeweils von 20:15 - 21:00 Uhr

Gebühr: 60,00 €



INSTINKTIVES BOGENSCHIESSEN

Referent: Matthias Voss & Benno Kruse

Instinktives Bogenschießen bedeutet, einen Pfeil lediglich unter Zuhilfenahme der Augen, der Körperhaltung und des Erinnerungsvermögens vom Bogen abzuschießen.

Instinktives Schießen ist eine rein instinktive, völlig natürliche Handlung, welche auf der Koordination des Auges und der Hand beruht.

Mitzubringen: Pfeil und Bogen

Termine Beverstedt:

Samstag, 08.10.22, 10:00 - 16:15 Uhr +

Sonntag, 09.10.22, 10:00 - 16:15 Uhr

oder

Samstag, 25.03.23, 10:00 - 16:15 Uhr +

Sonntag, 26.03.23, 10:00 - 16:15 Uhr

Gebühr: 45,00 €



FASZINATION FASZIEN

Referentin: Barbara Peper

Was sind Faszien? Wie erkennt man verklebte Faszien? Faszien-Training, Faszien lösen. Dieser Lehrgangs ist eine Einführung in die Welt der Faszien in Theorie und Praxis.

Termine Beverstedt/Feldhofhalle:

Samstag, 14.01.23, 09:00 - 16:00 Uhr

Gebühr: 55,00 €



**DAS LEBEN IST ZU AUFREGEND
FÜR NUR EINE BRILLE**

Jetzt beim Kauf einer Brille attraktive Rabatte auf jede weitere Zusatzbrille sichern!



(MPO)
Optiker- und Augenoptikermeister

BENNO KRUSE
Uhrmacher-
und Augenoptikermeister



27616 Beverstedt • ☎ 04747 / 70 87
Das Fachgeschäft neben der Kirche

Referentin: Barbara Peper

Dieses ganzheitliche Workout verbindet einfache, aber dynamische Bewegungen mit dem pulsierenden Trommelrhythmus. Es ist ein Ganzkörpertraining im Bereich der Kraftausdauer. Die motivierende Musik steigert die physische als auch die mentale Fitness. Dieser Sport ist für Jung und Alt geeignet und bringt eine Vielzahl an positiven Effekten wie Verbesserung der sozialen und emotionalen Gesundheit.

Termin Loxstedt:

Samstag, 11.02.23, 09:00 - 12:15 Uhr

Gebühr: 37,00 €



HALTUNG / BEWEGUNG

Referentin: Barbara Peper

Im Vorfeld behandeln wir theoretisch das Thema Haltung und Bewegung. Anschließend wollen wir Stabilisation, Gleichgewicht und Koordination anhand von Übungen schulen.

Termin Beverstedt/Feldhofhalle:

Samstag, 25.02.23, 09:00 - 16:00 Uhr

Gebühr: 55,00 €

KRAFT/AUSDAUER WARUM IN DIESER KOMBINATION?

Referentin: Barbara Peper

Kraft und Ausdauer in Kombination ist Ziel dieses Lehrgangs.

Wie lässt es sich in der Halle und auch draußen umsetzen?

Termin Beverstedt/Feldhofhalle:

Samstag, 01.04.23, 09:00 - 12:15 Uhr

Gebühr: 37,00 €

NORDIC WALKING FÜR ANFÄNGER / WIEDEREINSTEIGER

Referentin: Barbara Peper

Ihr habt Lust auf Nordic Walking?

Möchtet es einfach mal ausprobieren oder seid länger nicht mehr gewalkt und möchtet die Chance zum Wiedereinstieg nutzen?

Warm up, die richtige Technik, Laufstil und Cool down werden an diesem Tag Thema sein. Das ganze gemixt mit Spaß und viel frischer Luft.

Termin Beverstedt:

Samstag, 29.04.23, 09:00 - 12:30 Uhr

Gebühr: 37,00 €

GESUNDE ERNÄHRUNG - EIN GRUNDSTEIN FÜR VITALITÄT

Referentin: Sonja Wohltmann (Ernährungsberaterin)

Welche Lebensmittel machen uns krank? Macht Stress dick?
Ist Fett nicht gleich Fett? Was ist eine Low-Carb-Ernährung?
In Vorträgen und Gruppenarbeiten erarbeiten wir wertvolles Wissen rund um das Thema Ernährung. Wir stellen unser eigenes Essverhalten auf den Prüfstand und erlangen auf intuitive Weise Kontrolle über die Gewichtskurve.
Gemeinsam bereiten wir einige schnelle und gesunde Rezepte vor.
Inklusive Infomappe.

Termine Beverstedt:
3x donnerstags, 03.11. - 17.11.22
jeweils von 17:30 - 19:45 Uhr

Termine Loxstedt/Nesse Mehrzweckhalle:
3x dienstags, 18.04. - 02.05.23
jeweils von 18:30 - 20:45 Uhr

Gebühr: 107,50 €
Die Lebensmittelkosten in Höhe von 22,50 € sind in den Kursgebühren enthalten.



UNSER WUNDERORGAN "DER DARM"

Referentin: Sonja Wohltmann (Ernährungsberaterin)

Er ist mehr als nur eine Verdauungsmaschine: Kaum ein anderes Organ beeinflusst unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit so unmittelbar wie der Darm. Erfahren Sie in Kurzvorträgen zur darmgesunden Ernährung und anhand von Übungen, wie der Darm unterstützt und gepflegt werden kann.
Inklusive Infomappe.

Termin Beverstedt:
Freitag, 07.10.2022
Uhrzeit: 16:30 - 18:00 Uhr

Termin Loxstedt/Bürgersaal:
Montag, 20.03.23
Uhrzeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Gebühr: 25,00 €



PROGRESSIVE MUSKELRELAXATION NACH JACOBSON

Referentin: Sonja Wohltmann (Ernährungsberaterin)

Tiefe Entspannung für Körper, Geist und Seele - Anspannung und Entspannung einzelner Muskelgruppen unter bewusster Beachtung dieser Gefühle.
Sie erlernen die einfach anzuwendende Methode und erfahren Wissenswertes rund um ein entspannteres Leben.

Bitte bringen Sie eine Matte (großes Handtuch) zum Unterlegen und eine Decke sowie evtl. warme Socken mit.

Termine Beverstedt/Stubben Dorfzentrum:
6x donnerstags, 27.09. - 01.11.22
jeweils von 17:30 - 19:00 Uhr

Termine Beverstedt/Feldhofhalle:
6x dienstags, 09.05. - 13.06.23
jeweils von 18:30 - 20:00 Uhr

Gebühr: 110,00 €

FIT UND ENTSPANNT AM WOCHENENDE

Referentin: Sonja Wohltmann (Ernährungsberaterin)

Gönnen Sie sich eine Auszeit vom Alltag und besinnen sich auf das eigene Ich.
Wir werden unseren Körper mit leichten Bewegungseinheiten stärken.
Entspannungsübungen, Atemtechniken und eine Fantasiereise runden das Programm ab.
Inklusive Teepause mit gesunden Snacks.

Bitte bringen Sie eine Matte (großes Handtuch) zum Unterlegen und eine Decke sowie evtl. warme Socken mit.

Termin Beverstedt :
Samstag, 26.11.22, 14:00 - 17:00 Uhr

Termin Loxstedt/Bürgersaal:
Freitag, 09.06.23, 17:00 - 20:00 Uhr

Gebühr: 45,00 €



WELLNESSPRODUKTE HERSTELLEN

Referentin: Maren Suhr

Wir stellen gemeinsam Cremes, Salben, Badesalze usw. ohne Konservierungsstoffe mit Produkten aus der Natur her.

Termin Beverstedt:

Samstag, 04.02.23

Uhrzeit: 11:00 - 15:00 Uhr

Gebühr: 40,00 €

ACHTSAMKEIT DEIN SCHLÜSSEL ZUM GLÜCK

Referentin: Susanne Puvogel

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 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.

Durch mehr Achtsamkeit verändern wir unsere Vorstellungen vom Leben und von unseren Beziehungen zu anderen Menschen.

In diesem Seminar beschäftigen wir uns sehr intensiv mit diesem Thema und erarbeiten eine ganz persönliche Anleitung zu mehr Gelassenheit und Lebensfreude im Alltag.

Terminee Beverstedt:

Donnerstag, 09.02.2023

Uhrzeit: 17:00 - 21:00 Uhr

Gebühr: 50,00€

WALDBADEN IN DORFHAGEN

Referentin: Susanne Puvogel

In diesem Kurs zeigen wir Ihnen, wie Sie sich mithilfe von leicht umsetzbaren Übungen die gesundheitsfördernden Eigenschaften des Waldes zunutze machen können.

Termin Dorfhagen:

Samstag, 08.10.2022

Uhrzeit: 10:00 - 13:00 Uhr

Gebühr: 40,00 €

**Deine Haare
machen
90 % deines
Selfies aus!**

**Triseur
KAMMIN**
by Jasmin

Telefon: 0 47 48 - 442 100

Sprachen

PLATTDEUTSCH SPRECHEN UND SCHREIBEN

Referent: Dr. Günter Ihmels

In diesem Sprechkurs wird den Teilnehmenden die Scheu vor dem Sprechen und Schreiben der plattdeutschen Sprache genommen.

Am Ende des Kurses wird der Dozent die Kriminalkomödie "Boot un Dood" präsentieren. Plattdeutschkenntnisse werden vorausgesetzt.

Kurs I

Termine Beverstedt:

3x Samstag, 05.11.22 - 19.11.22

jeweils von 09:00 - 12:15 Uhr

Gebühr: 75,00 €

zzgl. 15,00 € Material

Kurs II

Termine Beverstedt:

3x Samstag, 14.01. - 28.01.23

jeweils von 09:00 - 12:15 Uhr

Gebühr: 75,00 €

zzgl. 15,00 € Material

SPANISCH FÜR DEN URLAUB

Referent: Arnold Neugebohrn

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 geben.

Termine Beverstedt:

Mittwoch, 12.04. - 17.05.23,

6 Abende jeweils von 18:30 - 20:30 Uhr

Gebühr: 110,00 €



ICK SNACK PLATT, DU OK?

Referent: Jürgen Reiners

Plattdeutschkurs für Junge und Junggebliebene.

Tro di wat, snack Platt.

Mit der Plattdeutschen Sprache in den Alltag abtauchen.

Kurs I

Termine Loxstedt/Uterlande:

Mittwoch, 12.10 - 14.12.22

10 Abende jeweils von 18:00 - 19:30 Uhr

Kurs II

Termine Loxstedt/Stotel Familienzentrum:

Mittwoch, 01.02. - 05.04.23

10 Abende jeweils von 18:00 - 19:30 Uhr

Gebühr: 130,00 €

ALFA ROMEO

Autoteilemer
ALFA ROMEO
Servicepartner
seit 1971

VICTORIA

CONTOURA

FALKE

GBC

BRENNABER

QIO

Markenfahräder
und Zubehör

BÄSMANN

AUTOHAUS BÄSMANN GMBH

www.autohaus-baermann.de

Logestraße 28 · Beverstedt · ☎ 04747-7006

Kochen

FRÄNKISCHE BRATWURST

Referent: Harald Rossa

Bratwurst selbst gemacht - einfach und lecker. Herzhafte Würste, die wir braten und als "blaue Zipfel" zubereiten.

Termin Beverstedt:

Montag, 10.10.2022, 18:00 - 22:00 Uhr

Gebühr: 35,00 (incl. Lebensmittelkosten)



IN DER WEIHNACHTSBÄCKEREI

Referentin: Anne Lindau

Sie lieben Weihnachten und Plätzchen backen? Dann sind Sie bei diesem gemütlichen Plätzchen-Backkurs genau richtig. Mit wenigen Zutaten und etwas Kreativität backen wir eine bunte Keksvielfalt.



Mitzubringen sind: Geschirrtuch, Nudelholz, Schürze und Keksdose

Termin Beverstedt:

Samstag, 19.11.22, 09:30 - 14:00 Uhr

Gebühr: 35,00 €

SCHNELLE KÜCHE - NICHT NUR FÜR BERUFTSTÄTIGE

Referent: Harald Rossa

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

Termin Beverstedt:

Montag, 30.01.2023, 18:00 - 22:00 Uhr

Gebühr: 35,00 € (incl. Lebensmittelkosten)

FINGERFOOD

Referentin: Marie-Luise Page

In fröhlicher Runde wollen wir verschiedene kleine Leckereien ausprobieren, die auch auf Partys Anklang finden und sich gut vorbereiten lassen.
Anschließend genießen wir unsere Kreationen!

Mitzubringen sind: Geschirrtuch, Vorratsbehälter und Schürze

Termin Beverstedt:

Dienstag, 21.02.2023, 17:30 - 20:30 Uhr

Gebühr: 35,00 € (incl. Lebensmittelkosten)

SCHMACKVOLLE KRÄUTER AM WEGESRAND

Referentin: Maren Suhr

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

Termin Beverstedt:

Samstag, 04.03.2023, 11:00 - 16:00 Uhr

Gebühr: 50,00 € (incl. Lebensmittelkosten)



GRÜNKOHL - MAL ANDERS

Referent: Harald Rossa

Grünkohl - lecker und gesund. Heute kochen wir ihn nicht klassisch, sondern mal anders.
Ausgefallen und lecker.

Termin Beverstedt:

Montag, 13.03.2023, 18:00 - 22:00 Uhr

Gebühr: 35,00 € (incl. Lebensmittelkosten)



OH DU SCHÖNE SPARGELZEIT

Referent: Harald Rossa

Was gibt es im Frühling Schöneres als Spargel. Wir bereiten verschiedene Gerichte mit dem leckeren und gesunden Gemüse zu.

Termin Beverstedt:

Montag, 08.05.2023, 18:00 - 22:00 Uhr

Gebühr: 45,00 € (incl. Lebensmittelkosten)



ANITPASTI UND TAPAS

Referentin: Marie-Luise Page

Wer träumt nicht davon, im Lokal nur Vorspeisen zu bestellen, weil alles so gut klingt? In diesem Kurs werden Sie italienische Antipasti und spanische Tapas zubereiten - ganz einfach, lecker und wunderbar aromatisch.

Mitzubringen sind: Geschirrtuch, Vorratsbehälter und Schürze

Termin Beverstedt:

Dienstag, 16.05.2023, 17:30 - 20:30 Uhr

Gebühr: 35,00 € (incl. Lebensmittelkosten)



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 **ZEB**
04747-873272

Alles für den Hund

WELCHER WELPE PASST ZU MIR?

Referentin: Verena Eckhardt

Damit Sie und Ihr neues Familienmitglied möglichst perfekt zueinander passen und einen guten gemeinsamen Start haben, beschäftigen wir uns mit folgenden Fragen:



Welche Ansprüche habe ich an einen Hund und welche Rasse passt hierzu?
Woran erkenne ich einen seriösen Züchter? Welcher Welpe ist der Richtige für mich?
Was muss ich vor dem Einzug besorgen und beachten? (Erstausstattung, Welpen-sicheres Zuhause)
Welche Besonderheiten sind in den ersten Wochen im neuen Zuhause zu berücksichtigen? (Futterwahl und -intervalle, Alleinbleiben, Stubenreinheit, Auslastung vs Ruhebedürfnis, Schlafplatz) Wie baue ich mein Hundetraining auf?

Termin Beverstedt:

Dienstag, 08.11.22, 18:30 - 20:45 Uhr

Gebühr: 35,00 €

BIOTHANE - LEINE SELBST HERSTELLEN

Referentin: Verena Eckhardt

Wir stellen eine Leine nach unseren individuellen Wünschen her. Im Fokus steht eine längenverstellbare Allround-Leine mit oder ohne Handschleufe, deren Stärke an die Größe Ihres Hundes angepasst ist.

Zur Herstellung werden wir Biothane verwenden, ein Kunstleder mit vielen Vorteilen:

- * Hohe Reißfestigkeit bei niedrigem Gewicht, Verschleißfest
- * Keine Wasseraufnahme, daher ideal bei Regen, Wassersport oder Morgenspaziergängen
- * Resistenz gegen Schimmel, Bakterien und Keime
- * Geruchsneutral, Einfache Reinigung
- * Dauerhaft intensive Farben durch UV-Beständigkeit, auf Wunsch auch reflektierend

Termine Beverstedt:

**Mittwoch, 05.10.22, 16:00 - 18:15 Uhr
oder**

Mittwoch, 25.01.23, 18:00 - 20:15 Uhr

Gebühr: 38,00 €

zzgl. Materialkosten: 29,- für Hunde über 20kg (weil stärkeres Material nötig),
reflektierend + 5,- 24,- für kleine Hunde unter 20kg



SPIEL UND SPASS MIT DEM HUND IM ALLTAG

Referentin: Verena Eckhardt

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.

Termine Beverstedt:

Mittwoch, 21.09.22, 16:00 - 19:15 Uhr

oder

Mittwoch, 02.05.23, 18:00 - 21:15 Uhr



Gebühr: 45,00 €

Hund : 5,00 €

WACKELBRETT FÜR DEN HUND HERSTELLEN

Referentin: Verena Eckhardt

Wir werden gemeinsam ein Wackelbrett herstellen, das vielen Hunden nicht nur Spaß bereitet, sondern auch zahlreiche physiologische Vorteile bietet. So schulen Welpen mit Wackelbrettern auf spaßige Weise ihren Gleichgewichtssinn, wodurch ihnen z. B. das Autofahren leichter fallen kann. Ältere Hunde wiederum können durch das Ausbalancieren ihre Muskulatur gelenkschonend trainieren.

Termine Beverstedt:

Dienstag, 07.03.23, 17:00 - 21:00 Uhr &

Dienstag, 14.03.23, 17:00 - 21:00 Uhr

Gebühr: 56,00 € zzgl. Materialkosten

HEILSALBE FÜR DEN HUND SELBST HERSTELLEN (THEORIE & PRAXIS)

Referentin: Verena Eckhardt

Wildkräuter wie Löwenzahn, Giersch, Wegerich, Brennnessel und Co. haben heilsame Kräfte in sich, die wir für unsere Hunde nutzen können.

Dazu lernen wir zunächst verschiedene Wildkräuter und ihre jeweiligen Anwendungsbereiche kennen. Anschließend sammeln wir heimische Kräuter in der näheren Umgebung und stellen daraus drei verschiedene Salben und einen Kräutershot her.

Termin Beverstedt/Frelsdorf:

Mittwoch, 24.05.23, 17:00 - 20:15 Uhr

Gebühr: 39,00 € zzgl. Materialkosten

PHYSIO FÜR DEN HUND FÜR ZUHAUSE

Referentin: Verena Eckhardt

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 Zuhause 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:

**Mittwoch, 26.10.22, 17:00 - 20:00 Uhr
oder**

Mittwoch, 15.02.23, 18:00 - 21:00 Uhr

Gebühr: 50,00 €



ERSTE HILFE AM HUND

Tierärztin: Verena Heuwinkel

Seien Sie gut gerüstet für den Notfall mit Ihrem Hund!

In diesem praxisnahen Kurs erfahren Sie als Hundehalter alles Wichtige zum Thema Erste Hilfe am Hund, von der Absicherung über das Erkennen möglicher Verletzungen.

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

In zahlreichen Fallbeispielen gibt es Gelegenheit, die eigenen Erfahrungen einzubringen und Fragen zu stellen. Aktives Üben von Sofortmaßnahmen und Szenarien-Trainings stehen im Fokus unseres Kurskonzeptes und steigert Ihren ganz persönlichen Lernerfolg.

Termin Beverstedt:

**Samstag, 10.06.2023,
Uhrzeit: 10:00 - 14:00 Uhr**

Gebühr: 55,00 €



Sonstiges

REFERENT: JENS PIOTTER

Jens Piotter begann seine fliegerische Laufbahn als Marineoffizier in Nordholz und wurde dort als Flugsicherheitsoffizier und Kommandant auf einem Seefernaufklärer eingesetzt. Nach seiner Dienstzeit wechselte er in die zivile Fliegerei und flog auf den Langstreckenflugzeugen MDF11 und Boeing 777 als Kapitän im weltweiten Einsatz. Zusätzlich bildete er Piloten auf diesen Mustern aus und nimmt im Simulator die Verlängerung der Lizenzen ab.

Jens Piotter ist Sachverständiger für Flugunfalluntersuchung und ehrenamtlich im Berufsverband der Piloten im Bereich Unfallverhütung und Zwischenfallanalyse tätig. Auf seinen Reisen interessiert er sich sehr für die kulturellen Besonderheiten der besuchten Länder. Durch die Erfahrungen bei der Bundeswehr und in der zivilen Fliegerei in teilweise schwierigem Umfeld legt er nicht nur viel Wert auf den sicheren Flug, sondern genauso auch auf einen möglichst risikofreien Aufenthalt vor Ort.

WIE SICHER IST FLIEGEN? FLUGANGST BEWÄLTIGEN

Referent: Jens Piotter

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 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 eingegangen.

Termine Beverstedt:

Dienstag, 10.01.23, 19:00 - 21:30 Uhr +

Donnerstag, 12.01.23, 19:00 - 21:30 Uhr

Gebühr: 45,00 €

SICHER UND BESSER REISEN

Referent: Jens Piotter

Das Risiko Opfer eines Betrugs, Unfalls oder Verbrechens während einer Reise zu werden, kann durch gezieltes interaktives Coaching und Aufklärung reduziert werden. Im Workshop wird auf die kulturellen Besonderheiten der bereisten Länder eingegangen, das Verständnis für sicherheitskritische Situationen am Flughafen, im Hotel und während des Transfers trainiert und sensibilisiert, um diese im Vorfeld zu erkennen.

Tipps zur Vermeidung werden erarbeitet und Hilfen und Lösungsmöglichkeiten gegeben.

In Fallbeispielen werden gemeinsam individuelle passende Verhaltensempfehlungen definiert.

Termine Beverstedt:

Dienstag, 21.02.23, 19:00 - 21:30 Uhr +

Donnerstag, 23.02.23, 19:00 - 21:30 Uhr

Gebühr: 45,00 €

IHR WEG ZU MEHR WOHNKOMFORT

Referent: Thomas Werner (Feng Shui Berater)

Schon mal was von Feng Shui gehört, aber keine Ahnung was genau sich dahinter verbirgt? Dann können Sie in dieser Veranstaltung mehr über diese Einrichtungsmethode lernen und erfahren wie Sie mit einfachen Mitteln Ihr Zuhause harmonischer einrichten bzw. gestalten können.

Lernen Sie anschaulich durch Praxisbeispiele und Bildmaterial, wie Feng Shui funktioniert. Nach diesem Tag können Sie Ihre Räume mit den neu gewonnenen Erkenntnissen überprüfen und erste Veränderungen vornehmen. Sie erhalten alltagstaugliche Tipps, wie Sie mit Farben, Accessoires und anderen Hilfsmitteln Ihre Wohnung harmonisch einrichten können.

Termin Beverstedt:

Freitag, 18.11.23, 17:00 - 20:15 Uhr

Gebühr: 45,00 €

FENG SHUI FÜR IHREN GARTEN

Referent: Thomas Werner (Feng Shui Berater)

Sie möchten etwas in Ihrem Garten verändern, haben aber keine Idee wie Sie das angehen können?

Probieren Sie 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 Loxstedt/Stotel Familienzentrum:

Samstag, 18.02.23, 10:00 - 13:15 Uhr

oder

Termin Beverstedt:

Samstag, 04.03.23, 10:00 - 13:15 Uhr

Gebühr: 45,00 €



AB AUF DIE BÜHNE....

Referent: Jürgen Reiners (Theaterregisseur und Dramaturg)

"Der Fremde Mensch in mir"
Darstellendes Spielen für Erwachsene
Schauspielkurs für Anfänger und Erfahrene.

Termine Loxstedt/Uterlande:

Samstag, 01.10.22

Samstag, 08.10.22

Samstag, 15.11.22

jeweils von 09:00 - 16:00



Gebühr: 140,00 €

HERANTASTEN AN DIE NATUR MIT WORT UND SINNEN

Referentin: Petra Wulff-Haun & Rieke Neugebohrn

Auf eine Reise durch die theoretischen Betrachtungen der Natur, begleitet von literarischen Texten und Naturerlebnissen, wollen wir gemeinsam einen Standpunkt verorten, der unseren Umgang mit der Natur, die auch wir selber sind, in den Fokus rückt.

Termine Loxstedt:

Samstag, 03.06.23, 10:00 - 16:00 Uhr +

Sonntag, 04.06.23, 09:00 - 14:00 Uhr

Auf Wunsch mit Frühwanderung ab 6:00 Uhr.

Gebühr: 125,00 €

Bockelmann

- Bürosysteme
- Fotokopierer
- Kopieren · Schreiben
- Büromöbel
- Werkstatt
- Techn. Kundendienst

K. Bockelmann

Schulstraße 38a * 21698 Harsefeld * Fon (04164) 40 28 * Fax 40 20 *

Erste Hilfe Kurse



ERSTE HILFE AM KIND

**Referenten: Rettungsanker
(Rettungsdienstschule Bremerhaven)**

In unserem Kindernotfall-Kurs lernen Sie, wie man im Notfall richtig reagiert, kompetent Erste Hilfe leistet und die Ruhe bewahrt.

Ob Fieberkrampf, Asthma oder allergische Reaktionen: Unser erfahrenes Team übt mit Ihnen, worauf es im Notfall mit Kindern ankommt. Die Kursthemen sind in vier eigenständige Kursabschnitte mit speziellen Schwerpunkten aufgeteilt.

Gemäß BG Richtlinien:
Unser Kurs für Bildungs- und Betreuungseinrichtungen umfasst neun Unterrichtseinheiten à 45 Minuten.
Urkunde **Gemäß DGUV Richtlinie 304-001.**

**Termin Beverstedt:
Samstag, 06.05.2023
Uhrzeit: 09:30 - 17:00 Uhr**

Gebühr: 50,00 €

ERSTE HILFE FÜR TRAINER/SPORTLER

**Referenten: Rettungsanker
(Rettungsdienstschule Bremerhaven)**

Wer gerne sportlich aktiv ist, mag es sich kaum vorstellen. Rund 30 Prozent aller Unfälle passieren im Bereich Sport. Trainierte Personen wissen zwar, wie Unfälle zu vermeiden sind – doch immer gelingt das nicht. Was ist zu tun, wenn etwas schief geht und ein Unfall passiert?

Dieser Erste-Hilfe-Kurs bereitet auf die vielen alltäglichen Unfälle vor, die sich im Sport ereignen können und bei denen es auch schnell lebensgefährlich werden kann.

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

**Termin Beverstedt:
Samstag, 22.04.2023
Uhrzeit: 09:30 - 17:00 Uhr**

Gebühr: 50,00 €



Vorträge

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:

Samstag, 27.03.23, 19:00 - 20:30 Uhr

Gebühr: 5,00 €



HEIRAT IST KEINE ALTERSFÜRSORGE FÜR FRAUEN

Referentin: Andrea Jäger

Wir informieren zum Thema **gesetzliche Rente**. Teilnehmende sollten folgende Voraussetzungen erfüllen: **weiblich**, Ansprüche bei der Deutschen Rentenversicherung durch **Beschäftigungsverhältnis** oder **Minijob** oder **Kindererziehungszeiten**....haben.

Dieser Vortrag findet nicht in der pädagogischen Verantwortung der LEB statt.

Termin Beverstedt:

Donnerstag, 16.02.23, 18:00 - 21:00 Uhr

Gebühr: 5,00 €

VORSORGEVOLLMACHT UND PATIENTENVERFÜGUNG - SINNVOLL ODER NOTWENDIG?

Referent: Torben Meyer

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:

Donnerstag, 26.01.23, 18:00 - 21:00 Uhr

Gebühr: 5,00 €

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
Amtsdammm 44 • 27628 Hagen im Bremischen



Joachim Eickhoff Sylvia Otten-Horstmann Aleksander Godlovskij Heike Vagt

www.EICKHOFF-MEYER-OTTEN.de

ALLGEMEINES

Alle angebotenen Kurse werden grundsätzlich nur bei einer Mindestteilnehmerzahl von sieben Personen durchgeführt. Die Kurse des Bildungswerkes Wesermünde-Süd e.V. stehen grundsätzlich allen Interessierten offen.

TEILNEHMERGEBÜHREN

Die Rechnung für die Teilnahmegebühren wird Ihnen 14 Tage vor Kursbeginn zugesendet.

ZUSTANDEKOMMEN DES VERTRAGES

Der Vertrag kommt mit der schriftlichen Anmeldung und mit der Zustimmung zu den Datenschutzrichtlinien zustande. Die Teilnahme an Veranstaltungen des Bildungswerk Wesermünde-Süd e.V. verpflichtet zur Eintragung in die Teilnehmerliste und zur Zahlung der Gebühr.

RÜCKTRITT VOM VERTRAG

Das Bildungswerk Wesermünde-Süd e.V. (LEB) kann vom Vertrag zurücktreten, wenn die Mindestteilnehmerzahl (7) nicht erreicht wird oder aus anderen Gründen (z.B. Krankheit der Referentin/ des Referenten) die Veranstaltung abgesagt werden muss. Die Kursteilnehmer*innen können bis zwei Wochen vor Beginn der Veranstaltung vom Vertrag zurücktreten. Ohne fristgerechte Abmeldung wird eine Ausfallgebühr erhoben.

HAFTUNG

Das Bildungswerk Wesermünde-Süd e.V. (LEB) übernimmt für Schäden jeglicher Art und bei Diebstählen, für verlorene Gegenstände sowie für Unfälle auf dem Hin- und Rückweg und während der Veranstaltung keine Haftung.

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.

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

- 1) Anmeldungen können in Textform, per E-Mail, Post oder online (www.leb-bremervoerde.swkmedia.de) erfolgen.
- 2) Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Soweit in der Ausschreibung/Ankündigung Teilnahmebeiträge/Kosten angegeben sind, entsteht mit der Anmeldung die Zahlungspflicht.
- 3) Interessent*innen ohne vorherige Anmeldung oder ohne Entrichtung der genannten Teilnahmebeiträge/Kosten haben keinen Anspruch auf Teilnahme.
- 4) 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 in Textform per Post oder E-Mail erfolgen. Rückzahlungen für belegte, aber nicht besuchte Veranstaltungen oder Veranstaltungsteile erfolgen nicht.
- 5) 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 vertretenem Abbruch einer Maßnahme erfolgt eine Erstattung ggf. anteilig.
- 6) 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.
- 7) Für Diebstahl, Verlust oder sonstige Schäden übernimmt das Bildungszentrum keine Haftung. Dies gilt auch für eventuelle Vermögensschäden infolge Absage gemäß Ziffer 5 oder Abbruch der Maßnahme auf Grund höherer Gewalt.
- 8) Teilnehmende von beruflichen Bildungsmaßnahmen, die nicht von Arbeitgeber*innen bezahlt werden, sind gesetzlich über die LEB unfallversichert. Die Teilnehmenden verpflichten sich, die Unfallverhütungsvorschriften, die Datenschutzbestimmungen und die Hausordnung am Veranstaltungsort zu beachten.



In Zusammenarbeit mit:



Bildungswerk Wesermünde-Süd e.V.

Wachholz 6a

27616 Beverstedt

Fax Nr.: 04747-873316

E-Mail:

biz-beverstedt@leb.de

Hiermit melde ich mich verbindlich zu der Fortbildung an:

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.

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.

Nestwerk

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

Es soll wieder losgehen: Wenn Corona es zulässt, bieten wir ab September wieder Alt-Bewährtes, aber auch einige neue Veranstaltungen an.

Alles ist mit den jeweiligen Details auch auf der Internetseite veröffentlicht –
www.nestwerk.hagen-cux.net

Literaturkreis

Wir sind eine kleine Gruppe, die sich mit wechselnden literarischen Themen beschäftigt und gemeinsam Bücher vorstellt und diskutiert. Es wird aber auch mal aus einem Werk ausführlich vorgelesen. Die Themen werden gemeinsam vereinbart.

Der Kreis ist offen für weitere Interessent*innen.

Termine jeweils am zweiten Donnerstag im Monat ab 15 Uhr
im Nestwerk-Büro, Amtsdamm 40

in **2022**: Mittwoch 07.09.22

13.10./10.11./08.12.

in **2023**: 12.01./08.02./08.03./13.04./11.05./08.06.

Literarisches Frühstück

Nach einem reichhaltigen Frühstück wird in gemütlicher Atmosphäre ein gemischtes literarisches Programm vorgelesen, das sich jeweils auf ein Thema oder eine Autorin/einen Autor bezieht.

Termine in der Regel an jedem letzten Sonntag im Monat von 9:30 - 12:15 Uhr im Nestwerk Büro, Amtsdamm 40

in **2022**: 28.08./25.09./30.10./27.11.

in **2023**: 29.01./26.02./26.03./23.04./21.05./25.06.



Im Rahmen des **Vorlesefiebers 2022** beteiligen wir uns mit den folgenden Veranstaltungen
Aufaktveranstaltung:

Eine inszenierte Lesung zum Thema „Über Freundschaft...“

SO 04.09. um 19 Uhr im Theaterwerk, Albstedt

„Die wendländischen Vier“ – eine sinnliche, neue Legende für ein erwachsenes Publikum, eine Eigenproduktion mit Musik, erzählt von Majanne Behrens aus dem Wendland zum Zuhören, Weitererzählen und als Inspiration für ein buntes Leben in der Provinz

MO 05.09. um 19 Uhr im Hermann Allmers Haus, Rechtenfleth

„Brehms Tierleben“ – eine humorvolle Neufassung als lyrische Collage mit Hansdieter Kurth sowie weiteren Texten mit Wolfgang Steen, bei Kaffee und Kuchen

Mittwoch 07.09.22 um 15 Uhr im Nestwerk-Büro

Zwergentreff – AK frühkindliche Erziehung

Für Eltern mit kleinen Kindern, die nicht in der Krippe sind.
Jeden Dienstag von 10:15 bis 11:45 Uhr
im Nestwerk-Bewegungsraum, Amtdamm 42

Offener Spielenachmittag

Jeden letzten Freitag im Monat ab 14:30 Uhr
im Nestwerk-Büro, Amtdamm 40
Mit Kaffee und Kuchen



Café International

Café International für die Zeit nach den Sommerferien wieder nach Vereinbarung

Flüchtlingsinitiative

Jeden ersten Dienstag im Monat ab 19:00 Uhr im Seminarraum oben, Amtdamm 42

Interkulturelle Woche vom 26.09. bis 03.10.2022

Das Gesamtprogramm wird Anfang September veröffentlicht.

Deutschkurse für Menschen mit Fluchtgeschichte

In Loxstedt-Stotel

Erstorientierungskurs – EOK ab Montag, 31.08.2022
Montag bis Freitag von 8:30 bis 11:45 Uhr
Im Evgl. Gemeindehaus, Fleesterstr. 15

In Hagen

Erstorientierungskurs – EOK ab Montag, 31.08.2022
Montag bis Donnerstag von 8:30 bis 11:45 Uhr
Im Schulungsraum der Feuerwehr Hagen

Kurs A1 ab Montag, 31.08.2022

Montag bis Donnerstag von 8:30 bis 11:45 Uhr
Im Nestwerk-Büro, Amtdamm 40

English Conversation

Just a group of people, who are interested in practicing their conversational English in a relaxed and friendly atmosphere. The subjects we discuss can range from items of news to experiences in everyday life; the people taking part should influence the choice.

Beginn: 17. Mai von 17:00 – 18:30 Uhr im Nestwerk-Büro, Amtdamm 40

Weitere Termine werden in der Gruppe verabredet.

Leitung: Xenia Köstergarten

Jeden ersten Dienstag im Monat und nach Vereinbarung

Englisch-Sprachkurs

Beginn: Dienstag, 13.09. wöchentlich von 16:00 – 17:30 Uhr im Nestwerk-Büro außer an den Terminen von English Conversation
Dozentin: Stephanie Carstensen
Kursgebühren in Absprache mit der Dozentin

Spanisch-Sprachkurs

Beginn: Mittwoch, 31.08. wöchentlich von 18:30 – 20 Uhr im Nestwerk-Büro
Dozentin: Carmen Berger
Kursgebühren in Absprache mit der Dozentin

Trittsicher durchs Leben

Kurs ab Freitag 22.10.2021 von 15:00 - 16:30 Uhr
im Nestwerk, Bewegungsraum NW, Amtsdamm 42

In Bewegung bleiben durch mehr Sicherheit im Alltag. Dabei sein und Spaß beim Üben in der Gruppe haben.

Weitere Kurse in 2023
Kontakt: Sabine Stickelmann 04746 725695

Computerkurs für Seniorinnen und Senioren mit Andreas Klimek

Der Kurs richtet sich an Anfänger*innen.
Vom 07.09. bis 07.10.2021
10 Termine jeweils Dienstag und Donnerstag 15.00 bis 16.30 Uhr
Kursgebühr: 70,00 Euro

Infos und Anmeldung für beide Kurse: Andreas Klimek 04746-726704

Computerkurs für Frauen mit Katharina Wolpert

Der Kurs richtet sich an absolute Anfängerinnen.
Ziel des Kurses, bei dem jede Teilnehmerin stets ihren eigenen Computer-Arbeitsplatz bekommt, ist der Erwerb von Grundfertigkeiten, von der sicheren Inbetriebnahme des PC bis zum bequemen Online-Banking.

Ab 19.10.2021
10 Termine jeweils Dienstag und Donnerstag 15.15 bis 16.45 Uhr
Kursgebühr: 70,00 Euro

Bei beiden Kursen gilt: Es soll ein Computer komplett mit freier Software eingerichtet werden. Grundkenntnisse zu Windows 10, Internet und E-Mail sind nicht nötig.

Salben, Öle und Tinkturen selber herstellen

Mit Doris Thiel

Am Donnerstag 15.09.22 von 17:00 bis 19:30 Uhr im Nestwerk

Essbare Wildkräuter mit Doris Thiel wieder im Frühjahr 2023

Ayurveda-Kochkurs mit Anya Naima Wilke

Gewürzkunde, Zubereitung unkomplizierter Gerichte sowie Ernährungstipps.

Thema Wintergerichte

10.10.2022 von 18:00 bis 21:15 Uhr

In der Küche der Hermann-Allmers-Schule

Yoga-Angebote mit verschiedenen Schwerpunkten Infos unter
www.die-bewegungsschule.de

In Planung

Häusliche Pflege im Spannungsfeld zwischen selbstverständlichem Handeln und professioneller Unterstützung – Kurs für pflegende Angehörige

Vier Termine im Oktober/November mit je 90 Minuten,
jeweils mit praktischen Anwendungen.

Referentin: Ilka von Döhlen, examin. Krankenschwester, Sozialstation Beverstedt-Hagen
Konkrete Termine werden im September veröffentlicht

Angebote für Grundschulkinder

Schularbeiten Hilfe am Montag und Donnerstag von 12:30 bis 13:30 Uhr

Projekte Ferienschule

In der Ferienschule geht es um ein Aufarbeiten von Unterrichtsinhalten sowie
Neigungsgruppen im Bereich Naturerfahrung, Theaterspielen, Sport/Bewegung...

Herbstschule 2022

Osterschule 2023 von Montag 27.03. bis Freitag 31.03.

Sommerschule 2023

Anmeldung über die GS Hagen

Frau Klimek, Tel: 04746 8781 vormittags bis 12:00 Uhr

Sorglos Cafe - Selbsthilfegruppe mit Hannelore Kuhse

Hier sind alle Menschen willkommen, die sich mit anderen austauschen wollen, die sich gegenseitig unterstützen und Spaß an gemeinsamen Aktivitäten haben.

„Wenn man über seine Probleme sprechen kann, ist schon viel Last genommen“.

Montags ab 19:00 Uhr Nestwerk-Büro, Amtdamm 40

Info: Hannelore Kuhse, Tel: 017621737123

Kleiderklammer „Anziehungspunkt“ für alle Besucher*innen geöffnet:

Montag und Donnerstag von 9:00 bis 12:00 und 14:00 bis 17:00 Uhr

Dann auch Anlieferung von gebrauchter, aber gut erhaltener und sauberer Gebraucht Kleidung.

Wir wollen mit dem Nestwerk einen lebendigen Ort schaffen und vieles ermöglichen, was sonst vielleicht nicht stattfinden kann.

Deshalb stellen wir unsere Räumlichkeiten gern auch anderen Nutzern zur Verfügung. Sprechen Sie uns an.

Alle Bildungs-Veranstaltungen für Erwachsene
in pädagogischer Verantwortung:



Verein Niedersächsischer
BILDUNGSINITIATIVEN e.V.

**Landeseinrichtung
der Erwachsenenbildung**

Nestwerk

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

Infos und Kontakt:

Wolfgang Steen

Tel: 04746 - 918120

E-Mail: nestwerk@hagen-cux.de

www.nestwerk.hagen-cux.net





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

Referentinnen und Referenten gesucht



Sie haben ein besonderes Hobby oder besondere Kenntnisse in einem Bereich?
Dann sind Sie bei uns genau richtig!

Das Bildungszentrum Beverstedt (LEB) sucht Referentinnen und Referenten für
Kurse in den Bereichen Kreatives, Freizeit, EDV, Sprache, Bildung...

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, melden Sie sich gerne bei uns.



Bildungszentrum Beverstedt
Wachholz 6a
27616 Beverstedt
Tel. 04747 - 873272
E-Mail: biz-beverstedt@leb.de