

IMPRESSUM

VERANTWORTLICH FÜR DEN INHALT:

KVHS Wesermarsch
Geschäftsführerin Ulrike Michalzik
Geschäftsstelle Brake
Bürgermeister-Müller-Strasse 35
26919 Brake

Telefon: 04401 7076100

info@kvhs-wesermarsch.de
www.kvhs-wesermarsch.de

Steuernummer: 63/220/05905

Sitz des Registergerichts ist
Oldenburg/Amtsgericht

Sitz der Gesellschaft –
Bürgermeister-Müller-Str. 35
26919 Brake

GESTALTUNG:

Mangoblau, www.mangoblau.de

DRUCK:

MegaDruck.de Produktions-
und Vertriebs GmbH
Am Haferkamp 4
26655 Westerstede

AUFLAGE:

2.500 Stück

BILDQUELLEN:

magnific.com | Adobe Stock
KVHS Wesermarsch
Canva | Bilder von Dozierenden
Teils mit der KI generiert
(z.B. Adobe Firefly, ChatGPT etc.)

STAND DER DRUCKLEGUNG:

07.2026, Änderungen vorbehalten

IHR WEG ZUM KURS

Wir freuen uns über Ihr Interesse an unseren Kursen!
Sie können sich persönlich, telefonisch, per Brief oder
über unseren Webshop anmelden.

📍 Geschäftsstelle Brake (KoBi)
Bgm.-Müller-Str.35 | Brake
☎ 04401 7076 100

📍 Geschäftsstelle Bildungshaus Nordenham
Marktplatz 5 | Nordenham
☎ 04401 7076 100
✉ info@kvhs-wesermarsch.de



Sie finden unser Anmeldeformular am Ende des Hefts.

WICHTIGE HINWEISE

Bei Angabe Ihrer E-Mail-Adresse erhalten Sie wichtige Infos vorrangig per E-Mail. Bitte überprüfen Sie regelmäßig Ihr E-Mail-Postfach.

Gern würden wir aktuelle News per Newsletter versenden. Wenn Sie Interesse daran haben, geben Sie uns Ihre E-Mail-Adresse und eine entsprechende Information.

Bitte beachten Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen am Ende des Heftes. Alternativ liegen diese in unseren Geschäftsstellen zur Einsicht aus und sind auf unserer Homepage zu finden.

Ihre Anregungen, Wünsche und auch Kritik sind für uns von großer Bedeutung. Sie bieten uns die Chance, uns weiterzuentwickeln und stetig zu verbessern. Bitte zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren.

🕒 ÖFFNUNGSZEITEN:

Montag, Dienstag & Donnerstag	09:00- 16:00 Uhr
Mittwoch & Freitag	09:00- 12:00 Uhr
Außerhalb des Semesters, in den Ferien:	
Montag- Freitag	09:00- 12:00 Uhr



QUALITÄTSSICHERUNG

Sowohl für den allgemeinen als auch für den beruflichen Weiterbildungsbereich unterzieht sich die KVHS Wesermarsch regelmäßig der Qualitätssicherung und -zertifizierung.

GESELLSCHAFTERVERSAMMLUNG MITGLIEDER:

Hans Francksen | SPD-Fraktion
Reiner Gollenstede | Wählergemeinschaft Brake
Jürgen Janssen (Vorsitzender) | Bündnis 90/ Die Grünen Fraktion
Torsten Lange | CDU-Fraktion
Manfred Wolf | FDP-Fraktion
Maren Würger | Dezernatsleiterin LK Wesermarsch



ULRIKE MICHALZIK
GESCHÄFTSFÜHRUNG
DER KVHS



DR. CLAUDIA SCHÜTZE
STELLV. KVHS-LEITERIN
ABTEILUNGSLEITUNG

LIEBE LESER*INNEN & INTERESSIERTE,

mit dem Herbstsemester 2026 beginnt für die Kreisvolkshochschule Wesermarsch ein neues Programm voller Möglichkeiten – und zugleich ein besonderes Kapitel in unserer Entwicklung. Mit dem erfolgreichen Einzug in das neue Bildungshaus Nordenham ist ein Ort entstanden, der Bildung, Begegnung und Austausch mitten in der Stadt sichtbar macht. Was lange geplant, gebaut und vorbereitet wurde, ist nun mit Leben gefüllt: moderne Unterrichtsräume, neue Lernräume und ein Haus, das offen ist für Menschen, Ideen und Perspektiven. Die ersten Veranstaltungen und Begegnungen im Bildungshaus haben bereits gezeigt, wie wertvoll dieser neue Standort ist. Ob bei Kursen, Beratungsangeboten, Projekten oder besonderen Events – das Bildungshaus Nordenham bietet Raum für Neugier, persönliche Weiterentwicklung und gemeinsames Lernen. Besonders die Eröffnung und die ersten Veranstaltungen haben deutlich gemacht, wie groß das Interesse an diesem neuen Lernort ist und wie sehr Bildung Menschen zusammenbringen kann. Gleichzeitig bleibt auch das KoBi, unsere Geschäftsstelle in Brake, weiterhin ein wichtiger Standort der KVHS Wesermarsch. Damit sind wir auch künftig an mehreren Orten im Landkreis präsent und gut erreichbar.

„Eine KVHS – Zwei Bildungshäuser“

Auch inhaltlich entwickeln wir unser Programm weiter. Besonders freuen wir uns, Ihnen unseren ausgebauten Programmbereich Politik und Gesellschaft vorstellen zu können. In einer Zeit, in der gesellschaftliche Fragen, demokratische Teilhabe, Zusammenhalt und Orientierung immer wichtiger werden, möchten wir Räume schaffen, in denen informiert, diskutiert und gemeinsam nachgedacht werden kann. Volkshochschule ist seit jeher ein Ort der Meinungsbildung, der Begegnung und des Dialogs.

Natürlich finden Sie auch in diesem Programmheft wieder viele bewährte und neue Angebote aus den Bereichen Sprachen, Gesundheit, Kultur, Beruf, Digitalisierung, Grundbildung und vielem mehr. Unser Ziel bleibt es, Bildung für alle Menschen in der Wesermarsch zugänglich zu machen: wohnortnah, praxisnah und offen für unterschiedliche Lebenssituationen.

Wir laden Sie herzlich ein, unser Programm zu entdecken, Neues auszuprobieren und die KVHS als Ort des Lernens, der Begegnung und der Inspiration zu erleben – im neuen Bildungshaus Nordenham, im KoBi in Brake und an landkreisweiten Lernorten.

Wir freuen uns auf Sie!
Ihre KVHS Wesermarsch

Ihr Weg zu uns

KVHS Wesermarsch GmbH

Geschäftsstelle Brake
Kompetenz und Bildung an der Weser (KoBi)
Bürgermeister-Müller-Str. 35
26919 Brake
Tel.: 04401 7076 100



**Geschäftsstelle
Bildungshaus Nordenham**
Marktplatz 5
26954 Nordenham
Tel.: 04401 7076 100



**Kreisvolkshochschule
Wesermarsch GmbH**

WEGWEISER

POLITIK & GESELLSCHAFT  07

53  BERUFLICHE BILDUNG, OFFENE HOCHSCHULE, EHRENAMT

15  KULTURELLES & KREATIVES


COMPUTER & NEUE MEDIEN  67

JUNGE VHS  27

77  SPRACHEN

35  PÄDAGOGIK KOMMUNIKATION PSYCHOLOGIE

GESUNDHEIT  89

GRUNDBILDUNG & SCHULAB-SCHLÜSSE  47

97  KOCHEN & ERNÄHRUNG



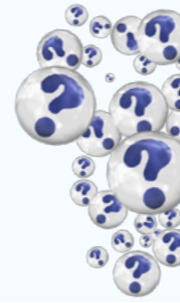
new

Ticket zum Kennenlernen



Sie sind unschlüssig, welcher Kurs der Richtige für Sie ist?

Kein Problem! - Mit dem neuen „Ticket zum Kennenlernen“ können Sie gegen eine Gebühr von 5,00 € einmalig in einem der ausgewählten Kurse schnuppern und schauen, ob Ihnen der Kurs gefällt!



DAS VERWALTUNGSTEAM – HINTER DEN KULISSEN: DIE VIELFÄLTIGEN AUFGABEN UNSERER VOLKSHOCHSCHULE

In der Verwaltung einer Volkshochschule sind Selbstorganisation, Teamfähigkeit und eine breite Palette an Kompetenzen gefragt. Die KVHS ist ein lebendiger Ort des Lernens und der Weiterbildung. Damit alles reibungslos läuft, gibt es zahlreiche Aufgaben, die im Hintergrund ablaufen.

Schon bei der Kursplanung müssen Räume koordiniert, Zeiten abgestimmt und Materialien vorbereitet werden. Die Organisation der Kurse erfordert viel Koordination. Dabei werden auch Dozent*innen betreut und Teilnehmer*innen beraten. Die Anmeldung von Teilnehmenden, die Pflege der Daten, die Erstellung von Listen und die Kommunikation mit den Lernenden gehören ebenso dazu, wie die Anwendung von modernen digitalen Systemen, die für eine sichere und effiziente Datenverwaltung sorgen.

Die Arbeit des Verwaltungsteams in der Volkshochschule ist mehr als nur das Erfassen Ihrer Daten. Sie ist der erste Schritt zu einer bereichernden Lernerfahrung, bei der Organisation, Service und persönliche Betreuung Hand in Hand gehen. Das Verwaltungsteam ist maßgeblich an der administrativen Abwicklung beteiligt und stellt eine wichtige Schnittstelle zwischen der klassischen VHS, dem Projektbereich, Kooperationspartner*innen und Dienstleistenden dar. Die Mitarbeiter*innen begleiten die Planung, Durchführung und Abrechnung klassischer Bildungsangebote sowie projektbezogener Angebote - zuverlässig, strukturiert und kundenorientiert- und sorgen für klare Abläufe und eine effektive Umsetzung.

Ein besonderer Bereich sind geförderte Projekte. Hier müssen die Vorgaben der Fördermittelgeber genau beachtet werden und die Mittelabrufe erfolgen über verschiedene Portale. Qualitätskontrolle und Evaluation sind ebenfalls wichtige Aufgaben: Teilnehmendenfeedback wird systematisch erfasst, Kurse werden evaluiert und kontinuierlich verbessert, damit das Angebot stets aktuell und hochwertig bleibt.

Zudem schreitet die Digitalisierung voran: Moderne Technologien werden genutzt, um Prozesse wie Anmeldung, Kursverwaltung und Kommunikation noch effizienter zu gestalten.



v.l.n.r.: K. Knupp, K. Halbeck, M. Emmerich, V. Neumann, J. Köster-Denker

POLITIK & GESELLSCHAFT



Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens. Ein besonderer Stellenwert kommt dabei der politischen Bildung zu, die weder Belehrung noch Parteipolitik verfolgt und die allgemeines Engagement für demokratische Werte, Menschenrechte und gegen Fundamentalismus fördert. In den angebotenen Lernräumen können Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenzen erfahren und entwickelt werden. Das Programmangebot des Fachbereichs „Politik – Gesellschaft“ ist breit angelegt und umfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche Themen. Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und Globales Lernen sind wesentliche gesellschaftliche Aufgaben. Die Volkshochschulen halten hier ein breites Angebot zur Information, Diskussion und zum aktiven Handeln vor.

Die Veranstaltungen sind geprägt durch offenen Gedankenaustausch zwischen engagierten Menschen, in sachlichen und kontroversen Diskussionen, zur gemeinsamen Erarbeitung von Kenntnissen und Hintergrundinformationen, mit spannenden und kreativen Methoden.



AKTUELLES	08
GESCHICHTE	08
POLITIK	09
VHS WISSEN LIVE	10
GENDER.....	11
ANGEBOTE DER KOORDINIERUNGSSTELLE	

FRAUEN & WIRTSCHAFT	
JADE-WESER FÜR FRAUEN.....	12
RECHTLICHE THEMEN	13
FINANZEN	13
IMMOBILIEN	14
UMWELTBILDUNG	14

AKTUELLES

JEDE STIMME ZÄHLT: POETRY SLAM ZUR LANGEN NACHT DER DEMOKRATIE



Zur „Langen Nacht der Demokratie“ präsentieren die Kreisvolkshochschule Wesermarsch, die Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Nordenham und des Landkreises sowie die Koordinierungsstelle Migration und Teilhabe des Landkreises im Rahmen der interkulturellen Woche 2026 ein besonderes Poetry Slam-Highlight: Den ersten Female Slam in der Wesermarsch, bei dem ausschließlich großartige weibliche Slammerinnen das Publikum begeistern werden! In den Parlamenten der Welt sind viele Stimmen immer noch unterrepräsentiert - unter anderem die von Frauen, Menschen mit Migrationsgeschichte, Menschen mit Behinderung oder jungen Menschen. Dabei sind es gerade diese Stimmen, die in Zeiten der multiplen Krisen Gehör finden müssen. Unter dem Oberthema „Demokratie“ richtet dieser Abend den Blick auf politische und gesellschaftliche Herausforderungen wie Diskriminierung, Rassismus, Sexismus, Ableismus oder gesellschaftliche Ungleichheit, die aufrütteln und nachdenklich machen, aber auch Hoffnung schenken und Mut machen. Wir sind gespannt auf tolle, vielschichtige Texte, brillant performt und am Ende - wie bei einem Slam üblich - vom Publikum gekrönt.

Moderation: Annika Blanke
 Theater Fatale Müllerstraße 1 Nordenham
1 Termin | Do. 01.10.2026
 Einlass 18:30, Beginn 19:00 Entgeltfrei | ohne Anmeldung



GESCHICHTE

ZWANGSARBEIT IM NS: DER DENKORT BUNKER VALENTIN Exkursion



Auf der Großbaustelle des U-Boot-Bunkers Valentin arbeiteten bis Kriegsende über 10.000 Zwangsarbeiter, KZ-Häftlinge und Kriegsgefangene, viele verloren ihr Leben. Bis vor wenigen Jahren war das Bauwerk in Bremen-Farge für die Öffentlichkeit gesperrt. Seit 2015 ist es als Denkort zugänglich und fördert die Auseinandersetzung mit der menschenverachtenden Ideologie des Na-

tionalsozialismus. In diesem Kurs erkunden wir gemeinsam das Gelände und bekommen bei einem Rundgang eindrucksvolle Erkenntnisse über die Geschehnisse. Danach arbeiten wir weiter intensiv an den Themen Krieg und Verbrechen der nationalsozialistischen Herrschaft. Ausgehend vom Bunker selbst als zentralem Exponat werden hier die verschiedenen, den Bunker umgebenden historisch-räumlichen Zusammenhänge erarbeitet. In der Auseinandersetzung mit diesen Räumen wird die Vielschichtigkeit der am Bunkerbau freiwillig oder gezwungenermaßen beteiligten gesellschaftlichen Gruppen und damit die Komplexität der nationalsozialistischen Gesellschaft sichtbar. Besuchen Sie mit uns den Bunker „Valentin“, ein einzigartiges und ein unübersehbares Relikt der nationalsozialistischen Rüstung für den Seekrieg.

Bitte beachten: Selbstorganisierte Anreise. Anmeldeschluss ist der 21.09.2026 **Treffpunkt:** auf dem Platz vor dem Seminar- und Verwaltungsgebäude.

Bunker Valentin
1 Termin | Fr. 09.10.2026
 10:00 bis 15:00 Uhr je TN 35,00 €
 26H1101EV

GETEILTE GESCHICHTE, GEMEINSAME ZUKUNFT. DEUTSCHE EINHEIT IM GESPRÄCH

Eine Online-Veranstaltungsreihe des Deutschen Volkshochschul-Verbands in Kooperation mit der Stiftung Aufarbeitung der SED Diktatur:

TOTALER UMBRUCH – STASI, NEONAZI, NEUANFANG

Es gibt Umbrüche, die allumfassend sind, die etwas mit uns machen. Unsere Gesprächsgäste haben solche Umbrüche erlebt. Für Nadja Klier, Tochter einer DDR-Bürgerrechtlerin, war die Überwachung durch die Stasi Alltag. Ihre plötzliche Ausbürgerung 1988 aus der DDR erlebte die Jugendliche als Schock und existentiellen Umbruch. Ingo Hasselbach geriet schon früh in Konflikt mit dem DDR-Regime. Zunächst war er Punk, radikalisierte sich dann im Gefängnis und wurde Anfang der 1990er-Jahre zu einem der führenden Neonazis Ostdeutschlands. Er schaffte den gefährlichen Ausstieg aus der Szene und gründete ein Aussteigernetzwerk. Das Gespräch mit den Gästen bleibt nicht in der Vergangenheit stehen: Aufklärung über die Diktatur in der DDR und die erlebten Umbrucherfahrungen sind heute wichtiger denn je. Und auch Rechtsextremismusprävention bleibt ein zentrales Thema.

Webseminar
1 Termin | Mi. 16.09.2026
 18:00 bis 19:30 Uhr Entgeltfrei
 26H1206WEB

EURE EINHEIT, UNSERE EINHEIT - AN WEN ERINNERN WIR?

Wenn wir über die Einheit Deutschlands sprechen, meinen wir oft die Erfahrungen der „Mehrheitsgesellschaft“. Doch wie er-

lebten Menschen mit Migrationsgeschichte die Umbrüche seit 1989/90? Ihre Geschichten erzählen nicht nur von Freude und Erleichterung, sondern auch von Unsicherheit, Ausgrenzung und Rassismus. Es ist höchste Zeit, sich diesen Leerstellen in unserer Erinnerungskultur zu widmen - seien Sie Teil davon!

Webseminar
1 Termin | Do. 08.10.2026
 18:00 bis 19:30 Uhr Entgeltfrei
 26H1207WEB

JUNGSEIN IN DEMOKRATIE & DIKTATUR

Was unterscheidet das Aufwachsen in einer Diktatur von dem in einer Demokratie? Was passierte, wenn Jugendliche in der DDR mit dem System in Konflikt gerieten? Gemeinsam gehen wir der Frage nach, was junge Menschen damals geprägt hat und was sie heute beschäftigt, wo Erfahrungen vergleichbar und wo Unterschiede entscheidend sind. Die Veranstaltung lädt dazu ein, Generationen ins Gespräch zu bringen und über das Leben von jungen Menschen in Umbruchszeiten nachzudenken.

Webseminar
1 Termin | Di. 10.11.2026
 18:00 bis 19:30 Uhr Entgeltfrei
 26H1208WEB

POLITIK

Filmabend in Kooperation mit dem Centraltheater Brake:

UNTIL WE TALK EIN DOKUMENTARFILM VON FLORIAN MEBES

Der Film "Until We Talk" erzählt die Geschichte der Freundschaft des Palästinensers Bassam und des Juden Rami. Beide verloren ihre Töchter bei Angriffen der Gegenseite.

Im Jahr 1997 hörte der Israeli Rami Elhanan gerade Radio in seinem Auto, als er von einem Selbstmordanschlag in Jerusalem erfuhr. Seine Tochter Smadar war dort mit einer Freundin in einer Fußgängerzone unterwegs, um Schulbücher zu kaufen. Ein Attentäter der Hamas tötete sie. Smadar wurde dreizehn Jahre alt. Bassam Aramins zehnjährige Tochter Abir war 2007 auf dem Heimweg von ihrer Schule in Anata im Westjordanland, als sie von einem israelischen Grenzpolizisten mit einem Gummigeschoss am Kopf getroffen wurde. Drei Tage später starb Abir im Krankenhaus. Bassam Aramin ist Palästinenser, Rami Elhanan Israeli. Beide haben ihre Töchter an den Nahostkonflikt verloren. Wie bleiben sie Freunde, trotz allem?

Der Film läuft in Arabischer, Hebräischer und Englischer Sprache mit Englischen Untertiteln. Im Anschluss an den Film findet ein Publikumsgespräch mit dem Regisseur des Films Florian Mebes statt.

Eine Veranstaltung im Rahmen des Projekts „Antisemitismusprävention mit der Niedersächsischen Erwachsenenbildung – gemeinsam für mehr Menschlichkeit und Respekt (ANNE III)“.

Die Veranstaltung wird durch die Bürgerstiftung Wesermarsch gefördert.

Centraltheater Brake
1 Termin | Mi. 07.10.2026
 19:00 Uhr
 Entgeltfrei | ohne Anmeldung



DER ANTISEMITISMUS DER ANDEREN

In öffentlichen Debatten wird Antisemitismus häufig als Problem „der Anderen“ verhandelt - verortet bei spezifischen Gruppen, Milieus oder Religionen. Dies gilt für politische Diskurse wie auch für die Bildungsarbeit: Wo wird weggeschaut, wo wird projiziert, und welche gruppenbezogenen Zuschreibungen werden dadurch (re)produziert? Die Teilnehmenden setzen sich kritisch mit unterschiedlichen Erscheinungsformen von Antisemitismus auseinander - ohne dabei andere Formen von gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit zu bedienen. Der Workshop ermöglicht eine vertiefte Auseinandersetzung entlang verschiedener Schwerpunkte wie Antisemitismus im Kontext von Migration und Rassismus, Israelbezogener Antisemitismus und politische Bildung sowie Solidarität und Reflexion in der pädagogischen Praxis.

Eine Veranstaltung im Rahmen des Projekts „Antisemitismusprävention mit der Niedersächsischen Erwachsenenbildung - gemeinsam für mehr Menschlichkeit und Respekt (ANNE III)“.

Webseminar
1 Termin | Do. 29.10.2026
 18:00 bis 20:15 Uhr Entgeltfrei
 26H1218WEB



DIE UN-CHARTA – ÜBER 80 JAHRE UND NOCH KEIN BISSCHEN ALT!?

Die Charta der Vereinten Nationen bildet seit 1945 den zentralen Rahmen für die internationale Friedensordnung. Sie ist das größte völkerrechtliche Abkommen der Welt und die Verfassung der UN. Prof. Dr. Rauber gibt Ihnen einen Überblick über die Entstehung und Struktur der UN-Charta sowie über ihre wesentlichen Inhalte. Zudem werden aktuelle Reformdebatten dargestellt. Die Relevanz angesichts aktueller politischer Entwicklungen, wie beispielsweise der Krieg in der Ukraine und die Lage im Nahen Osten, ist unverkennbar, daher besteht im Anschluss an den Vortrag die Möglichkeit, in einer offenen Diskussionsrunde über die Weiterentwicklung der UN zu sprechen. Der Vortrag richtet sich an alle, die ein besseres Verständnis für globale Ordnungspolitik gewinnen und sich über die aktuelle Bedeutung der UN und ihrer Charta austauschen möchten. Jochen Rauber ist Professor für Öffentliches Recht, Völker- und Europarecht sowie Rechtsphilosophie an der juristischen Fakultät der Leibniz Universität Hannover.

Aus der Reihe vhsOPENminded – ein Online-Angebot der vhs Langenhagen

Webseminar
1 Termin | Di. 08.12.2026
 18:30 bis 20:00 Uhr Preis je TN 7,50 €
 26H1201WEB

VHS WISSEN LIVE
WISSEN LIVE
vhs. öffnet horizontale

Erleben Sie mit vhs.wissen live spannende Einblicke in aktuelle Themen aus Wissenschaft, Politik und Gesellschaft – direkt von führenden Expertinnen und Experten. Verfolgen Sie die kostenfreien Livestreams bequem von zu Hause und stellen Sie Ihre Fragen live, Bleiben Sie informiert, denken Sie mit und entdecken Sie Wissen, das bewegt.






STONEHENGE. URALTE GEHEIMNISSE, NEUE ENTDECKUNGEN.

Eines der mysteriösesten und bekanntesten Bauwerke der frühen Menschheitsgeschichte ist das Megalith-Bauwerk Stonehenge in England. Vom 18. September 2026 bis zum 29. August 2027 präsentiert die Archäologische Staatssammlung mit der Ausstellung „STONEHENGE. Uralte Geheimnisse, neue Entdeckungen“ moderne Forschungserkenntnisse zum weltberühmten Steinkreis! Kurator Dr. Heiner Schwarzberg führt Sie virtuell durch die Sonderschau mit vielen originalen Funden. Gemeinsam entdecken Sie die Entwicklung der Anlage und die Menschen dahinter, die diese vor über 5000 Jahren geschaffen und genutzt haben.

 Webseminar
 **1 Termin | Mi. 30.09.2026**
 19:30 bis 21:00 Uhr  Entgeltfrei
 26H1110WEB






DIE ABSCHOTTUNG DER WELT: ALS JUDEN VOR VERSCHLOSSENEN GRENZEN STANDEN. 1933-1945

In Deutschland drangsalirt und verfolgt, versuchten viele Juden verzweifelt, sich ins Ausland zu retten. Doch potenzielle Zufluchtsstaaten schlossen ihre Grenzen und schotteten sich mit jeder weiteren deutschen Expansion stärker ab. Der Völkerbund und die US-Regierung bemühten sich erfolglos, die Flüchtlingspolitik zu koordinieren: Auf der Konferenz im französischen Évian berieten im Juli 1938 Staaten und Hilfsorganisationen über die Aufnahme von Flüchtlingen - ohne Ergebnis. Die Nazis höhnten, niemand wolle die Juden haben. Weil Flüchtlingen eine reguläre Einreise verwehrt blieb, bestiegen sie seeuntüchtige Boote, bezahlten Fluchthelfer und gingen illegale Wege, um sich in Sicherheit zu bringen. Susanne Heim ist Historikerin und Politikwissenschaftlerin.

 Webseminar
 **1 Termin | So, 18.10.2026**
 19:30 bis 21:00 Uhr  Entgeltfrei
 26H1111WEB






VERÄNDERUNGSSTRESS. WARUM TUN SICH GESELLSCHAFTEN MIT VERÄNDERUNGEN SO SCHWER?

Der Vortrag beschäftigt sich mit der Frage, wie Menschen Veränderungen wahrnehmen und wie unterschiedliche Gruppen auf sozialen Wandel reagieren. Es soll gezeigt werden, dass ein Teil unserer gegenwärtigen Konflikte mit der starken Dynamisierung der Gesellschaft zu tun haben. Es wird auch diskutiert, wie sich Kontinuitätsbedürfnisse und Veränderungsanforderungen miteinander kombinieren lassen. Steffen Mau ist Professor für Makrosoziologie an der Humboldt-Universität zu Berlin und Direktor des Max-Planck-Instituts zur Erforschung multireligiöser und multiethnischer Gesellschaften in Göttingen.

 Webseminar
 **1 Termin | Mo. 02.11.2026**
 19:30 bis 21:00 Uhr  Entgeltfrei
 26H1600WEB



TRUMP UND DIE MAGA-BEWEGUNG GIBT ES EINEN TRUMPISMUS OHNE TRUMP?

Wie wird sich die MAGA-Bewegung angesichts der immer eklatanter werdenden Führungsschwäche des alternierenden Präsidenten weiterentwickeln? Wie sieht es in der MAGA-Bewegung intern aus? Der Vortrag zeichnet ein Innenbild der rivalisierenden Strömungen der trumpistischen Szene in den USA im Umfeld der anstehenden Zwischenwahlen und analysiert die Stärkeverhältnisse innerhalb der rechten Szene in den USA. Michael Hochgeschwender lehrt Nordamerikanische Kulturgeschichte, Empirische Kulturforschung und Kulturanthropologie an der Ludwig-Maximilians-Universität München.

 Webseminar
 **1 Termin | So. 08.11.2026**
 19:30 bis 21:00 Uhr  Entgeltfrei
 26H1211WEB

DIE FRAGE VON KRIEG UND FRIEDEN IM VÖLKERRECHT

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

 Webseminar
 **1 Termin | Mi. 20.01.2027**
 19:30 bis 21:00 Uhr  Entgeltfrei
 26H1210WEB

KUNST IM OHR – EIN LIVESTREAM FÜR ALLE SINNE

Von München nach Hamburg – vom Museum zu Ihnen! Seien Sie dabei, wenn sich drei Freund*innen und Freunde der Kunst zusammenfinden und über bedeutende Kunstwerke aus der Neuen Pinakothek in München und aus der Hamburger Kunsthalle austauschen. Andrea Weniger leitet die Bildung und Vermittlung an der Hamburger Kunsthalle, Jochen Meister arbeitet an der Neuen Pinakothek in München. Beide sind Kunsthistoriker mit langjähriger Erfahrung in der Kunstvermittlung. Claudia Böhme ist Historikerin und Expertin für kulturelle Angebote für Menschen mit Sehbehinderung. In Kooperation mit der Neuen Pinakothek in München und der Hamburger Kunsthalle.

 Webseminar
 **Teil 3 der Reihe | Mi. 23.09.2026**
 19:30 bis 21:00 Uhr  Entgeltfrei
 26H3200WEB

 Webseminar
 **Teil 4 der Reihe | Mi. 25.11.2026**
 19:30 bis 21:00 Uhr  Entgeltfrei
 26H3201WEB

KÜNSTLICHE INTELLIGENZ UND BILDUNG – LERNEN MIT UND LERNEN TROTZ KI

Künstliche Intelligenz wird zunehmend Teil von Alltag, Arbeitswelt und Schule. KI kann uns bei komplexen Aufgaben unterstützen, von Routinetätigkeiten entlasten und Lernprozesse gezielt begleiten. Gleichzeitig birgt eine Überdelegation kognitiver Aufgaben an KI das Risiko, dass wesentliche Kompetenzen verloren gehen oder gar nicht erst erworben werden. Der Vortrag zeigt auf, wie KI-Systeme und deren Nutzung gestaltet werden können, um Kompetenzverlust entgegenzuwirken. Ute Schmid ist Professorin für Kognitive Systeme an der Universität Bamberg und lehrt und forscht seit vielen Jahren im Bereich Künstliche Intelligenz. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Bayerischen Forschungsinstitut für Digitale Transformation (bidt) statt.






 Webseminar
 **1 Termin | Mi. 28.10.2027**
 19.30-21.00 Uhr  Entgeltfrei
 26H5410WEB

GENDER

IST DAS PATRIARCHAT WIRKLICH „NATÜRLICH“?

Ein Blick über den Tellerrand westlicher Gesellschaften Männliche Dominanz, Hierarchien und die Kontrolle über Ressourcen erscheinen vielen als historisch unvermeidlich oder gar als Ausdruck „natürlicher“ Ordnung. Doch ein kulturvergleichender und historischer Blick zeigt, dass gesellschaftliche Machtverhältnisse weit vielfältiger gestaltet sind, als es auf den ersten Blick scheint. Diese Veranstaltung hinterfragt patriarchale Strukturen nicht ideologisch, sondern analytisch und differenziert. Welche historischen Bedingungen begünstigten die Entstehung männlich dominanter Gesellschaftsformen? Welche Rolle spielte die sys-

tematische Abwertung des Weiblichen - symbolisch wie konkret - in der Ausbildung von Hierarchien? Und inwiefern prägen diese Muster bis heute unsere Institutionen, Rollenbilder und Selbstverständlichkeiten? Zugleich richtet sich der Blick auf alternative Gesellschaftsmodelle. Ethnologische und sozialwissenschaftliche Perspektiven zeigen, dass Kooperation, Fürsorge und gemeinschaftliche Entscheidungsstrukturen in manchen Kulturen stärker gewichtet werden. Was lässt sich daraus über Geschlechterverhältnisse, Macht und Zusammenleben lernen?

 Webseminar
 **1 Termin | Mo. 16.11.2026**
 18:30 bis 20:45 Uhr  Preis je TN 17,00 €
 26H0809WEB | Kai Kaufmann






MÄNNLICHKEIT IM SPANNUNGSFELD VON GESTERN, HEUTE & MORGEN

Männlichkeit bewegt sich im Spannungsfeld von historischen Rollenbildern, gesellschaftlichen Umbrüchen und zukünftigen Entwicklungen. Begriffe wie „toxische Männlichkeit“ oder „Patriarchat“ prägen öffentliche Debatten - doch was genau verbirgt sich dahinter? Diese Veranstaltung bietet eine interdisziplinäre Einführung in die Entstehung und den Wandel männlicher Identitäten. Impulse aus Soziologie, Psychologie und Geschichtswissenschaft helfen, Entwicklungen einzuordnen und aktuelle Spannungen verständlich zu machen. Im Mittelpunkt steht eine sachliche und differenzierte Analyse: Wie prägen Männlichkeitsbilder unser Selbstverständnis, unsere Beziehungen und unser gesellschaftliches Zusammenleben?

 Webseminar
 **1 Termin | Do. 19.11.2026**
 18:30 bis 20:45 Uhr  Preis je TN 17,00 €
 26H0803WEB | Kai Kaufmann

MANN SEIN - SELBSTVERSTÄNDNIS ZWISCHEN STÄRKE, ZWEIFEL UND VERANTWORTUNG

Viele Männer spüren es deutlich: Das Spannungsfeld zwischen traditionellen Erwartungen und neuen gesellschaftlichen Anforderungen ist nicht nur äußerlich - es ist innerlich. Zwischen Leistungsanspruch und Erschöpfung. Zwischen Stärke und Verletzlichkeit. Wir leben in Strukturen, die stark von männlich geprägten Leistungs- und Wettbewerbslogiken beeinflusst sind. Gleichzeitig zeigen sich persönliche Kosten: emotionale Sprachlosigkeit, Beziehungsschwierigkeiten, gesundheitliche Belastungen. Diese Veranstaltung verbindet interdisziplinäre Impulse mit persönlicher Auseinandersetzung. Sie fragt: Welche Bilder von Männlichkeit prägen mich - bewusst oder unbewusst? Wo geben sie Orientierung- und wo engen sie mich ein? Wie kann ich Verantwortung übernehmen, ohne mich selbst zu verhärten?

 Webseminar
 **1 Termin | Do. 03.12.2026**
 18:30 bis 20:45 Uhr  Preis je TN 17,00 €
 26H0802WEB | Kai Kaufmann

ANGEBOTE DER KOORDINIERUNGSSTELLE FRAUEN & WIRTSCHAFT JADE-WESER FÜR FRAUEN

Bitte beachten: Unsere „Angebote für Frauen“ sind entgeltfrei. Falls Sie nicht teilnehmen können, bitten wir Sie, sich bis spätestens vier Tage vor Kursbeginn abzumelden. Andernfalls fällt eine Ausfallgebühr von 15,00 € an. Vielen Dank für Ihr Verständnis!






SEI MUTIG UND GESTALTE AKTIV DEIN ARBEITSLEBEN

Dieser Workshop richtet sich an Frauen, die ihr Berufsleben bewusst, selbstbestimmt und im Einklang mit ihren eigenen Bedürfnissen neu ausrichten möchten. Viele spüren, dass etwas „nicht mehr passt“, wissen aber noch nicht genau, an welchen Punkten sie ansetzen können. Genau hier setzt der Workshop an. Gemeinsam schauen wir auf innere Antreiber, Kraftquellen und typische Stolpersteine im beruflichen Alltag. Es geht darum, Orientierung zu gewinnen: Was gibt Energie - und was nimmt sie? Welche Möglichkeiten zur Veränderung gibt es im bestehenden Umfeld, und welche neuen Wege könnten sich zusätzlich öffnen? Ziel ist kein theoretisches Grübeln, sondern ein klarer Blick auf die eigene Situation und auf realistische Handlungsspielräume. Jede Teilnehmerin arbeitet an ihren persönlichen Themen und entwickelt erste konkrete Schritte, die sich im Alltag umsetzen lassen.

 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 **1 Termin | Sa. 05.09.2026**
 10:00 bis 13:00 Uhr  Entgeltfrei
 FW26H165BR | Sina Schulz

BUSINESS BOOTCAMP. FÜR FRAUEN, DIE MEHR WOLLEN.

Möchtest du im Job mehr Erfüllung finden und deine Karriere gezielt voranbringen? Hast du das Gefühl, dass du dein volles Potenzial noch nicht vollständig ausschöpfst und strebst nach mehr Erfolg, Selbstvertrauen und Klarheit in deiner beruflichen Entwicklung? Vielleicht hast du konkrete Karriereziele vor Augen oder möchtest einfach erfolgreicher und zufriedener in deinem aktuellen Job sein. In diesem intensiven zweitägigen Workshop verbinden wir persönliches Wachstum mit praktischen Strategien für deine berufliche Weiterentwicklung: Du stärkst dein Selbstvertrauen, klärst deine beruflichen Visionen und entwickelst konkrete Schritte, um deine Karriereziele zu erreichen.






 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 **2 Termine | Sa. 19. + Sa. 26.09.2026**
 je 09:00 bis 13:15 Uhr
 Entgeltfrei
 FW26H162BR | Luisa Gialletto



KÜNSTLICHE INTELLIGENZ IM (BERUFS-)ALLTAG NUTZEN

Künstliche Intelligenz ist längst kein Zukunftsthema mehr - sie kann ganz konkret im Alltag unterstützen. In diesem praxisorientierten Kurs erfahren Frauen, wie sie KI-Tools gezielt für ihre berufliche Weiterentwicklung einsetzen können:






- Unterstützung bei Bewerbungsanschreiben und Lebensläufen
- Effizientes Arbeiten im Büroalltag (Schreiben von Emails, Vorbereitung von Präsentationen...)
- Nutzung von KI im Selbstmarketing, etwa für Profiltex te in beruflichen Netzwerken
- Ein sicherer und verständlicher Einstieg in die Welt der KI.

 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 **1 Termin | Mo. 28.09.2026**
 10:00 bis 12:15 Uhr  Entgeltfrei
 FW26H161BR | Julia Hoffmann

SOUL-SESSION - FINDE HERAUS WAS WIRKLICH WICHTIG IST IM LEBEN!






Für deine eigene Lebensgestaltung ist es sehr wertvoll, die Unterstützung in der Soul-Session zu haben. Mit tollen anderen Frauen, die an ihrer eigenen und an deiner Entwicklung gleichsam interessiert sind. So baust du eine Brücke zwischen deinem aktuellen und deinem künftigen Leben.

- Hier sind Gründe, warum du dabei sein solltest:
- Hier geht es um DICH und Zeit für dich
 - Zeit für persönliche Entwicklung und mentale Stärkung
 - Mutig Wege finden raus aus deiner Komfortzone
 - Neue berufliche und private Perspektiven definieren und echte Veränderung angehen
 - Eigene Ressourcen aufdecken und nutzen
 - Community aus Gleichgesinnten, gegenseitige kraftvolle Unterstützung
 - Die beste Investition ist die Investition in dich selbst

 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 **1 Termin | Do. 08.10.2026**
 09:00 bis 13:15 Uhr  Entgeltfrei
 FW26H163BR | Maren Schleiff






SICHERHEITSTRAINING FÜR DEN SOUVERÄNEN AUFTRITT!

Sie reflektieren Ihre rhetorischen Wirkungsmittel wie Haltung, Stimme und Sprache/ Formulierungen. Sie erkennen in praktischen Situationen, wie Sie souverän auftreten, ohne dominant zu erscheinen und sich zu verbiegen. Für mehr Präsenz und Selbstsicherheit im persönlichen Auftritt! Sie lernen, klar und diplomatisch nein zu sagen und sich ohne schlechtes Gewissen abzugrenzen.

 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 **1 Termin | Di. 27.10.2026**
 09:00 bis 13:00 Uhr  Entgeltfrei
 FW26H160BR | Elke Wagner

KEINE PANIK - ES IST NUR DAS LEBEN!

Resilienz und Selbstfürsorge im Beruf und Alltag zur Förderung von Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden. In diesem Workshop geht es darum, Bewusstsein für die eigene Gesundheit zu schaffen, Stressoren und Ressourcen zu erkennen und praktische Strategien zur Selbstfürsorge zu vermitteln. Anhand eines übersichtlichen Methoden-Koffers lernen die Teilnehmenden, wie sie flexibel auf Herausforderungen reagieren, klare Prioritäten setzen und sich selbst stärken - im Beruf wie im Privatleben.






 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 **1 Termin | Sa. 07.11.2026**
 09:00 bis 15:30 Uhr  Entgeltfrei
 FW26H164BR | Melanie Sudholz






RECHTLICHE THEMEN






WER KLUG IST, SORGT VOR:






Information zur Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung – Jede*r hat den Wunsch, bis ins hohe Alter selbstbestimmt ihre/ seine Angelegenheiten zu regeln. Doch was ist, wenn Sie durch Krankheit, Unfall oder Alter Ihre Dinge nicht mehr so regeln können, wie Sie es sich wünschen? Deshalb sollte frühzeitig durch geeignete Vorsorgeverfügungen sichergestellt werden, dass in diesem Fall die eigenen Wertvorstellungen berücksichtigt werden - sowohl hinsichtlich der medizinischen Versorgung als auch der Lebensführung und des Vermögens. In dieser Veranstaltung erhalten Sie Informationen zur Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung und wie Sie frühzeitig festlegen können, wer in Ihrem Namen und in Ihrem Sinne entscheiden soll.

Bitte beachten: Bitte melden Sie sich unter Tel: 04401 700610 direkt bei der Betreuungsgemeinschaft Wesermarsch e.V. an.

 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 **1 Termin | Di. 01.09.2026**
 18:30 bis 20:45 Uhr  Entgeltfrei
 26H5303BR | e.V. Betreuungsgemeinschaft Wesermarsch






 Rodenkirchen, Oberschule | Schulstraße 14- 16
 **1 Termin | Di. 06.10.2026**
 18:30 bis 20:45 Uhr  Entgeltfrei
 26H5300ST | e.V. Betreuungsgemeinschaft Wesermarsch

 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
 **1 Termin | Di. 10.11.2026**
 18:30 bis 20:45 Uhr  Entgeltfrei
 26H5304NH | e.V. Betreuungsgemeinschaft Wesermarsch

 Berne Schulzentrum | Am Schulplatz 3 Nebeneingang, Straße na. rechts folgen
 **1 Termin | Di. 08.12.2026**
 18:30 bis 20:45 Uhr  Entgeltfrei
 26H5302BE | e.V. Betreuungsgemeinschaft Wesermarsch

TESTAMENT UND ERBFOGLE RICHTIG VORSORGE TREFFEN






Wer kein Testament (oder Erbvertrag) gemacht hat, für den gilt die gesetzliche Erbfolge. Bei Ehepaaren kann eine Erbengemeinschaft mit den Schwiegereltern entstehen - der Streit ist vorprogrammiert. Sind minderjährige Kinder in der Erbengemeinschaft, dann muss das Vormundschaftsgericht/Familiengericht bei wichtigen Angelegenheiten zustimmen. Wer will das schon? All dem können Sie am besten mit einem Testament entgegenwirken. Folgende Fragen werden im Kurs beantwortet: Wie mache ich ein Testament? Welche Formvorschriften sind dabei zu beachten? Wo bewahre ich das Testament am besten auf? Diese und andere Fragen werden kompetent und leicht verständlich beantwortet (Bitte erwarten Sie jedoch keine individuelle Rechtsberatung).

 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
 **1 Termin | Di. 03.11.2026**
 18:30 bis 20:45 Uhr  Preis je TN 15,60 €
 26H1405NH | Bernd Bierfischer

FINANZEN

SICHER IM UMGANG MIT FINANZEN – GELD VERSTEHEN, VERMÖGEN AUFBAUEN, ZUKUNFT GESTALTEN

Was bedeutet Inflation und wie beeinflusst sie langfristig Kaufkraft und Vermögenswerte? Welche Rolle spielen Zentralbanken und wie entstehen Zinsen? Der Kurs vermittelt ein fundiertes Verständnis für Zinsmechanismen, Kapitalmarktzyklen sowie die Funktionsweise von Geld- und Kapitalmärkten. Behandelt werden unter anderem Sparformen, Anleihen, Aktien, Investmentfonds, ETFs, Risikostreuung, Rendite-Risiko-Verhältnis sowie grundlegende Prinzipien des Investierens. Auch aktuelle wirtschaftliche Rahmenbedingungen und deren Auswirkungen auf private Haushalte werden verständlich erläutert. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf finanzieller Bildung für Familien und Kinder. Es wird aufgezeigt, wie frühzeitiges Sparen und Investieren funktioniert, welche Bedeutung Zeit am Markt hat und wie junge Menschen schrittweise an verantwortungsbewusstes Investieren herangeführt werden können. Ziel des Kurses ist es, wirtschaftliche Zusammenhänge nachvollziehbar zu machen, Zinsverständnis aufzubauen und die Teilnehmenden in die Lage zu versetzen, eigenständig informierte Finanzentscheidungen zu treffen und langfristig Vermögen strukturiert aufzubauen. Keine Anlageberatung.

 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
 **1 Termin | Mi. 07.10.2026**
 17:00 bis 19:15 Uhr  Entgeltfrei
 26H1408NH | Pascal Meyer, Christian Lemke

ETHISCH INVESTIEREN Raus aus dem Casino Global – Wie wir mit unserem Geld Klima und Gerechtigkeit beeinflussen können.

Dieser Kurs vermittelt einen verständlichen Einstieg in nachhaltige Geldanlagen: Wir beleuchten, wie Finanzmärkte funktionieren, was „ethisches Investieren“ wirklich bedeutet und wie man Greenwashing erkennt. Mit globaler Gerechtigkeitsperspektive und interaktiven Beispielen - ohne Anlageberatung, dafür mit



klaren Kriterien für eigene Entscheidungen. Eine Kooperation mit Oikocredit Förderkreis Niedersachsen Bremen e. V.

Webseminar
1 Termin | Mo. 05.10.2026
18:00 bis 19:30 Uhr Entgeltfrei
26H1402WEB | Ann-Katrin Hähnle

RICHTIG INVESTIEREN IN AKTIEN UND ETFs

In Zeiten höher Inflation und geringen Zinsen auf Spareinlagen lohnt es sich, über alternative Anlageformen nachzudenken. Aktien und ETFs bieten auf längere Sicht eine gute Möglichkeit für einen erfolgreichen Vermögensaufbau sowie für die Absicherung unserer vorhandenen Rücklagen. In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit der wachstumsorientierten Anlageform in Aktien sowie dem sicherheitsorientierten Investment in ETFs. Bei ETFs handelt es sich um börsengehandelte Indexfonds, welche die Zusammensetzung und Wertentwicklung eines Wertpapierindex (z.B. DAX) nachbilden. Wir besprechen die Grundlagen und Unterschiede beider Anlageformen und zeigen die praktische Umsetzung der persönlichen Anlagestrategie auf.

Webseminar
1 Termin | Mo. 09.11.2026
18:30 bis 21:00 Uhr Preis je TN 20,00 €
26H1401WEB | Hartmut Nehme

NFTS & METaverse

NFT (Non-Fungible Token) und das Metaverse sind neue Schlagworte unserer Zeit, welchen ein sehr großes Potenzial für die Zukunft vorausgesagt wird. NFTs sind eine Art digitaler Eigentumsnachweis für reale und digitale Wertgegenstände und repräsentieren Werte an Audio- und Videoclips, Bildern, Sammelkarten und Kunst. Derzeit werden sie vorwiegend im Handel von digitalen Gegenständen mit Sammlerwert eingesetzt. Die Entwickler dieser Gegenstände erschaffen Unikate oder limitieren die verfügbare Anzahl und erhöhen somit deren Wert. In Videospielen können Ausrüstungsgegenstände erworben werden, welche dem Spieler Vorteile ermöglichen. NFTs stellen zusammen mit Blockchains, Kryptowährungen und künstlicher Intelligenz die Basistechnologie für den Aufbau eines Metaverse dar. Das Metaverse gilt als eine weitere Entwicklungsstufe des Internets, welches aus persistenten, gemeinsam genutzten virtuellen 3D-Räumen besteht. Diese sind zu einem wahrgenommenen virtuellen Universum verbunden. Im Metaverse können Nutzer die Welten mitgestalten, dort leben, lernen, arbeiten und feiern.

Webseminar
1 Termin | Di. 01.12.2026
18:30 bis 21:00 Uhr Preis je TN 20,00 €
26H1400WEB | Hartmut Nehme

IMMOBILIEN

IMMOBILIEN IM ALTER – WOHNEN BLEIBEN ODER VERKAUFEN?

Viele Eigentümer stehen im Alter vor der Entscheidung: im vertrauten zuhause bleiben oder verkaufen? Der Vortrag zeigt Op-

tionen wie Umbau, Verkauf, Verrentung oder Teilverkauf und vermittelt praxisnah Kriterien für eine fundierte Entscheidung.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Di. 08.09.2026
18:00 bis 20:15 Uhr Entgeltfrei
26H1407NH | Alparslan Ünal

ERBEN & VERERBEN VON IMMOBILIEN: WAS MUSS ICH WISSEN?

Eine geerbte Immobilie kann Segen oder Belastung sein. Der Vortrag vermittelt verständlich die wichtigsten Grundlagen zu Erbfolge, Erbengemeinschaft, Pflichtteil, steuerlichen Aspekten und Bewertung und zeigt Wege auf, familiäre Konflikte zu vermeiden.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Di. 15.09.2026
18:00 bis 20:15 Uhr Entgeltfrei
26H1403NH | Alparslan Ünal

IMMOBILIEN RICHTIG BEWERTEN: WIE FINDE ICH DEN ECHTEN WERT MEINER IMMOBILIE?

Der Vortrag erklärt verständlich die gängigen Bewertungsverfahren (Vergleichs-, Ertrags- und Sachwert) und zeigt anhand praxisnaher Beispiele, wie Immobilienwerte entstehen und wie Eigentümer und Käufer diese besser einschätzen können.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Do. 24.09.2026
18:00 bis 20:15 Uhr Entgeltfrei
26H1404NH | Alparslan Ünal

UMWELTBILDUNG

ZUGVÖGEL IM WELTNATURERBE WATTENMEER

In diesem interaktiven Vortrag dreht sich alles um die erstaunliche Welt der Zugvögel: Wie orientieren sie sich auf ihren oft tausende Kilometer langen Reisen? Welche Bedeutung hat das richtige Wetter- und welche zentrale Rolle spielt dabei das Wattenmeer, einer der wichtigsten Rast- und Nahrungsräume für Millionen von Zugvögeln? Zugleich werfen wir einen Blick auf die Auswirkungen des Klimawandels auf ihre Zugrouten, Lebensräume und Überlebenschancen- auch auf das empfindliche Ökosystem Wattenmeer- seit 2009 UNESCO-Weltnaturerbe. Fliegen Sie mit uns mit und entdecken Sie anschaulich die Meister des Zuges und die Anpassung ihres Körpers an diese langen Reisen. Dr. Matthias Mertzen ist Meeresbiologe. führt seit 2019 Gruppen im Nationalpark Wattenmeer und leitet das Nationalpark-Haus Wurster Nordseeküste.

Aus der Reihe vhsOPENminded – ein Online-Angebot der vhs Langenhagen

Webseminar
1 Termin | Mi. 13.01.2027
17:00 bis 19:15 Uhr Preis je TN 7,50 €
26H5301WEB



KULTURELLE BILDUNG

Kulturelle Bildung hat einen wesentlichen Anteil an der Herausbildung von Persönlichkeit. Sie verleitet Menschen zu kreativem, selbstwirksamem Handeln in der Lebensgestaltung. Kulturelle Bildung setzt sich mit kulturellem Wandel und kultureller Identität auseinander, sie schafft einen eigenständigen Zugang zum gesellschaftspolitischen und interkulturellen Verständnis. Mit unseren Angeboten der Kulturellen Bildung erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität und Improvisationsbereitschaft. Außerdem schulen Sie, insbesondere auch im beruflichen Kontext hilfreich, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Persönliche und berufliche Interessen lassen sich dabei optimal miteinander verbinden.



NEUE KOOPERATIONEN.....	16
THEATER	18
FILMCAFÉ	18
ZEICHNEN UND MALEN	18
TÖPFERN	20

PAPIERKUNST & LETTERING ..	21
FOTOGRAFIE	22
KREATIVES SCHREIBEN	23
MUSIK	23

GEMEINSAM MEHR BEWEGEN! UNSERE NEUEN KOOPERATIONEN

Wir freuen uns über neue Kooperationsprojekte mit anderen Volkshochschulen und Bildungsträgern aus unserer Region. Indem wir unsere Kräfte bündeln können wir Ihnen noch mehr spannende Kulturangebote bieten – auch über unsere Landkreisgrenzen hinaus!

Wir wünschen Ihnen viel Inspiration und anregende Momente beim Besuch der Kursangebote und Exkursionen!

THEATER HAUTNAH!

NEUE KOOPERATION

Die KVHS Wesermarsch bietet in Kooperation mit der vhs Bremen sowie sieben weiteren Volkshochschulen aus dem Bremer Umland und der Region Elbe-Weser jedes Semester Vorstellungsbesuche im Theater an. Dabei wird jeder Vorstellungsbesuch durch ein PLUS ergänzt: eine für die Gruppe gesondert angesetzte Werkeinführung, ein Nachgespräch mit Regisseur*in, Dramaturg*in oder Schauspieler*innen oder eine Führung durch den Kostümfundus, über und hinter die Bühne, in die Requisite: Sie erfahren – hautnah –, was alles vorbereitet und getan werden muss, damit der Vorhang jeden Abend hochgeht.

theaterhautnah

ROMEO UND JULIA Tragödie von William Shakespeare

Verona, Italien: auf einem Maskenball begegnen sich Romeo und Julia zum ersten Mal und verlieben sich unsterblich ineinander. Doch die junge Liebe steht unter keinem guten Stern: ihre Familien – die Capulets und die Montagues – sind bis aufs Blut verfeindet und die mit Hass und Gewalt geführte Fehde spaltet die ganze Stadt. Bietet die leidenschaftliche Verbindung der beiden Hitzköpfe die Gelegenheit der unmöglich erscheinenden Versöhnung? Außer Frage steht – die Verbindung von Romeo und Julia hat Sprengkraft, die Opfer fordert. In der erfolgreichen Inszenierung der bremer shakespeare company wird die mitreißende Emotionalität des Stücks durch atmosphärische, expressive und treibende Sounds eines Beatboxers sowie Kampf- und Tanzchoreographien verstärkt, die die sprachliche Kraft Shakespeares unterstreichen.

18.00 Uhr Treffpunkt Theatereingang, Schulstraße 26, 28199 Bremen | 18.15 Uhr Einführung mit dem Regisseur- ihr PLUS bei Theater hautnah! | 19.00 Uhr Vorstellungsbeginn (ca. 2,5 Std.).

Bitte beachten: Selbstorganisierte Anreise | Anmeldeschluss/Abmeldeschluss ist der 28.08.2026. Ermäßigungsnachweise sind beim Besuch des Theaters mitzuführen.

📍 Shakespeare Company | Schulstraße 26, 28199 Bremen
📅 **1 Termin | Sa. 26.09.2026**
🕒 18:30 bis 21:30 Uhr 🗨️ Preis 27,00 € erm. 15 €
📞 26H8403EV

DER RÄUBER HOTZENPLOTZ Familienoper nach Otfried Preußler von Sebastian Schwab

Der Räuber Hotzenplotz ist sehr gerissen: Er hat sogar der Großmutter ihre geliebte Kaffeemühle geraubt! Da man auf Wachtmeister Dimpfmoser nicht zählen kann, machen sich Kasperl und Seppel auf den Weg, den Räuber zu stellen. Der ist aber cleverer als gedacht und verkauft kurzerhand Kasperl an den Zauberer Petrosilius Zwackelmann. So nimmt ein großes Abenteuer seinen Lauf, an dessen Ende Freundschaft und Zusammenhalt das Böse in die Flucht schlagen können. In seiner Oper für die ganze Familie verleiht Sebastian Schwab der Kasperlgeschichte eine Musik voller Witz, beschwingter Rhythmen und Ohrwürmer. Die Kinder bekommen vor der Aufführung einen Räuber-Workshop; für Erwachsene gibt es parallel eine Einführung in die Inszenierung- ihr PLUS bei Theater hautnah!

Bitte beachten: Selbstorganisierte Anreise. Treffpunkt: Bremen: Theater Bremen, Am Goetheplatz 1-3 | An- und Abmeldeschluss ist der 21.09.2026. Es gelten die Ermäßigungsregelungen des Bremer Theaters. Ermäßigungsnachweise sind beim Besuch des Theaters mitzuführen.

📍 Theater Bremen, Am Goetheplatz 1-3
📅 **1 Termin | So. 01.11.2026**
🕒 13:45 bis 18:00 Uhr 🗨️ Preis je TN 25,00 € Erw., 10 € pro Kind
📞 26H8400EV

CARMEN Oper in vier Akten von Georges Bizet

Don José, dessen Leben völlig aus den Fugen geraten ist, kommt nicht los von der Frau, die nach ihren eigenen Regeln lebt und liebt, konsequent bis in den Tod. Denn wie sollte Carmen in einer patriarchalen Gesellschaft überleben - ungezügelt und widerständig wie sie ist? Georges Bizets „Versuch über die freie Liebe“ zeigt das Drama dieser mythisch gewordenen weiblichen Projektionsfigur, eingebettet in unvergängliche Opernmelodien, als Werk aus dem Geiste des Volkstheaters: nahbar und direkt. Hieran knüpft Regisseurin Emily Hehl an, unterstützt von einigen Bremerinnen, die als vielgestaltige Stimmen Carmens Charakter ergänzen werden.

15.00 Uhr Öffentliche Einführung, 15.30 Uhr Vorstellungsbeginn (ca. 2,5 Std.) – Im Anschluss an die Aufführung findet ein exklusives Nachgespräch mit den Akteur*innen statt- Ihr PLUS bei Theater hautnah!

Bitte beachten: Selbstorganisierte Anreise. Treffpunkt: Bremen: Theater Bremen, Am Goetheplatz 1-3. Es gelten die Ermäßigungsregelungen des Bremer Theaters. Ermäßigungsnachweise sind beim Besuch des Theaters mitzuführen. Anmeldeschluss/Abmeldeschluss ist der 7.12.2026

📍 Theater Bremen, Am Goetheplatz 1-3
📅 **1 Termin | So. 17.01.2027**
🕒 15:00 bis 18:00 Uhr 🗨️ Preis je TN 56 € erm. 33 €
📞 26H8401EV

KULTURLANDSCHAFTEN

NEUE KOOPERATION

Die Region um Bremen und Oldenburg ist reich an Kultur. Gemeinsam machen wir uns auf den Weg, kulturelle Orte und Einrichtungen kennenzulernen. Wir lassen uns von den Orten inspirieren und tauschen uns in der Gruppe aus. Die Exkursionen finden als Reihe in Kooperation mit dem Verbund VHS Kultur im Großraum Bremen/Oldenburg statt



© Jens Notroff

AUF DEN SPUREN DER ARCHÄOLOGIE „Ein gut Theil Eigenheit“ Von Ausgrabungen, Abenteuerlust und Wissenschaft | Ausstellungsbesuch mit Führung

Wer denkt bei Archäologie zuerst an mutige Entdeckerinnen? Dabei prägten Frauen die Altertumskunde und Archäologie schon seit dem späten 18. Jahrhundert entscheidend mit- lange bevor sie überhaupt an Universitäten zugelassen waren. Sie sammelten Funde, leiteten Ausgrabungen, zeichneten, fotografierten, katalogisierten und veröffentlichten wissenschaftliche Arbeiten. Viele dieser Pionierinnen waren zu ihrer Zeit für ihr Wissen und ihre Arbeit bekannt und geschätzt, andere standen im Schatten ihrer Ehemänner oder Kollegen. Heute sind ihre Geschichten jedoch kaum noch bekannt. Die Führung durch die Dauerausstellung „Ein gut Theil Eigenheit - Lebenswege früher Archäologinnen“ lädt dazu ein, diese außergewöhnlichen Frauen neu zu entdecken. Anhand von elf spannenden Biografien erzählt die Ausstellung von wissenschaftlicher Leidenschaft, ungewöhnlichen Lebenswegen und dem Kampf um Anerkennung in einer von Männern dominierten Wissenschaftswelt. Im Anschluss an die Führung besteht bei Kuchen und Getränken die Möglichkeit zum gemeinsamen Austausch und Gespräch. Das Urgeschichtliche Zentrum Wildeshausen (UZW) lädt dazu ein, die faszinierende Welt der Vor- und Frühgeschichte hautnah zu entdecken. Im Mittelpunkt stehen die beeindruckenden Großsteingräber der Wildeshauser Geest und ihre Geschichten aus längst vergangenen Zeiten.

Bitte beachten: An- und Abmeldeschluss: 22.09.2026 | Weitere Informationen und Anmeldung bei der VHS Wildeshausen: 04431-71622 oder per E-Mail an info@vhs-wildeshausen.de | Selbstorganisierte Anreise. Treffpunkt: Vor dem Eingang des Urgeschichtlichen Zentrums

📍 Huntstr. 47 | 27793 Wildeshausen
📅 **1 Termin | Di. 29.09.2026**
🕒 15:15 bis 17:30 Uhr 🗨️ Preis je TN 16,00 €

LITERATUR AN ORT UND STELLE

NEUE KOOPERATION

Die Topographie der deutschen Literatur ist dezentral: Kulturelle Knotenpunkte liegen nicht nur in den großen Metropolen, sondern auch in der „Provinz“. Diese reiche Vielfalt hat unsere Literaturgeschichte geprägt. Die Seminarreihe „Literatur an Ort und Stelle“ lädt ein zum literarischen Ortswechsel: Zum Sich-Zeit-Nehmen für Literarisches abseits der kulturtouristischen Routine, zur genaueren Lektüre und zu anregenden Gesprächen über das Gelesene und Erlebte an besonderen, für Leben und Werk der Autor*innen wichtigen Schauplätzen.

Alle Veranstaltungen für 2027
finden Sie auf der Homepage:



KRISTINE BILKAU IN NORDFRIESLAND

In diesem Literatur-Seminar soll es eine lese- und austauschfreudige Woche lang um Kristine Bilkau Roman „Halbinsel“ (2025) gehen. Der Roman handelt von Annett, die nach dem frühen Tod ihres Mannes ihre Tochter Linn in der Nähe Husums allein großgezogen hat. Als diese- nun Mitte zwanzig, in Berlin lebend und an sich erfolgreich im Umweltschutz arbeitend- bei einer Tagung einen Kreislaufzusammenbruch erleidet, holt Annett sie zu sich nach Hause. Da Linn eine tiefgreifende Erschöpfung und Sinnkrise erfasst hat, werden aus der Erholungswoche am nordfriesischen Wattenmeer schließlich Monate. In dieser Zeit brechen Konflikte zwischen Mutter und Tochter auf, werden Erinnerungen geweckt, stellen sich schwer zu beantwortende Lebens- und Zukunftsfragen. All diesen Aspekten wollen wir im Seminar nachgehen. Die Literaturwoche an der Nordseeküste bietet viel Zeit, den zur Diskussion anregenden Roman von Kristine Bilkau tiefgreifend kennenzulernen und seinen Spuren in Husum und an der Nordseeküste zu folgen.

Bitte beachten: Eigene Anreise! Die Fahrtkosten sind nicht in der Gebühr enthalten. Wir empfehlen den Abschluss einer privaten Reiserücktrittsversicherung! Diese Veranstaltung kann auch als Bildungsurlaub gebucht werden

Ankunft So. 19.9.2027 ab 15 Uhr, Seminarbeginn: 17.00 Uhr, Seminarende Fr. 24.9.2027 um 14:30 Uhr.

Die Anmeldung zu dieser Veranstaltung ist ab dem 16. November 2026 möglich. Bitte beachten Sie die abweichenden Stornierungsbedingungen dieser Veranstaltung. Mehr Informationen dazu finden Sie auf unserer Homepage.

Es können Kosten für Exkursionen hinzukommen. Exkursionen zu Fuß müssen bewältigt werden können.

📍 Christian Jensen Kolleg | Kirchenstraße 4- 13, 25821 Breklum
📅 **19.-24.09.2027**
🗨️ Preis je TN 785,00 € EZ | 585,00 € DZ
📞 27H3101EV | Dr. Ina Düking



WEITERE INFORMATIONEN FINDEN SIE ONLINE

www.kvhs-wesermarsch.de/programm/kulturelles-und-kreatives

THEATER

IMPROTHEATERWORKSHOP: SPONTANITÄT UND IMPROVISATION - WIE GEHT DAS? Wochenendseminar

Beim Improvisationstheater ist Spontanität das A&O- und diese Technik lässt sich gut auf andere Situationen übertragen. In diesem Workshop werden die Grundlagen und Techniken des improvisierten Theaters vorgestellt und ausprobiert. Mit speziellen Übungen und Spielen werden kreative Potentiale (wieder) entdeckt und gefördert. Improtheater macht nicht nur viel Spaß, ist schnell und witzig, sondern trainiert auch Spontanität, Bühnenpräsenz, kommunikative Fähigkeiten sowie Fremd- und Selbstwahrnehmung. Vorkenntnisse sind nicht nötig, lassen Sie sich überraschen!

- 📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
- 📅 **1 Termin | Sa. 28.11.2026**
- 🕒 10:00 bis 14:30 Uhr | Preis je TN 57,00 €
- 📍 26H8601BR | Jürgen Boese



FASZINATION PAPIERTHEATER

Die Oldenburger Künstlerin Heike Ellermann wird ihr Publikum in die Welt des wunderbaren Mediums Papiertheater entführen. Ein kleines Theaterstück steht gleich zu Beginn auf dem Programm. Am „Bühnenrand“ gibt es Informationen zur Geschichte des Papiertheaters von der Zeit der Romantik bis heute. Wie entsteht dieser Theaterzauber, der Kinder und Erwachsene gleichermaßen zu faszinieren vermag? Bei einem Blick in die Theaterwerkstatt und hinter die Kulissen gibt es darauf vielleicht eine Antwort? Heike Ellermann liefert Notizen und Anekdoten aus ihrem Papiertheaterleben als Autorin, Regisseurin und Spielerin. Vielleicht entwickeln Mutige im Publikum sogar die Idee für eine kleine Spielszenen und bringen sie „auf die Bretter“? Vorhang auf!

- 📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
- 📅 **1 Termin | Fr. 13.11.2026**
- 🕒 18:00 bis 20:15 Uhr | Preis je TN 12,00 €
- 📍 26H8600BR | Heike Ellermann

FILMCAFÉ



MALTESER FILMCAFÉ: DIE VERGESSLICHKEIT DER EICHHÖRNCHEN Spielfilm, Deutschland, 2020, 114 Minuten Ein Film von Nadine Heinze, Marc Dietschreit | FSK 12

Eine junge Frau aus der Ukraine hat sich nach ihrem Germanistikstudium aus finanzieller Not auf einen Job als 24-Stunden-Pflegekraft in einer Familie eingelassen, in der die erwachsenen Kinder

ein äußerst angespanntes Verhältnis zum dementen Patriarchen haben. Sie gerät prompt in ein wahres Minenfeld vergifteter Verhältnisse, schafft es mit Sensibilität aber, eine allmähliche Veränderung zu bewirken. Eine Tragikomödie, die mit subversiver Kraft das Reizthema des deutschen Pflegeotstands und der Arbeitsbedingungen ausländischer Pflegekräfte aufgreift, wobei der Tonfall von bedrückend leise zu humorvoll skurril changiert und treffsichere Dialoge und Gesten das soziale Spannungsfeld eindrücklich ausloten.

Bitte beachten: Einlass zum Malteser Film-Café ist jeweils ab 14.30 Uhr | Die Plätze sind begrenzt, eine telefonische Anmeldung bis zum 24.08.2026 bei den Maltesern ist erforderlich: (0 47 31) 36 33 20

- 📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 📅 **1 Termin | Mo. 31.08.2026**
- 🕒 15:00 Uhr | Preis je TN 10,00 €
- 📍 26H3500NH



MALTESER FILMCAFÉ: PAULA - MEIN LEBEN SOLL EIN FEST SEIN Spielfilm, Deutschland/Frankreich, 2016, 123 Minuten Ein Film von Christian Schwochow | FSK 12

Um 1900 scheint es undenkbar, dass eine Frau an einer Kunsthochschule studiert, geschweige denn sich als Malerin einen Namen macht. Aber Paula Becker denkt nicht daran, sich den herrschenden Konventionen anzupassen. In der Künstlerkolonie Worpswede ergründet sie unbeirrt von der vernichtenden Meinung ihres Lehrers ihren eigenen Stil. Als sie den Maler Otto Modersohn heiratet, scheint es, als hätte Paula einen verständnisvollen Seelenverwandten gefunden. Aber in der Ehe findet sie nicht ihr Glück. Finanziell unterstützt von ihrem Mann, zieht sie nach Paris, wo sie sich als Mensch und Künstlerin verwirklicht.

Bitte beachten: Einlass zum Malteser Film-Café ist jeweils ab 14.30 Uhr | Die Plätze sind begrenzt, eine telefonische Anmeldung bis zum 21.9.2026 bei den Maltesern ist erforderlich: (0 47 31) 36 33 20

- 📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 📅 **1 Termin | Mo. 28.09.2026**
- 🕒 15:00 | Preis je TN 10,00 €
- 📍 26F3503NH

ZEICHNEN UND MALEN

INTUITIVES, ABSTRAKTES MALEN IN ACRYL Kleingruppe

In diesem Kurs entdecken wir die Welt der abstrakten Acrylmalerei auf eine ganz besondere Weise: intuitiv, frei und ohne Leistungsdruck. Im Mittelpunkt steht nicht das perfekte Bild, sondern der kreative Prozess selbst. Die Teilnehmenden lernen ihre eigenen Gefühle, Stimmungen und Ideen spontan auf der Leinwand zu bringen. Durch den Einsatz von Acrylfarben, Strukturpaste und ver-

schiedenen Werkzeugen entstehen individuelle, moderne Kunstwerke mit spannenden Oberflächen und lebendigen Farbkombinationen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich - der Kurs ist sowohl für Anfänger*innen als auch für Fortgeschrittene geeignet.

Bitte beachten: Das Material ist im Kurs erhältlich und im Kursentgelt enthalten. Bitte 2 Leinwände mitbringen: in Format 40x40 cm und 30x30 cm.

- 📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 📅 **3 Termine | ab Di. 27.10.2026**
- 🕒 18:00 bis 19:30 Uhr | Preis je TN 51,00 €
- 📍 26H8100NH | Elena Hein



PAPUCHO IM INTERVIEW

Wie sind Sie zur Malerei gekommen?

Schon als Kind kopierte ich gut aus Comics und Mangas oder portraitierte meine Lehrer*innen, um sie in meinem Schulheft festzuhalten. Das Zeichnen mit dem Bleistift war mein Einstieg in die Malerei. Als ich das Öl und andere günstigere Farben wie Zum Beispiel Druckertinte entdeckte, fing ich an, alles zu kopieren, was ich interessant fand in Büchern, Zeitschriften, und begann, meine Werke weiterzuverkaufen, um in kommerziellen Märkten und auf sehr „eigenartige“ Weise zu überleben.

Was gefällt Ihnen besonders am Unterrichten?

Ich mag es zu sehen, wie jeder seine eigene Art hat zu malen, eine Idee umzusetzen und von jedem lernen zu können, während ich gleichzeitig mein Wissen mit ihnen teile. Es begeistert mich, dass jemand, der denkt, er könne nichts Gutes malen, beginnt, an sich selbst zu glauben, sobald er damit angefangen hat.

Welchen Stellenwert hat die Kunst in Ihrem Leben?

Ich glaube, dass die Kunst die Manifestation des Lebens selbst ist und dass durch die Kunst alles existiert, was uns heute umgibt. Einfach weil Kunst reine Energie ist, die sich manifestiert. Sei es auf visuelle Weise oder in Kombination mit Klängen. Lange bevor es Sprache oder Schriften gab (die meiner Meinung nach eine künstlerische Form sind), gab es Künstler, die ihre eigene Gemeinschaft entwickelten. Und obwohl wir in einer Welt leben, in der Kunst nicht als wichtig angesehen wird, hätte sich die Menschheit ohne die Kunst nicht so weit und so schnell entwickelt.

LIEBLINGSORTE IN ACRYL ODER ÖL Kleingruppe | Wochenendseminar

Gemeinsam mit dem Künstler Jorge Lázaro Pérez Fraga- genannt Papucho- tauchen Sie ein in einen kreativen Schaffensprozess. Die Orte, die er erschafft sind lebendig und tanzen im Rhythmus der Farben. Lassen Sie sich inspirieren und finden Sie Ihren eigenen Takt, wenn Sie Ihren Lieblingsort auf die Leinwand bringen.

Bitte beachten: Bitte ein altes Unterhemd oder Kittel mitbringen, sowie eine Leinwand in Wunschgröße. Materialkosten sind im Kursentgelt enthalten.

- 📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
- 📅 **2 Termine | Sa. 07.11.2026 + So. 08.11.2026**
- 🕒 14:00 bis 17:00 Uhr | Preis je TN 80,00 €
- 📍 26H8101BR | Jorge Lázaro Pérez Fraga

LIEBLINGSORTE IN ACRYL ODER ÖL Kleingruppe

Gemeinsam mit dem Künstler Jorge Lázaro Pérez Fraga- genannt Papucho- tauchen Sie ein in einen kreativen Schaffensprozess. Die Orte, die er erschafft sind lebendig und tanzen im Rhythmus der Farben. Lassen Sie sich inspirieren und finden Sie Ihren eigenen Takt, wenn Sie Ihren Lieblingsort auf die Leinwand bringen.

Bitte beachten: Bitte ein altes Unterhemd oder Kittel mitbringen, sowie eine Leinwand in Wunschgröße. Materialkosten sind im Kursentgelt enthalten.

- 📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
- 📅 **10 Termine | Ab Di. 22.09.2026**
- 🕒 17:30 bis 19:00 Uhr | Preis je TN 170,00 €
- 📍 26H8102BR | Jorge Lázaro Pérez Fraga

DIE INDIVIDUALITÄT VON BÄUMEN Wochenendseminar

Bäume haben ein faszinierendes Wesen. Sie besitzen eine besondere Anziehung auf uns. In diesem Kurs hast du die Möglichkeit, deiner persönlichen Vorstellung Ausdruck zu verleihen. Ob du deine Phantasiebäume oder einen speziellen Baum malen oder zeichnen möchtest, ist dir überlassen. Wenn du Lust hast, kannst du im Vorfeld Bäume fotografieren. Wir werden uns im Kurs verschiedene Bäume anschauen.

Bitte beachten: Bitte ein altes Unterhemd oder Kittel mitbringen sowie eine Leinwand in Wunschgröße. Materialkosten sind im Kursentgelt enthalten. Der Kursort ist nicht barrierefrei.

- 📍 Pastorenweg 24 in Jade
- 📅 **1 Termin | Sa. 14.11.2026**
- 🕒 10:00 bis 13:00 Uhr | Preis je TN 40,80 €
- 📍 26H8104JA | Angelika Kung

INTUITIVES MALEN Kleingruppe | Wochenendseminar

Intuitiv zu malen bedeutet in diesem Kurs, der eigenen Kreativität einen Raum zu bieten. Farben und Formen verleihen deinen Vorstellungen und Ideen einen individuellen Ausdruck. Im Prozess des Malens entsteht eine innere Ruhe und gelassene Konzentration. Du lernst verschiedenen Materialien kennen und erfährst unterschiedliche Wirkungen von Farben und Farbaufträgen auf Papier, Pappe und Leinwand.

Bitte beachten: Bitte ein altes Hemd oder Kittel mitbringen, sowie eine Leinwand in Wunschgröße. Materialkosten sind im Kursentgelt enthalten. Der Kursort ist nicht barrierefrei.

- 📍 Pastorenweg 24 in Jade
- 📅 **1 Termin | Sa. 17.10.2026**
- 🕒 10:00 bis 13:00 Uhr 🗨️ Preis je TN 40,80 €
- 📞 26H8105JA | Angelika Kung

ZEICHNEN & MALEN FÜR ANFÄNGER*INNEN UND FORTGESCHRITTENE

Es werden die Grundlagen des Zeichnens und Malens vermittelt (Proportionen erfassen, Perspektive, Licht und Schatten) oder schon erworbene Kenntnisse vertieft (Farben mischen, Bildaufbau). Wahlweise wird mit Blei- oder Buntstiften, Kreide oder Acryl gearbeitet. Vorlagen stehen zur Verfügung. Außerdem können eigene Ideen umgesetzt oder auch angefangene Arbeiten mitgebracht werden.

Bitte beachten: Bitte Bleistifte in verschiedenen Stärken, Buntstifte oder Farben, Papier oder Leinwand mitbringen

- 📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 📅 **10 Termine | Mi. ab 09.09.2026**
- 🕒 18:30 bis 20:00 Uhr 🗨️ Preis ab 10 TN: 77,- €, ab 7 TN: 104,- €
- 📞 26H8704NH | Hella Krause

TÖPFERN

TÖPFER- UND MODELLIERKURS Kleingruppe

Modellieren und Töpfeln nach Herzenslust! Sie sind eingeladen unter der Anleitung einer versierten Keramikerin und Diplom-Designerin tolle Dinge entstehen zu lassen. Es wird der Werkstoff Ton mit all seinen Möglichkeiten präsentiert. Unterschiedliche Techniken wie die Platten- oder Wulsttechnik werden vorgestellt und gemeinsam erprobt. Wissenswerte Informationen über Keramiken, die wir alle im Alltag nutzen, runden den Kurs ab.

Bitte beachten: Das Material wird nach Verbrauch mit der Dozentin abgerechnet. Kursort: Töpferei, Begu Schulstr. 20, Brake.

- 📍 Brake | BEGU, Schulstraße 20
- 📅 **5 Termine | Ab Mi. 09.09.2026**
- 🕒 18:30 bis 21:00 Uhr 🗨️ Preis ab 10 TN 125,00 €
- 📞 26H8210BR | Julia Gabbert-Kruse

- 📍 Brake | BEGU, Schulstraße 20
- 📅 **5 Termine | Ab Mi. 28.10.2026**
- 🕒 18:30 bis 21:00 Uhr 🗨️ Preis ab 10 TN 125,00 €
- 📞 26H8211BR | Julia Gabbert-Kruse

KERAMIK GIESSEN - SCHÖNES FÜR ZU HAUSE

In diesem kreativen Workshop gestalten Sie Ihre eigenen Keramikwerke! Nach einer kurzen Einführung geht es direkt ans Werkeln: Mit einfachen Techniken und kreativen Ideen zaubern Sie in nur 2 Stunden einzigartige Objekte, die Sie am Ende stolz mit nach Hause nehmen können. Keine Vorkenntnisse nötig - lassen Sie Ihrer Fantasie freien Lauf und entdecken Sie, wie viel Spaß das Gestalten mit Keramik macht! Eine schriftliche Anleitung gibt es dazu, damit Sie auch Zuhause weitermachen können.

Bitte beachten: Das benötigte Material (500gr. Keramikpulver, 3 kleine Holzleisten (easysticks), zwei Silikonformen, einen Silikonrührbecher und Anrührstab) ist im Kurs enthalten.

- 📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 📅 **1 Termin | Mi. 16.09.2026**
- 🕒 17:00 bis 19:30 Uhr 🗨️ Preis je TN 29,30 €
- 📞 26H8208NH | Silke Grünjes

LANGES TÖPFERWOCHELENDE

Wer gerne mal das Töpfeln ausprobieren möchte oder auch Erfahrung mitbringt, ist an diesem Wochenende herzlich willkommen. In entspannter Runde können verschiedene Techniken ausprobiert werden, wie zum Beispiel die Wulst-, Platten-, Überform- oder Aufbautechnik. Am ersten Wochenende wird getöpelt und am dritten Termin werden die fertigen Werkstücke glasiert. Ein Abholtermin wird im Kurs vereinbart. Die entstandenen Materialkosten werden mit der Dozentin abgerechnet.

- 📍 Nordenham | Grundschule FAH, Margaretenstr. 30
- 📅 **3 Termine | Fr. ab 30.10.2026**
- 🕒 19:00 bis 22:00 Uhr 🗨️ Preis je TN 60,00 €
- 📞 26H8213NH | Silvia Gorges

TÖPFERN MAL ANDERS: FARBENFREUDE Wochenendseminar | Kleingruppe

In diesem Kurs wollen wir besonderen Wert auf die farbliche Gestaltung legen. Es wird nicht einfarbig glasiert sondern mit Pinsel und Schablonen Muster auf das Werkstück gebracht. Verschiedene Techniken werden vorgestellt. Danach wird das Werkstück farblos glasiert und gebrannt.

Bitte beachten: Bitte bringen Sie Schere, Bleistift, Messer, Föhn, Handtuch, evtl. Arbeitskleidung mit. Das Material ist im Kurs erhältlich und wird nach Verbrauch abgerechnet.

- 📍 Nordenham | Grundschule FAH, Margaretenstr. 30
- 📅 **2 Termine | Sa. 14.11.2026 + Sa. 28.11.2026**
- 🕒 15:00 bis 17:15 Uhr 🗨️ Preis ab 10 TN 30,00 €
- 📞 26H8210NH | Silvia Gorges

TÖPFERN FÜR KINDER UND ELTERN ODER GROSSELTERN Wochenendseminar | Eltern-Kind-Kurs

An zwei Samstagen können Sie zusammen mit Ihrem Kind töpfeln. Neben Kreativität, Spaß und Freude am Gestalten ist die Arbeit mit Ton auch eine Gelegenheit, das haptische Empfinden zu stärken. Beim Umgang mit Ton werden die Motorik und die individuelle Wahrnehmung geschult. Eltern/Großeltern lernen, beim Beobachten ihres Kindes Entwicklungsschritte zu erkennen und gezielt zu begleiten. Am ersten Samstag können fantasievolle Figuren und kleine Gefäße entstehen, die mit Engobefarben bemalt werden können. Am zweiten Samstag können die gebrannten Kunststücke mit bunten Glasuren glasiert werden, die dann nochmals gebrannt werden müssen. Einen Abholtermin vereinbaren Sie mit der Dozentin.

Bitte beachten: Mitzubringen sind ein Handtuch, evtl. Arbeitskleidung, Getränke und Mittagssnack (am ersten Termin). Material ist im Kurs erhältlich und wird nach Verbrauch abgerechnet.

- 📍 Nordenham | Grundschule FAH, Margaretenstr. 30
- 📅 **2 Termine | Sa. 14.11.2026 + Sa. 28.11.2026**
- 🕒 10:00 bis 14:30 Uhr / 10:00 bis 12:15 Uhr 🗨️ Preis je TN 45,00 €
- Die genannte Gebühr bezieht sich auf ein Eltern-Kind-Paar.
- 📞 26H8200NH | Silvia Gorges

PAPIERKUNST UND LETTERING



BUCHFALTKUNST - JEDER KNICK IST GEWÜNSCHT

Kleingruppe | in Kooperation mit der Georg-von-der-Vring Bibliothek Brake

Jeder Knick erwünscht! Mit „Eselohren“ werden aus Büchern Dekorationsobjekte gefaltet. Aus mehreren verschiedenen Formen oder Schriftzügen können die Teilnehmer wählen. Es entstehen ungewöhnliche Objekte, die auch zum Verschenken beliebt sind.

Bitte beachten: Es entstehen Materialkosten in Höhe von 3,00 Euro für ein geeignetes Buch sowie die Faltvorlage und sind bei der Dozentin vor Ort zu entrichten.

- 📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 📅 **1 Termin | Do. 19.11.2026**
- 🕒 17:00 bis 20:00 Uhr 🗨️ Preis je TN 24,00 €
- 📞 26H8700NH | Inge Voss

- 📍 BR Kreisbibliothek Brake
- 📅 **1 Termin | Mo. 23.11.2026**
- 🕒 15:00 bis 18:00 Uhr
- 🗨️ Preis je TN 24,00 €
- 📞 26H8701BR | Inge Voss

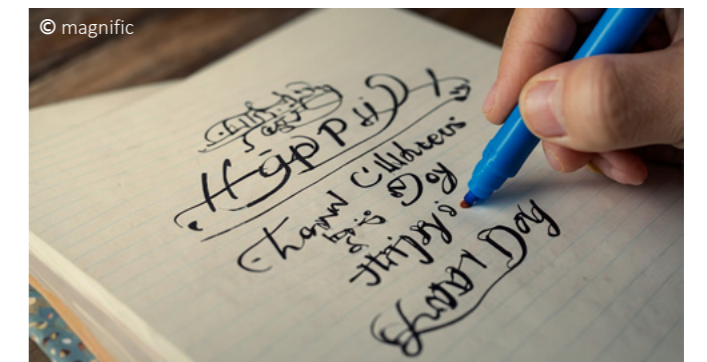


BRUSHLETTERING in Kooperation mit der Stadtbücherei Nordenham

Erlernen Sie die Kunst, Buchstaben, Wörter und Texte besonders schön zu gestalten. In diesem Workshop erlernen Sie den ersten Umgang mit einem Pinselstift (Brushpen) auf satiniertem Papier. Sie erhalten ein schön gestaltetes Handout und einen passenden Brushpen. Zum Ende des Workshops gestalten Sie Ihre eigene Spruchkarte mit verschiedenen Stiften. Gerade Tisch- oder Grußkarten lassen sich damit besonders schön und leicht gestalten. In Kooperation mit der Stadtbücherei Nordenham.

Bitte beachten: Das benötigte Material (Übungsblätter, verschiedene Stifte sowie Kraftpapier und Postkarten) ist im Kurs enthalten.

- 📍 Nordenham | Stadtbücherei, An der Gate 11
- 📅 **1 Termin | Di. 08.09.2026**
- 🕒 17:00 bis 20:00 Uhr 🗨️ Preis je TN 30,80 €
- 📞 26H8703NH | Silke Grünjes



HANDLETTERING – DIE KUNST DES SCHÖNSCHREIBENS in Kooperation mit der Stadtbücherei Nordenham

In diesem Workshop erlernen Sie die Grundlagen beider Techniken. Sie werden schnell feststellen, dass alleine mit Ihrer eigenen Handschrift schon viele schöne Letterings möglich sind. Anhand von Übungsblättern werden Sie verschiedene Stifte und Schreibstile ausprobieren und die Anatomie von Buchstaben kennenlernen. Kleine Tricks und Kniffe zum Gestalten von Karten werden auch gleich ausprobiert.

Bitte beachten: Das benötigte Material (Übungsblätter, verschiedene Stifte sowie Kraftpapier und Postkarten) ist im Kurs enthalten.

- 📍 Nordenham | Stadtbücherei, An der Gate 11
- 📅 **1 Termin | Di. 29.09.2026**
- 🕒 17:00 bis 20:00 Uhr 🗨️ Preis je TN 30,80 €
- 📞 26H8707NH | Silke Grünjes



BULLET JOURNAL WORKSHOP in Kooperation mit der Stadtbücherei Nordenham

Tagebuch, Notizheft, Kalender und alles was man so im Kopf hat in einem Buch vereinen. Dieses und noch viel mehr wird in diesem Kurs vermittelt. Ein schnelles Zurechtfinden in Ihrem eige-

nen Bullet Journal steht hier im Vordergrund, es können Listen und Sammlungen darin enthalten sein, genauso wie Rezepte oder Wunschlisten, ganz individuell!

Bitte beachten: Das benötigte Material (Übungsbuletjournal, verschieden Stifte und ein Handout) kann direkt am Kursanfang bei der Kursleiterin für 6,00 € erworben werden.

Nordenham | Stadtbücherei, An der Gate 11
1 Termin | Di. 13.10.2026
 17:00 bis 20:00 Uhr Preis je TN 30,80 €
 26H8706NH | Silke Grünjes



DRUCKTECHNIKEN FÜR ZU HAUSE Wochenendseminar

Wir werden verschiedene Drucktechniken nutzen, um mit Alltagsgegenständen Bilder zu drucken. Dabei werden wir kreative Unikate herstellen und uns dafür verschiedenster Materialien bedienen. Der Kurs ist für Jugendliche und Erwachsene ab 12 Jahren geeignet.

Bitte beachten: Es entstehen Materialkosten in Höhe von 15 €, die bei der Dozentin vor Ort zu entrichten sind. Eigene Aquarellpapiere und Linolfarben können mitgebracht werden.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Sa. 16.01.2027
 13:00 bis 16:45 Uhr Preis je TN 22,50 €
 26H8705NH | Malin Schmidt

FOTOGRAFIE

FOTOGRAFISCHE PROJEKTE – THEMEN PRAKTISCH UMSETZEN Kleingruppe

Auf Reisen motiviert uns oft eine neue Umgebung zum Fotografieren. Zuhause ist nichts Spannendes? Wie wäre es, sich ein Thema zu setzen und dann mit der Kamera loszuziehen? „Kreise in der Stadt“, „Alles blau“ oder „Bewegung in der Landschaft“ u.a. führen zu ganz neuen Bildern. In kleiner Runde finden wir unsere Themen, suchen zusammen Motive und setzen diese mit der Kamera in starke Bilder um. Nach kurzer Besprechung starten wir gleich am ersten Abend zu Aufnahmen in der Umgebung. Wir erzielen unscharfe Hintergründe, setzen Wischeffekte in verschiedener Weise ein und wenden den Goldenen Schnitt an. Warum mal an „Raus aus der Mitte“ denken? Fragen zurameratechnik werden direkt am Motiv erklärt und beantwortet. Macht die Vollautomatik immer Sinn? Welche Einstellungen mache ich ggf. selbst an der Kamera, wo überlasse ich das Feld der Automatik? Es wird ein Handout verteilt, eine Karte mit den wichtigsten Tipps für die Fototasche hilft auch unterwegs. Tipps zur Nachbearbeitung runden den Workflow ab.

Bitte beachten: Mitzubringen sind eine Kamera, geladene Akkus sowie ggf. vorhandenes Zubehör. Fertige Bilder sind willkommen, bitte auf USB-Stick.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
3 Termine | Mi. ab 26.08.2026
 19:30 bis 21:45 Uhr Preis je TN 63,00 €
 26H8701NH | Wilfried Schadock

PORTRAIT-SHOOTING Kleingruppe

Wir haben alle schon andere Menschen fotografiert, spontane Selfies dokumentieren unsere täglichen Erlebnisse. Was aber macht gute Porträts aus? Das finden wir in diesem Kurs heraus. Wir versuchen, ein Gefühl für die Persönlichkeit zu entwickeln. In kleiner Runde überlegen wir, wo wir dann mit welcher Technik fotografieren: Lichtführung und Schärfentiefe sind wichtig, ebenso die Bildgestaltung durch Wahl von z.B. Hintergrund, Perspektive, Bildausschnitt, Goldener Schnitt. Sollen Accessoires oder Eyecatcher verwendet werden? Ziel ist ein ausdrucksstarkes Bild, mit dem fotografierte Person und Fotograf*in zufrieden sind. Gleich am ersten Abend haben wir nach kurzer Vorbesprechung ein Model zur praktischen Fotografie zur Verfügung. Wir besprechen mit unserem Model die Körperhaltung, Bewegungen, Blickrichtung uvm. So lernen wir den Umgang mit derameratechnik und vor allem dem Setzen und Führen des Lichtes. Am zweiten Abend besprechen wir eingehend die Ergebnisse unserer Aufnahmesession am mitgebrachten Notebook oder am PC vor Ort. Falls Sie Partner oder Freunde mitbringen möchten, können wir auch weitere Porträts fotografieren. Ein Handout mit allen Infos ist vorbereitet.

Bitte beachten: Mitzubringen sind eine Kamera, geladene Akkus sowie ggf. vorhandenes Zubehör. Fertige Bilder sind willkommen, bitte auf USB-Stick.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
2 Termine | Mi. 13.01.2027 + Mi. 20.01.2027
 19:30 bis 21:45 Uhr Preis je TN 42,00 €
 26H8702NH | Wilfried Schadock



INSTA-WALK FOTOKURS: BESONDERE MOMENTE EINFANGEN UND TEILEN in Kooperation mit dem Tourismus Service Büro Butjadingen

Kommen Sie mit auf unsere geführte Foto-Entdeckungstour! Bei einem gemeinsamen Spaziergang entlang des Wattenmeers in Burhave verbessern Sie unter Anleitung Ihre fotografische Technik und setzen maritime Motive optimal in Szene. Wir beschäftigen uns mit Perspektive und Licht und bereiten die Fotos im Anschluss optimal für Social Media Plattformen wie Instagram auf.

Burhave | Haus des Gastes, Strandallee 61
1 Termin | Do. 17.09.2026
 17:30 bis 20:30 Uhr Preis je TN 30,00 €
 26H5411BJ | Julie Rausch

KREATIVES SCHREIBEN



LEBENSGESCHICHTEN BEWAHREN AUTOBIOGRAFISCHES SCHREIBEN FÜR SENIOR*INNEN in Kooperation mit dem Tourismus Service Büro Butjadingen

In diesem Workshop können Senior*innen ihre Erinnerungen schriftlich festhalten und dabei ihr Leben reflektieren, um es für sich und ihre Familie besser zu verstehen. Mit kreativen Impulsen und individuellen Rückmeldungen lernen die Teilnehmer*innen, ihre Lebensgeschichte strukturiert und anschaulich aufzuschreiben und erfahren, wie wertvoll ihre Geschichten für nachfolgende Generationen sind.

Bitte beachten: Die anfallenden Kosten für das Lehrbuch in Höhe von 25,00 € werden mit dem Dozenten vor Ort abgerechnet.

Burhave | Haus des Gastes, Strandallee 61
1 Termin | Mi. 02.09.2026
 09:00 bis 16:45 Uhr Preis je TN 36,00 €
 26H3100BJ | Dr. Ralf Raabe

VON DER IDEE ZUM BUCH Wochenendseminar

„Ich wollte schon immer mal ein Buch schreiben“ - wenn das auf dich zutrifft, ist dieser Workshop perfekt geeignet. Wir werden vertieft auf den Aufbau von Geschichten, Charaktere, Spannung und vieles weiteres eingehen, vermischt mit Austausch und kleineren Übungseinheiten.

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
2 Termine | Sa. 21.11.2026 + So. 22.11.2026
 10:00 bis 15:00 Uhr Preis je TN 62,40 €
 26H3100BR | Sara Wendelken

MUSIK

Für Kinder & Jugendliche MUSIKKARUSSELL TAG Junge VHS | ab 6 Jahren

An unserem Musikkarusell Tag haben Kinder im Alter von 6 bis 12 Jahren die Möglichkeit, ihr Lieblingsinstrument zu entdecken. Die Veranstaltung findet von 10:00 Uhr bis 13:30 Uhr statt. In kleinen Gruppen lernen die Kinder fünf verschiedene Instrumente kennen und können diese ausprobieren, testen und spielerisch erkunden. Dabei erhalten sie Einblicke in unterschiedliche Instrumentenfamilien. So bekommen sie einen Eindruck von der Vielfalt der Musik und finden heraus, welches Instrument sie am meisten interessiert. Der Tag beginnt und endet mit einer gemeinsamen kleinen Veranstaltung zusammen mit den Eltern.

Bitte beachten: Die Kinder erkunden das Musikkarusell in Kleingruppen ohne ihre Eltern. Bitte geben Sie Ihrem Kind eine eigene Trinkflasche mit Wasser mit.

gruppen ohne ihre Eltern. Bitte geben Sie Ihrem Kind eine eigene Trinkflasche mit Wasser mit.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Sa. 05.09.2026
 10:00 bis 13:30 Uhr Preis je TN 35,00 €
 26H8510NH



EIMER-PERCUSSION (VATER-KIND-SPECIAL) Eltern-Kind-Kurs | ab 6 Jahren

Rhythmus, Energie und jede Menge Spaß: In unserem neuen Eimer-Perkussion-Kurs wird aus einfachen Eimern ein echtes Schlagzeug! Gemeinsam lernen wir coole Beats, spannende Rhythmen und kleine Performance-Elemente. Inspiriert von viralen Social-Media-Trends und bekannten Drum-Shows. Sie suchen nach einem gemeinsamen Hobby für sich und Ihre Tochter/Ihren Sohn? Dann sind Sie hier genau richtig;

Dieser Kurs ist ein explizites Vater-Kind Angebot, gefördert von der Väterwerkstatt 2026.

Bitte beachten: Die genannte Gebühr bezieht sich auf ein Vater-Kind Paar. Wir empfehlen einen passenden Gehörschutz mitzubringen.

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
4 Termine | Mo. ab 07.09.2026
 17:00 bis 17:45 Uhr Preis je TN (Vater + Kind) 42,00 €
 26H8504BR | N.N.



WIR GRÜNDE DEINE BAND (KIDS) Kleingruppe | Junge VHS | ab 6 Jahren

Wie entsteht eigentlich eine Band? In diesem Kurs entdecken Kinder verschiedene Instrumente, musizieren gemeinsam und gründen ihre eigene Band. Mit viel Spaß, Bewegung und kreativen Musikspielen lernen sie Rhythmus, Zusammenspiel und erste Bühnenerfahrungen kennen. Am Ende präsentieren sie ihre Musik bei einem kleinen Konzert für Familie und Freunde.

Bitte beachten: Kinder, die an diesem Kurs teilnehmen möchten, sollten schon erste Erfahrungen an einem Instrument oder im Chor gesammelt haben. | **Alter 6-11 Jahre**

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 🗓️ **8 Termine (nicht in den Herbstferien) | Mi. ab 16.09.2026**
 🕒 16:00 bis 17:00 Uhr 🗨️ Preis je TN 92,00 €
 📍 26H8508BR | Nane Bache



WIR GRÜNDEN DEINE BAND (TEENS)

Kleingruppe | Junge VHS | **ab 12 Jahren**

Du spielst ein Instrument oder singst gerne und möchtest mit anderen gemeinsam Musik machen? In diesem Kurs gründest du mit anderen Jugendlichen eine eigene Band. Ihr findet euren Sound, probt bekannte Songs oder entwickelt eigene Ideen und bereitet euch auf einen gemeinsamen Auftritt vor. Kreativität, Spaß und Teamgeist stehen dabei an erster Stelle.

Bitte beachten: ggf. eigenes Instrument | **Alter: 12-17 Jahre**

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 🗓️ **10 Termine (nicht in den Herbstferien) | Mi. ab 02.09.2026**
 🕒 17:00 bis 18:30 Uhr 🗨️ Preis je TN 158,00 €
 📍 26H8509BR | Nane Bache

Für Erwachsene

EIMER-PERCUSSION #BUCKETDRUMMING

Rhythmus, Energie und jede Menge Spaß: In unserem neuen Eimer-Percussion-Kurs wird aus einfachen Eimern ein echtes Schlagzeug! Gemeinsam lernen wir coole Beats, spannende Rhythmen und kleine Performance-Elemente. Inspiriert von viralen Social-Media-Trends und bekannten Drum-Shows.

Macht mit und werdet Teil unseres neuen Rhythmus-Trends! Das Angebot richtet sich an Erwachsene, Jugendliche und Kinder ab ca. 8 Jahren.

Bitte beachten: Minderjährige können nur mit Unterschrift der Erziehungsberechtigten angemeldet werden. Bitte nutzen Sie hierfür unser Anmeldeformular im Servicebereich. Wir empfehlen einen passenden Gehörschutz mitzubringen.

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 🗓️ 4 Termine | Mo. ab 02.11.2026
 🕒 17:00 bis 17:45 Uhr 🗨️ Preis je TN 34,00 €
 📍 26H8505BR | N.N.

WIR GRÜNDEN DEINE BAND

Kleingruppe

Sie wollten schon immer in einer Band spielen, haben aber noch nicht die passenden Mitmusikerinnen und Mitmusiker gefunden? In diesem Kurs gründen wir gemeinsam eine Band, entwickeln ein Repertoire und bereiten einen möglichen ersten Auftritt vor. Dabei stehen Spielfreude, Teamwork und musikalische Entwicklung im Mittelpunkt. Grundlegende Vorkenntnisse auf einem Instrument oder im Gesang sind willkommen.

Bitte beachten: ggf. eigenes Instrument

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 🗓️ **10 Termine (nicht in den Herbstferien) | Do. ab 03.09.2026**
 🕒 18:30 bis 20:30 Uhr 🗨️ Preis je TN 215,00 €
 📍 26H8512BR | Adam Spoerhase

DAS ENTSETZLICHE ENSEMBLE

„Das entsetzliche Ensemble“ richtet sich an Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren, die ihr Instrument lange nicht mehr oder nur unregelmäßig gespielt haben und die Freude am gemeinsamen Musizieren neu entdecken möchten. Im Mittelpunkt stehen nicht Perfektion oder Leistungsdruck, sondern Gemeinschaft, Spaß und das Wiederentdecken der eigenen musikalischen Fähigkeiten. In entspannter Atmosphäre wird gemeinsam musiziert und ausprobiert, ganz ohne Angst vor schiefen Tönen oder eingerosteten Fingern. Der „entsetzliche“ Titel ist dabei mit einem Augenzwinkern zu verstehen: Er soll bewusst die Erwartung eines besonders hohen musikalischen Niveaus nehmen und Mut machen, einfach wieder anzufangen.

Bitte beachten: ggf. eigenes Instrument

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 🗓️ **4 Termine | Di. ab 03.11.2026**
 🕒 18:00 bis 19:30 Uhr 🗨️ Preis ab 10 TN 45,00 €, 7-9 TN 58,50 €
 📍 26H8506BR | Judith Rosenbach

MEIN EIGENER SONG – EINSTIEG INS SONGWRITING

In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden die wichtigsten Grundlagen und kreativen Werkzeuge des Songwritings kennen; von der ersten Idee bis zum eigenen Song. Gemeinsam werden Aufbau und Struktur von Songs erkundet, Texte entwickelt sowie das Zusammenspiel von Harmonik, Akkorden und Melodieführung

praktisch ausprobiert. Der Kurs bietet Raum für kreatives Experimentieren, musikalischen Austausch und die Entwicklung eines eigenen Stils. Er richtet sich sowohl an Einsteiger*innen als auch an Fortgeschrittene; grundlegende Kenntnisse auf einem Instrument oder im Gesang sind hilfreich.

Bitte beachten: ggf. eigenes Instrument

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 🗓️ **6 Termine | Di. ab 17.11.2026**
 🕒 18:00 bis 19:30 Uhr 🗨️ Preis je TN 97,60 €
 📍 26H8507BR | Christoph Hinxlage

POP-UP CHOR (WINTER-SPECIAL)

Unser Pop-Chor lädt alle Singbegeisterten zu einem Winter-Special ein. Dafür verlassen die rund 25 Sänger*innen ihren Probenraum in Brake und kommen ins Bildungshaus nach Nordenham. Freuen Sie sich auf weihnachtliche und winterliche Klänge, gemeinsames Singen und eine gesellige Auszeit vom Alltag. Wer in der dunklen Jahreszeit Musik, Gemeinschaft und mehrstimmige Harmonien genießen möchte, ist herzlich willkommen.

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
 🗓️ **4 Termine | Mi. ab 25.11.2026**
 🕒 19:00 bis 21:00 Uhr 🗨️ Preis je TN 35,00 €
 📍 26H8511NH | Nane Bache

Fortbildungen

RHYTHMUS UND BEWEGUNG

Wochenendseminar

Diese Fortbildung richtet sich an Lehrkräfte, die Musik fachfremd unterrichten und rhythmische Bewegung einfach und motivierend in ihren Unterricht integrieren möchten. Im Mittelpunkt stehen der eigene Körper als Instrument, Bewegung zur Musik sowie einfache Formen von Tanz und Body Percussion. Die Teilnehmenden lernen leicht umsetzbare Übungen, Rhythmusspiele und kurze Bewegungssequenzen kennen, die ohne großen Materialaufwand eingesetzt werden können. Durch Klatschen, Stampfen, Sprechen und Bewegung entstehen gemeinsam rhythmische Patterns und kleine Choreografien, die Kindern einen spielerischen Zugang zu Musik ermöglichen. Ziel ist es, Rhythmus, Bewegung und musikalischen Ausdruck lebendig in den Schulalltag zu integrieren.

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
 🗓️ **2 Termine | Sa. 12.09.2026 + So. 13.09.2026**
 🕒 10:00 bis 17:00 Uhr 🗨️ Preis je TN 176,00 €
 📍 26H2131NH | Nane Bache

MUSIK IM UNTERRICHTSALLTAG

Diese Fortbildung richtet sich an Lehrkräfte aller Altersstufen, die Musik gezielt in ihren Unterricht integrieren möchten - sei es in Rituale, im Klassenmanagement oder als motivierende „Fresh-Ups“ zwischendurch. Die Teilnehmenden lernen praxisnahe Methoden kennen, um Musik flexibel in den Schulalltag einzubauen: von kurzen musikalischen Einstiegen, Stimmungsaufhellern und

Konzentrationsübungen bis hin zu Liedern und kleinen Bewegungsaktionen, die den Unterricht begleiten und strukturieren. Ziel ist es, Lernprozesse zu unterstützen, das Klassenklima zu fördern und Musik als einfachen, wirksamen Impuls für Motivation und Aufmerksamkeit zu nutzen.

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
 🗓️ **2 Termine | Fr. 18.09.2026 / Fr. 02.10.2026**
 🕒 18:30 bis 20:30 Uhr 🗨️ Preis je TN 72,00 €
 📍 26H2133NH | Nane Bache

SINGEN IM UNTERRICHT

Wochenendseminar

Diese Fortbildung richtet sich an Lehrkräfte, die Musik fachfremd unterrichten und mehr Sicherheit beim Singen mit ihrer Klasse gewinnen möchten. Die Teilnehmenden lernen einfache Methoden zur Liedführung, Stimmbildung und zur kindgerechten Gestaltung von Singphasen. Im Mittelpunkt stehen praktische Übungen, mit denen Lieder motivierend und ohne großen Vorbereitungsaufwand in den Unterricht integriert werden können. Gemeinsam werden Techniken erprobt, um die Stimme aufzuwärmen, Lieder schrittweise zu vermitteln und das gemeinsame Singen in der Klasse lebendig zu gestalten. Ziel ist es, Hemmungen abzubauen und Freude am Singen im Schulalltag zu fördern.

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 🗓️ **2 Termine | Sa. 06.02.2027 + So. 07.02.2027**
 🕒 10:00 bis 17:00 Uhr 🗨️ Preis je TN 176,00 €
 📍 27F2100BR | Nane Bache

„Ist das Kunst oder kann das weg? Weder noch! Musik ist nicht nur Kunst, sondern Begegnung, Ausdruck und Gemeinschaft. Meine persönliche musikalische Reise begann zwar im jungen Alter und vor allem durch Instrumentalunterricht. Was mich aber besonders geprägt hat, waren die ersten Schritte in einer eigenen Band und vor allem das Miteinander und gemeinsame Musizieren als Jugendliche im Schulchor. Diese Art der Begegnung, des Ausdrucks und der Gemeinschaft möchte ich weitergeben und Menschen für das eigene Musik-Machen begeistern.“

Nane Bache, Mitarbeiterin für koordinierende Aufgaben



EINFACHE LIEDBEGLEITUNG - GITARRE

Diese Fortbildung richtet sich an Erzieher*innen und Grundschulpädagog*innen, die Kinderlieder einfach und sicher mit der Gitarre begleiten möchten. Die Teilnehmenden lernen grundlegende Akkorde, einfache Schlag- und Zupfmuster sowie praktische Methoden, um Lieder im pädagogischen Alltag musikalisch zu unterstützen. Im Fokus steht das gemeinsame Musizieren ohne Vorkenntnisse: Schritt für Schritt werden leicht umsetzbare Begleitungen für bekannte Kinderlieder erarbeitet. Ziel ist es, mehr Sicherheit im Umgang mit der Gitarre zu gewinnen und Musik aktiv in Kita und Grundschule einzusetzen.

Wir bieten dieses Kursangebot ohne ein festes Datum und Uhrzeit an. Lassen Sie sich gerne als Interessent*in vermerken. Wir melden uns bei Ihnen, sobald wir genügend Interessent*innen haben. Gerne auch können Kitas und Grundschulen den Kurs als Inhouse Schulung buchen. Melden Sie sich bei uns und wir unterbreiten Ihnen ein Angebot.

27F2104BR

TROMMELN UND RHYTHMUSINSTRUMENTE IM PÄDAGOGISCHEN ALLTAG

Diese Fortbildung richtet sich an an Erzieher*innen und Grundschulpädagog*innen, die Trommeln und Rhythmusinstrumente sicher und kreativ mit Kindern einsetzen möchten. Die Teilnehmenden lernen grundlegende Spieltechniken, einfache Rhythmusmuster sowie Möglichkeiten, Kinder aktiv in gemeinsames Musizieren einzubeziehen. Im Mittelpunkt stehen praktische Übungen mit Trommeln und verschiedenen Rhythmusinstrumenten wie Rasseln, Klanghölzern oder Schellen. Gemeinsam werden leicht umsetzbare Rhythmusspiele, Begleitungen für Lieder und kleine musikalische Aktionen für Kita und Grundschule erarbeitet. Ziel ist es, Freude an Rhythmus zu vermitteln und Musik lebendig in den pädagogischen Alltag zu integrieren.

Wir bieten dieses Kursangebot ohne ein festes Datum und Uhrzeit an. Lassen Sie sich gerne als Interessent*in vermerken. Wir melden uns bei Ihnen, sobald wir genügend Interessent*innen haben. Gerne auch können Kitas und Grundschulen den Kurs als Inhouse Schulung buchen. Melden Sie sich bei uns und wir unterbreiten Ihnen ein Angebot.

27F2105BR

Haben Sie Interesse an unserem Angebot, Fragen oder Wünschen zum Thema Musik an der KVHS Wesermarsch können Sie sich an unser Musikteam wenden unter:

- ✉ musikangebote@kvhs-wesermarsch.de
- ☎ 04401 7076192
- ✍ Formular für Bedarfe und Wünsche in der vhs.cloud ausfüllen



KINDERCHOR

Kinderchor I
AB 5 JAHRE BIS KLASSE 2
Spielerisch die eigene Singstimme entdecken! Mit Bewegung, Fantasie und bekannten Kinderliedern wecken wir die Freude an Musik.
🕒 Donnerstags - 16:15 Uhr - 45 Min
👤 Leitung: Nane Bache

Kinderchor II
KLASSE 3 BIS 5/6
Bewusst die eigene Stimme entdecken! Buntes Repertoire aus Kinder- und Jugendliedern mit Rhythmus, Bewegung und Kreativität.
🕒 Donnerstags - 17:15 Uhr - 45 Min
👤 Leitung: Nane Bache

Monatsbeitrag **20 € / Monat**

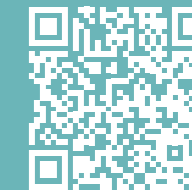
Erste Stunde **Schnuppern kostenlos!**

📍 Kobi Brake, Raum 1.20 - Kreisvolkshochschule Wesermarsch

„Es gibt Menschen, die sind reich – und es gibt Menschen, die haben ein reiches Leben. Auf die Frage, was mein Leben bereichert, würde ich immer – neben der Liebe – die Kunst und Kultur nennen.“

Ob Film, bildende Kunst, Musik oder Theater: All das schenkt uns Genuss, eröffnet neue Perspektiven und erweitert immer wieder unseren Horizont. In der Kulturellen Bildung ist mir besonders das Moment der Selbstwirksamkeit wichtig. Wenn wir nach unserem eigenen künstlerischen Ausdruck suchen – sei es beim Nähen, Musizieren oder Töpfern – erleben wir, wie wir selbst Gestalter unseres Lebens sind.“

Janine Claßen, Mitarbeiterin für koordinierende Aufgaben



JUNGE VHS

KURSE FÜR KINDER + JUGENDLICHE & ELTERN-KIND-KURSE

Die Kreisvolkshochschule Wesermarsch bietet neben den Kursen für Erwachsene auch Kurse für Kinder und Jugendliche an. In der Schule bleibt oft nicht die Zeit, alle verborgenen Fähigkeiten der Kinder zu entdecken und zu fördern. An der Volkshochschule können sich Kinder und Jugendliche, selbstständig oder mit ihren Eltern/Großeltern/Tagespflegepersonen, schon in jungen Jahren ausprobieren. Nur durch vielseitiges Ausprobieren können die eigenen Interessen entdeckt werden. So werden Kreativität und Selbstbewusstsein gefördert - ein wichtiger Grundstein für die schulische und berufliche Zukunft!

Bitte beachten Sie, dass Teilnehmer*innen unter 18 Jahren schriftlich von ihren Erziehungsberechtigten angemeldet werden müssen.



AKTUELLES 28

BEWEGUNG & ENTSPANNUNG 29

KREATIVES 30

1X1 DES ERWACHSENWERDENS 32

AKTUELLES



TALENTCAMPUS HERBSTFORSCHERWEKSTATT
Ferienkurs **ab 6 Jahren**

In der „Herbstforscher-Werkstatt“ erleben Kinder im Alter von 6 bis 12 Jahren eine abwechslungsreiche Ferienwoche, in der Natur, Kreativität und Forschergeist im Mittelpunkt stehen. Mit allen Sinnen entdecken sie den Herbst und gehen spannenden naturwissenschaftlichen Phänomenen auf den Grund. Spielerische Experimente wie ein sprudelnder Kürbisvulkan oder bunter Schleim wecken Neugier und vermitteln altersgerecht erste wissenschaftliche Zusammenhänge. Kreative Angebote fördern zudem Fantasie und Geschicklichkeit: Die Kinder malen mit Naturmaterialien, basteln kleine Windräder und gestalten gemeinsam ein Umweltprojekt. Beim Bau von Vogelhäusern setzen sie sich aktiv mit dem Schutz heimischer Tiere auseinander und entwickeln ein Bewusstsein für die Natur. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf dem Beobachten und Verstehen der herbstlichen Veränderungen in der Umwelt. Durch anschauliche Experimente erfahren die Kinder beispielsweise, warum sich Blätter im Herbst verfärben. Abgerundet wird die Ferienwoche durch eine Exkursion zum Nationalparkhaus Fedderwardersiel, wo die jungen Forscherinnen und Forscher die Natur der Region noch einmal aus einer neuen Perspektive kennenlernen können.

Bitte beachten: Bitte ein Getränk mitbringen. Ein Mittagssnack wird bereitgestellt.

Das Projekt talentCAMPus wird im Programm „Kultur macht stark. Bündnisse für Bildung“ vom Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend gefördert.

- Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 5 Termine | Mo. 12.10.2026 bis bis Fr. 16.10.2026
- 09:00 bis 15:45 Uhr Entgeltfrei
- M26H2146NH | Julie Rausch, Diana Wolf

TÜRKISCH FÜR JUGENDLICHE
Ferienangebot **ab 12 Jahren**

Merhaba
Nutze die Ferien, um dein Türkisch zu verbessern! Dieser Kurs richtet sich an Jugendliche ab 11 Jahren, die bereits Türkisch sprechen. Im Kurs lesen und beschäftigen sie sich mit Geschich-

ten, Gedichten und anderen Texten und lernen die türkische Grammatik besser kennen. Der Kurs findet auf Türkisch statt.

Merhaba
Bu kurs Türkçe konusabilen gençlere yöneliktir. Kurs boyunca Türkün zenginliğini daha yakından taniyacagiz. Beraber hikayeler okuyup siirlerle duygulara yolculuk yapacagiz ve farkli metinler üzerinden Türkün inceliklerini keşfedecegiz. Böylece Türkçe dilbilgisi kurallarini eglenceli bir sekilde öğrenip Türkçeyle kendimizi ifade edecegiz. Üstelik bu kurs tamamen Türkçe.

Bitte beachten: Der Kurs richtet sich an zweisprachige Jugendliche. Bu kurs iki dilli yani iki dilinden biri Türkçe olan gençlere yöneliktir.

- Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 5 Termine | Mo. 12.10.2026 bis bis Fr. 16.10.2026
- 09:00 bis 13:00 Uhr Preis je TN 97,50 €
- 26H7800NH | Mehtap Türkmenoglu



MEDIA WESER CHECK: KI IM FOKUS – KRITISCH NUTZEN, KREATIV GESTALTEN, VERANTWORTUNGSVOLL HANDELN
ab 12 Jahren

Was wäre, wenn eine KI deine Ideen in Bilder oder Geschichten überträgt aber dabei lügt? Entdecke, wie KI wirklich funktioniert, prüfe Ergebnisse auf Wahrheit und lerne die KI kreativ und verantwortungsvoll zu nutzen – mit Spaß, Kritik und eigenem Denken.

Bitte beachten: Für Jugendliche ab 12 Jahren. Bitte nach Möglichkeit eigene mobile Geräte mitbringen.

- Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 1 Termin | Sa. 17.10.2026
- 10:00 bis 16:00 Uhr Entgeltfrei
- W26H5406NH | Alexander Beste



MEDIA WESER CHECK: FAKE NEWS & CO. - KRITISCH DENKEN, SOUVERÄN HANDELN
ab 14 Jahren

Fake News erkennen- Fakten checken, den Durchblick behalten: Was ist echt- und was ist manipuliert? In diesem Workshop lernst du, digitale Inhalte besser einzuordnen und Fake News schneller zu erkennen. Gemeinsam schauen wir hinter die Fassade von Social Media & Co.: Du checkst Fakten, nimmst Bilder unter die Lupe, bewertest Quellen und entlarvst Schritt für Schritt irrefüh-

rende Inhalte. Wir arbeiten mit echten Beispielen und Tools, die du direkt im Alltag nutzen kannst.

Kein Frontalunterricht - du wirst selbst aktiv: In kleinen Gruppen recherchierst du, prüfst Inhalte und tauschst dich mit anderen aus. Das nimmst du mit: Du erkennst schneller, ob Inhalte glaubwürdig sind. Du weißt, wie du Bilder und Quellen überprüfst. Du nutzt einfache Tools für deinen eigenen Faktencheck. Du gehst sicherer und bewusster mit Informationen um.

Bitte beachten: Geeignet für Jugendliche ab 14 Jahren. Bitte nach Möglichkeit eigene mobile Geräte mitbringen.

- Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 1 Termin | Sa. 14.11.2026
- 10:00 bis 18:00 Uhr Entgeltfrei
- W26H5404NH | Alexander Beste



MEDIA WESER CHECK: VON DER IDEE ZUR WAHLKAMPAGNE - DEINE BOTSCHAFT MIT STIL
ab 15 Jahren

Politik gestalten - Deine Botschaft, dein Style – Plakate, Farben, Slogans- politische Werbung ist kein Zufall. In diesem Workshop findest du heraus, wie sie funktioniert- und gestaltest deine eigene Kampagne. Du analysierst Wahlplakate und Kampagnen: Was steckt dahinter? Welche Wirkung haben Bilder, Farben und Sprache? Und was soll eigentlich bei dir ankommen? Dann wirst du selbst aktiv: Du gründest mit anderen eine fiktive Partei, entwickelst eine eigene Botschaft und setzt sie kreativ um- als Plakat oder Social-Media-Kampagne. Das erwartet dich: Du verstehst, wie politische Werbung funktioniert und wirkt. Du entwickelst eigene Ideen mit Bezug zu deiner Lebenswelt. Du gestaltest deine eigene Kampagne - von der Idee bis zum fertigen Ergebnis. Du arbeitest im Team, gibst Feedback und triffst gemeinsame Entscheidungen. Du präsentierst deine Entwürfe, bekommst Rückmeldung, verbesserst sie und entwickelst Schritt für Schritt ein überzeugendes Ergebnis.

Bitte beachten: Für Jugendliche und junge Erwachsene (15 - 25 Jahre). Bitte nach Möglichkeit eigene mobile Geräte mitbringen.

- Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 1 Termin | Sa. 24.10.2026
- 10:00 bis 18:00 Uhr Entgeltfrei
- W26H5405NH | Alexander Beste



MEDIENKOMPETENZ ALS BASIS FÜR EINE FREIE GESELLSCHAFT

In einer Welt, in der uns Informationen in jeder Sekunde umgeben – von Nachrichten über soziale Netzwerke bis hin zu Werbung und Meinungsäußerungen – ist es nicht mehr genug, einfach nur zu lesen. Es geht darum, zu verstehen. Denn: Wer nicht versteht, wie Inhalte entstehen, wer sie verbreitet und warum, bleibt leicht beeinflussbar. Emotionen werden gezielt ausgelöst, Perspektiven eingeengt, und die Grenze zwischen Wahrheit und Lüge verschwimmt. Das ist kein Zufall und es kann wirklich jeden Menschen immer wieder aus der Ruhe bringen. Es ist das Ergebnis von Algorithmen, strategischer Kommunikation und kognitiven Verzerrungen. Daher sollten wir uns die Fragen stellen: Wer sagt hier eigentlich was für wen und warum? Wie wird es mir vermittelt und wie fühle ich mich dabei? Die Fähigkeit, kritisch zu reflektieren, ist kein individuelles Talent – sie ist eine gemeinsame Verantwortung. Sie beginnt nicht in der Schule, sondern im Gespräch in der Familie, unter Freund*innen und im Alltag. Medien sind nicht neutral. Sie transportieren nicht nur Nachrichten – sondern auch Werte, Interessen, Machtverhältnisse. Wer Medienkompetenz entwickelt, lernt nicht nur, kritisch zu hinterfragen, sondern auch verantwortungsvoll zu urteilen. Politische Medienkompetenz ist daher mehr als ein Fähigkeitsprofil. Sie ist die Grundlage dafür, dass wir nicht nur Teil der digitalen Welt sind – sondern auch ihre Gestalter*innen.

Alexander Beste, Dipl.-Des (FH),
Wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Uni Vechta




BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

VATER-KIND-WOCHENENDE QUALITYTIME FÜR DIE GANZE FAMILIE
ab 6 Jahren

Du bist eine Mutter möchtest ein freies Wochenende? Du bist ein Vater und möchtest ein Wochenende für dich und deine Kinder, in einer Gruppe von Gleichgesinnten? Dies ist das passende Angebot für euch. Ein Wochenende lang erforschen wir Spielwelten quer durch die Zeit. Draußen und drinnen. In der realen und der digitalen Welt. Zusätzlich wollen wir uns auch in der Küche ausprobieren und gemeinsam lecker und gesund kochen. Es soll Zeit sein für Vater-Kind, Vater-Vater und Kind-Kind Beziehungen. Wir verbringen das Wochenende in der „Pfadfinderbildungsstätte Sager Schweiz“.

Gefördert durch: Väterwerkstatt 2026 (Agentur für Erwachsenenbildung). Eine Kooperation mit der Volkshochschule für den Landkreis Cloppenburg e.V. und der VHS Oldenburg gGmbH.

Bitte beachten: Die Verpflegung und Unterbringung sind in den Kosten enthalten. Stornobedingung: Bitte beachten Sie die Stornobedingungen für diese Veranstaltung. Infos dazu bei der VHS Cloppenburg. Anmeldung ausschließlich über die VHS Cloppenburg anmeldung@vhs-cloppenburg.de. Altersgruppe der Kinder: 6-12






 Anreise Fr. 30.10.2026 16:30 Uhr
 Abreise So. 01.11.2026 12:00 Uhr
 Unterkunft: <https://pfadfinder-bildungsstaette.de/>
 Kosten: Väter: 80 € | Kinder: 20 €

KREATIVES

DRUCKTECHNIKEN FÜR ZU HAUSE Wochenendseminar | ab 12 Jahren

Wir werden verschiedene Drucktechniken nutzen, um mit Alltagsgegenständen Bilder zu drucken. Dabei werden wir kreative Unikate herstellen und uns dafür verschiedenster Materialien bedienen. Der Kurs ist für Jugendliche und Erwachsene ab 12 Jahren geeignet.






Bitte beachten: Es entstehen Materialkosten in Höhe von 15 €, die bei der Dozentin vor Ort zu entrichten sind. Eigene Aquarellpapiere und Linolfarben können mitgebracht werden.

 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
 1 Termin | Sa. 16.01.2027
 13:00 bis 16:45 Uhr  Preis je TN 22,50 €
 26H8705NH | Malin Schmidt

MUSIKKARUSSELL TAG ab 6 Jahren

An unserem Musikkarusell Tag haben Kinder im Alter von 6 bis 12 Jahren die Möglichkeit, ihr Lieblingsinstrument zu entdecken. In kleinen Gruppen lernen die Kinder fünf verschiedene Instrumente kennen und können diese ausprobieren, testen und spielerisch erkunden. Dabei erhalten sie Einblicke in unterschiedliche Instrumentenfamilien. So bekommen sie einen Eindruck von der Vielfalt der Musik und finden heraus, welches Instrument sie am meisten interessiert. Der Tag beginnt und endet mit einer gemeinsamen kleinen Veranstaltung zusammen mit den Eltern.

Bitte beachten: Alter: 6 - 12 Jahre. Die Kinder sollten in der Lage sein, ohne Eltern in Kleingruppen das Musikkarusell zu erkunden. Jedes Kind sollte eine eigene Trinkflasche mit Wasser mitbringen.






 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
 1 Termin | Sa. 05.09.2026
 10:00 bis 13:30 Uhr  Preis je TN 35,00 €
 26H8510NH | div. Dozierende des Musikbereichs

EIMER-PERCUSSION (VATER-KIND-SPECIAL) ab 6 Jahren

Bucket Beats - Trommeln auf Eimern! Rhythmus, Energie und jede Menge Spaß: In unserem neuen Eimer-Percussion-Kurs wird aus einfachen Eimern ein echtes Schlagzeug! Gemeinsam lernen wir coole Beats, spannende Rhythmen und kleine Performance-Elemente. Inspiriert von viralen Social-Media-Trends und bekannten Drum-Shows. Sie suchen nach einem gemeinsamen Hobby für sich und Ihre Tochter/Ihren Sohn? Dann sind Sie hier genau richtig.

Dieser Kurs ist ein explizites Vater-Kind Angebot gefördert von der Väterwerkstatt 2026.






Bitte beachten: Die Gebühr bezieht sich auf ein Vater-Kind-Paar. Wir empfehlen einen passenden Gehörschutz mitzubringen.

 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 4 Termine montags | ab Mo. 07.09.2026
 17:00 bis 17:45 Uhr  Preis je TN-Paar: 42,00 €
 26H8504BR | N. N.

EIMER-PERCUSSION #BUCKETDRUMMING ab 8 Jahren

Bucket Beats - Trommeln auf Eimern! Rhythmus, Energie und jede Menge Spaß: In unserem neuen Eimer-Percussion-Kurs wird aus einfachen Eimern ein echtes Schlagzeug! Gemeinsam lernen wir coole Beats, spannende Rhythmen und kleine Performance-Elemente. Inspiriert von viralen Social-Media-Trends und bekannten Drum-Shows. Macht mit und werdet Teil unseres neuen Rhythmus-Trends! Das Angebot richtet sich an Erwachsene, Jugendliche und Kinder ab ca. 8 Jahren.






Bitte beachten: Wir empfehlen einen passenden Gehörschutz mitzubringen.

 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 4 Termine montags | ab Mo. 02.11.2026
 17:00 bis 17:45 Uhr  Preis je TN 34,00 €
 26H8505BR | N. N.

WIR GRÜNDEN DEINE BAND (KIDS) Kleingruppe ab 6 Jahren

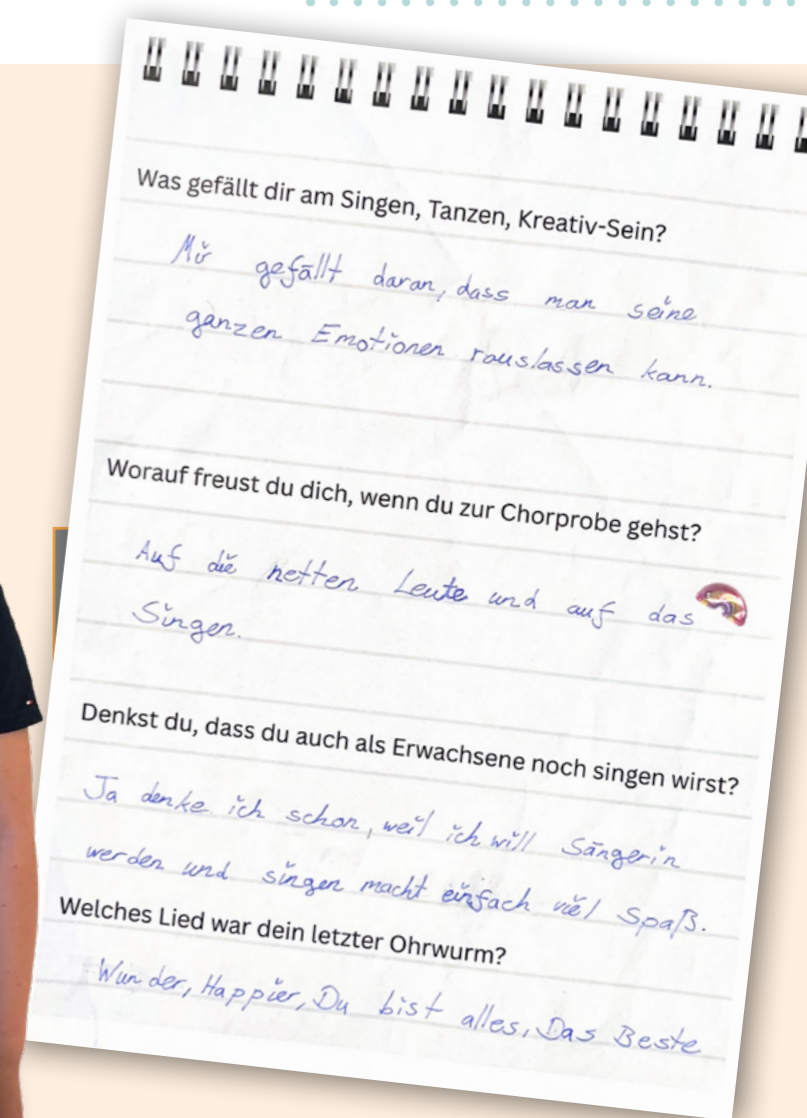
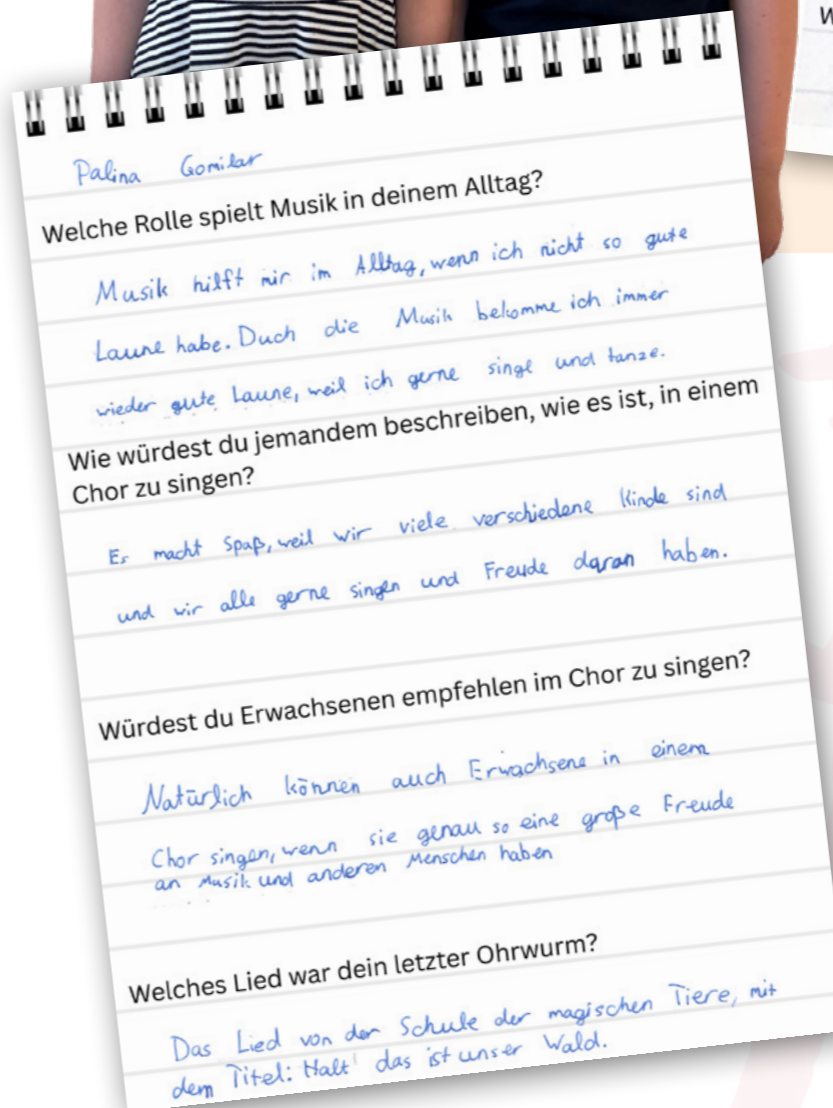
Wie entsteht eigentlich eine Band? In diesem Kurs entdecken Kinder verschiedene Instrumente, musizieren gemeinsam und gründen ihre eigene Band. Mit viel Spaß, Bewegung und kreativen Musikspielen lernen sie Rhythmus, Zusammenspiel und erste Bühnenerfahrungen kennen. Am Ende präsentieren sie ihre Musik bei einem kleinen Konzert für Familie und Freunde.

Bitte beachten: Kinder, die an diesem Kurs teilnehmen möchten, sollten schon erste Erfahrungen an einem Instrument oder im Chor gesammelt haben. | Alter: 6-11 Jahre

 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 8 Termine (nicht in den Herbstferien) | Mi. ab 16.09.202
 16:00 bis 17:00 Uhr |  Preis je TN 92,00 €
 26H8508BR | Nane Bache

AURELIA ELSAESSER (9 JAHRE) & PALINA GOMILAR (9 JAHRE) SINGEN JEDEN DONNERSTAG IM KVHS-KINDERCHOR

(SIEHE S. 26)



WIR GRÜNDEN DEINE BAND (TEENS)
Kleingruppe ab 12 Jahren

Du spielst ein Instrument oder singst gerne und möchtest mit anderen gemeinsam Musik machen? In diesem Kurs gründest du mit anderen Jugendlichen eine eigene Band. Ihr findet euren Sound, probt bekannte Songs oder entwickelt eigene Ideen und bereitet euch auf einen gemeinsamen Auftritt vor. Kreativität, Spaß und Teamgeist stehen dabei an erster Stelle.

Bitte beachten: Ggf. eigenes Instrument mitbringen. | Alter: 12-17 Jahre

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
10 Termine mittwochs (nicht in den Herbstferien)
Mi. ab 02.09.2026 17:00 bis 18:30 Uhr
Preis je TN 158,00 € 26H8509BR | Nane Bache

TÖPFERN FÜR KINDER UND ELTERN ODER GROSSELTERN
Eltern-Kind-Kurs | Wochenendseminar
ab 6 Jahren



An zwei Samstagen können Sie zusammen mit Ihrem Kind töpfeln. Neben Kreativität, Spaß und Freude am Gestalten ist die Arbeit mit Ton auch eine Gelegenheit, das haptische Empfinden zu stärken. Beim Umgang mit Ton werden die Motorik und die individuelle Wahrnehmung geschult. Eltern/Großeltern lernen, beim Beobachten ihres Kindes Entwicklungsschritte zu erkennen und gezielt zu begleiten. Am ersten Samstag können fantasievolle Figuren und kleine Gefäße entstehen, die mit Engobefarben bemalt werden können. Am zweiten Samstag können die gebrann-

ten Kunststücke mit bunten Glasuren glasiert werden, die dann nochmals gebrannt werden müssen. Einen Abholtermin vereinbaren Sie mit der Dozentin.

Bitte beachten: Mitzubringen sind ein Handtuch, evtl. Arbeitskleidung, Getränke und Mittagssnack (am ersten Termin). Material ist im Kurs erhältlich und wird nach Verbrauch abgerechnet.

Nordenham, Grundschule FAH | Margaretenstr. 30
2 Termine
Sa. 14.11.2026 10:00 bis 14:30 Uhr
Sa. 28.11.2026 10:00 bis 12:15 Uhr
Preis 45,00 € Die genannte Gebühr bezieht sich auf ein Eltern-Kind-Paar. 26H8200NH | Silvia Gorges

1X1 DES ERWACHSENWERDENS

**MINIMALER EINSATZ, MAXIMALER GESCHMACK
KOCHEN FÜR JUNGE LEUTE**
ab 16 Jahren

Wir werden aus günstigen Basics, die in jede Küche gehören, ein One-Pot Gericht zubereiten. Auch das „Alles-vom-Blech“-Prinzip mit Saison Gemüse und Tofu oder Hähnchen kommt zum Einsatz. Direkt in der Pfanne gebacken wird unser Pfannen-Pizzabrot und eine Quiche zur kreativen Resteverwertung steht auch auf dem Programm. In geselliger Runde wird gegessen und es werden noch Küchenhacks oder Einkaufstipps besprochen!

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Mi. 14.10.2026
18:00 bis 21:00 Uhr Preis je TN 36,00 €
26H9231NH | Hille Tiarks

JUNGES ARBEITSRECHT

Du fängst bald an zu jobben - oder steckst schon mittendrin? Dann solltest du wissen, welche Rechte du hast, was in deinem Vertrag wirklich drinsteckt und was du tun kannst, wenn etwas nicht stimmt. Worauf man beim Lesen des Arbeitsvertrages achten sollte, wann ein Handschlag reicht und wann man unbedingt etwas auf Papier braucht, Gesetzliche Rechte zu Arbeitszeiten, Überstunden und Ruhepausen, ebenso zu Urlaub, Krankheit Probezeit und Kündigung.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Mi. 28.10.2026
18:00 bis 20:15 Uhr Preis je TN 10,50 €
26H1501NH | Bernd Bierfischer



WEITERE INFOS FINDEN SIE ONLINE

www.kvhs-wesermarsch.de/programm/junge-vhs



ARBEIT & FAMILIE PLUS (AUFPLUS)

FÜR WEN? FÜR FAMILIEN, DIE VON AUSGRENZUNG UND ARMUT BEDROHT SIND.



Was sind die Ziele?

- » Verbesserung der sozialen und ökonomischen Teilhabe von Familien
- » Verbesserung der Unterstützung für Familien durch eine vernetzte Zusammenarbeit der Träger im Hilfesystem

Wie schaffen wir das?

- » Beratung und Coaching
- » Hilfe bei Beantragung von Leistungen
- » Begleitung zu Behörden und Institutionen
- » Vermittlung an weiterführende Hilfen
- » Workshops zu verschiedenen Themen wie z.B. Umweltbildung oder Sprachpraxis

Wo?

- » Das Projektbüro ist im KoBi Brake
- » Das Team arbeitet aufsuchend in der ganzen Wesermarsch

Sonst noch gut zu wissen:

- » Die Teilnahme ist freiwillig und kostet dich nichts

Ansprechpartner:

aufplus@kvhs-wesermarsch.de
04401 7076 147



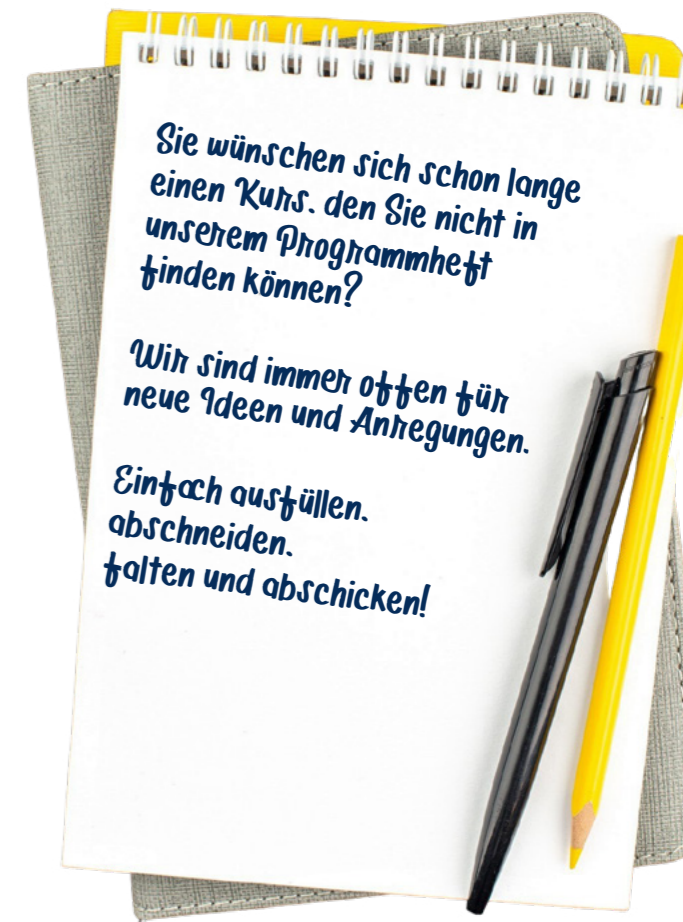
Das Projekt AuPlus wird im Rahmen des Programms Akti(F) Plus - Aktiv für Familien und ihre Kinder durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert.

Gefördert durch: Bundesministerium für Arbeit und Soziales

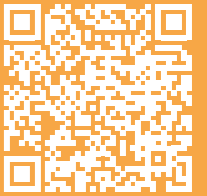


Kofinanziert von der Europäischen Union

MEIN vhs WUNSCHZETTEL



AUF SEITE 51!



STEP BY STEP IM RAUM 26 (STEP26)

FÜR WEN? JUGENDLICHE UND JUNGE ERWACHSENE VON 14 BIS EINSCHLIESSLICH 26 JAHREN, DIE

- » wohnungslos oder von Wohnungslosigkeit bedroht sind,
- » sich selbst als nirgendwo zugehörig oder
- » ohne festen familiären Zusammenhalt empfinden oder
- » ganz konkret aus einer stationären Jugendhilfeeinrichtung oder Pflegefamilie kommen.

Was sind die Ziele?

- » Stabilisierung
- » Förderung der Eigenständigkeit
- » Eigene Stärken entdecken
- » Ressourcenerkennung
- » Strukturierung des Alltags

Wie schaffen wir das?

- » Einzelfallbegleitung
- » Begleitung zu Behörden
- » Wohnungssuche
- » Unterstützung bei Anträgen
- » Begleitung zu Behörden oder anderen Institutionen
- » Vermittlung an andere Stellen, durch ein landkreisübergreifendes Netzwerk

Wo?

- » Das Projektbüro befindet sich im KoBi Brake.
- » Außerdem sind die Projektmitarbeiter*innen in der gesamten Wesermarsch aufsuchend tätig.

Sonst noch gut zu wissen:

- » Die Teilnahme ist freiwillig und kostet dich nichts.

Ansprechpartner:

- ✉ step26@kvhs-wesermarsch.de
- ☎ 04401 7076 181

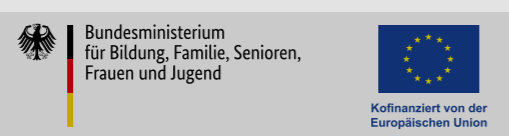
Die Beratung ist für alle offen, vertraulich und natürlich kostenfrei.

„Wir sind der festen Überzeugung, dass Bildung und Bindung die Schlüssel zur Überwindung von sozialen Benachteiligungen sind“, sagt Andrea Südmersen, die sozialpädagogische Mitarbeiterin des Jugendhilfeprojekts.“



Das Projekt „Step by Step im Raum 26“ wird im Rahmen des Programms „JUGEND STÄRKEN: Brücken in die Eigenständigkeit“ durch das Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend und durch die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert

Gefördert durch



PÄDAGOGIK, KOMMUNIKATION, PSYCHOLOGIE

WISSEN, DAS BEWEGT – UND WEITERBRINGT.

Pädagogik ist mehr als die Lehre von Erziehung und Bildung. Psychologie mehr als nur „Seelenkunde“. In der Praxis geht es um das, was Menschen wirklich bewegt – ihre Gedanken, Gefühle, Verhaltensweisen und wie wir miteinander umgehen.

In diesem Fachbereich öffnen wir die Tür zu spannendem Hintergrundwissen und wertvollen Impulsen. Sie erhalten Anregungen, wie Sie menschliches Verhalten mit all seinen inneren und äußeren Einflüssen besser verstehen und im Alltag bewusster begleiten können.

Unser kostenfreies Angebot richtet sich besonders an Eltern, Großeltern, Pflegeeltern und alle, die Kinder im Alter von 0 bis 6 Jahren begleiten. Freuen Sie sich auf interessante Vorträge, praxisnahe Tipps und den Austausch mit anderen – für mehr Sicherheit im Alltag und neue Perspektiven im Umgang mit Kindern.

Auch pädagogische Fachkräfte – und alle, die es werden wollen – finden hier zahlreiche Fortbildungsmöglichkeiten. Wer lebenslanges Lernen ernst nimmt, ist bei uns genau richtig. Entdecken Sie die Angebote im Unterkapitel „Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte“ – für neue Impulse, frisches Wissen und mehr Freude am Beruf.

ANGEBOTE FÜR ELTERN	36	PSYCHOLOGIE UND KOMMUNIKATION	39
KINDLICHE ENTWICKLUNG ..	37	FACHKRÄFTEFORTBILDUNGEN SPRACHFÖRDERUNG	40
GESUNDHEIT	37	FORTBILDUNGEN FÜR PÄDAGOGISCHE FACHKRÄFTE	41
ERNÄHRUNG	37	MEDIENNUTZUNG	42
KREATIVES	37	QUALIFIZIERUNGEN	43
KOMMUNIKATION UND PSYCHOLOGIE	38		
KOOPERATION MIT DEM DEUTSCHEN KINDERSCHUTZBUND	38		

Digitale Lebensrealitäten Jugendlicher

Herausforderungen und Chancen pädagogischen Handelns



Fachtag für pädagogische Fachkräfte

Praxisimpulse • Workshops • Austausch

3. September 2026
10:00 - 16:00 Uhr

Bildungshaus der KVHS Wesermarsch
Marktplatz 5, Nordenham

35,00€ pro Person inklusive Mittagsnack

Für: Jugendhilfe Soziale Arbeit Schule

Jetzt für den Fachtag anmelden:

☎ 04401/ 7076-100
✉ info@kvhs-wesermarsch.de
Kursnummer M26H2135NH



vhs
Kreisvolkshochschule
Wesermarsch GmbH

Präventionsrat für die Stadt Nordenham
Eine Veranstaltung der Reihe "Digitale Teilhabe"

KINDLICHE ENTWICKLUNG

- ### BABYMASSAGE Eltern-Kind-Kurs
- „Berührt, gestreichelt und massiert werden, das ist die Nahrung für das Kind.“ - Frédéric Leboyer
- 📍 Brake | donum vitae, Bürgermeister-Müller-Straße 10
 - 📅 **5 Termine | Di ab 01.09.2026**
 - 🕒 10:00 bis 11:15 Uhr 🗨 Entgeltfrei
 - 📍 26H2101BRE | Sarah Maria Jordan
- 📍 Brake | donum vitae, Bürgermeister-Müller-Straße 10
 - 📅 **5 Termine | Di ab 03.11.2026**
 - 🕒 10:00 bis 11:15 Uhr 🗨 Entgeltfrei
 - 📍 26H2102BRE | Sarah Maria Jordan

ERNÄHRUNG

- ### KÖSTLICHKEITEN AUS KARTOFFELN Eltern-Kind-Kurs
- 📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
 - 📅 **1 Termin | Do. 01.10.2026**
 - 🕒 15:00 bis 17:15 Uhr 🗨 Entgeltfrei
 - 📍 26H2111NHE | Hille Tiarks
- 📍 Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
 - 📅 **1 Termin | Do. 05.11.2026**
 - 🕒 15:00 bis 17:15 Uhr 🗨 Entgeltfrei
 - 📍 26H2104BRE | Hille Tiarks



ELTERN-KIND-YOGA – GEMEINSAME AUSZEIT MIT DEINEM KIND Eltern-Kind-Kurs | Wochenendseminar

- 📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 📅 **3 Termine | Sa ab 12.09.2026**
- 🕒 09:30 bis 10:15 Uhr 🗨 Entgeltfrei
- 📍 26H2120NHE | Janka Reiners

GESUNDHEIT

NOTFALLMAßNAHMEN AM KIND (MIT DEFI-KURS)

- 📍 Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
 - 📅 **1 Termin | Do 20.08.2026**
 - 🕒 09:00 bis 16:15 Uhr 🗨 Entgeltfrei
 - 📍 26H2110BRE | Torsten Renken
- 📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
 - 📅 **1 Termin | Mi 04.11.2026**
 - 🕒 09:00 bis 16:15 Uhr 🗨 Entgeltfrei
 - 📍 26H2112NHE | Torsten Renken

BACKEN IN DER VORWEIHNACHTSZEIT Eltern-Kind-Kurs

- 📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
 - 📅 **1 Termin | Do. 03.12.2026**
 - 🕒 15:00 bis 17:15 Uhr 🗨 Entgeltfrei
 - 📍 26H2116NHE | Hille Tiarks
- 📍 Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
 - 📅 **1 Termin | Do. 10.12.2026**
 - 🕒 15:00 bis 17:15 Uhr 🗨 Entgeltfrei
 - 📍 26H2107BRE | Hille Tiarks

KREATIVES

DER HERBST IST DA! KREATIV SEIN MIT DER KARTOFFEL! Eltern-Kind-Kurs

- 📍 Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
 - 📅 **1 Termin | Do. 08.10.2026**
 - 🕒 15:00 bis 17:15 Uhr 🗨 Entgeltfrei
 - 📍 26H2105BRE | Hille Tiarks
- 📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
 - 📅 **1 Termin | Do. 12.11.2026**
 - 🕒 15:00 bis 17:15 Uhr 🗨 Entgeltfrei
 - 📍 26H2113NHE | Hille Tiarks

ANGEBOTE FÜR ELTERN IN KOOPERATION MIT DEM LANDKREIS WESERMARSCH

Elternsein mit Herz und Verstand – Unterstützung für einen starken Start ins Leben

Die ersten Lebensjahre sind eine ganz besondere Zeit – voller Entdeckungen, Herausforderungen und großer Entwicklungsschritte. Viele Eltern fragen sich in dieser Phase: Was ist das Beste für mein Kind? Genau hier setzen unsere Elternfortbildungen an.

In Zusammenarbeit mit dem Landkreis Wesermarsch bieten wir im Rahmen der „Frühen Hilfen“ praxisnahe Kurse rund ums Familienleben an. Ob gesunde Ernährung, ein besseres Verständnis für das kindliche Verhalten oder Strategien zur Konfliktbewältigung – unsere Angebote liefern wertvolle Impulse für den Familienalltag. Auch kreative Beschäftigungsideen und Möglichkeiten zur Entlastung kommen nicht zu kurz.

Die „Angebote für Eltern“ sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

Neugierig geworden? Ausführliche Informationen zu den Kursen und Terminen finden Sie auf unserer Website. Wir freuen uns auf Sie!

Melden Sie sich jetzt an.

Anmelden ist wichtig! Bitte melden Sie sich schriftlich, telefonisch oder über das Internet verbindlich an.



WEIHNACHTEN STEHT VOR DER TÜR Eltern-Kind-Kurs

Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
1 Termin | Do. 19.11.2026
 15:00 bis 17:15 Uhr Entgeltfrei
 26H2106BRE | Hille Tiarks

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Do. 26.11.2026
 15:00 bis 17:15 Uhr Entgeltfrei
 26H2114NHE | Hille Tiarks

KOMMUNIKATION UND PSYCHOLOGIE

MENTALE STÄRKE FÜR ELTERN

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Fr. 30.10.2026
 09:00 bis 12:00 Uhr Entgeltfrei
 26H2117NHE | Ulrike Fuchs

KOOPERATION MIT DEM DEUTSCHEN KINDERSCHUTZBUND

„STARKE ELTERN - STARKE KINDER“® Eltern-Kind-Kurs



Nordenham Einswarden
 Kinder- und Jugendhaus, Zum Slip 1
13 Termine | Fr. ab 04.09.2026
 10:00 bis 11:30 Uhr Entgeltfrei
 26H2119NHE | Nimet Cansever

Auf
Türkisch

WACH, NEUGIERIG, KLUG - MIT MIGRATIONSHINTERGRUND KOMPETENTE ERWACHSENE FÜR KINDER UNTER 3 JAHREN Eltern-Kind-Kurs

Nordenham Einswarden
 Kinder- und Jugendhaus, Zum Slip 1
13 Termine | Mo. ab 07.09.2026
 10:00 bis 11:30 Uhr Entgeltfrei
 26H2115NHE | Nimet Cansever

HÖREN, KLATSCHEN, TANZEN Eltern-Kind-Kurs

Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
14 Termine | Mi. ab 02.09.2026
 09:00 bis 10:30 Uhr Entgeltfrei
 26H2100BRE | Annika Tannert

Nordenham | Familien- und
 Kinderservicebüro, Herbertstraße 3
10 Termine | Do. ab 01.10.2026
 09:00 bis 10:30 Uhr Entgeltfrei
 26H2103NHE | Doris Becker

INFOABEND: DAS MONSTER UNTER DEM BETT ZÄHMEN LERNEN

Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
1 Termin | Mo. 05.10.2026
 18:00 bis 20:15 Uhr Entgeltfrei
 26H2123BR | Evelyn Nafzger

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Do. 08.10.2026
 18:00 bis 20:15 Uhr Entgeltfrei
 26H2124NH | Evelyn Nafzger

Familien-
und Kinder-
Servicebüro



FUKS-BÜROS IN DER WESERMARSCH NAH DRAN, STARK VERNETZT

Ob für Familien, Fachkräfte oder engagierte Bürger*innen: Die Fuks-Büros in der Wesermarsch sind verlässliche Ansprechpartner – an gleich neun Standorten: in Lemwerder, Brake, Ovelgönne, Nordenham, Jade, Berne, Butjadingen, Elsfleth und ein weiteres Mal in Brake. Sie sind dort aktiv, wo Menschen leben, arbeiten und sich engagieren.

Zwischen der Kreisvolkshochschule Wesermarsch (KVHS) und den Fuks-Büros hat sich eine wertschätzende und erfolgreiche Zusammenarbeit entwickelt. So werden etwa Kurse aus dem entgeltfreien Elternprogramm auf Anfrage direkt vor Ort in den Fuks-Büros durchgeführt – alltagsnah, praxisorientiert und leicht zugänglich. Zudem entstehen immer wieder neue Kursangebote – entwickelt in enger Abstimmung mit den Fuks-Büros und dem Dozent*innenteam der KVHS. So wird Bildung in der Wesermarsch nicht nur angeboten, sondern gemeinsam gestaltet – bedarfsorientiert, flexibel und mit Blick für das Wesentliche.

Auch im Bereich der Kindertagespflege leisten die Fuks-Büros wertvolle Unterstützung. Eine besondere Rolle spielt dabei Frau Caroline Ludewig vom Fuks-Büro Ovelgönne, die den Unterricht in der Grund- und Aufbauqualifizierung von Kindertagespflegepersonen als Kursbegleitung erfolgreich begleitet. Ihre enge Anbindung an die Teilnehmenden schafft Vertrauen und stärkt die Qualität der Qualifizierungen.

FAMILIEN- UND KINDERSERVICEBÜROS IN DER WESERMARSCH – NAH DRAN AN DEN MENSCHEN

Liebe Familien in der Wesermarsch, in der letzten Ausgabe des Magazins hat meine Kollegin Annika Tannert bereits die Arbeit der Familien- und Kinderservicebüros (Fuks-Büros) vorgestellt. Daran möchte ich gern anknüpfen.

Mein Name ist Ulrike Mayer und ich arbeite im Fuks-Büro der Gemeinde Ovelgönne. Die Familien- und Kinderservicebüros sind im Jahr 2007 aus einem Landesförderprogramm entstanden. Auch heute noch werden sie durch das Land Niedersachsen sowie den Landkreis Wesermarsch gefördert.

Ziel der Förderung ist es, ein gut erreichbares, flächendeckendes Service- und Beratungsangebot für alle Familien bereitzustellen – unabhängig von Alter, Lebensphase oder Lebensform. Dazu zählen Kinder, Jugendliche, Erwachsene ebenso wie Seniorinnen. Die Büros sind in die örtliche Jugendhilfeplanung eingebunden und arbeiten eng mit vielen Netzwerkpartner*innen zusammen.

Diese Förderrichtlinie eröffnet den neun Fuks-Büros in der Wesermarsch vielfältige Gestaltungsmöglichkeiten - und das ist auch notwendig. Als Flächenlandkreis mit sehr unterschiedlichen kommunalen Strukturen gibt es verschiedene Bedarfe: Städte verfügen über eine andere Infrastruktur als ländlich geprägte Gemeinden. In Ovelgönne wurde daher eine zusätzliche Stelle im Fuks-Büro geschaffen. So können wir unser Angebot breit aufstellen und uns nicht nur an junge Familien, sondern ebenso an Jugendliche und Senior*innen richten.

Zu unseren Aufgaben gehören unter anderem die Begleitung von Eltern-Kind-Gruppen, die Unterstützung des Jugendbeirats sowie die Arbeit mit dem Seniorenbeirat. Aus diesen Austauschformaten entstehen immer wieder neue Ideen und Projekte. Die Kreisvolkshochschule Wesermarsch ist dabei eine wichtige und verlässliche Netzwerkpartner*in.

Besonders wichtig ist uns, dass alle Menschen wissen: Im Fuks-Büro erhalten sie eine kostenlose, vertrauliche und wertungsfreie Beratung - unabhängig von Geschlecht, Alter oder Lebenssituation.



Sie kennen uns noch nicht? Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage unter www.fuks-wesermarsch.de oder folgen Sie uns gern auf Facebook und Instagram.

Herzliche Grüße aus Ovelgönne
Ulrike Mayer

PSYCHOLOGIE UND KOMMUNIKATION KOMMUNIKATION UND PERSÖNLICHES WACHSTUM

Nicht nur im Umgang mit Kindern, auch in herausfordernden zwischenmenschlichen Situationen ist Kommunikation der Schlüssel. Deshalb bietet die KVHS auch Kurse zur Stärkung des Mindsets und zum Umgang mit toxischen Situationen an. Hier lernen Teilnehmende, wie sie sich selbst schützen, empathisch handeln und Grenzen setzen – wertvolle Fähigkeiten sowohl im beruflichen als auch im privaten Alltag.



PSYCHOLOGIE UND KOMMUNIKATION

DEIN EINSTIEG IN DIE SELBSTSTÄNDIGKEIT. DER POWER WORKSHOP FÜR FRAUEN, DIE MEHR WOLLEN

Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
3 Termine | Sa. 22.08., 29.08. + 14.11.2026
 09:00 bis 13:00 Uhr Preis je TN 154,00 €
 26H2201BR | Luisa Gialletto

„Weisheit beginnt mit dem Staunen.“
(Platon)

„Kommunikation führt zur Gemeinschaft, das heißt zur tiefen Verbindung mit dem Anderen und zu einer tiefen Verbindung der Ideen.“
(Rollo May)

**FACHKRÄFTEFORTBILDUNGEN
SPRACHFÖRDERUNG
IN KOOPERATION MIT DEM
LANDKREIS WESERMARSCH**

Sprachbildung und Sprachförderung sind wesentliche Bestandteile der frühkindlichen Bildung und Entwicklung. Sie legen den Grundstein für die kommunikativen Fähigkeiten eines Kindes und fördern dessen soziale Interaktion und Integration.

Sprachförderung ist entscheidend, um Kindern zu helfen, sich klar und effektiv auszudrücken. Sie fördert nicht nur die sprachlichen Fähigkeiten, sondern unterstützt auch die kognitive Entwicklung, die soziale Kompetenz und das Selbstbewusstsein. Eine gut entwickelte Sprache ist die Grundlage für den schulischen Erfolg und die gesellschaftliche Teilhabe. Zwei entscheidende Faktoren einer guten Sprachbildungs- und Sprachförderarbeit werden uns im kommenden Kindergartenjahr intensiv begleiten:

1) STÄRKUNG DER INTERAKTIONSQUALITÄT

Jedes Kind ist einzigartig und entwickelt sich in seinem eigenen Tempo. Eine qualitativ hochwertige Interaktion berücksichtigt die individuellen Bedürfnisse und Fähigkeiten der Kinder. Pädagogische Fachkräfte sollten aufmerksam zuhören und auf die spezifischen Interessen und Fragen der Kinder eingehen, um deren Sprachfähigkeiten gezielt zu fördern. Hierzu wird es eine Fortbildungsreihe geben.

2) FRÜHE LESEFÖRDERUNG

Je mehr Literacy-Erfahrungen vor der Einschulung gemacht werden, desto besser sind die Chancen für eine erfolgreiche Bildungsbiographie. Regelmäßige und vielfältige Begegnungen mit Büchern und eine sprach- und sprechfördernde Umgebung, in der erzählt, gesungen und gereimt wird, stellen also die Grundlage dar, von der ausgehend sich Lesefreude, Lernbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit und Text- bzw. Sprachkompetenz entwickeln können (vgl. Lentjes/Thiesen 2012; Kain 2006; Neumann 2005).

HIERZU GIBT ES EBENFALLS VERSCHIEDENE ANGEBOTE ZU FORT- UND WEITERBILDUNG.

Die Verbindung der verschiedenen Institutionen (Kreismedienzentrum, Kreisbibliothek, Bildungsbüro, Fachstelle Bildung und Teilhabe u.a.) im Landkreisnetzwerk ‚Frühes Aufwachsen mit Medien‘ erleichtert die Zugänge zu den verschiedensten Bildungsangeboten (bspw. LEWE-Bollerwagen und Polyfino).

Im Rahmen der Fachberatung für Sprachbildung und Sprachförderung möchte ich die pädagogischen Fachkräfte des Landkreises Wesermarsch über Fort- und Weiterbildung unterstützen, Chancengleichheit im Bildungssystem zu fördern und Kindern die bestmöglichen Voraussetzungen für ihren weiteren Bildungsweg zu bieten. Deshalb stehe ich für Rückfragen und Beratung gern zur Verfügung: tanja.fisahn@wesermarsch.de.

**GEWALTFREIE KOMMUNIKATION (GFK)
FÜR PROFIS MIT HERZ
Respektvoll und entspannt im Arbeitsleben**

📍 Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
📅 2 Termine | Di. 18.08.2026 + Di. 19.08.2026
🕒 16:30 bis 20:30 Uhr 🗑️ Entgeltfrei
📞 26H2121BRF | Christiane Gaefke

**„REDEN WIR DRÜBER! –
WIE SPRACHE IM ALLTAG RICHTIG WIRKT“
Sprachlehrstrategien und Interaktion**

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
📅 1 Termin | Fr. 26.02.2027
🕒 09:00 bis 14:00 Uhr 🗑️ Entgeltfrei
📞 27F2101NHF | Petra Jäger

**„VIELE SPRACHEN, EIN ZIEL: VERSTEHEN,
VERBINDEN, WACHSEN!“
Mehrsprachigkeit im pädagogischen Alltag –
Potenziale erkennen und nutzen**

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
📅 1 Termin | Fr. 19.03.2027
🕒 09:00 bis 14:00 Uhr 🗑️ Entgeltfrei
📞 27F2102NHF | Petra Jäger

**DEESKALATIONSSTRATEGIEN – WENN
WORTE FLIEGEN LERNEN**

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
📅 1 Termin- Mo. 20.04.2027
🕒 09:00 bis 15:30 Uhr 🗑️ Entgeltfrei
📞 27F2106NHF | Ulrike Fuchs

**DISKRIMINIERUNGSENSIBLE
SPRACHE UND HALTUNG – Ein Gewinn
für die Sprachförderung**

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
📅 1 Termin | Do. 20.05.2027
🕒 09:00 bis 15:30 Uhr 🗑️ Entgeltfrei
📞 27F2103NHF | Mirco Dalos



Jeden Tag die Welt ein Stück größer machen - für Kinder da sein.

Melden Sie sich an!

**FORTBILDUNGEN FÜR
PÄDAGOGISCHE FACHKRÄFTE
IN KINDERTAGESEINRICHTUNGEN, IN
DER KINDERTAGESPFLEGE
UND IN SCHULEN**

**STARKE BILDUNG FÜR STARKE KINDER:
PÄDAGOGISCHE QUALIFIZIERUNG
BEI DER KVHS WESERMARSCH**

Die pädagogische Arbeit mit Kindern ist eine der wichtigsten Aufgaben unserer Gesellschaft – und sie beginnt schon in den ersten Lebensjahren. Die KVHS Wesermarsch setzt hier gezielt an und bietet hochwertige Aus- und Weiterbildungen für pädagogische Fachkräfte und Betreuungspersonen.

Im Zentrum steht dabei immer das Kind – mit seinen Bedürfnissen, seinem Potenzial und seiner Entwicklung.

Melden Sie sich an!

Jeden Tag die Welt ein Stück größer machen - für Kinder da sein.



**INTERESSENT*INNENLISTE –
PARTIZIPATION IN DER SCHULE
Rechtlicher Auftrag und praktische Umsetzung**

Als Inhouse Schulung oder in der KVHS Brake oder Nordenham. Verschiedene Termine auch in den Schulferien, um dieses Thema außerhalb der Regelschulzeit gestalten zu können. Lassen Sie sich gerne als Interessent*in vermerken. Wir melden uns bei Ihnen bzgl. einer Inhouse Planung.

📞 26H2126BR | Ulrike Fuchs

EINFACHE LIEDBEGLEITUNG – GITARRE

Wir bieten dieses Kursangebot ohne ein festes Datum und Uhrzeit an. Lassen Sie sich gerne als Interessent*in vermerken. Wir melden uns bei Ihnen, sobald wir genügend Interessent*innen haben. Gerne auch können Kitas und Grundschulen den Kurs als Inhouse Schulung buchen. Melden Sie sich bei uns und wir unterbreiten Ihnen ein Angebot.

📍 Ort: Brake, KoBi
🗑️ Preis je TN 88,00 €
📞 27F2104BR | N. N.

**TROMMELN UND RHYTHMUSINSTRUMENTE
IM PÄDAGOGISCHEN ALLTAG**

Wir bieten dieses Kursangebot ohne ein festes Datum und Uhrzeit an. Lassen Sie sich gerne als Interessent*in vermerken. Wir melden uns bei Ihnen, sobald wir genügend Interessent*innen haben. Gerne auch können Kitas und Grundschulen den Kurs als Inhouse Schulung buchen. Melden Sie sich bei uns und wir unterbreiten Ihnen ein Angebot.

📍 Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
🗑️ Preis je TN 66,00 €
📞 27F2105BR | N. N.

**NÄHE UND DISTANZ – SELBSTSCHUTZ
DURCH PROFESSIONELLE ABGRENZUNG**

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
📅 1 Termin | Di. 25.08.2026
🕒 09:00 bis 14:00 Uhr 🗑️ Preis je TN 66,00 €
📞 26H2173NH | Ulrike Fuchs

**RHYTHMUS UND BEWEGUNG
Wochenendseminar**

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
📅 2 Termine | Sa. 12.09.2026 + So. 13.09.2026
🕒 10:00 bis 17:00 Uhr 🗑️ Preis je TN 176,00 €
📞 26H2131NH | N. N.

MUSIK IM UNTERRICHTSALLTAG

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
📅 2 Termine | Fr. 18.09.2026 + Fr. 02.10.2026
🕒 18:30 bis 20:30 Uhr 🗑️ Preis je TN 72,00 €
📞 26H2133BR | N. N.

**KINDER VERSTEHEN – ENTWICKLUNG
BEWUSST BEGLEITEN**

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
📅 2 Termine | Mo. 28.09.2026 + Mo. 05.10.2026
🕒 18:00 bis 21:00 Uhr 🗑️ Preis je TN 88,00 €
📞 26H2128NH | Ulrike Fuchs

**LÖSUNGSORIENTIERTER UMGANG
MIT HERAUSFORDERNDEN SITUATIONEN**

📍 Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
📅 1 Termin | Do. 08.10.2026
🕒 09:00 bis 17:15 Uhr 🗑️ Preis je TN 316,80 €
📞 26H2134BR | Kathrin Linde

KONFLIKTMANAGEMENT IN DER KITA – SICHER UND PROFESSIONELL HANDELN

Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
 1 Termin | Fr. 06.11.2026
 09:00 bis 14:00 Uhr | Preis je TN 84,00 €
 26H2127BR | Petra Jäger

HANDLUNGSSICHER IM KINDERSCHUTZ – SCHUTZKONZEPTE ENTWICKELN, UMSETZEN, LEBEN

Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
 4 Termine | Do. ab 19.11.2026
 09:00 bis 13:00 Uhr | Preis je TN 224,00 €
 26H2122BR | Luisa Gialletto

„NEIN SAGEN ALS SCHUTZFAKTOR – RESILIENZ UND PROFESSIONELLE GRENZSETZUNG IM PÄDAGOGISCHEN ALLTAG“

Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
 1 Termin- Do. 26.11.2026
 09:00 bis 13:00 Uhr | Preis je TN 53,30 €
 26H2125BR | Monique Schütze

KONFLIKTMANAGEMENT MIT ELTERN - SICHER UND WERTSCHÄTZEND KOMMUNIZIEREN

Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
 1 Termin- Fr. 27.11.2026
 09:00 bis 14:00 Uhr | Preis je TN 84,00 €
 26H2129BR | Petra Jäger

**SINGEN IM UNTERRICHT
 Wochenendseminar**

Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
 2 Termine | Sa. 06.02.2027 + So. 07.02.2027
 10:00 bis 17:00 Uhr | Preis je TN 176,00 €
 27F2100BR | N. N.

MEDIENNUTZUNG

MIRCO DALOS, HONORARDOZENT FÜR MEDIENPÄDAGOGIK UND KOMMUNIKATION

Meine Haltung treibt mich an!
 Drei Themen begleiten mich seit meiner Kindheit: Medien, Kommunikation und die Erreichung von Selbstwirksamkeit. Aus kindlicher Neugier ist Berufung geworden: Seitdem ich im Musikunterricht der 6. Klasse eine erste Toncollage mit Hilfe zweier Kassettenrekorder gestaltet habe, bin ich fasziniert von den Möglichkeiten menschlichen Ausdrucks. Dieser Faszination bin ich auch während des Studiums nachgegangen, wobei sich alle drei Interessen miteinander kombinieren ließen. Mit den Erfahrungen solider wissenschaftlicher Erkenntnisse im Gepäck, freue ich mich, jungen und nicht mehr ganz so jungen Menschen in Workshops im (kreativen) Umgang mit Medien hohe Selbstwirksamkeit zu ermöglichen. Der kompetente Umgang mit Medien und Kommunikation ermöglicht eine kritische Haltung zu diesen Themen abseits von »gefühlten Wahrheiten.« Gemeinsam Fakten und evaluierte Erkenntnisse greifbar und erlebbar zu machen, erzählt viele spannende Geschichten.



**»Ich will es selber machen!«
 ... kommt Ihnen dieser Satz bekannt vor?**

Bildung und Selbstwirksamkeit sind elementar für uns Menschen- gleichgültig ob jung oder alt. Kein Zufall also, beide Komponenten bereits in der Elementarbildung zu fördern. Ich habe selbst am besten gelernt, wenn es mir Spaß gemacht hat und ich aktiv beteiligt wurde! Inklusiv lehren bedeutet effektiv lernen.

Medienkompetenz und herausfordernde Kommunikation spielerisch und mit viel Vergnügen zu vermitteln, steht ganz oben auf meiner Agenda. Ängste nehmen, Kompetenzen schärfen, eigene Ressourcen erkennen, fördern und positiv selbstwirksam einsetzen- das sind Bildungsziele, die mich leiten.

- Mirco Dalos

QUALIFIZIERUNGEN UND PROJEKTVORSTELLUNGEN



ELTERN TALK NIEDERSACHSEN: ELTERN ZU GAST BEI ELTERN

Im Alltag mit Kindern und Jugendlichen tauchen viele Fragen auf: Wie viel Bildschirmzeit ist okay? Welche Regeln helfen im Familienleben? Wie setzen andere Eltern Grenzen- und was stärkt Kinder beim Aufwachsen?

Bei Elterntalk Niedersachsen kommen Eltern in kleiner Runde miteinander ins Gespräch. In einem privaten oder vertrauten Rahmen treffen sich Mütter und Väter, um sich über Medien- und Erziehungsthemen auszutauschen. Die Gespräche werden von geschulten Moderatorinnen begleitet, die selbst Eltern sind. Im Mittelpunkt stehen die Erfahrungen der Teilnehmenden: Eltern sind Expert*innen ihres eigenen Familienalltags.

Elterntalk ist niedrigschwellig, alltagsnah und entgeltfrei. Die Gespräche können in verschiedenen Sprachen stattfinden und richten sich an Eltern von Kindern und Jugendlichen. Ziel ist es, Eltern in ihrer Medienkompetenz, Erziehungsverantwortung und gegenseitigen Unterstützung zu stärken. Im Mittelpunkt steht der gemeinsame Austausch.

Haben auch Sie Lust, Moderator*in zu werden oder Gastgeber*in für einen Elterntalk zu sein? Dann melden Sie sich gerne bei mir:

**Regionalbeauftragte Elterntalk im LK Wesermarsch
 Jacqueline von Deetzen
 j.von-deetzen@kvhs-wesermarsch.de**

Weitere Informationen finden Sie unter:
www.elterntalk-niedersachsen.de



Elterntalk ist ein Projekt der Landesstelle Jugendschutz in Niedersachsen. Durch diese erfolgt auch eine finanzielle Förderung in den ersten drei Jahren der Projektumsetzung.



*„Moin! Mein Name ist Jacqueline von Deetzen. Ich bin Sozialarbeiterin und nun seit Mai als koordinierende Mitarbeiterin im Bereich Pädagogik und Schule tätig. Für mich ist es ein großer Gewinn, Eltern und Fachkräfte mit unserem Angebot begleiten und unterstützen zu können. Durch Informationen, Wissen, Austausch und Reflexion zu wachsen und zu einem starken Selbstwertgefühl zu gelangen, bedeutet Entspannung und Gelassenheit im Lebensalltag. Das ist für mich ein tolles Ziel! Ich freue mich auf den neuen Aufgabenbereich, spannende Projekte und eine tolle Zusammenarbeit!“
 Jacqueline von Deetzen, Mitarbeiterin für koordinierende Aufgaben.*

**KATJA SCHUSTER IM GESPRÄCH MIT ULRIKE FUCHS,
HONORARDOZENTIN IN DER KVHS WESERMARSCH**

K. Schuster: Liebe Ulrike, schön, dass du dir heute Zeit für mich genommen hast. Ich freue mich sehr, dich in unserem Programmheft vorzustellen, denn du bist bei mir in vielen wichtigen Bereichen aktiv. Du unterrichtest angehende Schulbegleiter*innen, Pädagogische Mitarbeiter*innen, bist in der Integrativen Erziehung und Bildung tätig und begleitest zudem Eltern- sowie Fachkräftefortbildungen im Bereich Pädagogik und Schule.

Was uns dabei immer wieder zurückgemeldet wird, ist, dass die Teilnehmenden deine Kurse als fachlich sehr hochwertig erleben, verständlich vermittelt und gleichzeitig lebendig und praxisnah. Viele berichten auch von der Freude, mit der sie deine Veranstaltungen besuchen und bereits neue mit dir planen möchten. Dafür möchte ich dir an dieser Stelle einmal ganz herzlich Danke sagen.

U. Fuchs: Vielen Dank, liebe Katja. Das freut mich wirklich sehr. Mir ist es wichtig, dass die Teilnehmenden nicht nur fachlich etwas mitnehmen, sondern sich auch gesehen fühlen und mit Freude lernen können.

K. Schuster: Du bringst ja ganz unterschiedliche Erfahrungen und Qualifikationen mit. Was davon prägt deine Arbeit besonders?

U. Fuchs: Durch meine Tätigkeit als Dozentin in der Erwachsenenbildung und meine Ausbildung zur Heilpraktikerin bringe ich pädagogische, psychologische und kommunikative Kompetenzen mit. Diese Verbindung hilft mir sehr in der integrativen Bildungsarbeit, gerade, wenn es darum geht, Menschen wertschätzend und ressourcenorientiert zu begleiten.

K. Schuster: Was ist dir im Kontakt mit den Teilnehmenden besonders wichtig?

U. Fuchs: Eine offene und achtsame Haltung. Besonders geprägt haben mich meine Erfahrungen in den Bereichen Selbstreflexion, Perspektivenwechsel und vorurteilsbewusste Kommunikation. Ich möchte Menschen ermutigen, eigene Sichtweisen zu hinterfragen, neue Perspektiven einzunehmen und gleichzeitig ihre persönlichen Stärken wahrzunehmen.

K. Schuster: Das passt sehr gut zu den Themen, die du bei uns unterrichtest. Welche Inhalte aus deiner Ausbildung fließen noch in deine Kurse ein?

U. Fuchs: Vor allem meine Kenntnisse zur kindlichen Entwicklung, zu Kinderkrankheiten und zu herausfordernden Gesprächssituationen. Diese Themen helfen dabei, unterschiedliche Lebens- und Entwicklungsrealitäten sensibel wahrzunehmen. Gerade in pädagogischen Arbeitsfeldern ist es wichtig, professionell, empathisch und zugleich klar reagieren zu können.

K. Schuster: Liebe Ulrike, vielen Dank für den Einblick in deine Arbeit und natürlich auch für dein großes Engagement in unseren Kursen. Ich freue mich immer wieder, dich in meine Projekte einzuplanen und finde es großartig, wie wir daran arbeiten unsere Ideen zu verwirklichen, gerne auch bei einem Eis und viel Lachen. Ganz neu steht bei uns die Qualifizierung „Inklusive Kindertagespflege“ auf dem Programm, für das ich mit deiner Unterstützung und der des Landkreis Wesermarschs ein landkreisübergreifendes Konzept entwickeln konnte.

U. Fuchs: Sehr gerne. Ich freue mich auch sehr auf alles, was noch kommt, auf viele weitere spannende Begegnungen, Gespräche und gemeinsame Lernmomente mit den Teilnehmenden. Und natürlich ganz besonders darauf, weiterhin mit dir Ideen zu entwickeln, Projekte auf den Weg zu bringen und neue Kurskonzepte mit Leben zu füllen. Dass dabei auch das Lachen und gelegentlich ein Eis nicht fehlen dürfen, macht unsere Zusammenarbeit für mich umso schöner. Die „Inklusive Kindertagespflege“ in der Wesermarsch anzubieten ist gerade in der heutigen Zeit wichtig, damit Eltern von inklusiven Kindern, diese auch in kleinen Gruppen in einem familiären, vertrauten Umfeld gut aufgehoben wissen.



KATJA SCHUSTER

ULRIKE FUCHS

**WEITERE INFORMATIONEN
FINDEN SIE AUF UNSERER WEBSITE**
www.kvhs-wesermarsch.de/programm/paedagogik-kommunikation-psychologie



**START AKTUELLER
QUALIFIZIERUNGEN IN DER PÄDAGOGIK**

In diesem Jahr starten mehrere pädagogische Qualifizierungsreihen, die auf die vielfältigen Anforderungen in der Kinderbetreuung abgestimmt sind.

Qualifizierung zur/zum Schulbegleiter*in

Eine Qualifizierung, die gezielt auf die Arbeit mit Kindern mit besonderem Förderbedarf vorbereitet und inklusive Bildungsprozesse vermittelt.

📍 Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
📅 Fr. 04.09.2026 - Fr. 04.12.2026
📍 26H2180BR

Tätigkeitsvorbreitende Grundqualifizierung von Kindertagespflegepersonen

Die Qualifizierung richtet sich an Kindertagespflegepersonen, die ihre pädagogische Kompetenz erweitern und Kinder mit unterschiedlichen Entwicklungsbedingungen inklusiv, wertschätzend und professionell begleiten möchten.

📍 Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
📅 Di. 01.09.2026 - Do. 15.04.2027
📍 26H2170BR

☎ 04401 7076 100 ✉ info@kvhs-wesermarsch.de

**INKLUSIVE KINDERTAGESPFLEGE -
LANDKREISÜBERGREIFEND**

NEU IM LANDKREIS WESERMARSCH UND UMZU:

Kindertagespflege ist ein zentraler Baustein frühkindlicher Bildung. Gleichzeitig steigen die Anforderungen:

- ✔ Zunahme von Entwicklungsverzögerungen
- ✔ erhöhte Diversität
- ✔ komplexere Elternberatung
- ✔ Dokumentations- und Förderplanungspflichten
- ✔ interdisziplinäre Kooperation

Ein landkreisübergreifender Zertifikatskurs schafft:

- ✔ einheitliche Qualitätsstandards
- ✔ professionelle Handlungssicherheit
- ✔ präventive Stabilisierung von Betreuungsverhältnissen
- ✔ Entlastung der Jugendhilfe durch frühzeitige Kompetenz

Zielsetzung: Der Zertifikatskurs verfolgt folgende Ziele:

1. Qualifizierung zur professionellen Umsetzung inklusiver Pädagogik
2. Entwicklung fachlicher, methodischer und rechtlicher Sicherheit
3. Stärkung inklusiver Haltung und Reflexionskompetenz
4. Aufbau landkreisübergreifender Qualitätsstandards
5. Sicherstellung überprüfbarer Handlungskompetenz

Zielgruppe

- ✔ Qualifizierte Kindertagespflegepersonen
- ✔ Abgeschlossene Grundqualifizierung
- ✔ Empfohlen: mindestens 1 Jahr Praxiserfahrung

Geplante Gruppengröße: 12 - 18 Teilnehmende

Gesamtumfang und Struktur

130 Unterrichtseinheiten (UE) gesamt
100 UE Präsenzmodule
20 UE Selbstlerneinheiten
10 UE Hospitation
Dauer: 12 Monate
Rhythmus: 2 Tage pro Monat (Fr. 4 UE, Sa. 6 UE)

Bei Interesse melden Sie sich gerne bei mir:
Leitende Koordination Pädagogik und Schule
Katja Schuster, k.schuster@kvhs-wesermarsch.de

📍 26F2107BR **Infoabend Inklusive Kindertagespflege**
📍 Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
📅 Do.16.07.2026 ⌚ 18:00 - 20:00 Uhr

📍 26H2190BR **Inklusive Kindertagespflege**
📍 Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Straße 35
📅 Fr. 11.09.2026 bis Sa. 03.07.2027



BildungsBrücke Wesermarsch Qualifizierung Schulbegleitung

FÜR WEN? FÜR MENSCHEN, DIE KINDER UND JUGENDLICHE
IM SCHULALLTAG BEGLEITEN UND UNTERSTÜTZEN MÖCHTEN.

Seit Jahresbeginn ist der Bereich Schulbegleitung in der neuen gemeinnützigen Tochtergesellschaft BildungsBrücke Wesermarsch gGmbH organisiert.

Grund dafür ist das starke Wachstum des Bereichs in den vergangenen Jahren und der damit verbundene steigende Bedarf an Koordination, fachlicher Begleitung und Zusammenarbeit mit Schulen, Eltern und Kostenträgern. Mit der BildungsBrücke Wesermarsch schafft die KVHS Wesermarsch einen spezialisierten und zukunftsfähigen Rahmen für die Belange schulischer Teilhabe. Aktueller Schwerpunkt der Gesellschaft ist die Organisation, Koordination und Qualifizierung von Schulbegleitungen im Landkreis Wesermarsch.

Was macht eine Schulbegleitung?

Schulbegleitungen unterstützen Kinder und Jugendliche dabei, ihren Schulalltag möglichst selbstständig und erfolgreich zu meistern – zum Beispiel:

- » im Unterricht
- » in Pausen und bei Ausflügen
- » im sozialen Miteinander
- » bei Struktur und Orientierung
- » in herausfordernden Situationen

Was erwartet Sie?

Die Qualifizierung bereitet praxisnah auf die Tätigkeit vor. Inhalte sind unter anderem:

- » Kommunikation mit Kindern, Eltern und Lehrkräften
- » Inklusion und individuelle Unterstützungsbedarfe
- » Autismus-Spektrum und ADHS
- » Umgang mit Konflikten
- » Kindeswohl und rechtliche Grundlagen
- » Resilienz und Erste Hilfe

Ansprechpartner*innen:

BildungsBrücke Wesermarsch gGmbH
Koordination Schulbegleitung

✉ bb-bewerbung@bildungsbruecke-wesermarsch.de

☎ 04401 7076 146

📍 Bürgermeister-Müller-Str. 35
26919 Brake

📍 Marktplatz 5
26954 Nordenham

Aufbau der Qualifizierung

- » 100 Unterrichtsstunden Präsenzunterricht
- » 20 Stunden Hospitation
- » praxisnahe Inhalte
- » erfahrene Dozent*innen
- » enge Begleitung durch die Koordination Schulbegleitung

Interesse?

Wenn Sie sich eine Tätigkeit als Schulbegleitung vorstellen können,

freuen wir uns über Ihre Bewerbung mit:

- » kurzem Anschreiben
 - » Lebenslauf
 - » relevanten Nachweisen, sofern vorhanden
- Nach Eingang Ihrer Bewerbung melden wir uns und besprechen die nächsten Schritte.



Sandra Saathoff

Kerstin Bremer

Doris Balgar



GRUNDBILDUNG & SCHULABSCHLÜSSE

Wenn Sie diesen Text lesen können, geht es Ihnen besser als etwa 7 Mio. Deutschen, die nicht oder nur unzureichend lesen und schreiben können. An diese Menschen richtet sich unser Angebot. Die Kreisvolkshochschule Wesermarsch bietet allen, die nicht lesen oder schreiben gelernt haben oder bei denen Grundlagen vorhanden sind, aber große Unsicherheiten in der deutschen Rechtschreibung bestehen, Hilfe in Form des Kurses „Lesen und Schreiben“ an. Eine Bitte: Sollten Sie Menschen kennen, für die ein solcher Kurs in Frage kommt, geben Sie diese Information bitte weiter.

Schulabschlüsse: Die Förderung, Schulabschlüsse nachzuholen und damit berufliche Chancen zu erhöhen, gehört traditionell zu den Kernaufgaben von Volkshochschulen. Auch die Kreisvolkshochschule Wesermarsch GmbH (KVHS) stellt hier vielfältige Angebote zur Verfügung, denn aus den verschiedensten Gründen beenden nicht alle Schüler*innen ihre Schulpflicht mit einem Haupt- oder Realschulabschluss. Spätestens beim Versuch, einen Ausbildungsplatz möglichst in einem Wunschberuf zu ergattern, wird dieses als schwerwiegender Mangel offenbar. So bietet dann das niedersächsische Schulgesetz mit der sogenannten Nichtschüler*innenprüfung die Möglichkeit, diese Abschlüsse nachzuholen.

Hier setzt die KVHS mit unterschiedlichen Formaten von Vollzeit- über Abendkurse bis zu modularen fachspezifischen Vorbereitungen an, um individuell die richtigen Lösungen zu finden



LESEN UND SCHREIBEN 48

ZWEITER BILDUNGSWEG 48

GRUNDBILDUNG UND SCHULABSCHLÜSSE

LESEN UND SCHREIBEN

LESEN UND RICHTIG SCHREIBEN VON ANFANG AN

Die Kreisvolkshochschule Wesermarsch GmbH bietet Kurse an, in denen das Lesen und Schreiben von Grund auf erlernt werden kann. Wir bieten diese Kurse aber ausdrücklich nicht nur für Anfänger*innen an, sondern geben Ihnen gern auch Hilfestellung, wenn Sie Ihre Rechtschreibung verbessern, einzelne Regeln und Zusammenhänge wiederholen oder auffrischen oder insgesamt mehr Sicherheit beim Umgang mit der Schriftsprache erlangen wollen. Auch in der Wesermarsch gibt es Menschen, die nicht oder nur wenig lesen und schreiben können. Die Betroffenen sind auf die Mithilfe und Aufmerksamkeit von Angehörigen und Freund*innen angewiesen. Geben Sie deshalb diese Information an mögliche Interessent*innen weiter. Alle Gespräche mit Ratsuchenden werden vertraulich behandelt. Der Unterricht findet in kleinen Gruppen statt. Der Einstieg in einen bereits laufenden Kurs ist möglich.

- 📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 📅 17 Termine | Mo. ab 07.09.2026
- 🕒 16:00 Uhr | Preis je TN 66,30 €
- 📞 26H7902NH | Liudmyla Andreieva

ZWEITER BILDUNGSWEG

HAUPT- UND REALSCHULWISSEN

Ein Angebot für alle, die nach Schulabbruch, Krankheit oder einer Familienpause wieder einsteigen möchten und ihre beruflichen Chancen verbessern wollen.



WEITERE INFOS FINDEN SIE ONLINE
www.kvhs-wesermarsch.de/programm/grundbildung

VORBEREITUNG AUF DEN HAUPTSCHULABSCHLUSS:

Hier erwerben Sie Grundwissen in Lesen, Rechtschreibung, Rechnen für Arbeit und Beruf. Wer mehr möchte, kann auch erste Erfahrungen mit der Fremdsprache Englisch machen. Sie erhalten das Allgemeinwissen, das Sie befähigt, in vielen handwerklichen, dienstleistenden und sozialen Berufen bestehen zu können. Und Sie können im Anschluss an einer Prüfung für den Hauptschulabschluss teilnehmen.

VORBEREITUNG AUF DEN REALSCHULABSCHLUSS:

Einstieg nach Beratungsgespräch jederzeit möglich

Hier werden Sie auf den Realschulabschluss vorbereitet und können dann an einer Prüfung teilnehmen. Der Hauptschulabschluss ist keine Voraussetzung für den Erwerb des Realschulabschlusses auf dem zweiten Bildungsweg. Ein präsenten Realschulwissen ist eine gute Voraussetzung für den weiteren Weg an Fachhochschule oder eine angestrebte Berufsausbildung. Der Unterricht findet montags bis donnerstags von 17:45 bis 21:30 Uhr in Nordenham statt. Ein Zutritt ist nach Beratung möglich. Deutsche Sprachkenntnisse auf B1-Niveau sollten vorhanden sein. Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich.



WeserMarsch-Mallows (WMM)

FÜR WEN? SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER IM ALTER VON 6 BIS 18 JAHREN, DIE DURCH UNENTSCHELDIGTE FEHLZEITEN ODER ANDERE PROBLEMLAGEN IHREN SCHULABSCHLUSS GEFÄHRDEN & ELTERN VON GRUNDSCHULKINDERN

Was sind die Ziele?

- » Die Bereitschaft aktiv am Schulunterricht teilzunehmen wiederherstellen
- » Stabilisierung
- » Förderung der Eigenständigkeit
- » Eigene Stärken entdecken
- » Ressourcenerkennung
- » Strukturierung des Alltags
- » Orientierung im Schulsystem schaffen (Migrant*innen, Neuzugewanderte)

Wie schaffen wir das?

- » Persönliche Beratung
- » Hilfe bei der Planung von Zielen
- » Ganzheitliche Unterstützung in schwierigen Lebenslagen
- » Intensive Netzwerkarbeit

Wo?

- » Das Projektbüro ist im KoBi Brake
- » Die Projektmitarbeiter*innen sind in der gesamten Wesermarsch aufsuchend tätig

Sonst noch gut zu wissen:

- » Die Teilnahme ist freiwillig und kostet dich nichts. Das Beratungsangebot steht auch Eltern, Lehrkräften und Schulsozialarbeiter*innen zur Verfügung.

Ansprechpartner:

- ✉ wmm@kvhs-wesermarsch.de
- ☎ 04401 7076 165

Gefördert durch:



MÜTTERGRUPPE

FÜR WEN? JUNGE MÜTTER UND SCHWANGERE FRAUEN BIS 27 JAHRE, DIE LEISTUNGEN VOM JOBCENTER ERHALTEN

Was sind die Ziele?

- » Alltagskompetenzen vermitteln/verbessern
- » Berufsorientierung
- » Sozialpädagogische Begleitung
- » Gruppenangebote mit anderen Müttern

Wie schaffen wir das?

- » Beratung durch erfahrene Fachkräfte
- » Gruppenangebote mit anderen Müttern
- » Workshops zu unterschiedlichen Themen
- » Gemeinsame Ausflüge

Wo?

- » Das Projektbüro ist im KoBi Brake

Sonst noch gut zu wissen:

- » Die Teilnahme ist freiwillig und kostet dich nichts.
- » Es handelt sich um ein Kooperationsprojekt zwischen der KVHS und Donum Vitae e.V. Kreisverband Wesermarsch

Ansprechpartner:

- Frauen beraten - donum vitae**
- Kreisverband Wesermarsch e.V.**
- ✉ brake@donumvitae.org
- ☎ 04401 930 160

Gefördert durch:



„Moin, ich bin Fabian Krahe und betreue den 2. Bildungsweg. Unbestritten stellt der Erste Schulabschluss die wichtigste Voraussetzung für den Eintritt in eine Ausbildung und damit den ersten Arbeitsmarkt dar. Dass im Schuljahr 2023/24 62.000 junge Menschen die Schule ohne Ersten Schulabschluss verlassen haben – das ist eine Steigerung von fast 33% im Vergleich zu vor 10 Jahren – ist daher mit Sorge zu betrachten. Seit vielen Jahren bietet die KVHS die Möglichkeit an, einen Vorbereitungskurs auf eine Nichtschülerprüfung für den Realschulabschluss zu besuchen. Außerdem besteht über unsere Projektarbeit die Möglichkeit der Vorbereitung auf den Hauptschulabschluss. Ich freue mich sehr, jungen Menschen dabei helfen zu können, einen wichtigen Schritt in eine bessere Zukunft gehen zu können.“
Fabian Krahe, Leitende Koordination



BERUFSVORBEREITENDE BILDUNGSMAßNAHME (BVB)

FÜR WEN? JUNGE MENSCHEN, DIE DIE SCHULPFLICHT ERFÜLLT HABEN
UND NOCH KEINEN AUSBILDUNGSPLATZ HABEN

Was sind die Ziele?

- » Gemeinsam eine passende Ausbildungsstelle finden
- » Teilnehmende ohne Hauptschulabschluss können diesen während der BvB nachholen

Wie schaffen wir das?

- » Beratung durch erfahrene Fachkräfte
- » Kompetenzanalyse, Stärken und Schwächen ermitteln
- » Passende Ausbildungsberufe ermitteln
- » Hilfe bei der Suche nach Praktikums-/Ausbildungsplätzen
- » Hilfe beim Schreiben von Bewerbungen
- » Hilfe bei der Vorbereitung auf Vorstellungsgespräche

Wo?

Das Projektbüro ist im KoBi Brake

Sonst noch gut zu wissen:


Die Teilnahme ist freiwillig und kostet dich nichts.
Ob eine Teilnahme möglich ist, entscheidet die Berufsberatung der Agentur für Arbeit oder das Jobcenter.

Ansprechpartner:

☎ 04401 7076 137
✉ bvb@kvhs-wesermarsch.de



Gefördert durch:

 **Bundesagentur für Arbeit**
Agentur für Arbeit
Oldenburg-Wilhelmshaven

 **jobcenter**
WESERMARSCH 



BERUFLICHE BILDUNG, OFFENE HOCHSCHULE & EHRENAMT

FIT FÜR DEN BERUF – WEITERKOMMEN MIT DER VHS.

Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Existenzsicherung des/der Einzelnen, die Entwicklung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung zentraler Bestandteil des Volkshochschulangebotes. Das Spektrum der beruflichen Weiterbildung reicht von der Vermittlung von Basisqualifikationen, Softskills, beruflichen Sprachkenntnissen bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen. So sind Angebote zur kompetenten Teilhabe an der digitalen Transformation ein Schwerpunkt der beruflichen Weiterbildung in Volkshochschulen. Ebenfalls stark vertreten sind Fachlehrgänge für das berufliche Weiterkommen in kaufmännischen, betriebswirtschaftlichen und technischen Bereichen sowie zur Optimierung von Managementkompetenzen. Angebote zu Schlüsselqualifikationen wie Rhetorik, Selbstmarketing und Kreativitätstrainings sowie zu Querschnittsthemen wie Nachhaltigkeit und Diversität stärken zudem berufliche und persönliche Kompetenzen.

Beruflich orientierende und qualifizierende Kurse finden sich auch im Angebot anderer Programmbereiche: zum Beispiel interkulturelle Kompetenztrainings, Angebote der Betrieblichen Gesundheitsvorsorge, berufsbezogene Fremdsprachkurse oder Veranstaltungen und Beratung zur Karriereplanung.



BILDUNGSURLAUB.....	54
ERFOLG IM BERUF	55
FORTBILDUNG FÜR DOZIERENDE	56
OFFENE HOCHSCHULE	56
FORTBILDUNG FÜR FACHKRÄFTE	56

EHRENAMT	57
KAUFMÄNNISCHE WEITERBILDUNGEN	57
ONLINE-SEMINARE FÜR KFM. ABSCHLÜSSE	59

BILDUNGSURLAUB

WER KANN BILDUNGSURLAUB NEHMEN?

Befindet sich Ihr Arbeitsplatz in Niedersachsen, haben Sie als Arbeitnehmer*in einen Rechtsanspruch auf Bildungsurlaub nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz (NBildUG). Dies gilt nicht für Beamte. Der Anspruch besteht für die Teilnahme an Veranstaltungen, die von der Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung (AEWB) anerkannt worden sind. Für jeden Bildungsurlaub, der bei uns ausgeschrieben ist, ist die Anerkennung beantragt oder ausgesprochen. Dies gilt in der Regel auch für den Bildungsurlaub für Arbeitnehmer*innen aus Bremen.

An Bildungsurlaubsveranstaltungen können selbstverständlich auch alle teilnehmen, die das Recht auf Bildungsurlaub nach dem Gesetz nicht in Anspruch nehmen.

Anmeldung: Eine verbindliche schriftliche Anmeldung oder über unsere Homepage ist zwingend erforderlich. Nach Eingang der Anmeldung erhalten Sie die Bestätigung für den Arbeitgeber.

KRISTINE BILKAU IN NORDFRIESLAND Literatur an Ort und Stelle | Bildungsurlaub

In diesem Literatur-Seminar soll es eine lese- und austauschfreudige Woche lang um Kristine Bilkas Roman „Halbinsel“ (2025) gehen. Der Roman handelt von Annett, die nach dem frühen Tod ihres Mannes ihre Tochter Linn in der Nähe Husums allein großgezogen hat. Als diese - nun Mitte zwanzig, in Berlin lebend und an sich erfolgreich im Umweltschutz arbeitend - bei einer Tagung einen Kreislaufzusammenbruch erleidet, holt Annett sie zu sich nach Hause. Da Linn eine tiefgreifende Erschöpfung und Sinnkrise erfasst hat, werden aus der Erholungswoche am nordfriesischen Wattenmeer schließlich Monate. In dieser Zeit brechen Konflikte zwischen Mutter und Tochter auf, werden Erinnerungen geweckt, stellen sich schwer zu beantwortende Lebens- und Zukunftsfragen. All diesen Aspekten wollen wir im Seminar nachgehen. Die Literaturwoche an der Nordseeküste bietet viel Zeit, den zur Diskussion anregenden Roman von Kristine Bilkau tiefgreifend kennenzulernen und seinen Spuren in Husum und an der Nordseeküste zu folgen.

Bitte beachten: Eigene Anreise! Die Fahrtkosten sind nicht in der Gebühr enthalten. Wir empfehlen den Abschluss einer privaten Reiserücktrittsversicherung!

📍 Veranstaltungsort: | Christian Jensen Kolleg
Kirchenstraße 4- 13 | 25821 Breklum

📅 **Ankunft So. 19.9.2027 ab 15 Uhr, Seminarbeginn: 17.00 Uhr, Seminarende Fr. 24.9.2027 um 14:30 Uhr.**

Die Anmeldung zu dieser Veranstaltung ist ab dem 16. November 2026 möglich. Bitte beachten Sie die abweichenden Stornierungsbedingungen dieser Veranstaltung. Mehr Informationen dazu finden Sie auf unserer Homepage.

💬 Preis je TN | 785,00 € | Es können Kosten für Exkursionen hinzukommen. Exkursionen zu Fuß müssen bewältigt werden können.

📞 27H3101EV | Dr. Ina Düking

QUALIFIZIERUNG ZUM/ZUR WEITERBILDUNGSMENTOR*IN

WOW: WEITERBILDUNGSOFFENSIVE WESERMARSCH Bildungsurlaub

Diese Qualifizierung richtet sich an Beschäftigte, die im Rahmen ihrer beruflichen Tätigkeit, die Anforderungen und Entwicklungen des lebenslangen Lernens für Kolleg*innen und Unternehmen praxisnah aufzeigen und zu Weiterbildungsmöglichkeiten beraten wollen. Weiterbildungsmentor*innen wirken nach der Qualifizierung in ihren Betrieben auf zwei Ebenen: Individuelle kollegiale Beratung: Sie motivieren Kolleg*innen, stärken deren Selbstvertrauen, helfen beim Abbau von Weiterbildungshemmnissen, beraten über Weiterbildungsmöglichkeiten und begleiten Lernprozesse. Dafür werden im Seminar u.a. Kenntnisse über die Weiterbildungslandschaft und gesetzliche Fördermöglichkeiten sowie über Kommunikations- und Moderationsmethoden vermittelt. Mitgestaltung betrieblicher Rahmenbedingungen: Sie unterstützen und beraten Unternehmen in Qualifizierungsfragen und gezielten Fortbildungsmöglichkeiten. Hauptberufliche WBM-Coaches der Verbundpartner KVHS Wesermarsch und Zeit und Service Beschäftigungsfördergesellschaft mbH stehen den ausgebildeten Mentor*innen in ihrer späteren Tätigkeit unterstützend zur Seite. Mehr Infos gibt es unter www.kvhs-wesermarsch.de/wow.



📍 Brake | Zeit & Service, U-Raum, Otto-Hahn-Str. 4
📅 **5 Termine | Mo. ab 09.11.2026**
🕒 08:30 bis 16:30 Uhr | Entgeltfrei
📞 WO26H673BR | N.N., Zeit & Service



CHATGPT & CO. IN THEORIE UND PRAXIS FÜR DEN BERUF Bildungsurlaub

Die Teilnehmenden werden allgemein in das Thema KI eingeführt. Neben theoretischen Grundlagen werden auch praktische Anwendungen vermittelt. Die Teilnehmenden erhalten die Möglichkeit mithilfe von passenden Beispielen zu üben und auszuprobieren. Es werden Texte, Briefe, E-Mails, Exceltabellen, Ideen & Konzepte, Social Media, usw. behandelt; außerdem das Thema Bilderstellung mit KI. Dieser Kurs ist ideal für alle, die ihre digitalen Kompetenzen erweitern und verstehen möchten, wie KI-Technologien unsere Arbeitswelt und Gesellschaft beeinflussen können. Keine Vorkenntnisse erforderlich - nur Neugier und die Bereitschaft, in die Welt der Künstlichen Intelligenz einzutauchen!
Für Ehrenamtliche entgeltfrei!

Bitte beachten: Voraussetzung zur Teilnahme sind Windows- und PC-Grundkenntnisse. Der Bildungsurlaub kann nur per Bankeinzug bezahlt werden. Für Ehrenamtliche entgeltfrei! Das Kursentgelt wird 4 Wochen vor Beginn des Bildungsurlaubes abgebucht.

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
📅 **3 Termine | Mo.-Mi. 16.-18.11.2026**
🕒 09:00 bis 16:00 Uhr | Preis je TN 240,00 €
📞 26H5400NH | Axel Berger

ERFOLG IM BERUF



BUSINESS BOOTCAMP. FÜR FRAUEN, DIE MEHR WOLLEN

Ein Angebot der Koordinierungsstelle
Frauen & Wirtschaft Jade-Weser für Frauen

Möchtest du im Job mehr Erfüllung finden und deine Karriere gezielt voran bringen? Hast du das Gefühl, dass du dein volles Potenzial noch nicht vollständig ausschöpfst und strebst nach mehr Erfolg, Selbstvertrauen und Klarheit in deiner beruflichen Entwicklung? Vielleicht hast du konkrete Karriereziele vor Augen oder möchtest einfach erfolgreicher und zufriedener in deinem aktuellen Job sein. In diesem intensiven zweitägigen Workshop verbinden wir persönliches Wachstum mit praktischen Strategien für deine berufliche Weiterentwicklung: Du stärkst dein Selbstvertrauen, klärst deine beruflichen Visionen und entwickelst konkrete Schritte, um deine Karriereziele zu erreichen.

Bitte beachten: Unsere „Angebote für Frauen“ sind entgeltfrei. Falls Sie nicht teilnehmen können, bitten wir Sie, sich bis spätestens vier Tage vor Kursbeginn abzumelden. Andernfalls fällt eine Ausfallgebühr von 15,00 € an. Vielen Dank für Ihr Verständnis!

📍 Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Str. 35
📅 **2 Termine | Sa. 19. + 26.09.2026**
🕒 09:00 bis 13:15 Uhr | Entgeltfrei
📞 FW26H162BR | Luisa Gialletto

SEI MUTIG UND GESTALTE AKTIV DEIN ARBEITSLEBEN

Dieser Workshop richtet sich an Frauen, die ihr Berufsleben bewusst, selbstbestimmt und im Einklang mit ihren eigenen Bedürfnissen neu ausrichten möchten. Viele spüren, dass etwas „nicht mehr passt“, wissen aber noch nicht genau, an welchen Punkten sie ansetzen können. Genau hier setzt der Workshop an.

Gemeinsam schauen wir auf innere Antreiber, Kraftquellen und typische Stolpersteine im beruflichen Alltag. Es geht darum, Orientierung zu gewinnen: Was gibt Energie- und was nimmt sie? Welche Möglichkeiten zur Veränderung gibt es im bestehenden Umfeld, und welche neuen Wege könnten sich zusätzlich öffnen?

Ziel ist kein theoretisches Grübeln, sondern ein klarer Blick auf die eigene Situation und auf realistische Handlungsspielräume. Jede Teilnehmerin arbeitet an ihren persönlichen Themen und entwickelt erste konkrete Schritte, die sich im Alltag umsetzen lassen.

Bitte beachten: Unsere „Angebote für Frauen“ sind entgeltfrei. Falls Sie nicht teilnehmen können, bitten wir Sie, sich bis spätestens vier Tage vor Kursbeginn abzumelden. Andernfalls fällt eine Ausfallgebühr von 15,00 € an. Vielen Dank für Ihr Verständnis!

📍 Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Str. 35
📅 **1 Termin | Sa. 05.09.2026**
🕒 10:00 bis 13:00 Uhr | Entgeltfrei
📞 FW26H165BR | Sina Schulz

KÜNSTLICHE INTELLIGENZ IM (BERUFS-)ALLTAG NUTZEN

Ein sicherer und verständlicher Einstieg in die Welt der KI. Künstliche Intelligenz ist längst kein Zukunftsthema mehr – sie kann ganz konkret im Alltag unterstützen. In diesem praxisorientierten Kurs erfahren Frauen, wie sie KI-Tools gezielt für ihre berufliche Weiterentwicklung einsetzen können:

- Unterstützung bei Bewerbungsanschreiben und Lebensläufen
- Effizientes Arbeiten im Büroalltag (Schreiben von Emails, Vorbereitung von Präsentationen...)
- Nutzung von KI im Selbstmarketing, etwa für Profiltex te in beruflichen Netzwerken

Bitte beachten: Unsere „Angebote für Frauen“ sind entgeltfrei. Falls Sie nicht teilnehmen können, bitten wir Sie, sich bis spätestens vier Tage vor Kursbeginn abzumelden. Andernfalls fällt eine Ausfallgebühr von 15,00 € an. Vielen Dank für Ihr Verständnis!

📍 Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Str. 35
📅 **1 Termin | Mo. 28.09.2026**
🕒 10:00 bis 12:15 Uhr | Entgeltfrei
📞 FW26H161BR | Julia Hoffmann

SICHERHEITSTRAINING FÜR DEN SOUVERÄNEN AUFTRITT!

Sie reflektieren Ihre rhetorischen Wirkungsmittel wie Haltung, Stimme und Sprache/ Formulierungen. Sie erkennen in praktischen Situationen, wie Sie souverän auftreten, ohne dominant zu erscheinen und sich zu verbiegen. Für mehr Präsenz und Selbstsicherheit im persönlichen Auftritt! Sie lernen, klar und diplomatisch nein zu sagen und sich ohne schlechtes Gewissen abzugrenzen.

Bitte beachten: Unsere „Angebote für Frauen“ sind entgeltfrei. Falls Sie nicht teilnehmen können, bitten wir Sie, sich bis spätestens vier Tage vor Kursbeginn abzumelden. Andernfalls fällt eine Ausfallgebühr von 15,00 € an. Vielen Dank für Ihr Verständnis!

📍 Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Str. 35
📅 **1 Termin | Di. 27.10.2026**
🕒 09:00 bis 13:00 Uhr | Entgeltfrei
📞 FW26H160BR | Elke Wagner

BUSINESS ENGLISH: NIVEAU B1

Einführung in Wortschatz und Grammatik zu alltäglichen Arbeitssituationen sowie Nachspielen von realistischen Dialogen: Begrüßung/Verabschiedung, sich und andere vorstellen, Fragen zur Person stellen und beantworten, über Arbeitsroutinen im Büro sprechen, über Arbeitskollegen sprechen, Unternehmen beschreiben, Höfliche Umgangsformen, Telefonenglisch, Bestellungen An-nahme und Platzierung, über Fortschritt sprechen

📍 Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Str. 35
📅 **16 Termine | Di. ab 15.09.2026**
🕒 18:30 bis 20:00 Uhr | Preis je TN 156,00 €
📞 26H7206BR | Charles Caldwell

FORTBILDUNG FÜR DOZIERENDE

Die KVHS Wesermarsch führt gemeinsam mit der khvs Ammerland und der VHS Wilhelmshaven Fortbildungen für ihre aktiven Dozent*innen durch. Nutzen Sie die Chance, andere Dozent*innen kennenzulernen, Fragen zu stellen und sich weiterzubilden. Haben Sie Wünsche oder Anregungen, dann sprechen Sie uns gerne an. Alle Dozent*innenfortbildungen sind für Dozent*innen der beteiligten Volkshochschulen Entgeltfrei. Zusätzlich haben Sie die Möglichkeit, an Workshops aus dem e14-Netzwerk teilzunehmen, dem noch weitere Volkshochschulen aus dem Nordwesten angehören. Diese Veranstaltungen finden zum Teil auch online oder als Hybridveranstaltung statt, sodass Sie keine weiten Anfahrtswege haben. Bitte melden Sie sich direkt bei der Volkshochschule an, die den jeweiligen Kurs anbietet.

- KVHS Wesermarsch 04401 7076 100
- khvs Ammerland 04488 56 5100
- VHS Wilhelmshaven 04421 16 4000

FORTBILDUNG FÜR DOZIERENDE

GUTE HYGIENEPRAXIS IM UMGANG MIT LEBENSMITTELN

Hygieneschulung für Mitarbeiter*innen in Kitas und Schulen und für Dozent*innen in Kursen mit Kochpraxis
Wiederholungsbelehrung gemäß IFSG §§ 42/43
Dozentenfortbildung | Wochenendseminar

Jedes Haus und jede Einrichtung hat unterschiedliche Bedürfnisse und trotzdem ist die Basis bei allen dieselbe. Wir wollen die große Bandbreite der Maßnahmen unter die Lupe nehmen und auf das Nötige runter brechen. Bereits kleine Nachlässigkeiten bei der Zubereitung von Speisen können ernste gesundheitsschädigende Folgen haben. Wenn Kitas und Schulen eine Gemeinschaftsverpflegung anbieten, gelten sie als Lebensmittelunternehmen und tragen die Verantwortung für die hygienische Sicherheit der abgegebenen Speisen. Die Einhaltung der gesetzlichen Vorschriften wie Infektionsschutzgesetz und Lebensmittelhygieneverordnung muss gewährleistet sein. Aber auch bei der Durchführung von Kochkursen und Kochaktionen mit Kindern oder Erwachsenen ist strikte Hygiene unerlässlich, damit es nicht zu Magenverstimmungen oder Vergiftungen kommt. Einsteiger*innen erhalten eine Grundlagenschulung, erfahrene Mitarbeiter*innen können ihr Wissen auffrischen und Erfahrungen austauschen. Dieses Seminar ersetzt nicht die Ersts Schulung in einem Gesundheitsamt, gilt aber als gesetzlich vorgeschriebene Nachschulung (inklusive Zertifikat).

Inhalte:

- Aktuelle gesetzliche Grundlagen zur Lebensmittelhygiene;
- Mikrobiologische Grundlagen und mikrobiologisch kritische Lebensmittel;
- HACCP- was bedeutet das eigentlich?
- Personalhygiene;
- Tätigkeits- und Beschäftigungsverbot nach §§42/43 IfSG (mit Bescheinigung über Wiederholungsbelehrung).

Bitte beachten: Der Kurs selbst ist für aktive Dozent*innen kostenlos. Geben Sie bitte bei der Anmeldung zum Kurs an, wenn Sie die Bescheinigung für die Wiederbelehrung ausgestellt haben möchten. Dafür werden von uns 5,00 € berechnet. Anmeldungen nur telefonisch oder über das Anmeldeformular.

- Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Str. 35
- 1 Termin | Sa. 21.11.2026
- 10:00 bis 14:00 Uhr | Preis je TN 50,40 €
- 26H9440BR | Wiebke von Atens-Kahlenberg

OFFENE HOCHSCHULE

DEIN INTERKULTURELLER WERKZEUGKOFFER FÜR DEN AUSLANDSAUFENTHALT

In diesem interaktiven Online-Kurs bereiten wir uns in einer kleinen Gruppe auf längere Aufenthalte im Globalen Süden vor. Die Inhalte orientieren sich an den Fragen und Zielen der Teilnehmenden. Durch Austausch, Übungen und Reflexion behandeln wir Themen wie interkulturelle Kommunikation, Kulturschock, Sicherheit und Alltag im Ausland. Begleitende Materialien vertiefen die Inhalte zu Hause und unterstützen den Aufbau eines persönlichen Werkzeugkoffers. Der Kurs richtet sich an Personen, die einen längeren Aufenthalt im Globalen Süden planen - sei es als Freiwillige*r, im Rahmen eines Auslandsjahres, eines Studiums, einer Arbeitsstelle oder eines sozialen Engagements.

Bitte beachten: Online-Format via Zoom. Die Teilnehmenden benötigen einen stabilen Internetzugang sowie einen Computer oder ein Tablet mit Kamera und Mikrofon.

- Webseminar
- 5 Termine | Fr. ab 04.09.2026
- 18:00 bis 20:15 Uhr | Preis ab 7 TN: 97,50 €
- 26H0500WEB | Cecilia Paula Lopez

- Webseminar
- 5 Termine | Fr. ab 06.11.2026
- 18:00 bis 20:15 Uhr | Preis ab 7 TN: 97,50 €
- 26H0501WEB | Cecilia Paula Lopez

FORTBILDUNGEN FÜR FACHKRÄFTE

MUSIK IM UNTERRICHTSALLTAG

Diese Fortbildung richtet sich an Lehrkräfte aller Altersstufen, die Musik gezielt in ihren Unterricht integrieren möchten - sei es in Rituale, im Klassenmanagement oder als motivierende „Fresh-Ups“ zwischendurch. Die Teilnehmenden lernen praxisnahe Methoden kennen, um Musik flexibel in den Schulalltag einzubauen: von kurzen musikalischen Einstiegen, Stimmungsaufhellern und Konzentrationsübungen bis hin zu Liedern und kleinen Bewegungsaktionen, die den Unterricht begleiten und strukturieren. Ziel ist es, Lernprozesse zu unterstützen, das Klassenklima zu fördern und Musik als einfachen, wirksamen Impuls für Motivation und Aufmerksamkeit zu nutzen.

- Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 2 Termine | Fr. 18.09.2026 + Fr. 02.10.2026
- 18:30 bis 20:30 Uhr | Preis je TN 72,00 €
- 26H2133NH

RHYTHMUS UND BEWEGUNG Wochenendseminar

Diese Fortbildung richtet sich an Lehrkräfte, die Musik fachfremd unterrichten und rhythmische Bewegung einfach und motivierend in ihren Unterricht integrieren möchten. Im Mittelpunkt stehen der eigene Körper als Instrument, Bewegung zur Musik sowie einfache Formen von Tanz und Body Percussion. Die Teilnehmenden lernen leicht umsetzbare Übungen, Rhythmusspiele und kurze Bewegungssequenzen kennen, die ohne großen Materialaufwand im Unterricht eingesetzt werden können. Durch Klatschen, Stampfen, Sprechen und Bewegung entstehen gemeinsam rhythmische Patterns und kleine Choreografien, die Kindern einen spielerischen Zugang zu Musik ermöglichen. Ziel ist es, Rhythmus, Bewegung und musikalischen Ausdruck lebendig in den Schulalltag zu integrieren.

- Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 2 Termine | Sa. 12.+ So 13.09.2026
- 10:00 bis 17:00 Uhr | Preis je TN 176,00 €
- 26H2131NH

EHRENAMT



DUO EHRENAMTLICHE SENIORENBEGLEITUNG in Kooperation mit dem Seniorenstützpunkt Süd des Caritasverbandes im Landkreis Wesermarsch

In dieser Qualifizierung lernen Ehrenamtliche und freiwillig Engagierte die besondere Situation älterer Menschen und die spezifischen Themen des Alters kennen und verstehen. Folgende Themen werden behandelt: Warum engagiere ich mich? Wie ist die gesellschaftliche und persönliche Situation älterer Menschen und die Entwicklung des Menschen in der 2. Lebenshälfte? Auch die Bewältigung von Alterserkrankungen wie Schlaganfall, Herzinfarkt, Wundversorgung und Stürzen wird praxisnah vermittelt. Ein Kochkurs zeigt, wie Ernährung im Alter Freude bereiten kann. Der Umgang mit Sterben und Trauer, aber auch die positiven Seiten psychischer und physischer Veränderungen im Alter werden einfühlsam behandelt. Wir beleuchten den Umgang mit Demenz und Depressionen und geben präventive Tipps. Abgerundet wird das Programm durch kreative Beschäftigungsmöglichkeiten in der Seniorenarbeit, Bewegungsübungen, Gedächtnistraining und viele Ideen zur Freizeitgestaltung. Freuen Sie sich auf ein abwechslungsreiches und inspirierendes Kursangebot, das Sie optimal auf Ihre Rolle in der ehrenamtlichen Seniorenbegleitung vorbereitet! Der Kurs umfasst 50 Unterrichtsstunden. Die Teilnahme ist kostenfrei und an ein späteres zeitlich begrenztes freiwilliges Engagement für den Senioren- und Pflegestützpunkt gebunden. Weitere Informationen erhalten Sie im Senioren- und Pflegestützpunkt Süd unter 04404 98 733 93.

- Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Str. 35
- Infotermine | Mi. 07.10.2026
- 14:30 bis 15:30 Uhr | Entgeltfrei
- 26H9700BR | Dozent*innenteam

- Brake | KoBi, Bgm.-Müller-Str. 35
- 7 Termine | Mi. ab 28.10.2026

- 14:30 bis 17:30 Uhr | Entgeltfrei
- 26H9701BR | Dozent*innenteam

KAUFMÄNNISCHE WEITERBILDUNGEN

KURZE KAUFMÄNNISCHE ONLINE-SEMINARE ZU VERSCHIEDENEN KAUFMÄNNISCHEN THEMEN (MIT DURCHFÜHRUNGSGARANTIE)

Unser kaufmännisches Onlineangebot richtet sich an alle Interessierten, die ihre kaufmännischen Kenntnisse auffrischen, neu erwerben oder optimieren möchten. Neben dem virtuellen Unterricht stellen wir Ihnen in einem zusätzlichen Lernportal viele Informationen, Tipps und Tricks, Checklisten und teilweise Selbstlernmodule zur Verfügung. Lernen Sie zeitunabhängig in Ruhe, tauschen Sie sich im Forum mit dem Kursleiter und Kursteilnehmer*innen aus und erwerben Sie digitale Lernabzeichen (Badges), die Sie zum Erwerb eines ausführlichen Zertifikats oder im Bewerbungsverfahren nutzen können. Unser individuelles VHS-Zertifikat erhalten Sie bei Buchung von mind. drei Modulen. Alle Kurse finden an einem Abend pro Woche über drei Wochen statt und kosten 24,- € pro Kurs.

Zu folgenden Themen gibt es Kurse im Angebot:

- Unternehmerische Abläufe gewinnbringend optimieren
- Vorbereitende Buchführung
- Einführung in die Buchführung
- Vertiefende Buchführung
- Entgeltabrechnung
- Finanzbuchhaltung
- Einblicke in die Welt des Controllings
- Kosten- und Leistungsrechnung
- Büroprozesse
- Auftragssteuerung und -koordination
- Personalsachbearbeitung
- E-Commerce Basics
- Kundenbetreuung im Onlinehandel

Genauere Informationen zu den Kursen sowie die Möglichkeit zum Technikcheck erhalten Sie bei einem der angebotenen Online-Infoabende in der VHS Cloud, in der auch die Kurse stattfinden.

SMARTE POWER IM BÜRO – MIT KI DEN ARBEITSALLTAG EFFIZIENTER GESTALTEN

- Webseminar
- 3 Termine | Di. ab 20.10.2026
- 20:00 bis 21:30 Uhr | Preis je TN 24,00 €
- 26H6529WEB | Michael Menze

EFFIZIENTE BÜROPROZESSE: ABLÄUFE VERSTEHEN UND ORGANISIEREN

- Webseminar
- 3 Termine | Do. ab 17.09.2026
- 18:00 bis 19:30 Uhr | Preis je TN 24,00 €
- 26H6531WEB | Michael Menze

PROJEKTMANAGEMENT KOMPAKT – KLEINPROJEKTE ERFOLGREICH UMSETZEN

Webseminar
3 Termine | Di. ab 10.11.2026
 18:00 bis 19:30 Uhr | Preis je TN 24,00 €
 26H6534WEB | Michael Menze

EINFÜHRUNG IN DIE BUCHFÜHRUNG

Webseminar
3 Termine | Do. ab 22.10.2026
 20:00 bis 21:30 Uhr | Preis je TN 24,00 €
 26H6525WEB | Michael Menze

ENTGELTABRECHNUNG

Webseminar
3 Termine | Di. ab 09.09.2025
 20:00 bis 21:30 Uhr | Preis je TN 24,00 €
 25H6427WEB | Michael Menze

VERTIEFENDE BUCHFÜHRUNG

Webseminar
3 Termine | Do. ab 12.11.2026
 20:00 bis 21:30 Uhr | Preis je TN 24,00 €
 26H6526WEB | Michael Menze

KOSTEN- UND LEISTUNGSRECHNUNG

Webseminar
3 Termine | Do. ab 12.11.2026
 18:00 bis 19:30 Uhr | Preis je TN 24,00 €
 26H6527WEB | Michael Menze

EINSTIEG IN DIE FINANZBUCHHALTUNG

Webseminar
3 Termine | Di. ab 20.10.2026
 18:00 bis 19:30 Uhr | Preis je TN 24,00 €
 26H6528WEB | Michael Menze

VORBEREITENDE BUCHFÜHRUNG KOMPAKT

Webseminar
3 Termine | Do. ab 17.09.2026
 20:00 bis 21:30 Uhr | Preis je TN 24,00 €
 26H6524WEB | Michael Menze

PERSONALBEZOGENE AUFGABEN IM BÜRO – KOMPAKT & PRAXISNAH

Webseminar
3 Termine | Mo. ab 09.11.2026
 18:00 bis 19:30 Uhr | Preis je TN 24,00 €
 26H6533WEB | Michael Menze



Xpert Business Abschlüsse Betriebswirtschaft									
	Geprüfte Fachkraft (XB)			Buchhalter*in (XB)			Manager*in (XB) Betriebswirtschaft		
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalter*in	Personal- und Lohnbuchhalter*in	Finanz- und Lohnbuchhalter*in	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen Lohn Controlling
Finanzbuchführung (1)	✓*	✓*							✓
Finanzbuchführung (2)	✓		✓*		✓		✓	✓	✓
Finanzbuchführung (3) EDV	✓				✓		✓		✓
Bilanzierung			✓		✓ alternativ		✓ alternativ	✓	✓
Finanzwirtschaft		✓*			✓ alternativ		✓ alternativ	✓	✓
Kosten- und Leistungsrechnung		✓			✓		✓	✓	✓
Controlling		✓						✓	✓
Betriebliche Steuerpraxis			✓					✓	✓
Lohn und Gehalt (1)				✓*				✓	✓
Lohn und Gehalt (2)				✓	✓	✓			✓
Lohn und Gehalt (3) EDV				✓	✓	✓			✓
Personalwirtschaft					✓				✓
Personale Kompetenzen									✓

* optionales, aber empfohlenes Modul

ONLINE-SEMINARE FÜR KAUFMÄNNISCHE ABSCHLÜSSE

BERUFLICHE WEITERBILDUNG MIT BUNDESWEIT ANERKANNTEN ABSCHLÜSSEN XPERT BUSINESS ONLINE-ZERTIFIKATSLEHRGÄNGE

Xpert Business ist das bundeseinheitliche Kurs- und Zertifikatsystem für die kaufmännische Weiterbildung an Volkshochschulen. Xpert Business-Kurse vermitteln fundierte kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kompetenzen vom Einstieg bis zum Hochschulniveau. In überschaubaren Kursbausteinen werden Sie Schritt für Schritt zu anerkannten Fachkraft- oder Buchhalterabschlüssen geführt. Jeder Baustein kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden. So sichern Sie Ihren persönlichen Bildungserfolg kleinschrittig und unwiderruflich. Und das Beste: Einen abgeschlossenen Kursbaustein können Sie sogar in mehrere Abschlüsse einbringen.

XPERT BUSINESS ONLINE ZERTIFIKATSLEHRGÄNGE

Alle Xpert Business-Zertifikatslehrgänge finden zu festgelegten Zeiten als Online-Seminare im bundesweiten Xpert Business-Lernnetz statt. Sie können sich ohne Anmeldeschluss für einen Kurs einschreiben. Dies ist auch bei bereits laufendem Kurs noch möglich. Als technische Voraussetzung benötigen Sie einen Rechner mit einer stabilen Internetverbindung (2Mbits/s) und einen aktuellen Browser mit FlashPlugin. Darüber hinaus benötigen Sie Lautsprecher oder ein Headset. Nach Anmeldung werden Ihnen Ihre Zugangsdaten übersandt. Die Webseminare finden live statt, so dass Sie die Möglichkeit haben, während des Live-Seminars Fragen über eine Chatfunktion an den Dozierenden zu richten. Der Dozierende wird von einem/r Moderator*in unterstützt, der/die während des gesamten Webseminars den Chat betreut. Alle Webseminare werden aufgezeichnet und können erneut angesehen werden.

Kursmaterial: Zu diesen Kursen gibt die Xpert Business-Prüfungszentrale passgenaue Kursmaterialien heraus (erschieden beim EduMedia-Verlag).

FINANZBUCHFÜHRUNG 1

Webseminar
24 Termine | Di. ab 03.11.2026 (dienstags & donnerstags)
 18:30 bis 20:30 Uhr | Preis je TN 390,00 €
 26H6502WEB

LOHN UND GEHALT 1

Webseminar
24 Termine | Di. ab 03.11.2026 (dienstags & donnerstags)
 18:30 bis 20:30 Uhr | Preis je TN 390,00 €
 26H6504WEB

FINANZBUCHFÜHRUNG 2

Webseminar
22 Termine | Mo. ab 02.11.2026 (dienstags & donnerstags)
 18:30 bis 20:30 Uhr | Preis je TN 365,00 €
 26H6503WEB

LOHN UND GEHALT 2

Webseminar
22 Termine | Mi. ab 04.11.2026 (montags & mittwochs)
 18:30 bis 20:30 Uhr | Preis je TN 365,00 €
 26H6505WEB

FINANZBUCHFÜHRUNG DATEV

Webseminar
16 Termine | Di. ab 03.11.2026 (dienstags & donnerstags)
 18:30 bis 20:30 Uhr | Preis je TN 300,00 €
 26H6506WEB

LOHN UND GEHALT 3 MIT DATEV

Webseminar
16 Termine | Di. ab 03.11.2026 (dienstags & donnerstags)
 18:30 bis 20:30 Uhr | Preis je TN 300,00 €
 26H6507WEB

EINNAHMENÜBERSCHUSSRECHNUNG

Webseminar
11 Termine | Di. ab 02.11.2026 (montags & mittwochs)
 18:30 bis 20:30 Uhr | Preis je TN 225,00 €
 26H6508WEB

KOSTEN- UND LEISTUNGSRECHNUNG

Webseminar
20 Termine | Mo. ab 02.11.2026 (montags & mittwochs)
 18:30 bis 20:30 Uhr | Preis je TN 340,00 €
 26H6509WEB

BILANZIERUNG

Webseminar
20 Termine | Di. ab 03.11.2026 (dienstags & donnerstags)
 18:30 bis 20:30 Uhr | Preis je TN 340,00 €
 26H6511WEB

CONTROLLING

Webseminar
20 Termine | Mo. ab 02.11.2026 (montags & mittwochs)
 18:30 bis 20:30 Uhr | Preis je TN 340,00 €
 26H6512WEB

BETRIEBLICHE STEUERPRAXIS

Webseminar
22 Termine | Mo. ab 02.11.2026 (montags & mittwochs)
 18:30 bis 20:30 Uhr | Preis je TN 330,00 €
 26F6513WEB

PERSONALWIRTSCHAFT

Webseminar
20 Termine | Mo. ab 02.11.2026 (montags & mittwochs)
 18:30 bis 20:30 Uhr | Preis je TN 340,00 €
 26H6514WEB

FINANZWIRTSCHAFT

Webseminar
20 Termine | Mi. ab 03.11.2026 (dienstags & donnerstags)
 18:30 bis 20:30 Uhr | Preis je TN 340,00 €
 26H6514WEB

PRÜFUNG FÜR ALLE XPERT-BUSINESSKURSE

XPERT BUSINESS-LERNNETZ:

Bitte beachten: Ihre Anmeldung zur Prüfung muss vier Wochen vor Prüfungstermin vorliegen.

Nordenham | Marktstraße 8a
1 Termin | Fr. 12.03.2027
 09:00 bis 12:00 Uhr | Kosten pro Prüfung: 95,00 €
 26H6521NH

„Berufliche Bildung eröffnet Menschen neue Perspektiven und stärkt ihre Chancen in einer sich wandelnden Arbeitswelt. An der Kreisvolkshochschule gestalten wir praxisnahe Angebote, die zu den Bedürfnissen der Teilnehmenden, der Betriebe und der Region passen. Weiterbildung bedeutet für uns, Menschen zu ermutigen, Potenziale sichtbar zu machen und Entwicklung möglich zu machen.“
 Monika van Büren, Leitende Koordination



**WEITERE INFOS
FINDEN SIE ONLINE**

www.kvhs-wesermarsch.de/programm/berufliche-bildung-offene-hochschule-ehrenamt

vhs Zertifikatslehrgänge Nordwest

VHS-Zertifikatslehrgänge Nordwest

Unter der Marke „VHS Zertifikatslehrgänge Nordwest“ bieten die (Kreis-)Volkshochschulen Ammerland, Friesland Wittmund, Wesermarsch und Wilhelmshaven ein gemeinsames Portfolio an hochwertigen, abschlussorientierten Weiterbildungen an. Damit möchten wir Ihnen und vielen weiteren Interessierten aus der Region einen unkomplizierten und wohnortnahen Zugang zu beruflicher Qualifizierung ermöglichen. Die Anmeldung ist online bei allen vier beteiligten (Kreis-) Volkshochschulen möglich.

Fehlt Ihnen ein bestimmtes Angebot?
 Wenden Sie sich einfach an die aufgeführten Ansprechpersonen – wir helfen gern weiter.

Fachkräfte IT-Systeme und Netzwerke (vhs)

Teilnehmende, die diesen Zertifikatslehrgang erfolgreich abschließen, sind im Unternehmen kompetente Ansprechpartner/innen für den Anwender/die Anwenderin, die Geschäftsleitung und Supportfirmen.

Sie installieren Hardware, Betriebssysteme und Anwendungsprogramme, analysieren Probleme, treffen Maßnahmen zur Fehlervermeidung und beraten bei Beschaffung und Modernisierung von PC-Systemen. Sie kennen die Abläufe im Betrieb und können die Anforderungen an die IT vorgeben. Zusätzlich besitzen sie die notwendigen Netzwerkkenntnisse für private, firmeninterne und -externe Techniken.

Teilnehmende kennen die Techniken der lokalen Wartung von Systemen oder auch deren Fernwartung. Sie sorgen für die Datenkonsistenz und -sicherheit durch Sicherung lokaler, zentraler Daten und implementieren Schutzprogramme/Mechanismen für sichere IT-Strukturen zur Vermeidung von Malware.

Der Lehrgang besteht aus den folgenden vier Modulen:

- PC-Technik und -Konfiguration,
- PC-Systemsupport,
- PC-Systemsupport und
- Windows Server

Diese schließen jeweils mit einer Prüfung ab, über die die Teilnehmenden entsprechend ein Zeugnis erhalten. Nach erfolgreichem Abschluss aller vier Module erhalten die Teilnehmenden das Gesamtzertifikat „Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke (VHS)“.

Weitere Auskünfte erteilt Ihnen Silvia Meyerjürgens von der kvhs Ammerland unter 04488 56-5130 oder s.meyerjuergens@kvhs-ammerland.de.

Lehrgang
 kvhs Ammerland, Rastede
 Informationstermine Präsenz:
 29. Oktober und 24. November 2026



In unseren langfristigen Lehrgängen und Ausbildungen haben Sie die Möglichkeit der monatlichen Ratenzahlung.

Sprechen Sie uns gerne an!



Bildung, Soziales und Gesundheit

In den Themenfeldern Bildung, Soziales und Gesundheit haben sich die vhs Concept Lehrgänge als verlässliche und praxisnahe Qualifizierungsangebote etabliert - dort, wo Menschen miteinander arbeiten und täglich neue Herausforderungen meistern.

Unsere Angebote unterstützen Sie dabei, sich fachlich weiterzuentwickeln und im beruflichen Miteinander sicher und kompetent aufzutreten.

Auf Basis landesweit verbindlicher Qualitätsstandards bietet unser Verbund aus 56 Volkshochschulen ein breites Spektrum an Fort- und Weiterbildungen in ganz Niedersachsen an.

Nach erfolgreicher Teilnahme erhalten Sie einen qualifizierten Nachweis oder – bei Lehrgängen mit Prüfung – ein Zertifikat von vhsConcept bzw. dem Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e. V.



Angebote aus dem Bereich Soziales

Systemische Beratung (vhs)

kvhs Ammerland, Westerstede
Voraussichtlicher Lehrgangsbeginn: Frühjahr 2027

Qualifizierung zur Schulbegleitung (vhs)

KVHS Wesermarsch, Brake
Lehrgangsbeginn: 4. September 2026

VHS Wilhelmshaven, Projekthaus I
Informationstermin: 17. September 2026
Voraussichtlicher Lehrgangsbeginn: Oktober 2026

Pädagogische Mitarbeitende an Grundschulen (im Ganztag) (vhs)

VHS Wilhelmshaven, Projekthaus I
Informationstermin: 17. September 2026
Voraussichtlicher Lehrgangsbeginn: Oktober 2026



Angebote aus dem Bereich Bildung

Pädagogische Mitarbeitende an Grundschulen (vhs)

kvhs Ammerland, Westerstede
Informationstermin: 20. Januar 2027
Lehrgangsbeginn: 24. Februar 2027



Angebote aus dem Bereich Bildung

Hier stehen derzeit keine Angebote zur Verfügung.

**Sie haben Fragen zu diesen Angeboten?
Dann wenden Sie sich gerne an die zuständige Ansprechperson!**

Ihre Ansprechpersonen:

kvhs Ammerland
Lena Höfs
04488 73886-23
l.hoefs@kvhs-ammerland.de

VHS Wilhelmshaven
Anja Kroll
04421 16-4000
info@vhs-whv.de

KVHS Wesermarsch
Monika van Büren
04401 7076-121
m.van-bueren@kvhs-wesermarsch.de

VHS Friesland-Wittmund
Lasse Kelterborn
04462 86-3370



MARtA

FÜR WEN? FÜR FRAUEN MIT EIGENER MIGRATIONS- ODER FLUCHTERFAHRUNG, DIE EINEN ERSCHWERTEN ZUGANG ZUM DEUTSCHEN ARBEITSMARKT HABEN



Ansprechpartner:

✉ marta@kvhs-wesermarsch.de
☎ 04401 7076 145

Das Projekt „MARtA (Migrantinnen – Arbeit – Teilhabe – Anerkennung)“ wird im Rahmen des Programms „MY TURN – Frauen mit Migrationserfahrung starten durch“ durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert.

Gefördert durch:



Was sind die Ziele?

- » Förderung der Arbeitsmarktintegration von Frauen mit Migrationshintergrund, insbesondere durch Qualifizierungs- und Weiterbildungsangebote.
- » Stärkung der individuellen Selbstbestimmung und Teilhabe
- » Abbau von Zugangshürden zu Bildung und Beschäftigung durch unterstützende Maßnahmen wie Kinderbetreuung, Sprachförderung und sozialpädagogische Begleitung

Wie schaffen wir das?

- » **Beratung und Coaching zu den Themen:** Vereinbarkeit von Familie und Beruf, das Verständnis des deutschen Kinderbetreuungssystems und Möglichkeiten zur Integration in den Arbeitsmarkt, einschließlich Praktika, Weiterbildungen und Ausbildungen.
- » **Empowerment:** Im Rahmen des Projekts finden Workshops statt zu den Themen: Bewerbungstraining, berufliche Kommunikation, digitale Skills u.a.
- » **Vernetzung:** Das Projekt organisiert regelmäßig in mehreren Gemeinden Frauentreffs in denen Deutsch geübt wird und die Frauen einander unterstützen
- » **Vereinbarkeit Familie und Beruf:** Das Projekt arbeitet mit der Lotsenstelle Kinderbetreuung zusammen, um bei der Suche und Beantragung von Betreuungsplätzen sowie bei interkulturellen Themen der Kinderbetreuung zu unterstützen.

Wo?

- » Das Projektbüro ist im KoBi in Brake und ein Beratungsbüro in der Geschäftsstelle Nordenham
- » Das Team arbeitet aufsuchend in der ganzen Wesermarsch

Sonst noch gut zu wissen:

- » MARtA ist ein Verbundprojekt der KVHS Ammerland gGmbH zusammen mit der VHS Friesland-Wittmund und der KVHS Wesermarsch GmbH.
- » Die Teilnahme ist freiwillig und kostet dich nichts



Seminare, Workshops und Teamevents für Unternehmen

VON KI BIS SPRACHEN. NEUE SKILLS FÜR STARKE TEAMS.

Individuelle Betriebsschulungen - passgenau für Ihre Mitarbeitenden.
Ob KI im Berufsalltag, Kommunikation, Social Media, Office & Tools oder Teamevents: Wir entwickeln mit Ihnen ein Weiterbildungskonzept, das zu Ihren Zielen, Ihrem Team und Ihrem Arbeitsalltag passt.

Inhouse

direkt bei Ihnen

Brake & Nordenham

in unseren Häusern

Online & hybrid

flexibel kombinierbar

Seminare & Workshops

- Kommunikation und Konfliktlösung
- KI-Tools, ChatGPT und AI-Act-Schulungen
- Social Media, Recruiting und Sichtbarkeit
- Office, digitale Kompetenzen und Soft Skills

Teamevents & Services

- Teamkochen und kreative Get-togethers
- Gesundheit, Rückenfit und Achtsamkeit
- Räume für Meetings und Veranstaltungen
- Catering, Technik und Moderation auf Wunsch

Lassen Sie uns gemeinsam den idealen Workshop gestalten!

Individuell, wirkungsvoll und genau auf Ihr Unternehmen zugeschnitten.

Ihre Ansprechpartner*innen

Monika van Büren
kvhs4business@kvhs-wesermarsch.de



Mehr Infos
und Kontakt



Projekt WOW – Weiterbildungsoffensive Wesermarsch

„DIE QUALIFIZIERUNG
ZUM/ZUR
WEITERBILDUNGS-
MENTOR*IN FINDET IHR
IN DEM BEREICH
BILDUNGSURLAUB
AUF SEITE 48“

FÜR WEN?

- KLEINE UND MITTLERE UNTERNEHMEN DER WESERMARSCH
- BESCHÄFTIGTE MIT GERINGER FORMALER BILDUNG ODER FEHLENDEN BERUFSABSCHLÜSSEN
- JEDE/N, DER/DIE MOTIVIERT IST, GEGEN BILDUNGSUNGLEICHHEIT VORZUGEHEN

Was sind die Ziele?

- » Weiterbildungszugänge erleichtern
- » Fachkräfte in der Region halten und weiterbilden
- » Mentor*innen qualifizieren und ein regionales Netzwerk aufbauen
- » Kleine und mittlere Unternehmen bei der Personalentwicklung und Mitarbeiterbindung unterstützen

Wie schaffen wir das?

- » Durch die Ausbildung von Weiterbildungsmentor*innen (WBM)
- » Durch Infoveranstaltungen, Netzwerke und Kooperationen mit regionalen Firmen und Partnern
- » Durch niedrigschwellige Unterstützungsangebote, Beratung und Coaching

Wo?

- Im gesamten Landkreis Wesermarsch
- Direkt in Unternehmen
- An den Standorten der KVHS Wesermarsch und Zeit & Service Beschäftigungsfördergesellschaft mbH

Ansprechpartner:

wow@kvhs-wesermarsch.de
04401 7076 168

Sonst noch gut zu wissen:

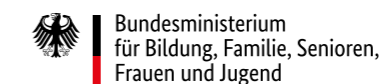
WOW ist ein Verbundprojekt der KVHS Wesermarsch und der Zeit & Service Beschäftigungsfördergesellschaft mbH. Die Teilnahme für Unternehmen und Beschäftigte ist komplett kostenlos. Unsere Beratungen und Coachings sind kostenlos und vertraulich.



Das Projekt „Projekt WOW – Weiterbildungsoffensive Wesermarsch“ wird gefördert vom Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMBFSFJ) und wissenschaftlich-administrativ begleitet vom Bundesinstitut für Berufsbildung (BIBB).



Gefördert vom:





Bilder & Grafiken mit ChatGPT erstellen. So funktioniert es!

Mit einer guten Idee, einer klaren Beschreibung und wenigen Korrekturen lassen sich mit ChatGPT schnell anschauliche Bilder, Illustrationen und Infografiken entwickeln.

- 1. Idee festlegen**
 Überlegen Sie zuerst, was entstehen soll: zum Beispiel ein Bild, eine Illustration, ein Flyer, eine Grafik oder eine Infografik. Wichtig sind Ziel, Zielgruppe und Einsatzort.
- 2. Prompt formulieren**
 Beschreiben Sie möglichst konkret, was Sie möchten: Motiv, Stil, Farben, Stimmung, Format und wichtige Inhalte. Je klarer die Beschreibung, desto passender das Ergebnis.
- 3. Details und Vorlagen ergänzen**
 Wenn nötig, können Farben, Logos, Beispielbilder oder ein gewünschter Aufbau als Orientierung dienen. So wird das Ergebnis stimmiger und näher an Ihrer Idee.
- 4. Entwurf erstellen lassen**
 ChatGPT erzeugt daraus erste Bild- oder Grafikentwürfe. Oft entstehen schon nach kurzer Zeit mehrere gute Ansätze, aus denen Sie auswählen können.
- 5. Ergebnis verfeinern**
 Bitten Sie um Änderungen, zum Beispiel bei Farben, Texten, Symbolen, Aufbau oder Stil. Gute Ergebnisse entstehen häufig in zwei bis vier kurzen Überarbeitungsschritten.
- 6. Prüfen und einsetzen**
 Kontrollieren Sie Rechtschreibung, Lesbarkeit, Bildwirkung und inhaltliche Genauigkeit. Danach kann die Grafik gespeichert, gedruckt oder digital verwendet werden.

Wofür eignet sich das?

- Kurshefte und Handouts
- Social-Media-Beiträge
- Präsentationen
- Poster und Flyer
- Unterrichtsmaterialien
- Einfache Infografiken

Tipps für bessere Ergebnisse

- Möglichst konkret formulieren
- Stil und Format direkt mit angeben
- Zielgruppe mitdenken
- Texte und Zahlen immer prüfen
- Lieber kurz nachbessern als neu starten

Beispiel für einen guten Prompt

„Erstelle eine freundliche A4-Infografik für ein VHS-Programmheft. Nutze klare Icons, kurze verständliche Texte und die Farben Blau, Gelb, Rot und Hellblau. Thema: Bilder mit ChatGPT erstellen.“

Auch diese Infografik wurde mit KI gestaltet.

(Idee: Axel Berger, Umsetzung & Grafik: ChatGPT 2026)

COMPUTER & NEUE MEDIEN

Die Arbeit mit dem Computer ist aus dem beruflichen und privaten Leben kaum mehr wegzudenken. Auch die Kommunikation über Smartphones, Tablets oder Social Media-Produkte ist für viele täglicher Bestandteil des Alltags geworden. Wer im rasanten Tempo der Digitalisierung nicht mehr mitkommt, kann schnell den Anschluss verlieren, was sowohl beruflich als auch privat zu Nachteilen führen kann. In den Volkshochschul-Angeboten erlernen Sie in Computer-Grund- und Aufbaukursen die anwendungsorientierte Arbeit mit Programmen. Sie können Ihr technisches Grundwissen vertiefen und erhalten neue Einblicke in die sich anpassenden Kommunikationsweisen. Besonders relevant für den alltäglichen Gebrauch sind dabei Kenntnisse über Sicherheitstechniken wie Firewalls, Virenschutz und der Schutz Ihrer privaten Daten.



AKTUELLES 69
 IT-SICHERHEIT 69
 KÜNSTLICHE INTELLIGENZ ... 70

GRUNDLAGEN 71
 MICROSOFT OFFICE 72
 BILDUNGSURLAUB..... 74

DIGITAL VOR ORT EHRENAMTLICHE LERNEN KI

Ihr Verein hat zu wenig Zeit, zu viele Aufgaben – und digital läuft vieles noch nebenbei? Dann wird es Zeit, das zu ändern!

Katharina Wittek, Projektkoordination Digital vor Ort



„Digital vor Ort - Ehrenamtliche lernen KI“ unterstützt ehrenamtlich Tätige, Künstliche Intelligenz (KI) zur Vereinfachung von Verwaltung, Öffentlichkeitsarbeit und Alltagsprozessen zu nutzen. Durch Workshops und flexible Lernangebote wird der Umgang mit digitalen Tools erleichtert und das Ehrenamt zukunftsfähig gemacht.

Künstliche Intelligenz kann Sie genau dort entlasten, wo im Ehrenamt oft die Ressourcen fehlen: beim Schreiben von Texten, bei der Organisation oder in der Öffentlichkeitsarbeit. Schnell, unkompliziert und ohne technisches Vorwissen.

In unseren Workshops zeigen wir Ihnen, wie Sie KI ganz praktisch nutzen – nicht theoretisch, sondern direkt anwendbar für Ihren Vereinsalltag. Sie arbeiten mit echten Beispielen und nehmen Lösungen mit, die sofort funktionieren.

So sparen Sie Zeit, erreichen mehr Menschen und bringen Ihren Verein digital voran.

Für zwischendurch gibt es unsere Lern-Nuggets: kurze, verständliche Online-Videos, mit denen Sie Wissen auffrischen oder gezielt vertiefen können – genau dann, wenn Sie es brauchen. Und wenn Sie noch weitergehen möchten: Unser Programm bietet viele zusätzliche Kurse rund um digitale Themen, die Sie im Ehrenamt wirklich weiterbringen.

Probieren Sie es aus – es ist einfacher, als Sie denken.

Ansprechpartnerin: Katharina Wittek
 ✉ dvo@kvhs-wesermarsch.de
 ☎ 04401 7076 124



Weitere Informationen zu den Kursen und zum Projekt erhalten Sie hier:



Das Projekt wird gefördert aus Mitteln der Kreisentwicklung des Landkreises Wesermarsch



AKTUELLES

ERSTE SCHRITTE 3D-DRUCK

In diesem Kurs lernen Sie von Grund auf die Benutzung eines 3D-Druckers kennen. Sie bekommen einen Leitfaden an die Hand, wie Sie 3D-Modelle erstellen oder fertige 3D-Modelle im Internet finden, die sie für den 3D-Druck vorbereiten und erfolgreich ausdrucken. Wir nutzen das Programm „Tinkercad“. Am Ende dieses Kurses können Sie Ihre eigenen 3D gedruckten Teile vorzeigen. Sie können beispielsweise Weihnachtsdeko oder Gartenstecker entwerfen.

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
 📅 **1 Termin | Do. 12.11.2026**
 ⌚ 18:00 bis 20:15 Uhr 💬 Preis je TN 19,50 €
 ⓘ 26H5401NH | Jürgen Lange

IT SICHERHEIT

IT-SICHERHEITSPRECHSTUNDE

In der IT-Sicherheitsprechstunde erhalten Teilnehmende individuelle Unterstützung zu Fragen rund um Datenschutz, sichere Passwörter, Phishing, Geräteschutz und den sicheren Umgang mit Online-Diensten. Unser Experte gibt praxisnahe Tipps, analysiert konkrete Probleme und hilft, die eigene digitale Sicherheit gezielt zu verbessern.

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
 📅 **1 Termin | Do. 14.01.2027**
 ⌚ 17:00 bis 20:00 Uhr 💬 Preis je TN 40,00 €
 ⓘ 26H5402NH | Andreas Grammlich

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 📅 **1 Termin | Mi. 21.10.2026**
 ⌚ 17:00 bis 20:00 Uhr 💬 Preis je TN 40,00 €
 ⓘ 26H5405BR | Andreas Grammlich

NIS2 EINFACH ERKLÄRT - WAS BETROFFENE UNTERNEHMEN WISSEN MÜSSEN Überblick über Pflichten Beispiele aus der Praxis, Checklisten

Seit 2024/25 gilt die neue EU-Cybersicherheitsrichtlinie NIS2: betroffen sind Unternehmen ab 50 Mitarbeitenden, 10 Mio. € Umsatz oder aus kritischen Sektoren wie Energie, Gesundheit oder Verwaltung. Im Kurs lernen Sie Betroffenheitsprüfung, Gap-Analyse, Maßnahmenplanung, Awareness-Trainings und Audit-Vorbereitung - für mehr Sicherheit, Resilienz und Rechtskonformität. Geschult wird Betroffenheitsprüfung & Gap-Analyse Maßnahmenplan & Umsetzung sowie Awareness-Trainings & Audit-Vorbereitung.

Bitte beachten: Melden Sie sich bei Interesse, Die Terminvereinbarung findet gesondert statt.

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 📅 **1 Termin**
 ⌚ 17:00 bis 18:30 Uhr
 ⓘ 26H5406BR | Andreas Grammlich

IT SICHERHEIT FÜR KLEINE UND MITTELSTÄNDIGE UNTERNEHMEN Webseminar

Schützen Sie Ihr Unternehmen vor digitalen Gefahren! In diesem praxisnahen Kurs erfahren kleine und mittelständische Betriebe, wie sie sich vor Phishing, Ransomware und Datenverlust schützen können. Lernen Sie, Netzwerke abzusichern, sichere Passwörter zu erstellen und Ihre Daten effektiv zu sichern. Praxisübungen und konkrete Tipps helfen Ihnen, Cyberrisiken im Alltag zu minimieren. Zielgruppe: Inhaber*innen und Geschäftsführer*innen kleiner und mittelständischer Betriebe. IT-Beauftragte und Mitarbeitende aus Handwerk, Handel und Dienstleistung.

Auch als Inhouse-Seminar buchbar, sprechen Sie uns an!

📅 Webseminar
 📅 **1 Termin | Di. 17.11.2026**
 ⌚ 10:00 bis 16:00 Uhr 💬 Preis je TN 140,00 €
 ⓘ 26H5442WEB | Andreas Grammlich



INFORMATION FÜR DIE DVO-KURSE

Bitte beachten: Diese Angebote richten sich vorrangig an Vereine, Verbände oder Menschen, die sich in gemeinnützigen Institutionen engagieren. **Für Ehrenamtliche sind diese Kurse entgeltfrei.** Falls Sie nicht teilnehmen können, bitten wir Sie, sich bis spätestens vier Tage vor Kursbeginn abzumelden. Andernfalls fällt eine Ausfallgebühr von 15,00 € an. Vielen Dank für Ihr Verständnis! Nicht-Ehrenamtliche bzw. Personen, die ihre Funktion hauptamtlich ausüben, zahlen für eine Teilnahme das genannte Kursentgelt.

DVO: PHISHING UND CO - WORAUF MAN ACHTEN MUSS

Betrügerische Mails, gefälschte Websites und Datendiebstahl sind alltägliche Gefahren im Netz. In diesem praxisnahen Kurs lernen Sie, typische Betrugsmaschen zu erkennen und sich wirksam zu schützen - mit sicheren Passwörtern, Zwei-Faktor-Authentifizierung und einfachen Strategien für mehr digitale Sicherheit.

Bitte beachten: Bringen Sie nach Möglichkeit Ihre mobilen Geräte wie Handy/Tablet oder Laptop mit.

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 📅 **1 Termin | Di. 27.10.2026**
 ⌚ 18:00 bis 20:15 Uhr 🗨️ Preis je TN 49,50 €
 ⓘ D26H5460BR | Andreas Grammlich

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
 📅 **1 Termin | Di. 10.11.2026**
 ⌚ 18:00 bis 20:15 Uhr 🗨️ Preis je TN 49,50 €
 ⓘ D26H5461NH | Andreas Grammlich



MEDIAWESERCHECK KLARER DURCHBLICK IM INFORMATIONSDSCHUNGEL

In einer Zeit, in der Informationen in rasanter Geschwindigkeit auf uns einströmen, ist politische Medienkompetenz unverzichtbar. Fake News, Desinformation und Verschwörungserzählungen prägen zunehmend den öffentlichen Diskurs – und mit dem Einsatz von Künstlicher Intelligenz wird die Unterscheidung zwischen wahr und manipuliert noch schwieriger. Das Projekt 'MediaWeserCheck' greift diese Entwicklungen auf und fördert einen kritischen, reflektierten Umgang mit digitalen Medien. Themen wie Verschwörungstheorien, Darknet, Jugendkultur oder der ethische Umgang mit KI werden praxisnah aufgegriffen und in unterschiedlichen Formaten bearbeitet – mit dem Ziel, Medienbewusstsein, Teilhabe und demokratische Resilienz zu stärken.

Das gesamte Kursangebot, Anmelde-möglichkeiten und weitere Informationen finden Sie unter: www.kvhs-wesermarsch.de/mediawesercheck



MEDIA WESER CHECK: ERSTE HILFE BEI CYBERANGRIFFEN

Cyberangriffe betreffen längst nicht mehr nur große Unternehmen - auch im privaten Alltag geraten immer mehr Menschen ins Visier. Dieser kompakte Workshop zeigt, wie digitale Angriffe erkannt, richtig eingeschätzt und wirksam abgewehrt werden können.

Anschaulich und praxisnah werden typische Betrugs-maschen wie Phishing, Social Engineering oder Ransomware erklärt. Die Teilnehmenden lernen, Warnsignale frühzeitig zu erkennen und mit einfachen, alltagstauglichen Maßnahmen - etwa sicheren Passwörtern oder Zwei-Faktor-Authentifizierung - ihre Geräte und Daten besser zu schützen. Ziel ist es, die eigene Wachsamkeit zu stärken und mehr Sicherheit im digitalen Alltag zu gewinnen.

Bitte beachten: Eine Teilnahme ist erst ab 18 Jahren möglich. Bitte Schreibmaterialien mitbringen.

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 📅 **1 Termin | Do. 12.11.2026**

🕒 17:00 bis 20:00 Uhr 🗨️ Entgeltfrei
 ⓘ W26H5401BR | Andreas Grammlich



VHS WISSEN: KÜNSTLICHE INTELLIGENZ UND BILDUNG - LERNEN MIT UND LERNEN TROTZ KI Webseminar

Künstliche Intelligenz wird zunehmend Teil von Alltag, Arbeitswelt und Schule. KI kann uns bei komplexen Aufgaben unterstützen, von Routinetätigkeiten entlasten und Lernprozesse gezielt begleiten. Gleichzeitig birgt eine Überdelegation kognitiver Aufgaben an KI das Risiko, dass wesentliche Kompetenzen verloren gehen oder gar nicht erst erworben werden. Der Vortrag zeigt auf, wie KI-Systeme und deren Nutzung gestaltet werden können, um Kompetenzverlust entgegenzuwirken. Ute Schmid ist Mitglied im Direktorium und im Geschäftsleitenden Ausschuss des bidt. Sie ist Professorin für Kognitive Systeme an der Universität Bamberg und lehrt und forscht seit vielen Jahren im Bereich Künstliche Intelligenz mit Fokus auf menschenähnliches maschinelles Lernen und Methoden für interaktives und erklärendes Lernen. Ute Schmid ist Mitglied im Bayerischen KI-Rat und EurAI Fellow. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Bayerischen Forschungsinstitut für Digitale Transformation (bidt) statt.

Bitte beachten: Dieses Seminar ist ein Online-Seminar.

📍 Webseminar
 📅 **1 Termin | Mi. 28.10.2026**
 ⌚ 19:30 bis 21:00 Uhr 🗨️ Entgeltfrei
 ⓘ 26H5410WEB | VHS SüdOst

KI - FAKE ODER ECHT: DEEPPFAKES, KI-AVATARE & FAKE NEWS ERKENNEN Webseminar

KI-generierte Bilder, Personen, Videos und Stimmen sind heute so überzeugend, dass selbst geübte Augen und Ohren sie kaum erkennen. In diesem Live-Webinar lernen Sie, wie Deepfakes, KI-Avatare und KI-generierte Fake News entstehen, wie sie gezielt eingesetzt werden zur politischen Manipulation, zur Verbreitung von Hass gegen Frauen oder zum Mobbing von Jugendlichen und woran sie zu erkennen sind. Anhand realer Beispiele aus sozialen Medien wie TikTok, Instagram und X zeigen wir, wie sich KI-Desinformation heute verbreitet und welche gesellschaftlichen Folgen das hat. Sie lernen praktische Werkzeuge kennen, mit denen Sie verdächtige KI-Inhalte selbst überprüfen können: von der Rückwärts-Bildersuche über kostenlose Deepfake-Detektoren bis zu den wichtigsten deutschsprachigen Faktencheck-Plattformen wie z. B. Mimikama. In einer interaktiven Übung testen Sie Ihr neues Wissen direkt an echten Beispielen und nehmen eine persönliche Checkliste mit, die Sie sofort im Alltag nutzen können. Dieses Live-Webinar richtet sich an alle, die im Netz sicher navigieren und Fakes von Fakten unterscheiden möchten. Der Link zur Veranstaltung wird Ihnen kurz vor der Veranstaltung zugesendet.

Bitte beachten: Dieses Seminar ist ein Online-Seminar.

📍 Webseminar
 📅 **1 Termin | Mi. 11.11.2026**
 ⌚ 18:00 bis 19:30 Uhr 🗨️ Preis je TN 12,00 €
 ⓘ 26H5420WEB



DVO: VEREINSARBEIT SMARTER MACHEN: KI- GRUNDLAGEN MIT CHATGPT & CO

KI-Tools wie ChatGPT, Gemini oder Claude verändern gerade die Art, wie wir Informationen verarbeiten und Texte erstellen. Durch dialogbasierte Systeme entsteht eine neue, intuitive Form der Kommunikation zwischen Mensch und Maschine.

In diesem Einsteiger*innen-Kurs lernen Sie die Grundlagen kennen, erhalten Tipps und Tricks für präzise Fragen und Aufgabenstellungen und werfen zudem einen Blick auf KI-Bildertools. Anhand praktischer Übungen erfahren Sie, wie Sie ChatGPT & Co. direkt nutzen können - zum Beispiel für Presstexte oder andere Aufgaben in Ihrem Verein.

Bitte beachten: Dieses Angebot richtet sich vorrangig an Vereine, Verbände oder Menschen, die sich in gemeinnützigen Institutionen engagieren. Bringen Sie nach Möglichkeit mobile Geräte mit, auf denen die ChatGPT-App bereits vorinstalliert ist, sowie bereits vorhandene Zugangsdaten, und einen USB-Stick für die Unterlagen.

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 📅 **1 Termin | Mi. 04.11.2026**
 ⌚ 17:00 bis 20:00 Uhr 🗨️ Preis je TN 30,00 €
 ⓘ D26H5400BR | Rolf Friebe



DVO: KI ALS TEXTHELFER: SO GELINGT VEREINSKOMMUNIKATION

Ob Einladungen, Newsletter oder Pressemitteilungen - gute Texte sind für Vereine unverzichtbar, kosten aber oft viel Zeit. Künstliche Intelligenz kann hier zum praktischen Helfer werden. In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie KI-Tools wie ChatGPT gezielt einsetzen, um Texte schneller, prägnanter und professioneller zu erstellen. Sie probieren verschiedene Anwendungen direkt aus, erhalten Tipps für wirkungsvolle Formulierungen und entdecken, wie KI Ihre Vereinskommunikation spürbar erleichtert.

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 📅 **1 Termin | Mi. 25.11.2026**
 ⌚ 17:00 bis 20:00 Uhr 🗨️ Preis je TN 30,00 €
 ⓘ D26H5410BR | Rolf Friebe



KÜNSTLICHE INTELLIGENZ IM (BERUFS-)ALLTAG NUTZEN

Künstliche Intelligenz ist längst kein Zukunftsthema mehr - sie kann ganz konkret im Alltag unterstützen. In diesem praxisorientierten Kurs erfahren Frauen, wie sie KI-Tools gezielt für ihre berufliche Weiterentwicklung einsetzen können:

- Unterstützung bei Bewerbungsanschreiben und Lebensläufen
- Effizientes Arbeiten im Büroalltag (Schreiben von Emails, Vorbereitung von Präsentationen...)
- Nutzung von KI im Selbstmarketing, etwa für Profiltex-te in beruflichen Netzwerken

Ein sicherer und verständlicher Einstieg in die Welt der KI.

Bitte beachten: Unsere „Angebote für Frauen“ sind entgeltfrei. Falls Sie nicht teilnehmen können, bitten wir Sie, sich bis spätestens vier Tage vor Kursbeginn abzumelden. Andernfalls fällt eine Ausfallgebühr von 15,00 € an. Vielen Dank für Ihr Verständnis!

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 📅 **1 Termin | Mo. 28.09.2026**
 ⌚ 10:00 bis 12:15 Uhr 🗨️ Entgeltfrei
 ⓘ FW26H161BR | Julia Hoffmann



Niedersächsische
Landeszentrale für
politische Bildung

MEDIAWESERCHECK: KÜNSTLICHE INTELLIGENZ - WORKSHOP: ZUKUNFTSWERKSTATT – EINSTIEG

Der Workshop bietet den Teilnehmenden die Möglichkeit, fundiertes Wissen und praktische Fähigkeiten im Umgang mit einer Vielzahl von KI-Tools zu erlangen, die sie effektiv in ihren täglichen Aufgaben einsetzen können. Dabei geht es nicht nur darum, theoretische Grundlagen zu vermitteln, sondern auch darum, durch praktische Übungen konkrete Erfahrungen zu sammeln. Die Teilnehmer*innen lernen, wie sie mithilfe von KI-Technologien ihre Rechtschreibung verbessern können, ansprechende Beiträge für verschiedene Social Media-Plattformen verfassen und visuell beeindruckende Bilder generieren können.

Im Rahmen des Workshops werden zahlreiche praktische Übungen durchgeführt, die es den Teilnehmenden ermöglichen, direkt mit den KI-Tools zu arbeiten. Dadurch erhalten sie nicht nur ein besseres Verständnis für die Technologie, sondern sehen auch, wie diese Tools dazu beitragen können, tägliche Prozesse zu vereinfachen und zu optimieren. Darüber hinaus werden wertvolle Tipps und Tricks geteilt, die auf Erfahrung und Fachwissen basieren. Diese Einblicke helfen den Teilnehmenden dabei, das volle Potenzial der KI auszuschöpfen und ihre Anwendungsfelder im Alltag zu erweitern.

Ein weiterer Schwerpunkt des Workshops liegt auf der Vermittlung von nachvollziehbaren Beispielen, die den Teilnehmenden einen gekonnten Umgang mit den verschiedenen KI-Tools vermitteln sollen. Durch die Kombination aus theoretischem Wissen und praktischer Anwendung werden die Teilnehmer*innen befähigt.

higt, KI-Technologien bewusst und effektiv einzusetzen, um ihre Arbeitsabläufe zu verbessern und kreative Projekte umzusetzen.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Mo. 26.10.2026
 09:00 bis 13:00 Uhr Entgeltfrei
 W26H5402NH | Axel Berger



MEDIAWESERCHECK: KÜNSTLICHE INTELLIGENZ - WORKSHOP: ZUKUNFTSWERKSTATT Fortgeschrittene

Der Workshop richtet sich an Teilnehmende mit ersten Erfahrungen im Umgang mit KI-Tools und vertieft deren Anwendung in der Praxis. Im Fokus steht der gezielte, effiziente Einsatz verschiedener KI-Anwendungen zur Unterstützung alltäglicher Arbeitsprozesse und kreativer Aufgaben.

Anhand praxisnaher Übungen werden bestehende Kenntnisse erweitert und auf konkrete Anwendungsszenarien übertragen - etwa zur Optimierung von Texten, zur Erstellung zielgruppengerechter Social-Media-Inhalte oder zur Generierung visueller Materialien. Dabei steht nicht die Einführung, sondern die vertiefte Anwendung und Weiterentwicklung vorhandener Kompetenzen im Mittelpunkt. Ergänzt wird der Workshop durch wertvolle Tipps, erprobte Strategien und nachvollziehbare Beispiele aus der Praxis, die neue Perspektiven für den professionellen Einsatz von KI eröffnen. Ziel ist es, die Teilnehmenden zu befähigen, KI-Tools souverän, reflektiert und wirkungsvoll in ihren Arbeitsalltag zu integrieren.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Mo. 30.11.2026
 09:00 bis 13:00 Uhr Entgeltfrei
 W26H5403NH | Axel Berger

COMPUTERGRUNDLAGEN FÜR EINSTEIGER*INNEN

Sie suchen ein Rezept für einen leckeren Käsekuchen? Sie fragen sich, wie morgen das Wetter wird? Sie haben den letzten Tatort verpasst und möchten ihn trotzdem anschauen? Ihnen ist der Text eines Liedes entfallen? In diesem Computer-Kurs für Anfänger*innen lernen Sie, wie man sich im Internet zurechtfindet. Sie lernen das Arbeiten mit der Maus und das Schreiben am PC mit Hilfe des Textverarbeitungsprogramms. Es wird auch gezeigt wie man Dokumente im PC ablegen und wiederfinden kann. Auch das Thema Künstliche Intelligenz wird grundlegend geschult.

Bitte beachten: Dieser Kurs wird speziell für Senior*innen angeboten, ein Mindestalter gibt es allerdings nicht.

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
3 Termine
Mi. 04.11.2026 14:00 bis 16:15 Uhr
Mi. 18.11.2026 14:00 bis 16:15 Uhr
Mi. 02.12.2026 14:00 bis 16:15 Uhr
 Preis je TN 58,50 €
 26H5412BR | Jürgen Lange

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
3 Termine
Mi. 04.11.2026 18:00 bis 20:15 Uhr
Mi. 18.11.2026 18:00 bis 20:15 Uhr
Mi. 02.12.2026 18:00 bis 20:15 Uhr
 Preis je TN 58,50 €
 26H5434NH | Jürgen Lange



DVO: CANVA FÜR EINSTEIGER*INNEN Gestaltung leicht gemacht

Entdecken Sie, wie einfach professionelles Design sein kann! In diesem zweiteiligen Workshop lernen Sie die Grundlagen von Canva kennen- einer benutzerfreundlichen Plattform für Grafikdesign. Schritt für Schritt erstellen Sie eigene Flyer, Poster und Social-Media-Beiträge, ganz ohne Vorkenntnisse in der Bildbearbeitung.

Bitte beachten: Bringen Sie nach Möglichkeit mobile Geräte mit, auf denen die Canva-App bereits vorinstalliert ist, sowie bereits vorhandene Zugangsdaten, und einen USB-Stick für die Unterlagen.

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
2 Termine
Di. 20.10.2026 17:00 bis 20:00 Uhr
Do. 22.10.2026 17:00 bis 20:00 Uhr
 Preis je TN 84,00 €
 D26H5440BR | Julia Hoffmann

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
2 Termine
Di. 22.09.2026 17:00 bis 20:00 Uhr
Do. 24.09.2026 17:00 bis 20:00 Uhr
 Preis je TN 84,00 €
 D26H5445NH | Julia Hoffmann

WORD UND EXCEL 2019 Einstieg für den Beruf | Wochenendseminar

Möchten Sie sicherer mit Word und Excel im Berufsalltag umgehen? In diesem Kurs erwerben Sie die wichtigsten Grundlagen für den professionellen Einsatz beider Programme. Sie lernen praxisnah, Dokumente zu erstellen und Tabellen sinnvoll zu nutzen. Ideal für Einsteigerinnen und Einsteiger mit Grundkenntnissen. Starten Sie jetzt durch und erweitern Sie Ihre digitalen Kompetenzen gezielt für den Beruf!

Bitte beachten: Bitte Getränk und Mittagssnack mitbringen. Computergrundkenntnisse sind zwingend erforderlich.

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Sa. 23.01.2027
 09:00 bis 16:00 Uhr Preis je TN 56,40 €
 26H5437BR | Rolf Friebe

WORD UND EXCEL 2019 Fortgeschrittene | Wochenendseminar

Sie verfügen bereits über grundlegende Kenntnisse in Word und Excel und möchten diese gezielt erweitern? Dann sind Sie hier genau richtig! Im Berufsalltag werden häufig weiterführende Funktionen benötigt, um effizient und strukturiert zu arbeiten - genau hier setzt dieser Kurs an. In diesem Aufbaukurs vertiefen wir gemeinsam Ihre Kenntnisse und zeigen Ihnen praxisnah, wie Sie beide Programme noch wirkungsvoller einsetzen. Sie lernen, komplexere Dokumente zu erstellen und Daten strukturiert auszuwerten - verständlich, Schritt für Schritt und mit vielen Übungen.

Bitte beachten: Bitte Getränk und Mittagssnack mitbringen. Computergrundkenntnisse sind zwingend erforderlich.

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Sa. 06.02.2027
 09:00 bis 16:00 Uhr Preis je TN 56,40 €
 26H5438BR | Rolf Friebe

INSTA-WALK FOTOKURS: BESONDERE MOMENTE EINFANGEN UND TEILEN



Eine Kooperation mit dem Tourismus- Service Butjadingen
 Kommen Sie mit auf unsere geführte Foto-Entdeckungstour! Bei einem gemeinsamen Spaziergang entlang des Wattenmeers in Burhave verbessern Sie unter Anleitung Ihre fotografische Technik und setzen maritime Motive optimal in Szene. Wir beschäftigen uns mit Perspektive und Licht und bereiten die Fotos im Anschluss optimal für Social Media-Plattformen wie Instagram auf.

Burhave, Haus des Gastes | Strandallee 61
1 Termin | Do. 17.09.2026
 17:30 bis 20:30 Uhr Preis je TN 30,00 €
 26H5411BJ | Julie Rausch



DVO: CANVA FÜR FORTGESCHRITTENE Mehr Möglichkeiten mit Apps & KI

Sie haben bereits erste Erfahrungen mit Canva gesammelt und möchten Ihr Wissen vertiefen? In diesem Workshop lernen Sie,

wie Sie fortgeschrittene Funktionen, Canva-Apps und KI-gestützte Tools gezielt einsetzen, um professionelle Designs für Ihren Verein zu gestalten.

Ob Social Media-Beiträge, Flyer oder andere Vereinsinhalte - mit praxisnahen Tipps und Übungen erweitern Sie Ihre Fähigkeiten und stärken die Kommunikation Ihres Vereins.

Bitte beachten: Bringen Sie nach Möglichkeit mobile Geräte mit, auf denen die Canva-App bereits vorinstalliert ist, sowie bereits vorhandene Zugangsdaten, und einen USB-Stick für die Unterlagen.

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
2 Termine
Di. 03.11.2026 17:00 bis 20:00 Uhr
Do. 05.11.2026 17:00 bis 20:00 Uhr
 Preis je TN 84,00 €
 D26H5441BR | Julia Hoffmann

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
2 Termine
Di. 06.10.2026 17:00 bis 20:00 Uhr
Do. 08.10.2026 17:00 bis 20:00 Uhr
 Preis je TN 84,00 €
 D26H5446NH | Julia Hoffmann



DVO: VEREINSARBEIT GOES VIRAL - TIKTOK & CAPCUT FÜR EINSTEIGER*INNEN

TikTok ist längst mehr als eine Plattform für Tanzvideos- es ist eine der einflussreichsten Apps unserer Zeit, besonders wenn es um Reichweite, Sichtbarkeit und junge Zielgruppen geht. Auch für Vereine bietet TikTok großes Potenzial: Aktionen, Veranstaltungen oder Engagement lassen sich hier kreativ, authentisch und niedrigschwellig vermitteln.

In diesem Workshop lernen die Teilnehmenden die wichtigsten Funktionen und Formate von TikTok kennen- von Trends bis Hashtags- und erhalten eine praxisnahe Einführung in die kostenfreie App CapCut, mit der sich kurze Videos einfach schneiden, gestalten und direkt veröffentlichen lassen. Ziel ist es, Berührungspunkte abzubauen, kreative Ideen zu entwickeln und TikTok als modernes Kommunikationsmittel im Verein strategisch zu nutzen.

Bitte beachten: Bringen Sie nach Möglichkeit mobile Geräte mit, auf denen die TikTok- und CapCut-Apps bereits vorinstalliert sind, sowie bereits vorhandene Zugangsdaten.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Di. 29.09.2026
 18:00 bis 21:00 Uhr Preis je TN 34,00 €
 D26H5449NH | Julie Rausch



DVO: INSTAGRAM FÜR VEREINE - KREATIV SICHTBAR WERDEN

Ob neue Mitglieder gewinnen, die eigene Arbeit zeigen oder die Community ins Boot holen - mit Instagram können Vereine viel erreichen. In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie ein attraktives Profil gestalten, spannende Inhalte entwickeln und mit einer klaren Content-Strategie mehr Reichweite erzielen. Praktisch, verständlich und direkt umsetzbar - für eine starke Vereinspräsenz auf Instagram.

Bitte beachten: Bringen Sie nach Möglichkeit mobile Geräte mit, auf denen die Instagram-App bereits vorinstalliert ist, sowie bereits vorhandene Zugangsdaten, und einen USB-Stick für die Unterlagen.

- Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 1 Termin | Do. 22.10.2026**
- 18:00 bis 21:00 Uhr | Preis je TN 42,00 €
- D26H5450NH | Julie Rausch

BILDUNGSURLAUB

CHATGPT & CO. IN THEORIE UND PRAXIS FÜR DEN BERUF Bildungsurlaub

Die Teilnehmenden werden allgemein in das Thema KI eingeführt. Neben theoretischen Grundlagen werden auch praktische Anwendungen vermittelt. Die Teilnehmenden erhalten die Möglichkeit mithilfe von passenden Beispielen zu üben und auszuprobieren. Es werden Texte, Briefe, E-Mails, Exceltabellen, Ideen & Konzepte, Social Media, usw. behandelt; außerdem das Thema Bilderstellung mit KI. Dieser Kurs ist ideal für alle, die ihre digitalen Kompetenzen erweitern und verstehen möchten, wie KI-Technologien unsere Arbeitswelt und Gesellschaft beeinflussen können. Keine Vorkenntnisse erforderlich - nur Neugier und die Bereitschaft, in die Welt der Künstlichen Intelligenz einzutauchen! Für Ehrenamtliche entgeltfrei!

Bitte beachten: Voraussetzung zur Teilnahme sind Windows- und PC-Grundkenntnisse. Der Bildungsurlaub kann nur per Bankeinzug bezahlt werden. Das Kursentgelt wird 4 Wochen vor Beginn des Bildungsurlaubs abgebucht. Für Ehrenamtliche entgeltfrei!

- Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 3 Termine**
- Mo. 16.11.2026** | 09:00 bis 16:00 Uhr
- Di. 17.11.2026** | 09:00 bis 16:00 Uhr
- Mi. 18.11.2026** | 09:00 bis 16:00 Uhr
- Preis je TN 240,00 €
- 26H5400NH | Axel Berger



WOW - WEITERBILDUNGSOFFENSIVE WESERMARSCH

Diese Qualifizierung richtet sich an Beschäftigte, die im Rahmen ihrer beruflichen Tätigkeit, die Anforderungen und Entwicklungen des lebenslangen Lernens für Kolleg*innen und Unternehmen praxisnah aufzeigen und zu Weiterbildungsmöglichkeiten beraten wollen.

Weiterbildungsmentor*innen wirken nach der Qualifizierung in ihren Betrieben auf zwei Ebenen: Individuelle kollegiale Beratung: Sie motivieren Kolleg*innen, stärken deren Selbstvertrauen, helfen beim Abbau von Weiterbildungshemmnissen, beraten über Weiterbildungsmöglichkeiten und begleiten Lernprozesse. Dafür werden im Seminar u.a. Kenntnisse über die Weiterbildungslandschaft und gesetzliche Fördermöglichkeiten sowie über Kommunikations- und Moderationsmethoden vermittelt. Mitgestaltung betrieblicher Rahmenbedingungen: Sie unterstützen und beraten Unternehmen in Qualifizierungsfragen und gezielten Fortbildungsmöglichkeiten. Hauptberufliche WBM-Coaches der Verbundpartner KVHS Wesermarsch und Zeit und Service Beschäftigungsfördergesellschaft mbH stehen den ausgebildeten Mentor*innen in ihrer späteren Tätigkeit unterstützend zur Seite. **Mehr Infos gibt es unter www.kvhs-wesermarsch.de/wow.**

- BR Zeit & Service, U-Raum | Otto-Hahn-Straße 4
- 5 Termine | Mo. ab 09.11.2026**
- 08:30 bis 16:30 Uhr | Entgeltfrei
- WO26H673BR | Dozent*innenteam Zeit & Service



WEITERE INFOS
FINDEN SIE ONLINE

www.kvhs-wesermarsch.de/programm/computer-und-neue-medien

„Gute Weiterbildung entsteht dort, wo sie an den tatsächlichen Herausforderungen im Arbeitsalltag ansetzt. Deshalb entwickeln wir unsere Firmenangebote gemeinsam mit den Unternehmen vor Ort – praxisnah, flexibel und immer mit dem Ziel, Mitarbeiter*innen und Betriebe gleichermaßen zu stärken.“

Anke Renken, Abteilungsleitung



Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft Jade-Weser

FÜR WEN? UNTERSTÜTZUNG FÜR FRAUEN DURCH BERATUNG UND DURCH WORKSHOPS & EMPOWERMENT

Was sind die Ziele?

- » Potenziale von Frauen identifizieren und stärken sowie Karrieren fördern
- » Unternehmen bei der Gestaltung einer familienorientierten Unternehmenskultur unterstützen
- » Wandel in der Region aktiv mitgestalten

Wie schaffen wir das?

- » Beruflicher (Wieder-)Einstieg nach der Familien- oder Pflegephase
- » Berufliche Neuorientierung und nächste Karriereschritte
- » Analyse von Kompetenzen und Stärken
- » Strategien für Bewerbung und Gehaltsverhandlungen
- » Sicherung der finanziellen Unabhängigkeit und Schutz vor Altersarmut

Wo?

Beratungsorte: Brake, Nordenham, Jever, Varel sowie online

Unterstützung für Frauen – Beratung: Individuell, vertraulich und kostenlos: Unsere Beratung ist genau auf Ihre persönliche Situation zugeschnitten. Themen der Beratung:

- » Beruflicher (Wieder-)Einstieg nach der Familien- oder Pflegephase
- » Berufliche Neuorientierung und nächste Karriereschritte
- » Analyse von Kompetenzen und Stärken
- » Strategien für Bewerbung und Gehaltsverhandlungen
- » Sicherung der finanziellen Unabhängigkeit und Schutz vor Altersarmut

Unterstützung für Frauen durch Workshops & Empowerment Praxisnahe Qualifizierung: Unser Programm bietet interaktive Workshops wie zum Beispiel:

- » Berufliche (Neu-)Orientierung & Wiedereinstieg
- » Bewerbung & Selbstvermarktung
- » Finanzen & Altersvorsorge
- » Selbstwirksamkeit & Resilienz
- » Digitale Kompetenzen & Künstliche Intelligenz (KI)

Sprechen Sie uns an:

- 04401 7076 143
- frauen-und-wirtschaft@kvhs-wesermarsch.de
- [@frauen_wirtschaft_jade_weser](https://www.instagram.com/frauen_wirtschaft_jade_weser)

Gefördert durch:



Was sind die Ziele für Unternehmen?

- » Begegnung des demografischen Wandels
- » Steigerung der Arbeitgeberattraktivität und Mitarbeiterbindung
- » Erfahrungsaustausch und Vernetzung in der Region
- » Durch größere Vielfalt Innovationskraft, Kreativität und Produktivität steigern

Angebote für Verbund-Unternehmen

- » Unternehmensnetzwerk
- » Fachveranstaltungen und Workshops
- » Beratung zu flexiblen Arbeitszeitmodellen und Fördermöglichkeiten



Ein Zusammenschluss von aktuell rund 40 Unternehmen aus der Wesermarsch und Friesland teilen den Leitgedanken, dass familienorientierte Personalpolitik und Unternehmenskultur ein entscheidender Wettbewerbsvorteil zur Gewinnung von Fachkräften sind.

Das Siegel „Familienfreundliches Unternehmen“:

- » Sichtbares Zeichen für eine wertschätzende Unternehmenskultur
- » Wird als starke Marke in der Region etabliert
- » Auszeichnung erfolgt nach einem strukturierten Prozess (Dialog, Selbstverpflichtung, Workshop)

WIR SIND DIE SCHNITTSTELLE ZWISCHEN WIRTSCHAFT, BILDUNG UND GLEICHSTELLUNG IN DEN LANDKREISEN WESERMARSCH UND FRIESLAND



WIR SIND VERNETZT: ENGE ZUSAMMENARBEIT MIT ARBEITSAGENTUREN, GLEICHSTELLUNGSBEAUFTRAGTEN, WIRTSCHAFTSFÖRDERUNGEN UND SOZIALEN DIENSTEN

Arbeitsgelegenheit „Mit Herz & Hand – Gestalten, Gärtnern, Altes neu beleben“

FÜR WEN? FÜR MENSCHEN IM LEISTUNGSBEZUG NACH SGB II, DIE INTERESSE DARAN HABEN SICH IN PRAKTISCHEN, HANDWERKLICHEN, GÄRTNERISCHEN ODER GESTALTERISCHEN TÄTIGKEITEN AUSZUPROBIEREN

Was sind die Ziele?

- » Förderung von praktischen und handwerklichen Fähigkeiten im Garten- und Gestaltungsbereich
- » Stärkung von Teamarbeit, Eigeninitiative und Verantwortungsgefühl
- » Förderung von sozialer Interaktion zwischen Teilnehmenden und Menschen aus Einrichtungen oder Nachbarschaftsprojekten
- » Sensibilisierung für Natur, Nachhaltigkeit und Ressourcenschonung

Wie schaffen wir das?

- » Heranführung an strukturierte Arbeitsabläufe
- » Sichtbare Erfolge zur Stärkung des Selbstwertgefühls
- » Durchführung von Tätigkeiten im handwerklichen Bereich, z.B.:
 - Aufarbeitung und kreative Neugestaltung kleiner Möbelstücke
 - Bemalen und Dekorieren von Holz, Dosen, Gläsern und Kisten
 - Bau einfacher Pflanzgefäße, Kräuterkästen oder Dekoelemente
 - Herstellung von z.B. Vogelhäusern, Pflanzschildern, Windlichtern, Insektenhotels
- » Durchführung von Tätigkeiten im gärtnerischen Bereich, z.B.:
 - Anlage, Pflege oder saisonale Gestaltung kleiner Beete
 - Gestaltung kleiner Aufenthaltsbereiche oder Gemeinschaftsflächen
 - Aufbau und Aufstellung von im Werkstattbereich gefertigten Elementen

Wo?

Das Projekt findet im Kobi, Brake statt und es gibt Außeneinsätze in der Wesermarsch

Sonst noch gut zu wissen:

Über eine Teilnahme entscheidet das Jobcenter

UNSER ZIEL IST ES, MIT DIR GEMEINSAM AN LÖSUNGEN ZU ARBEITEN: FÜR DEINEN ALLTAG, DEINE ZUKUNFT, DEINEN NÄCHSTEN SCHRITT.



Ansprechpartner:

agh@kvhs-wesermarsch.de
04401 7076 166

Gefördert durch:



SPRACHEN - IN DER WELT ZUHAUSE

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und die sich verstärkenden Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens. Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachpolitische Ziel „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern.

Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sprachkompetenz ermöglicht es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen. Sprachkenntnisse gelten als Schlüssel der Integration. Sie sind notwendige Bedingung für die Eingliederung in Schule, Ausbildung, Beruf und Gesellschaft. Integration zu befördern, ist ein zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule. Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen die Volkshochschulen den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs Niveaustufen und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht.

Mit jeder Sprache mehr, die du erlernst, befreist Du einen bisdaher in dir gebundenen Geist,

Der jetzo thätig wird mit eigener Denkverbindung, Dir aufschließt unbekannt gewesne Weltempfindung,

Empfindung, wie ein Volk sich in der Welt empfinden; Nun diese Menschheitsform hast du in dir gefunden.

Ein alter Dichter, der nur dreier Sprachen Gaben Besessen, rühmte sich, der Seelen drei zu haben.

Und wirklich hätt' in sich nur alle Menschengeister Der Geist vereint, der recht wär' aller Sprachen Meister.

Rückert, Friedrich: Die Weisheit des Brahmanen. Bd. 2. Leipzig, 1837, S. 181. In: Deutsches Textarchiv <https://www.deutschestextarchiv.de/rueckert_brahmane02_1837/191>, abgerufen am 05.06.2025



EUROP. REFERENZRAHMEN... 79	KROATISCH 83
ARABISCH 80	TÜRKISCH 83
PLATTDEUTSCH..... 80	DEUTSCH ALS FREMD-/ZWEITSPRACHE 85
ENGLISCH 80	EINBÜRGERUNGSTEST 86
SPANISCH 81	INTEGRATIONSKURSE 86
FRANZÖSISCH..... 82	SPRACHEINSTUFUNG 87
ITALIENISCH..... 83	



wir suchen Sie!

DOZENT*IN FÜR SPRACHKURSE

- Sie sprechen eine Fremdsprache?
- Sie haben Lust interessierten Menschen beim Erlernen einer Fremdsprache zu unterstützen?
- Sie haben bereits Unterrichtserfahrungen gesammelt oder möchten erste Erfahrungen machen?

Für unser Kursprogramm suchen wir noch Dozent*innen für die Planung und Durchführung von Sprachkursen für verschiedene Niveaustufen (A1-C2) in einer oder mehreren Fremdsprachen.

Melden Sie sich gerne bei uns!
Ihr Ansprechpartnerin: Janine Claßen
programm@kvhs-wesermarsch.de

Kreisvolkshochschule Wesermarsch GmbH
Geschäftsstelle Nordenham: Geschäftsstelle Brake:
Marktplatz 5 Bgm.-Müller-Str. 35
26954 Nordenham 26919 Brake
Telefon: 04401 7076 100 Telefon: 04401 7076 100
E-Mail: info@kvhs-wesermarsch.de



Kreisvolkshochschule
Wesermarsch GmbH

DIE NIVEAUSTUFEN DES EUROPÄISCHEN REFERENZRAHMENS

Das Kurssystem unseres Fremdsprachenangebots richtet sich nach dem vom Europarat entwickelten gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen. Diese sechsstufige, europaweit gültige Skala beschreibt, welche Fertigkeiten Kursteilnehmende in der jeweiligen Stufe erwerben. Oberstes Lernziel in diesen Beschreibungen, wie auch in unseren Kursen, ist die Kommunikationsfähigkeit.

A1 Am Ende der Stufe A1 können Sie:

- Hören** einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen
- Sprechen** sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen
- Lesen** einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z.B. auf Schildern und Plakaten
- Schreiben** einfache Standardformulare, z.B. im Hotel ausfüllen

A2 Am Ende der Stufe A2 können Sie:

- Hören** einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche von kurzen Mitteilungen verstehen
- Sprechen** kurze einfache Gespräche in Situationen des Alltags führen
- Lesen** kurze einfache Texte, z.B. Anzeigen, Speisekarten, verstehen
- Schreiben** kurze Notizen und Mitteilungen abfassen

B1 Am Ende der Stufe B1 können Sie:

- Hören** das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird
- Sprechen** in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedergeben
- Lesen** Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen
- Schreiben** persönliche Briefe schreiben

B2 Am Ende der Stufe B2 können Sie:

- Hören** im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird
- Sprechen** sich relativ mühelos an einer Diskussion beteiligen und Ihre Ansichten vertreten
- Lesen** Artikel, Berichte über aktuelle Fragen der Gegenwart verstehen
- Schreiben** detaillierte Texte, z.B. Aufsätze oder Berichte schreiben

C1 Am Ende der Stufe C1 können Sie:

- Hören** Unterhaltungen und Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen
- Sprechen** sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken
- Lesen** komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen
- Schreiben** sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben

C2 Am Ende der Stufe C2 können Sie:

- Hören** ohne Schwierigkeiten die gesprochene Sprache verstehen
- Sprechen** sich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen sicher und angemessen beteiligen
- Lesen** jede Art geschriebenen Texts mühelos lesen
- Schreiben** anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und sich differenziert ausdrücken

FREMDSPRACHEN ÖFFNEN TÜREN – PERSÖNLICH, KULTURELL UND BERUFLICH

Trotz moderner KI-gestützter Übersetzungstools bleibt das Erlernen von Fremdsprachen ein lohnendes Unterfangen – und das aus vielen guten Gründen. Wer eine neue Sprache lernt, schult nicht nur seine Kommunikationsfähigkeit, sondern stärkt auch kognitive Kompetenzen: Konzentration, Gedächtnis und Problemlösungsvermögen profitieren davon – und das bis ins hohe Alter. Ob mit 20, 40 oder 70 Jahren: Es ist nie zu spät, um eine Sprache neu zu lernen oder verschüttete Kenntnisse wieder aufzufrischen.

Vielleicht planen Sie einen Sommerurlaub auf Mallorca oder an der kroatischen Adriaküste? In unseren Sprachkursen finden Sie das passende Angebot zur Vorbereitung – damit Sie im Urlaub nicht nur entspannen, sondern sich auch mit den Einheimischen austauschen und authentische Begegnungen erleben können. Denn wer sich in der Landessprache verständigt, gewinnt schneller Zugang zur Kultur und knüpft leichter neue Kontakte.

Unsere Sprachkurse bieten weit mehr als Vokabeltraining: Sie tauchen ein in die Kultur und Denkweise anderer Länder – und erweitern so Ihren persönlichen Horizont.

Auch beruflich eröffnen Sprachkenntnisse neue Perspektiven. Englisch gilt in der globalisierten Arbeitswelt als Schlüsselqualifikation und ist in vielen internationalen Unternehmen unerlässlich.

Aber auch andere Sprachen wie Spanisch und Französisch gewinnen zunehmend an Bedeutung – etwa im Handel oder in der Logistikbranche, gerade in Hafenstädten. Hier können Sprachkenntnisse einen echten Wettbewerbsvorteil darstellen. Für Unternehmen bietet die KVHS Wesermarsch daher auch individuelle Firmenschulungen im Bereich Fremdsprachen an.

*In diesem Semester bieten wir erstmals wieder einen Italienischkurs für Anfänger*innen an. Zudem freuen wir uns darüber, unser Kursangebot „Arabisch“ ausbauen zu können und an beiden Standorten präsent zu sein. Da uns auch Regionalsprachen am Herzen liegen, empfehlen wir Ihnen die Teilnahme an unseren Plattdeutsch-Kursen. Egal für welche Sprache Sie sich entscheiden: Jede Sprache ist ein Schlüssel zu neuen Kontakten, Erfahrungen und kulturellen Einblicken.*

ARABISCH

العربية

ARABISCH FÜR EINSTEIGER*INNEN
Niveau A1 | Kleingruppe

In diesem Kurs für deutschsprachige Neueinsteiger*innen lernen Sie Schritt für Schritt den grundlegenden Wortschatz und die Grammatik des Hocharabischen. Lesen, Verstehen und Anwenden der Sprache stehen im Fokus. Abwechslungsreiche Unterrichtsmaterialien und Aufgaben für zu Hause unterstützen den Lernerfolg.

Bitte beachten: Bitte machen Sie sich vor Kursbeginn mit dem arabischen Alphabet vertraut. Ein Ordner und ein Notizheft sollen mitgebracht werden.

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
📅 **20 Termine | Mo. ab 07.09.2026**
🕒 18:30 bis 20:00 Uhr | Preis je TN 240,00 €
📞 26H7801BR | Manar El Maoula

ARABISCH FÜR ANFÄNGER*INNEN
Niveau A1 | Kleingruppe

Sie wollten schon immer Arabisch lernen? In diesem Kurs lernen wir in einer kleinen, motivierten Gruppe einfache Sätze für den Alltag. Der Fokus liegt auf Sprechen und Verstehen in einer lockeren Atmosphäre.

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
📅 **12 Termine | Fr. ab 18.09.2026**
🕒 18:00 bis 19:30 Uhr | Preis je TN 144,00 €
📞 26H7804NH | Aysha Al Sholi

PLATTDEUTSCH

TRO DI WAT, SNACK PLATT!

Plattdeutsch lernen leicht gemacht. Mit viel Spaß lernen wir gemeinsam die plattdeutsche Sprache kennen. Die Teilnehmenden lesen leichte Texte und kommen durch lockere Übungen immer besser ins freie Sprechen. Für Anfänger*innen der richtige Start, die Welt der plattdeutschen Sprache zu entdecken. Auf Wunsch ist auch der gemeinsame Besuch einer Aufführung der Niederdeutschen Bühne Brake möglich! Plattdeutsch gehört zu unserer lokalen Identität und ist fest im regionalen Bewusstsein verankert. Dennoch können viele Menschen diese wunderbare Regionalsprache nicht mehr sprechen. Wenn auch Sie das bedauern, ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie!

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
📅 **10 Termine | Mo. ab 07.09.2026** 🕒 18:30 bis 20:00 Uhr
🗨️ Preis ab 10 TN: 60,00 € | ab 7-9 TN: 78,00 €
📞 26H4213BR | Manuela Schöler



SABEL NICH - SNACK PLATT!
in Kooperation mit dem
Tourismus Servicebüro Butjadingen

Viele Mythen und Legenden ranken sich um die Plattdeutsche Sprache. Man munkelt, es handele sich dabei um einen Dialekt. Es hält sich auch hartnäckig das Gerücht, der Norddeutsche sei maulfaul und dass man auf Plattdeutsch nur niedlich schimpfen kann. Dieser Crashkurs räumt auf mit den gängigen Klischees und soll allen Teilnehmenden einen ganz individuellen Zugang zu dieser herrlichen Sprache ermöglichen. An diesem kurzweiligen Vormittag lernen wir das Plattdeutsche jenseits von ollen Döntjes näher kennen und toben uns mit dieser bildreichen, kraftvollen Sprache des Nordens richtig aus.

📍 Burhave | Haus des Gastes, Strandallee 61
📅 **1 Termin | Di., 25.08.2026**
🕒 11:00 bis 13:15 Uhr | Preis ab 10 TN: 15,00 €
📞 26F7813BJ | Janine Claßen

ENGLISCH



ENGLISCH FÜR ANFÄNGER*INNEN
Niveau A1-A2 | Kleingruppe

Bitte beachten: Dieser Kurs läuft seit einigen Semestern. Quereinsteiger*innen sind herzlich Willkommen. Bitte nutzen Sie unser Kennlerticket.

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
📅 **15 Termine | Do. ab 17.09.2026**
🕒 18:30 bis 20:00 Uhr | Preis je TN 180,00 €
📞 26H7205BR | Charles Caldwell

ENGLISCH A1 CONVERSATION FESTIVE GREETINGS
Merry Christmas & More

In diesem Online Kurs lernen Sie einfache Weihnachtsgrüße und üben, kleine Gespräche über die Weihnachtszeit zu führen. Weitere Themen sind Winterbräuche in verschiedenen Ländern, Thanksgiving, saisonale Gerichte und Traditionen in England, Schottland und Irland.

Bitte beachten: Die Lehrmaterialien werden am ersten Kurstag besprochen.

🎧 Webseminar
📅 **5 Termine | Mo. ab 02.11.2026**
🕒 17:00 bis 18:30 Uhr | Preis je TN 75,00 €
📞 26H7201WEB | Saskia Weniger

ENGLISH ON THE WEEKEND -
TALKING ABOUT THE PAST A2
Wochenendseminar | Für Teilnehmende mit
mittleren Englisch-Kenntnissen.

Wir wiederholen grundlegende grammatikalische Strukturen und festigen sie durch kommunikative Übungen. In diesem Kurs üben wir die Vergangenheitsformen.

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
📅 **1 Termin | Sa. 10.10.2026**
🕒 13:00 bis 16:45 Uhr | Preis je TN 26,00 €
📞 26H7209NH | Malin Schmidt

ENGLISH ON THE WEEKEND - GOING SHOPPING A2
Wochenendseminar | Für Teilnehmende mit Grund-
und mittleren Englisch- Kenntnissen.

An diesem Samstag werden wir grundlegendes Vokabular für einen Einkauf einüben, egal ob es um Lebensmittel, Kleidung oder Reiseandenken geht.

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
📅 **1 Termin | Sa. 14.11.2026**
🕒 13:00 bis 16:45 Uhr | Preis je TN 26,00 €
📞 26H7204NH | Malin Schmidt

ENGLISCH LERNEN HÄLT FIT
Niveau A2/B1

Bitte beachten: Dieser Kurs läuft seit einigen Semestern. Quereinsteiger*innen sind herzlich Willkommen. Bitte nutzen Sie unser Kennlerticket.

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
📅 **14 Termine | Mo. ab 07.09.2026**
🕒 10:45 bis 12:15 Uhr
🗨️ Preis ab 10 TN: 84,00 € | ab 7-9 TN: 109,20 €
📞 26H7202BR | Cynthia Kossoff

BUSINESS ENGLISH
Niveau B1 | Kleingruppe

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
📅 **16 Termine | Di. ab 15.09.2026**
🕒 18:30 bis 20:00 Uhr | Preis je TN 156,00 €
📞 26H7206BR | Charles Caldwell

ENGLISH CONVERSATION
Niveau B1/B2

Bitte beachten: Dieser Kurs läuft seit einigen Semestern. Quereinsteiger*innen sind herzlich Willkommen. Bitte nutzen Sie unser Kennlerticket.

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
📅 **12 Termine | Mi. ab 09.09.2026**
🕒 10:00 bis 11:30 Uhr
🗨️ Preis ab 10 TN: 72,00 € | ab 7-9 TN: 93,60 €
📞 26H7200NH | Kathy Landwehr

ENGLISH CONVERSATION
Reading & Listening | Niveau B1/B2

Bitte beachten: Dieser Kurs läuft seit einigen Semestern. Quereinsteiger*innen sind herzlich Willkommen. Bitte nutzen Sie unser Kennlerticket.

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
📅 **17 Termine | Mi. ab 02.09.2026**
🕒 09:30 bis 11:00 Uhr
🗨️ Preis ab 10 TN: 130,90 € | ab 7-9 TN: 176,80 €
📞 26H7207NH | Graziella van Norden

ENGLISH IN THE MORNING
Niveau B2

Bitte beachten: Dieser Kurs läuft seit einigen Semestern. Quereinsteiger*innen sind herzlich Willkommen. Bitte nutzen Sie unser Kennlerticket.

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
📅 **14 Termine | Mo. ab 07.09.2026**
🕒 09:00 bis 10:30 Uhr
🗨️ Preis ab 10 TN: 84,00 € | ab 7-9 TN: 109,20 €
📞 26H7203BR | Cynthia Kossoff

SPANISCH



SPANISCH FÜR ANFÄNGER*INNEN
Niveau A1

📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
📅 **10 Termine | Mi. ab 16.09.2026**
🕒 18:00 bis 19:30 Uhr
🗨️ Preis ab 10 TN: 60,00 € | ab 7-9 TN: 78,00 €
📞 26H7604NH | Andrés Hernández

SPANISCH FÜR DEN URLAUB
Niveau A1 | Wochenendseminar

Sie planen einen Urlaub in Spanien oder einem spanischsprachigen Land? Im Wochenendseminar lernen Sie praktische Redewendungen und Grundlagen, damit einem entspannten Urlaub nichts im Wege steht. Zu den Inhalten gehören: Check-In im Hotel, Bestellung im Restaurant, wichtige Informationen für Notfallsituationen und die wichtigsten Do's und Don'ts.

Bitte beachten: Freitag 16:30-20:30 Uhr | Samstag 08:30 - 12:30 Uhr | bitte folgendes Lehrbuch mitbringen: ¡Vivan las vacaciones! von Hueber ISBN 978-3-19-317243-3

- 📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
- 📅 **2 Termine | Fr. 20.11.2026**
- 🕒 16:30 bis 20:30 Uhr
- 📅 **Sa. 21.11.2026** 🕒 08:30 bis 12:30 Uhr
- 💰 Preis je TN 39,00 €
- 👤 26H7602BR | Eva Mateo Marco

SPANISCH FÜR ANFÄNGER*INNEN A1.3
Niveau A1.3 | Kleingruppe

Bitte beachten: Dieser Kurs läuft seit einigen Semestern. Quereinsteiger*innen sind herzlich Willkommen. Bitte nutzen Sie unser Kennlernticket. Im Kurs wird mit dem Buch *Con gusto nuevo A1* gearbeitet. Aktuell steht die Gruppe bei Lektion 8.

- 📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
- 📅 **16 Termine | Mi. ab 09.09.2026**
- 🕒 17:30 bis 19:00 Uhr
- 💰 Preis je 10 TN: 192,00 €
- 👤 26H7600BR | Eva Mateo Marco

SPANISCH LEICHT GEMACHT
Niveau A2

Bitte beachten: Dieser Kurs läuft seit einigen Semestern. Quereinsteiger*innen sind herzlich Willkommen. Bitte nutzen Sie unser Kennlernticket.

- 📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 📅 **14 Termine | Di. ab 08.09.2026**
- 🕒 18:00 bis 19:30 Uhr
- 💰 Preis ab 10 TN: 84,00 € ab 7-9 TN: 109,20 €
- 👤 26H7603NH | Andrés Hernández

SPANISCH FÜR TEILNEHMER*INNEN MIT VORKENNTNISSEN
Niveau A2.3 | Kleingruppe

Bitte beachten: Dieser Kurs läuft seit einigen Semestern. Quereinsteiger*innen sind herzlich Willkommen. Bitte nutzen Sie unser Kennlernticket. Es wird mit dem Buch *Con gusto nuevo A2* gearbeitet. Die Gruppe steht aktuell bei Lektion 8.

- 📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
- 📅 **17 Termine | Di. ab 08.09.2026**
- 🕒 16:00 bis 17:30 Uhr
- 💰 Preis je TN 204,00 €
- 👤 26H7605BR | Eva Mateo Marco

FRANZÖSISCH



FRANZÖSISCH FÜR TEILNEHMER*INNEN MIT GERINGEN VORKENNTNISSEN
Niveau A2

Bitte beachten: Dieser Kurs läuft seit einigen Semestern. Quereinsteiger*innen sind herzlich Willkommen. Bitte nutzen Sie unser Kennlernticket.

- 📍 Rodenkirchen, Oberschule | Schulstraße 14- 16
- 📅 **12 Termine | Di. ab 08.09.2026**
- 🕒 19:00 bis 20:30 Uhr
- 💰 Preis ab 10 TN: 72,00 € | ab 7-9 TN: 93,60 €
- 👤 26H7301ST | Edith Zurhold-Duvieuxbourg



EDITH ZURHOLD-DUVIEUXBOURG, DOZENTIN FÜR FRANZÖSISCH AN DER KVHS

Seit wann lebst du in Deutschland und was hat dich „hierher verschlagen“?
Durch meine Heirat zog ich 1968 nach Deutschland.

Du gibst schon sehr lange Kurse an der KVHS, was gefällt dir daran?
Sprachkurse gebe ich seit 1975. Durch diese habe ich viele Leute kennengelernt, denen ich ein realistisches Frankreichbild vermitteln konnte.

Viele Menschen lernen ja heute auch Sprachen mit Apps auf Ihrem Smartphone, warum denkst du lohnt es sich einen Kurs zu besuchen und mit anderen gemeinsam zu lernen?
Durch persönliche Begegnungen in den Kursen bilden sich Gruppen, die sich freuen, zusammenzukommen. Das ist mir sehr wichtig!

FRANZÖSISCH FÜR (WIEDER-)EINSTEIGER*INNEN
Niveau A1 | Kleingruppe

Sie haben vor langer Zeit Französisch gelernt und möchten sich auf den neuesten Stand bringen? Oder Sie starten bei Null und möchten einen authentischen Einstieg in die französische Sprache erlangen? Französisch wird auf allen Kontinenten der Welt von etwa 235 Millionen Menschen täglich gesprochen und gilt neben Englisch als die Sprache der Diplomatie. In diesem Kurs können Sie die klangvolle Sprache unseres Nachbarlandes von Grund auf lernen.

- 📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 📅 **10 Termine | Di. ab 06.10.2026**
- 🕒 18:00 bis 19:30 Uhr
- 💰 Preis je TN 120,00 €
- 👤 26H7300NH | Jasmina Mlivic

ITALIENISCH



ITALIENISCH LERNEN MIT SPASS - FÜR ALLTAG UND BERUF!
A1 | Kleingruppe

Buongiorno!

Wenn Sie Italien und seine Kultur lieben, ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie! In diesem Italienischkurs lernen Sie, sich sicher zu verständigen - höflich fragen, Gespräche führen und kleine Unterhaltungen meistern. Dazu erhalten Sie spannende Einblicke in die italienische Kultur und Lebensart.

Bitte beachten: Im Kurs wird das Lehrbuch *Nuovo Espresso 1 Plus* verwendet. Nach Absprache können einzelne Kurstermine auch online stattfinden.

- 📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 📅 **16 Termine | Mo. ab 07.09.2026**
- 🕒 16:30 bis 18:00 Uhr
- 💰 Preis je TN 240,00 €
- 👤 26H7401NH | Rachele Cristaldi

KROATISCH



KROATISCH LERNEN
Crashkurs | Niveau A1 | Kleingruppe

Der Kurs richtet sich an alle, die noch keine Kroatischkenntnisse haben. Kroatisch ist mit der bosnischen, serbischen und montenegrinischen Sprache eng verwandt. Dies ist ein Kurs in kurzer, aber intensiver Form, in dem Sie lernen, einfache Gespräche zu führen. Sie möchten in den Urlaub fahren oder die Grundzüge dieser Sprache in Alltagssituationen für den privaten Gebrauch lernen? Dann melden Sie sich an!

- 📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 📅 **6 Termine | Do. ab 05.11.2026**
- 🕒 18:00 bis 19:30 Uhr
- 💰 Preis je TN 72,00 €
- 👤 26H7803NH | Jasmina Mlivic

TÜRKISCH



TÜRKISCH FÜR ANFÄNGER*INNEN
Niveau A1.2

Bitte beachten: Dieser Kurs läuft seit einigen Semestern. Quereinsteiger*innen sind herzlich Willkommen. Bitte nutzen Sie unser Kennlernticket.

- 📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
- 📅 **14 Termine | Do. ab 03.09.2026**
- 🕒 18:00 bis 19:30 Uhr
- 💰 Preis ab 10 TN: 84,00 € | ab 7-9 TN: 109,20 €
- 👤 26H7802BR | Mehtap Türkmenoglu

TÜRKISCH FÜR JUGENDLICHE
Ferienangebot | Junge VHS

- 📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
- 📅 **5 Termine | Mo. 12.10.2026 bis Fr. 16.10.2026**
- 🕒 jeweils 09:00 bis 13:00 Uhr
- 💰 Preis je TN 97,50 €
- 👤 26H7800NH | Mehtap Türkmenoglu

BERTRAM TRAULSEN ARBEITET SEIT 10 JAHREN BEI DER KVHS WESERMARSCH. IM INTERVIEW ERZÄHLT ER VON SICH UND SEINER ARBEIT.

KVHS: Herr Traulsen, möchten Sie sich kurz vorstellen und erzählen, wie Sie zur KVHS Wesermarsch gekommen sind?

Bertram Traulsen: Ich war die meiste Zeit meines Berufslebens im Bildungsbereich tätig und bin durch ein Upcycling-Projekt zur KVHS Wesermarsch gekommen.

KVHS: Vom Upcycling-Projekt in den Klassenraum. Was hat Sie motiviert Deutschlehrer in Integrationskursen zu werden?

Bertram Traulsen: Ich möchte gerne Menschen helfen, ihren Alltag selbstständig beschreiten zu können. Zuvor habe ich bereits in verschiedenen Projekten bei unterschiedlichen Bildungsträgern gearbeitet und dabei auch regelmäßig mit Migrantinnen und Migranten zusammengearbeitet.

Da ich Deutsch studiert habe, schien es mir eine gute Gelegenheit zu sein, um mich persönlich weiterzuentwickeln. Mit hat es schon immer Spaß gemacht, Menschen etwas beizubringen und sie in ihrem Lernprozess zu begleiten.

KVHS: Gibt es eine besondere Begegnung oder Unterrichtssituation, die Ihnen aus Ihrer Zeit an der KVHS besonders in Erinnerung geblieben ist?

Bertram Traulsen: Ich freue mich mit jedem Teilnehmer, der seine Ziele bei uns erreicht und seine beruflichen Träume verwirklichen kann.

KVHS: Welche Rolle spielt Sprache Ihrer Meinung nach für Integration, Bildung und gesellschaftliche Teilhabe?

Bertram Traulsen: Sprache spielt die zentrale Rolle für die Integration. Ohne Sprache kann keine Integration stattfinden. Sie hilft Menschen Kontakte zu knüpfen und am Alltag teilzunehmen. Nur wer Deutsch beherrscht, hat auch Chancen auf eine gute Arbeit.

KVHS: Was wünschen Sie sich für die Zukunft des Deutschunterrichts an der KVHS – sowohl für die Teilnehmenden als auch für Lehrkräfte?

Bertram Traulsen: Es ist ganz wichtig diese Kurse beizubehalten und weiterhin anzubieten. Ich bin besorgt über die aktuelle Entwicklung den Zugang zu diesen Kursen von Seiten der Politik zu beschränken. Ich hoffe sehr, dass die zentrale Funktion dieser Kurse für die Integration auch weiterhin in der Migrationspolitik bedacht wird.

KVHS: Herr Traulsen, vielen Dank für das Gespräch!
Bertram Traulsen: Ebenso vielen Dank



Deutsch lernen:
vhs-lernportal.de/Deutsch

kostenfrei – jederzeit – an jedem Ort



ein Projekt des Deutschen Volkshochschul-Verbands e. V.

GEFÖRDERT VOM



DEUTSCH ALS FREMD-/ZWEITSPRACHE

FACHBEREICHSTREFFEN DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE
Ein Angebot für Dozent*innen

Das Treffen bietet die Gelegenheit, neue und langjährige Dozent*innen des Fachbereichs aus dem Landkreis Wesermarsch kennenzulernen. Im ersten Teil geht es um aktuelle Entwicklungen im Fachbereich. Der zweite Teil dient dem gegenseitigen Informations- und Erfahrungsaustausch. Das Angebot richtet sich an alle DaZ/DaF-Dozent*innen der Wesermarsch.

Bitte beachten: Das Fachbereichstreffen findet online statt.

- 🎧 Webseminar
- 📅 1 Termin | Mo. 28.09.2026 17:00 bis 19:00 Uhr
- 💬 Entgeltfrei | 26F7100NH | Fabian Krahe



PRÜFUNGSTEILNAHME – DIE RICHTIGE VORBEREITUNG IST DER SCHLÜSSEL ZUM ERFOLG

Die KVHS Wesermarsch bietet Zertifikatsprüfungen in Deutsch auf unterschiedlichen Niveaustufen an: A2 und B1. Anders als in den vorigen Jahren bieten wir nicht mehr die Prüfungen telc A2 und telc B1 an, stattdessen die skalierende Prüfung A2-B1 von telc. Über diese Zertifikatsprüfung können Sie ein Sprachniveau von A2 als auch B1 nachweisen. Um erfolgreich eine der Zertifikatsprüfungen zu bestehen, sind nicht nur Grammatik und Wortschatz wichtig, sondern auch Kenntnisse des Prüfungsformats. Machen Sie sich rechtzeitig mit dem Format vertraut, damit Sie während der Prüfung keine Überraschungen erleben. Die telc GmbH stellt Ihnen auf ihrer Internetseite für jede Prüfung einen Modelltest inklusive Audiodateien zur Verfügung. Wir empfehlen Ihnen diesen Modelltest zur intensiven Vorbereitung.



ZERTIFIKATSPRÜFUNG TELC DEUTSCH A2-B1 SCHRIFTLICH UND MÜNDLICH

Diese Zertifikatsprüfung ist eine skalierte Prüfung. Eine skalierte Prüfung bewertet Sprachkenntnisse auf zwei Kompetenzstufen. Deswegen gibt es in allen vier Teilbereichen der Prüfung Aufgaben auf den GER-Niveaustufen A2 und B1. Teilnehmer erhalten ein Zertifikat entweder über das niedrigere (A2) oder das höhere GER-Niveau (B1). Teilnehmer erhalten mit dieser Prüfung kein Zertifikat über das GER-Niveau A1. Wenn Sie die Stufe B1 erreicht haben, können Sie sich auf einfache und zusammenhängende Weise im Alltag, auf Reisen und im eigenen Interessensgebiet verständigen. Sie können über Erlebnisse berichten, Ziele beschreiben und Ansichten begründen. Die wichtigsten grammatischen Strukturen können Sie im Allgemeinen korrekt anwenden.

Für die Einbürgerung in Deutschland ist das B1-Zertifikat ein anerkannter Nachweis über ausreichende Sprachkenntnisse.

Bitte beachten: Bitte Ausweis zur Anmeldung und zur Prüfung mitbringen! Anmeldeschluss: 28.08.2026. und 06.11.2026.



Informationen zur Zertifikatsprüfung telc Deutsch A2-B1

- 📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
- 📅 1 Termin | Sa. 26.09.2026
- 🕒 09:30 bis 17:00 Uhr | 💰 Preis je TN 170,00 €
- 📞 26F7101BR
- 📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
- 📅 1 Termin | Sa. 05.12.2026
- 🕒 09:30 bis 17:00 Uhr | 💰 Preis je TN 170,00 €
- 📞 26F7102BR



WEITERE INFOS FINDEN SIE AUF DER WEBSITE

www.kvhs-wesermarsch.de/programm/sprachen

EINBÜRGERUNGSTEST

Wenn Sie einen deutschen Pass haben möchten, müssen Sie unter anderem Sprachkenntnisse auf dem Niveau B1 des „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens“ und Kenntnisse der deutschen Rechts- und Gesellschaftsordnung und der Lebensverhältnisse in Deutschland nachweisen. Letzteren Nachweis bekommen Sie, wenn Sie den so genannten „Einbürgerungstest“ bestehen. Seit dem 1. September 2008 muss jede/r Einbürgerungswillige einen Einbürgerungstest erfolgreich bestehen. Aus einem Fragenkatalog von 310 Fragen (10 Fragen beziehen sich auf das jeweilige Bundesland) werden dem Teilnehmenden in der Prüfung 33 Fragen vorgelegt. Wenn man 17 Fragen richtig beantwortet, hat man den Test bestanden. Auf der Internetseite des BAMF (Bundesamt für Migration und Flüchtlinge) können Sie sich den Fragenkatalog herunterladen.

Die Anmeldung für den Einbürgerungstest ist nur persönlich möglich. Bitte bringen Sie einen gültigen Ausweis oder Pass sowie die Prüfungsgebühr in Höhe von 25,00 € in Bar mit.

Bitte beachten: Zum Test ist ein gültiger Ausweis mit Lichtbild mitzubringen! Anmeldeschluss: 30.09.2026 und 16.12.2026.

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 📅 **1 Termin | Mi. 28.10.2026**
 🕒 10:00 bis 11:00 Uhr | 💬 Preis je TN 25,00 €
 📞 26F7111BR

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 📅 **1 Termin | Mi. 13.01.2027**
 🕒 10:00 bis 11:00 Uhr | 💬 Preis je TN 25,00 €
 📞 26F7112BR

EINBÜRGERUNGSTESTS IN DER WESERMARSCH, OLDENBURG, DELMENHORST, WILDESHAUSEN UND GANDERKESEE

Bitte den jeweiligen Anmeldeschluss erfragen!

📍 KVHS Wesermarsch | Bgm.-Müller-Straße 35 | 26919 Brake
 📞 Telefon: 04401 7076 100
 📅 **Einbürgerungstest am: 28.10.2026 und 13.01.2027**
 🕒 10:00 Uhr

📍 VHS Oldenburg | Karlstraße 25 | 26123 Oldenburg
 📞 Telefon: 0441 92391 39
 📅 **Einbürgerungstest am: 11.08.2026, 12.10.2026, 10.11.2026 und 15.12.2026** 🕒 14:00 Uhr
 📅 **25.09.2026** 🕒 13.30 Uhr

📍 VHS Delmenhorst
 Am Turbinenhaus 11 (Nordwolle) | 27749 Delmenhorst
 📞 Telefon: 04221 98180 0
 📅 **Einbürgerungstest am: 11.09.2026 und 11.12.2026**
 🕒 14:00 Uhr

📍 VHS Wildeshausen | Wittekindstraße 9 | 27793 Wildeshausen
 📞 Telefon: 04431 71622
 📅 **Einbürgerungstest am: 25.08.2026 und 24.11.2026**
 🕒 15:00 Uhr

📍 regioVHS Ganderkesee-Hude
 Im alten Rathaus | Rathausstraße 24 | 27777 Ganderkesee
 📞 Telefon: 04222 44 444
 📅 **Einbürgerungstest am: 09.09.2026 und 25.11.2026**
 🕒 13:00 Uhr

INTEGRATIONSKURSE



INTEGRATIONSKURSE NACH INTEGRATIONSKURSVERORDNUNG

Seit 2005 gibt es Integrationskurse. Sie haben als Ziel Ausländern Grundlegendes zu Sprache, Rechtsordnung, Kultur und Geschichte Deutschlands zu vermitteln. Jeder Integrationskurs besteht aus einem Sprach- und einem Orientierungskurs. Es gibt unterschiedliche Kursformate, damit Teilnehmende bedarfsgerecht Deutsch lernen können: Allgemeine Integrationskurse haben insgesamt 700 Unterrichtseinheiten (UE) und bereiten auf das Leben in Deutschland vor. Sie sind in sechs Kursabschnitte à 100 UE zum Spracherwerb und dem Orientierungskurs mit weiteren 100 UE aufgeteilt.

Für Teilnehmende, die lernungeübt sind und weder lesen noch schreiben können, umfassen die sogenannten Alphabetisierungskurse 1300 UE (inkl. 100 UE Orientierungskurs). Abweichend vom Allgemeinen Integrationskurs ist das Zielsprachniveau des Kurses A2. Stärkere Teilnehmende haben die Möglichkeit, das Zielniveau B1 zu erreichen. Für Teilnehmende, die bereits lateinisch alphabetisiert, jedoch schriftungewohnt sind, steht das Kursformat für gering Literalisierte zur Verfügung, welches ebenfalls insgesamt 1300 UE umfasst, jedoch als Ziel den Spracherwerb auf dem Niveau B1 vorsieht. Mit dem Zweitschriftlernerkurs steht ein Kursformat für Teilnehmende zur Verfügung, die bereits in Ihrer Muttersprache ausreichend literalisiert sind, jedoch noch nicht das lateinische Alphabet beherrschen. Die Teilnehmenden sollen nach 900 UE das Sprachniveau B1 erreichen. Zusätzlich gibt es ein Kursformat für Schnelllerner. Die sogenannten Intensivkurse umfassen 400 UE Sprachkurs und 100 UE Orientierungskurs.

Vor der Teilnahme an einem Integrationskurs muss ein Einstufungstest abgelegt werden. Das Testergebnis legt fest, in welchem Kursabschnitt die Teilnehmenden beginnen. Während des Orientierungskurses legen sie die Zertifikatsprüfung „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (DTZ) ab. Im Anschluss an den Orientierungskurs schreiben die Teilnehmenden den Test „Leben in Deutschland“, der inhaltlich dem Einbürgerungstest entspricht.

BERATUNG UND ANMELDUNG ZU DEUTSCHKURSEN

Sie benötigen Beratung zur Teilnahme an einem Deutschkurs? Sie haben noch keine Berechtigung zum Integrationskurs und benötigen Hilfe bei der Antragsstellung? Sie möchten an einer Prüfung teilnehmen, wissen aber nicht an welcher? Wir beraten Sie gerne!

📅 **Dienstags** 🕒 09:00 bis 10:30 Uhr
 📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35

📅 **Donnerstags** 🕒 09:00 bis 10:30 Uhr
 📍 Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5

Eine einfache Anmeldung zu Integrationskursen, Spracheinstufungen oder Prüfungen ohne Beratungsbedarf ist zu unseren Öffnungszeiten jederzeit möglich.

Gerne beraten wir Sie auch telefonisch unter der Telefonnummer 04401 7076 128 oder per E-Mail an daf@kvhs-wesermarsch.de. In den Schulferien findet keine Deutschberatung statt. Neue Teilnehmende sind in allen unseren Sprachkursen immer herzlich willkommen.

SPRACHEINSTUFUNG

Zur Teilnahme an einem Integrationskurs nach IntV ist eine Spracheinstufung verpflichtend. Wenn Sie einen Integrationskurs belegen möchten, melden Sie sich bitte vorher bei der KVHS an und gehen Sie nicht ohne Anmeldung zum Kurs.

Für die Anmeldung zum Integrationskurs bzw. der Spracheinstufung bringen Sie bitte mit: - Ihren Ausweis - Zulassung zum Integrationskurs (die Verpflichtungen werden von Ausländerbehörden, Trägern der Grundsicherung für Arbeitssuchende (Jobcenter) und Trägern der Leistungen nach Asylbewerberleistungsgesetz gestellt, Berechtigungen durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge)

Die Teilnahme an der Spracheinstufung ist nur entgeltfrei, wenn eine gültige Zulassung vorliegt, ansonsten kostet die Einstufung 45,00 €.

„Hallo, ich bin Xiaoxing Zhang. Ich lebe seit fast 20 Jahren in Deutschland und arbeite seit 2024 als pädagogische Mitarbeiterin an der KVHS Wesermarsch. Durch meine eigene Migrationserfahrung kann ich die Schwierigkeiten des Zweitspracherwerbs und der gesellschaftlichen Integration aus erster Hand verstehen. Dabei bin ich überzeugt, dass Deutschlernen nicht auf den Integrationskurs beschränkt sein sollte. Um echte gesellschaftliche Teilhabe zu ermöglichen, muss der Spracherwerb bewusst in den Alltag eingebettet und dort kontinuierlich weitergeführt werden“
 Xiaoxing Zhang, Mitarbeiterin für koordinierende Aufgaben

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 📅 **dienstags in Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35**
donnerstags in Nordenham
Bildungshaus | Marktplatz 5
Terminabsprache bei Anmeldung,
keine Termine in den Ferien

BERUFSBEZOGENE DEUTSCHSPRACHKURSE NACH DEUTSCHFÖRDERVERORDNUNG

Die Berufssprachkurse (BSK) bauen auf den Integrationskursen auf. Sie dienen dem fortgeschrittenen Spracherwerb, um die Chancen auf dem Arbeits- und Ausbildungsmarkt zu verbessern. Neben den allgemeinen Berufssprachkursen mit den Sprachziel-niveaus B2 und C1, gibt es auch sogenannte Spezialberufssprachkurse mit den Zielsprachniveaus A2 und B1.

Diese Kurse richten sich an dauerhaft in Deutschland lebende Ausländer (insbesondere auch Asylbewerber mit guter Bleibeperspektive), an EU-Bürger und an deutsche Staatsangehörige, die nicht über ausreichende deutsche Sprachkenntnisse verfügen. Voraussetzung für die Teilnahme an diesen Kursen ist ein entsprechendes Sprachniveau, das mit einem Sprachzertifikat (nicht älter als sechs Monate) oder einem Einstufungstest nachgewiesen werden kann. Die Berechtigung zur Teilnahme erhalten Teilnehmende direkt beim Jobcenter oder der Agentur für Arbeit. Sozialversicherungspflichtig Beschäftigte können auf Antrag beim BAMF eine Teilnahmeberechtigung erhalten.

Die allgemein berufsbezogenen Kurse A2, B1, B2, C1 schließen mit einer Zertifikatsprüfung, dem „Deutsch-Test für den Beruf“ ab, mit dem das Zielsprachniveau nach dem „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens“ (GER) für Sprachen sicher nachgewiesen werden kann.

Zusätzlich stehen mit dem Job-BSK und dem Azubi-BSK zwei arbeitsplatznahe Kursformate für sozialversicherungspflichtige Beschäftigte resp. Auszubildenden zur Verfügung. Eine Teilnahmeanfrage für arbeitsplatznahe Kurse kann direkt an das BAMF in Hamburg unter bsk.hamburg@bamf.bund.de gerichtet werden.



Pro-Aktiv-Center (PACE)

FÜR WEN? FÜR ALLE JUNGEN MENSCHEN IM ALTER VON 14-27 JAHREN IN DER GESAMTEN WESERMARSCH

Grade stressig? Ausbildung, Schule oder Zuhause läuft mal wieder einfach nicht?

Dann bist du bei Pace genau richtig. Wir arbeiten so, wie es für dich passt! Denn nicht jeder will und braucht dasselbe – und das ist auch gut so.

Bei uns gibt's:

- » Einzelgespräche und individuelle Hilfe
- » Unterstützung bei Ämtern, Schule, Ausbildung oder Job
- » Bewerbungstrainings und Berufsorientierung
- » Workshops & Projekte
- » Aufsuchende Hilfe

Du bestimmst, worum's geht. Wir helfen dir, deine nächsten Schritte zu machen.

Unser Ziel ist es, mit dir gemeinsam an Lösungen zu arbeiten: Für deinen Alltag, deine Zukunft, deinen nächsten Schritt.

Ansprechpartner:

pace@kvhs-wesermarsch.de
04401 7076 161



KOSTENLOS & VERTRAULICH!



Gefördert durch:



GESUNDHEIT - VHS MACHT GESÜNDER

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich zu bewältigen. Gesundheitskompetenz ist unerlässlich, wenn Sie Ihre Gesundheit eigenverantwortlich stärken möchten. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehört, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen und die eigene Kraft spüren können. Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress im Beruf konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden. Das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig. Die aktuelle Forschung weist immer wieder auch auf den positiven Einfluss von Emotionalität, Stressbewältigung, ausgewogener Ernährung und Bewegung für das Gelingen von Lernprozessen hin. Die Angebote der Gesundheitsbildung an Volkshochschulen berücksichtigen seit langem diese Erkenntnisse. Sachinformationen und Lernen werden mit allen Sinnen verknüpft, gelernt wird handlungsorientiert, auf die Gruppe bezogen und unter Berücksichtigung biografischer Anknüpfungspunkte. Das sind wichtige Voraussetzungen für die Lust auf das Abenteuer des lebenslangen Lernens.



GESUNDHEIT AKTUELL	90	PILATES	94
GEDÄCHTNISTRAINING	91	BEWEGUNG UND FITNESS ...	95
QIGONG	91	ZUMBA	96
YOGA	92	AQUA-KURSE UND	
WEGE ZUR ENTSPANNUNG ..	93	SCHWIMMEN	96

GESUNDHEIT AKTUELL



WECHSELJAHRE IM GRIFF

In den Wechseljahren verändert sich der Körper- und damit auch der Bedarf an Energie und Nährstoffen. In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie mit gezielter Ernährung Hitzewallungen, Schlafprobleme, Gewichtszunahme und Energietiefs positiv beeinflussen können. Praxisnah, alltagstauglich und motivierend-entdecken Sie kleine Stellschrauben für mehr Wohlbefinden in dieser Lebensphase.

 Bildungshaus | NH Marktplatz 5
 **1 Termin | Fr. 09.10.2026**  17:00 bis 20:00 Uhr
 Preis je TN 36,00 €  26H9408NH | Carina Meenken






DIABETES-PRÄVENTION

Ein stabiler Blutzuckerspiegel als Schlüssel zur Prävention: Der Workshop erklärt die Entstehung von Typ-II-Diabetes, zeigt Einflussfaktoren der Ernährung auf den Blutzuckerspiegel auf und vermittelt praxisnahe Strategien zur frühzeitigen Risikoreduktion durch eine gezielte Lebensmittelauswahl.

 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 **1 Termin | Mi. 04.11.2026**  18:30 bis 20:00 Uhr
 Preis je TN 18,00 €  26H9410BR | Carina Meenken



MENTALE STÄRKE DURCH ERNÄHRUNG

Depressive Verstimmungen und Depression beeinflussen nicht nur das emotionale Erleben, sondern auch Appetit, Antrieb und Körpergefühl. Dieser Workshop beleuchtet, wie Ernährung unser Nervensystem, die Produktion von Neurotransmittern und damit unser seelisches Wohlbefinden beeinflussen kann. Es wird aufgezeigt, welche Rolle Mikronährstoffe, der Darm, Zucker und stark verarbeitete Lebensmittel spielen- und wie eine stabilisierende, nährstoffreiche Ernährung Kraft, Klarheit und emotionale Stabilität fördern kann.

 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 **1 Termin | Fr. 08.01.2027**
 17:00 bis 20:00 Uhr  Preis je TN 36,00 €
 26H9411BR | Carina Meenken

ZURÜCK ZUM KÖRPERGEFÜHL





Dieser Workshop lädt dazu ein, sich vom Kalorienzählen, Diätendenken und von starren Essensregeln zu lösen - hin zu einem achtsamen, bedürfnisorientierten Essverhalten, das auf Selbstfürsorge statt Selbstkontrolle basiert. Intuitives Essen stärkt nicht nur die Verbindung zum eigenen Körper, sondern fördert auch Vertrauen, Genuss und emotionale Balance. Impulse zum hormonellen Zyklus und wie dieser unser Essverhalten beeinflussen kann, runden den Workshop ganzheitlich ab.

 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 **1 Termin | Sa. 30.01.2027**

 10:00 bis 13:00 Uhr  Preis je TN 36,00 €
 26H9412BR | Carina Meenken

FIT DURCH PFLANZENKRAFT

Ob im knackigen Brokkoli, in tiefroten Beeren oder im würzigen Knoblauch - sekundäre Pflanzenstoffe sind echte Kraftpakete für unsere Gesundheit. Dieser Vortrag vermittelt, welche Rolle sie in der pflanzenbasierten Ernährung spielen und wie sie Herz, Kreislauf, Immunsystem und Zellschutz unterstützen können. Lernen Sie die wichtigsten Pflanzenstoffe kennen, wo sie enthalten sind und wie diese alltagstauglich im Speiseplan integriert werden können.

 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 **1 Termin | Do. 11.02.2027**
 18:30 bis 20:00 Uhr  Preis je TN 18,00 €
 27F9410BR | Carina Meenken

ERNÄHRUNG BEI MIGRÄNE

Dieser Workshop unterstützt, die körperlichen Vorgänge bei Migräne oder Aura-Migräne besser zu verstehen, um so geeignete Strategien für den eigenen Alltag zu entwickeln. Unter der Devise "Lindern statt heilen" kann mit gezielten Maßnahmen wie der Wahl der richtigen Mikro- und Makronährstoffe sowie einem angepassten Mahlzeitentiming eine passende Stellschraube in der Ernährung gefunden werden.

 Bildungshaus | NH Marktplatz 5
 **1 Termin | Sa. 20.02.2027**
 10:00 bis 13:00 Uhr  Preis je TN 36,00 €
 27F9408NH | Carina Meenken

**INNERE STÄRKE IN BEWEGTEN ZEITEN
 Ruhiger. Klarer. Stärker. | Wochenendseminar**

Wir leben in bewegten Zeiten, die uns auf unterschiedliche Weise berühren und herausfordern. Doch gerade in solchen Phasen liegt die Möglichkeit, neue innere Kraft zu entdecken. Dabei steckt in jedem Menschen mehr Stärke, Gelassenheit und Klarheit, als er vielleicht ahnt. In diesem Kurs begeben wir uns gemeinsam auf eine achtsame Entdeckungsreise zu unseren inneren Quellen der Kraft. Mit einfachen und alltagstauglichen Übungen lernen Sie, Gewohnheitsmuster bewusster wahrzunehmen, neue Perspektiven zu entwickeln und wieder mehr Ruhe und Stabilität in sich zu finden.

Bitte beachten: Bitte bringen Sie Schreibzeug, Wasser, einen kleinen leichten Snack für die Mittagspause und bequeme Kleidung mit.

 Bildungshaus | NH Marktplatz 5
 **1 Termin | Sa. 22.08.2026**  10:00 bis 14:30 Uhr
 Preis je TN 27,70 €  26H9430NH | Lutz Doblies

**GANZHEITLICH SEHEN & ENTSPANNEN
 Sehen. Entspannen. Stärken. | Wochenendseminar**

Unsere Augen leisten täglich viel- ob beim Lesen, Arbeiten oder im Alltag. Häufig werden sie dabei stark beansprucht, was zu Anspannung, brennenden Augen, Kopfschmerzen oder Konzentrationsproblemen führen kann. In diesem Kurs entdecken Sie Übungen, die Ihre Augenmuskulatur lockern und die Verbindung zwischen Augen, Nacken und Körper stärken. Sie erhalten Einblicke in die Anatomie der Augen, lernen Entspannungs- und Wahrnehmungsmethoden kennen und erhalten wertvolle Tipps. Die Übungen sind einfach erlernbar und können problemlos zu Hause fortgeführt werden.

Bitte beachten: Bitte bringen Sie Schreibzeug, Wasser, einen kleinen leichten Snack für die Mittagspause und bequeme Kleidung mit.






 Bildungshaus | NH Marktplatz 5
 **1 Termin | Sa. 14.11.2026**
 10:00 bis 14:30 Uhr  Preis je TN 27,70 €
 26H9431NH | Lutz Doblies

GEDÄCHTNISTRAINING

**KNOTEN IM TASCHENTUCH
 Ganzheitliches Gedächtnistraining
 Aktiv in jedem Alter | Kleingruppe**

Was für den Körper die Bewegung ist, ist für das Gehirn das Denken, beziehungsweise das Nutzen der geistigen Fähigkeiten. Mit einer Vielfalt von Übungen werden wir in stressfreier Atmosphäre die unterschiedlichen Hirnleistungen trainieren, wie es der Alltagsrealität entspricht. Fitness für Körper, Geist und Seele ist ein wichtiges Thema für alle Altersgruppen.

Bitte beachten: Bitte Schreibmaterial mitbringen.

 Bildungshaus | NH Marktplatz 5
 **10 Termine | Mo. ab 07.09.2026**  10:15 bis 11:45 Uhr
 Preis je TN 120,00 €  26H9422NH | Brigitte Oeff

**GANZHEITLICHES GEDÄCHTNISTRAINING
 Kleingruppe**

Nicht nur Muskeln, auch das Gehirn will trainiert sein. Sich sportlich zu betätigen liegt im Trend. Leider vergessen wir irgendwann auch unser Gehirn weiter zu trainieren. Die Wissenschaft sagt heute, dass die geistige Leistungsfähigkeit im Wesentlichen vom Training der kognitiven Fähigkeiten abhängt. Aus diesem Grunde ist es ratsam und wichtig das Gehirn fit zu halten. Der Kursinhalt ist auch für Personen interessant, die dieses Wissen an ihre Eltern oder Angehörige weitergeben möchten.

Bitte beachten: Bitte Schreibzeug mitbringen.

 Bildungshaus | NH Marktplatz 5
 **5 Termine | Do. ab 13.08.2026**  15:00 bis 16:30 Uhr
 Preis je TN 60,00 €  26H9513NH | Renate Klingenberg

QIGONG

**QIGONG FÜR FORTGESCHRITTENE
 Das Gesundheitsschützende Qigong**

In diesem Übungsprogramm sind aus bekannten Übungsreihen von Prof. Zhang Bewegungen und Selbstmassagen so zusammengestellt, dass sie besonders die Regeneration von Körper, Geist und Seele fördern.

Bitte beachten: Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

 Bildungshaus | NH Marktplatz 5
 **10 Termine | Di. ab 08.09.2026**
 17:30 bis 18:30 Uhr
 Preis ab 10 TN 51,30 € | ab 7-9 TN 69,30 €
 26H9516NH | Brigitte Oeff





 Bildungshaus | NH Marktplatz 5
 **10 Termine | Mi. ab 09.09.2026**
 17:00 bis 18:00 Uhr
 Preis ab 10 TN 51,30 € | ab 7-9 TN 69,30 €
 26H9518NH | Brigitte Oeff

 Bildungshaus | NH Marktplatz 5
 **10 Termine | Di. ab 08.09.2026**
 18:30 bis 19:30 Uhr
 Preis ab 10 TN 51,30 € | ab 7-9 TN 69,30 €
 26H9520NH | Brigitte Oeff

**QIGONG FÜR ANFÄNGER*INNEN
 Das Gesundheitsschützende Qigong**

Der Ursprung dieses Trainings liegt- wie auch beim Yoga- im Fernen Osten. Was aber bedeutet Qigong (sprich: Tschigong)? Es ist eine Methode zur Stärkung der eigenen Lebensenergie, die die körperliche wie auch die geistig-seelische Ebene des Menschen anspricht. Sie kräftigt den Körper, reguliert Haltung und Atmung und ermöglicht bei Stress die Entfaltung innerlicher Ruhe und Entspannung. Deshalb sind diese aus China stammenden Bewegungsübungen zur Förderung der Gesundheit und zur Vorbeugung von Krankheiten von großem Nutzen. In diesem Kurs werden gesundheitsschützende, für alle Organe und den gesamten Körper regulierende Übungen vermittelt, die unter anderem auch die Abwehrkräfte des Körpers stärken. Qigong kann von jeder und jedem erlernt werden. Dieses Kursangebot richtet sich auch an Teilnehmer*innen, die unter Rückenproblemen leiden.





Bitte beachten: Bitte bequeme Kleidung mitbringen.





 Bildungshaus | NH Marktplatz 5
 **10 Termine | Mo. ab 07.09.2026**
 18:30 bis 19:30 Uhr
 Preis ab 10 TN 51,30 € | ab 7-9 TN 69,30 €
 26H9522NH | Brigitte Oeff

QIGONG AM MORGEN
Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Mit sanften, fließenden Bewegungen werden wir die Energie im Körper zum Fließen bringen, um dann gestärkt und energiegeladener in den Tag zu starten. Qigong ist eine ganzheitliche Methode zur Harmonisierung und Stärkung unserer Lebensenergie Qi. Die ruhigen, konzentrierten Bewegungen können zu körperlicher und geistiger Entspannung führen, dadurch den Energiefluss verbessern und somit die Gesundheit fördern. Bei den Übungen wird die Atmung gezielt reguliert und vertieft und die Aufmerksamkeit durch den Körper gelenkt, um Blockaden zu lösen. Qigong kann helfen Stress abzubauen und wirkt ausgleichend auf körperlicher und emotionaler Ebene. Der Kurs ist für alle Altersgruppen geeignet, mit oder ohne Vorerfahrung im Qigong.

Bitte beachten: Bitte bequeme Kleidung mitbringen.





-  Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
-  **8 Termine | Mi. ab 02.09.2026**
-  09:30 bis 10:45 Uhr Preis je TN 60,00 €
-  26H9504BR | Julia Bödeker-Dornblüth





-  Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
-  **7 Termine | Mi. ab 02.12.2026**
-  09:30 bis 10:45 Uhr Preis je TN 52,50 €
-  26H9505BR | Julia Bödeker-Dornblüth

QIGONG NACH DEN FÜNF ELEMENTEN
Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Qigong ist eine ganzheitliche Methode zur Harmonisierung und Stärkung unserer Lebensenergie Qi. Die ruhigen, konzentrierten Bewegungen führen zur körperlichen und geistigen Entspannung, dadurch zu einer Verbesserung des Energieflusses, und fördern somit unsere Gesundheit. Bei den Übungen wird gezielt die Atmung reguliert und vertieft und die Aufmerksamkeit durch den Körper gelenkt, um Blockaden zu lösen. Qigong wirkt stressabbauend und ausgleichend auf der körperlichen ebenso wie auf der emotional-geistigen Ebene. Nach der traditionellen chinesischen Medizin sind unseren Organen fünf Elemente zugeordnet. Im „Qigong nach den fünf Elementen“ werden wir die entsprechenden Organe mit gezielten Übungen harmonisieren und stärken. So können mit einfachen, sehr wirkungsvollen Übungen bestimmten Beschwerden oder Schwächen entgegengewirkt und die Abwehrkraft gestärkt werden.

Bitte beachten: Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

-  Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
-  **8 Termine | Mi. ab 02.09.2026**
-  17:15 bis 18:30 Uhr Preis je TN 60,00 €
-  26H9506BR | Julia Bödeker-Dornblüth






-  Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
-  **7 Termine | Mi. ab 02.12.2026**
-  17:15 bis 18:30 Uhr Preis je TN 52,50 €
-  26H9507BR | Julia Bödeker-Dornblüth

YOGA

VINYASA YOGA
Wochenendseminar

Dieser Kurs verbindet ruhige, fließende Bewegungen mit bewusster Atmung. Im Fokus stehen Körperwahrnehmung, sanfter Kraftaufbau und Beweglichkeit. Die Sequenzen sind achtsam aufgebaut und für Einsteiger*innen & Wiedereinsteiger*innen geeignet. Ziel ist es, den eigenen Körper besser kennenzulernen und im Alltag mehr Stabilität und Ruhe zu finden.





Bitte beachten: Bitte Handtücher mitbringen. Falls eigene Yogamatten vorhanden sein sollten, können diese gerne mitgebracht werden. Ansonsten finden Sie Yogamatten auch vor Ort.

-  Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
-  **6 Termine | Sa. ab 29.08.2026**
-  11:00 bis 12:00 Uhr
-  Preis ab 10 TN 28,00 € | ab 7-9 TN 40,00 €
-  26H9500BR | Sara Wendelken

HATHA-YOGA AM MORGEN

Dieser Yogakurs richtet sich an alle Yogaübende, die bereits einen Anfänger*innenkurs belegt haben und tiefer in den Hatha-Yoga einsteigen möchten. Aufbauend auf die Anfänger*innenkurse werden zusätzliche Asanas, wie z. B. der Schulterstand, geübt, Atemübungen vertieft und regelmäßig Meditationen praktiziert.





Bitte beachten: Bitte in bequemer Kleidung kommen und eine Decke, sowie zwei kleine Kissen mitbringen.

-  Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
-  **10 Termine | Mo. ab 07.09.2026**
-  09:00 bis 10:30 Uhr Preis je TN 104,00 €
-  26H9502BR | Heike Lorenz

HATHA-YOGA AM ABEND
Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen

Yoga kann als ein ganzheitlicher Übungsweg betrachtet werden, der neben den bekannten Körperübungen (Asanas) auch Atemübungen und meditative Übungen enthält. Yoga dient damit nicht nur der körperlichen Beweglichkeit und Gesundheit, sondern fördert auch die geistige Achtsamkeit und Konzentration. In diesem Kurs üben wir unterschiedliche Yoga-Positionen als halbtunde, entspannte Übungen ebenso wie in Bewegungsabläufen, die mit bewusster Atmung unterstützt werden. Begleitet wird die Yoga-Praxis zu Beginn und zum Abschluss jedes Termins mit Achtsamkeitsübungen, bei denen die Aufmerksamkeit auf den Körper, die Atmung oder den Geist gelenkt wird.

Bitte beachten: Bitte bequeme Kleidung, Decke und zwei kleine Kissen mitbringen.

-  Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
-  **10 Termine | Mo. ab 07.09.2026**
-  19:00 bis 20:30 Uhr Preis je TN 104,00 €
-  26H9514BR | Heike Lorenz





LACHYOGA -
DAS IMMUNSYSTEM
DURCH LACHEN STÄRKEN
Wochenendseminar



Lachen macht nicht nur Spaß, sondern hat auch gesundheitliche Vorteile. Lachyoga ist eine Kombination aus Atemübungen aus dem Yoga, rhythmischem Klatschen, positiver Motivation und spielerischen Lachübungen. Unser Körper wird optimal mit Sauerstoff versorgt, Herz und Kreislauf werden trainiert und Glückshormone durchfluten unseren Körper. Wir bekommen mehr Energie und erleben eine tiefe Entspannung, so dass die Auswirkungen von Stress deutlich reduziert werden.

Wir fühlen uns wohler, glücklicher und gesünder.





Bitte beachten: Bitte bequeme Kleidung, warme rutschfeste Socken und etwas zu trinken mitbringen.



-  Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
-  **1 Termin | Sa. 10.10.2026**
-  15:00 bis 18:30 Uhr Preis je TN 20,80 €
-  26H9550BR | Katharina Herz





LACHYOGA - DAS IMMUNSYSTEM
DURCH LACHEN STÄRKEN





Lachen macht nicht nur Spaß, sondern hat auch gesundheitliche Vorteile. Lachyoga ist eine Kombination aus Atemübungen aus dem Yoga, rhythmischem Klatschen, positiver Motivation und spielerischen Lachübungen. Unser Körper wird optimal mit Sauerstoff versorgt, Herz und Kreislauf werden trainiert und Glückshormone durchfluten unseren Körper. Wir bekommen mehr Energie und erleben eine tiefe Entspannung, so dass die Auswirkungen von Stress deutlich reduziert werden. Wir fühlen uns wohler, glücklicher und gesünder.

Bitte beachten: Bitte bequeme Kleidung, warme rutschfeste Socken und etwas zu trinken mitbringen.

-  Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
-  **1 Termin | Fr. 11.09.2026**
-  17:00 bis 19:30 Uhr Preis je TN 15,60 €
-  26H9551BR | Katharina Herz

-  Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
-  **1 Termin | Fr. 16.10.2026**
-  17:00 bis 19:30 Uhr Preis je TN 15,60 €
-  26H9552BR | Katharina Herz





-  Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
-  **1 Termin | Fr. 11.12.2026**
-  16:00 bis 18:30 Uhr Preis je TN 15,60 €
-  26H9555BR | Katharina Herz





-  Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
-  **1 Termin | Fr. 20.11.2026**
-  17:00 bis 19:30 Uhr Preis je TN 15,60 €
-  26H9557BR | Katharina Herz

YOGA SANFT

Yoga Sanft ist ein sanfter Einstieg in die Yogapraxis und steht für tiefe Ruhe und Entspannung. Die sanften Dehnübungen machen den Körper geschmeidig und beweglich. Durch das ausgiebige Dehnen werden die tieferen Schichten des Bindegewebes, die Faszien, erreicht. Verspannungen im Körper können gelöst werden. Jede Übung wird einige Minuten gehalten, damit sich die Muskeln entspannen und die Körperenergien frei fließen können. Lassen Sie die effektiven Übungen auf sich wirken. Die Stunde endet mit einer wohltuenden Tiefenentspannung.

Bitte beachten: Bitte in bequemer Kleidung kommen und etwas zu trinken mitbringen.

-  Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
-  **6 Termine | Di. ab 01.09.2026**
-  10:00 bis 11:30 Uhr Preis je TN 62,40 €
-  26H9554BR | Carola Böner

-  Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
-  **6 Termine | Di. ab 03.11.2026**
-  10:00 bis 11:30 Uhr Preis je TN 62,40 €
-  26H9558BR | Carola Böner

WEGE ZUR ENTSPANNUNG



© Thomas Büsing



SOUND OF SILENCE
WATTWANDERUNG
Wochenendseminar
In Kooperation mit dem Tourismusservice
Butjadingen

Unsere Welt wird immer stressiger - ständig klingelt das Telefon, Feierabend hat man gar nicht mehr, Drängelei auf der Autobahn, schieben und schubsen an der Supermarktkasse - Ihnen ist alles zu viel? Sound of Silence ist keine normale Wattwanderung. Erleben Sie die Ruhe, genießen Sie die Stille, fühlen Sie das Watt unter den Füßen, schmecken Sie das Salz in der Luft. Während der Wande-

rung werden alle Mobiltelefone lautlos gestellt, es wird nicht gesprochen. Das Erlebnis ist faszinierend. Die Wattwanderstrecke führt in das Solthörner Wattenmeer. Eine Sandbank ist das Ziel. Am Ende wird sich in einem ruhigen Strandabschnitt zusammengesetzt und über das Erlebte gesprochen. Der Wattführer übernimmt die Moderation und beantwortet aufgekommene Fragen. Dieses Angebot ist ausdrücklich keine therapeutische Maßnahme.

Bitte beachten: Kurze Hose und je nach Witterung an Regenjacke oder Sonnenschutz / Kopfbedeckung denken. Gummistiefel können NICHT getragen werden. Wir empfehlen Wattsocken oder Neoprenschuhe.

- Treffpunkt: Eckwarderhörne Wattführerhäuschen
BJ Außengelände/Butjadingen | Eckwarderhörne
Wattführerhäuschen
- 1 Termin | Sa. 19.09.2026**
- 10:30 bis 12:45 Uhr | Preis je TN 15,60 €
- 26H9553BJ | Thomas Büsing

Schlaganfall-Selbsthilfegruppe Nordenham und Umzu

Ein Schlaganfall verändert das Leben von einem Moment auf den anderen. Viele Betroffene und Angehörige fühlen sich in dieser Situation allein, überfordert und nicht verstanden.

Treffpunkt: jeden 4. Montag im Monat im Bildungshaus, Marktplatz 5, 26954 Nordenham.

Ansprechpartnerin:
Berbel Häseker: 015510919952



BEFREIT DURCH KLOPFEN Klopfen.Loslassen.Aufatmen. Wochenendseminar

Können Ängste, Sorgen oder innere Blockaden tatsächlich durch „Klopfen“ gelöst werden? Auf Grundlage des Modells, dass Ängste, Schlafstörungen, Phobien und unerwünschte Verhaltensmuster durch energetische Blockaden entstehen, lernen Sie die Klopf-Akupressur (bekannt z.B. als EFT) Schritt für Schritt kennen. Erfahren Sie, wie Sie Blockaden erkennen und gezielt auflösen

können, um sicher und selbstbewusst mit der Technik arbeiten können. Neben praktischen Übungen wird auch gezeigt, wo die Grenzen der Methode liegen.

Bitte beachten: Bitte bringen Sie Schreibzeug, einen Snack für die Mittagspause und Wasser mit.

- Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
- 1 Termin | Sa. 12.09.2026**
- 10:00 bis 14:30 Uhr | Preis je TN 27,70 €
- 26H9510BR | Lutz Doblies

PILATES

- Rodenkirchen, Oberschule Schulstraße 14- 16
- 13 Termine | Do. ab 10.09.2026**
- 18:15 bis 19:15 Uhr | Preis je TN 90,10 €
- 26H9675ST | Kurt Brüggemann

- Rodenkirchen, Oberschule | Schulstraße 14- 16
- 13 Termine | Do. ab 10.09.2026**
- 17:00 bis 18:00 Uhr | Preis je TN 90,10 €
- 26H9674ST | Kurt Brüggemann

- Bildungshaus | NH Marktplatz 5
- 13 Termine | Di. ab 08.09.2026**
- 17:30 bis 18:30 Uhr | Preis je TN 90,10 €
- 26H9672NH | Kurt Brüggemann

- Bildungshaus | NH Marktplatz 5
- 13 Termine | Mo. ab 07.09.2026**
- 17:30 bis 18:30 Uhr | Preis je TN 90,10 €
- 26H9670NH | Kurt Brüggemann

- Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
- 13 Termine | Do. ab 10.09.2026**
- 09:00 bis 10:00 Uhr | Preis je TN 90,10 €
- 26H9609BR | Kurt Brüggemann

- Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
- 13 Termine | Do. ab 10.09.2026**
- 10:15 bis 11:15 Uhr | Preis je TN 90,10 €
- 26H9610BR | Kurt Brüggemann

- Seefeld, Turnhalle
- 8 Termine | Di. ab 01.09.2026**
- 07:30 bis 08:30 Uhr | Preis je TN 55,50 €
- 26H9613ST | Silke Menslage
- Seefeld, Turnhalle
- 9 Termine | Di. ab 10.11.2026**
- 07:30 bis 08:30 Uhr | Preis je TN 62,40 €
- 26H9614ST | Silke Menslage

- Seefeld, Turnhalle
- 8 Termine | Di. ab 01.09.2026**
- 08:40 bis 09:40 Uhr | Preis je TN 55,50 €
- 26H9615ST | Silke Menslage

- Seefeld, Turnhalle
- 9 Termine | Di. ab 10.11.2026**
- 08:40 bis 09:40 Uhr | Preis je TN 62,40 €
- 26H9616ST | Silke Menslage

FÜR EINSTEIGER*INNEN UND FORTGESCHRITTENE

Pilates-Übungen sorgen für eine starke Tiefen- und Rumpfmuskulatur, für präzise Körperhaltung und Muskelkoordination während des gesamten Bewegungsablaufes. Dieses Ganzkörpertraining konzentriert sich auf die Stärkung des Bewegungsapparates, die Kräftigung der Muskulatur, die Verbesserung der Kraftausdauer und die Straffung der Haut. Zwischen den einzelnen Übungen lernen Sie Entspannungsübungen zum Stressabbau kennen.

Bitte beachten: Bitte bringen Sie eine Wolldecke, ein kleines Kissen, ein Handtuch und dicke Socken mit. Kurs findet in den Ferien statt.

- Burhave, Rathaus, Butjadinger Straße 59 bzw. Burhave, Haus des Gastes, Strandallee 61
- 7 Termine | Fr. ab 04.09.2026**
- 17:45 bis 19:15 Uhr | Preis je TN 72,80 €
- 26H9622BJ | Uschi Kahler

- Burhave, Haus des Gastes | Strandallee 61
- 10 Termine | Fr. ab 13.11.2026**
- 17:45 bis 19:15 Uhr | Preis je TN 104,00 €
- 26H9623BJ | Uschi Kahler

BEWEGUNG UND FITNESS

FIT-MIX

Körperliche Fitness erlangen und zugleich die Muskulatur kräftigen - wer möchte das nicht? Im zweiwöchentlichen Wechsel kräftigen wir unsere Muskulatur und trainieren durch kurze Ausdauerintervalle kombiniert mit Kräftigungsübungen zu moderner Musik unsere Fitness. Zur höheren Effektivität setzen wir Hanteln und Physioband mit ein.

Bitte beachten: Bitte bringen Sie Hanteln (nicht mehr als 1 kg pro Hand), Physioband, bequeme Kleidung, feste Sportschuhe, Gymnastikschuhe oder dicke Socken, eine Gymnastikmatte und ein Getränk mit.

- Berne, Kindergarten Coldewei | Kinnerpad 1
- 13 Termine | Mo. ab 07.09.2026**
- 19:00 bis 20:00 Uhr | Preis je TN 90,10 €
- 26H9604BE | Carmen Bergmann

TENNIS FÜR EINSTEIGER*INNEN ODER WIEDEREINSTEIGER*INNEN Kleingruppe

Wollten Sie schon immer einmal ausprobieren, ob Ihnen der Tennissport liegt? Oder haben Sie früher bereits Tennis trainiert und möchten wieder einsteigen? Trainieren Sie acht Wochen lang Tennis in einer Gruppe. Dieses Angebot ist für Anfänger*innen oder Wiedereinsteiger*innen gedacht. Die Tennishalle ist mit einem besonders gelenkschonenden Bodenbelag ausgestattet und eignet sich für einen Einstieg in jedem Alter. Für die Teilnahme am Kurs ist keine Vereinszugehörigkeit erforderlich. Das Equipment, wie Tennisschläger und Bälle, wird gestellt. Vorhandene Tennis-

schläger können gern mitgebracht werden. In der Gruppe macht Tennis am meisten Spaß, und der Spaß steht an diesen Abenden im Vordergrund.

Bitte beachten: Mitzubringen sind Sportkleidung und Turnschuhe. Der Kurs findet in den Ferien statt.

- Nordenham, TV Schweewarden | Burhaver Str. 255
- 8 Termine | Mi. ab 07.10.2026**
- 18:00 bis 19:00 Uhr | Preis je TN 67,00 €
- 26H9627NH | Hans-Dieter Schierloh

SPIEL, SATZ – EINFACH ANFANGEN: TENNIS AN DER KVHS

Tennis ist mehr als nur ein Sport: Es ist Bewegung, Konzentration, Koordination und jede Menge Spaß auf dem Platz. Im Tenniskurs der KVHS können Teilnehmende die Grundlagen des Spiels kennenlernen oder vorhandene Kenntnisse auffrischen – ganz ohne Leistungsdruck und in angenehmer Gruppenatmosphäre. Unter fachkundiger Anleitung werden Schlägerhaltung, Schlagtechniken, Beinarbeit und erste Spielzüge Schritt für Schritt vermittelt. Dabei steht nicht der perfekte Aufschlag im Mittelpunkt, sondern die Freude daran, gemeinsam aktiv zu sein, Neues auszuprobieren und mit jedem Ballwechsel sicherer zu werden.



Der Kurs richtet sich an alle, die Lust haben, Tennis einmal auszuprobieren oder nach längerer Pause wieder einzusteigen. Ob als sportlicher Ausgleich, neue Freizeitidee oder Einstieg in ein bewegtes Hobby: Dieser Kurs bietet die passende Gelegenheit, den Tennisschläger in die Hand zu nehmen und einfach loszulegen. **Jetzt anmelden und erleben, wie viel Spaß Tennis machen kann!**

TRILOCHI® Bewegt in die Entspannung - Entspannt in die Bewegung

Die TriloChi®-Methode ist ein modernes Work-Out-Konzept mit verschiedenen Techniken, die der Harmonisierung des Körpers und des Geistes dienen. Es verbindet neue wissenschaftliche Erkenntnisse aus der Sportmedizin, Physiotherapie und Biomechanik mit bewährten Elementen aus Yoga, Tai Chi, Qi Gong, Group-Fitness und Übungen aus Pilates und Rückentraining. Die TriloChi®-Methode bietet eine ideale Möglichkeit zur Stressbewältigung und Gesundheitsförderung. Die Dozentin ist zertifizierte Kursleiterin Bodymind „TriloChi®“.



Bitte beachten: Bitte bringen Sie rutschfeste Socken, eine Decke und ein Handtuch mit.

📍 Bildungshaus | NH Marktplatz 5
 📅 **6 Termine | Mi. ab 02.09.2026**
 ⌚ 19:15 bis 20:15 Uhr | Preis je TN 41,60 €
 ⓘ 26H9531NH | Susanne Sprekelmann

📍 Bildungshaus | NH Marktplatz 5
 📅 **6 Termine | Mi. ab 28.10.2026**
 ⌚ 19:15 bis 20:15 Uhr | Preis je TN 41,60 €
 ⓘ 26H9532NH | Susanne Sprekelmann

📍 Bildungshaus | NH Marktplatz 5
 📅 **5 Termine | Mi. ab 09.12.2026**
 ⌚ 19:15 bis 20:15 Uhr | Preis je TN 34,70 €
 ⓘ 26H9533NH | Susanne Sprekelmann

**BAUCH-BEINE-PO+
 Willst du deine Fitness ausbauen?**

Flacher Bauch, feste Beine, knackiger Po und im Ganzen straffer werden? Dann bist du in diesem Kurs genau richtig! Nach einem Warm-up findet ein Training für Aufbau und Stabilisierung der Muskulatur statt. Unter Einsatz von Hilfsgeräten wie Kurzhanteln, Tubes, Pezziball und vielen mehr werden die genannten Muskelgruppen trainiert.

Bitte beachten: Bitte bringen Sie Sportbekleidung, ein großes und ein kleines Handtuch, sowie etwas zum Trinken mit.

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 📅 **17 Termine | Di. ab 08.09.2026**
 ⌚ 19:00 bis 20:00 Uhr | Preis je TN 117,90 €
 ⓘ 26H9601BR | Cindy Drywa

ZUMBA

ZUMBA®-FITNESS

Bist du bereit dich fit zu tanzen? Zumba® kombiniert Aerobic mit lateinamerikanischen sowie internationalen Tänzen. Vergiss das Training, lass dich von der Musik treiben und bring dich in Form. Du steigert deine Kondition und deine Energie zu kraftvollen Latino-Rhythmen und internationalen Beats. Du erlernst Grundschritte von z.B. Merengue, Salsa, Cumbia, Hip Hop, Flamenco!

Bitte beachten: Bitte bringe bequeme Kleidung, Sportschuhe, ein kleines Handtuch und etwas zum Trinken mit.

📍 Bildungshaus | NH Marktplatz 5
 📅 **6 Termine | Mi. ab 02.09.2026**
 ⌚ 18:00 bis 19:00 Uhr | Preis je TN 41,60 €
 ⓘ 26H9625NH | Alexandra Schmidt

ZUMBA®-FITNESS

Bist du bereit dich fit zu tanzen? Zumba® kombiniert Aerobic mit lateinamerikanischen sowie internationalen Tänzen. Vergiss das Training, lass dich von der Musik treiben und bring dich in Form. Du steigert deine Kondition und deine Energie zu kraftvollen Latino-Rhythmen und internationalen Beats. Du erlernst Grundschritte von z.B. Merengue, Salsa, Cumbia, Hip Hop, Flamenco!

Bitte beachten: Bitte bringe bequeme Kleidung, Sportschuhe, ein kleines Handtuch und etwas zum Trinken mit.

📍 Bildungshaus | NH Marktplatz 5
 📅 **8 Termine | Mi. ab 28.10.2026**
 ⌚ 18:00 bis 19:00 Uhr | Preis je TN 55,50 €
 ⓘ 26H9626NH | Alexandra Schmidt

ZUMBA®-FITNESS

Merengue, Salsa, Hip-Hop, Flamenco etc. - vergiss das Training, lass dich von der Musik treiben und bring dich dabei in Form. Du steigert deine Kondition, Koordination und deine Energie zu kraftvollen Latino-Rhythmen.

Bitte beachten: Bitte bringe Sportbekleidung, ein kleines Handtuch und etwas zum Trinken mit.

📍 Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
 📅 **16 Termine | Do. ab 10.09.2026**
 ⌚ 19:00 bis 20:00 Uhr | Preis je TN 110,90 €
 ⓘ 26H9603BR | Cindy Drywa

**AQUA-KURSE
 UND SCHWIMMEN**



SCHWIMMKURSE
 ERSCHEINEN
 LAUFEND ONLINE:



„Manchmal genügt ein neuer Impuls, um etwas nachhaltig zu verändern. Mit unseren Gesundheitsangeboten möchten wir Menschen inspirieren, Freude an Bewegung zu entdecken, Neues auszuprobieren und ihr Wohlbefinden langfristig zu stärken.“
 Katharina Wittek, Mitarbeiterin für koordinierende Aufgaben



KOCHEN & ERNÄHRUNG 🍏

Ernährung ist ein Grundpfeiler von Gesundheit und Wohlbefinden, in allen Lebenslagen und in jedem Alter. Im Programmbereich Ernährung sprechen wir die besonderen Bedürfnisse verschiedener Altersgruppen an. Das Angebot reicht von Schulungen über das Verhalten bei ernährungsbedingten Krankheiten, Einkaufsratgeber und die Aufklärung über Zusatzstoffe und Zusammensetzung von Lebensmitteln bis hin zu praktischen Anleitungen in Form von Kochkursen.

Das Kennenlernen verschiedener Koch(kultur)techniken ist uns ein besonderes Anliegen, ebenso wie die Verankerung des gesunden, abwechslungsreichen und vergnüglichen Kochens in der Gesellschaft.



„GESUNDHEIT IST NICHT DAS EINZIGE, WAS ZÄHLT: FREUNDSCHAFT, GASTFREUNDSCHAFT UND DIE GEHOBENE STIMMUNG UND VERÄNDERTE SICHTWEISE, DIE MAN DURCH ESSEN UND TRINKEN IN GUTER GESELLSCHAFT BEKOMMT, SIND EBENFALLS WERTVOLL.“

George Orwell, In praise of Christmas, Tribune, 20.12.1946

ERNÄHRUNGSFRAGEN 98
 SAISONALE KÜCHE 99
 TRENDKÜCHE 100

INTERNATIONALE KÜCHE ... 100
 FÜR DOZENT*INNEN 102

ERNÄHRUNGSFRAGEN

WENIGER ZUCKER – MEHR POWER Online-Seminar

In diesem Workshop findest du heraus: warum wir so gerne zu Zucker greifen, wie du Zuckerfallen im Alltag erkennst und was gesunde und leckere Alternativen sind. Zudem lernst du Strategien, um deinen Zuckerkonsum langfristig zu reduzieren. Für alle, die Heißhunger loswerden, ihr Energielevel stabilisieren und ihre Gesundheit verbessern möchten - ohne zu verzichten.

Bitte beachten: Dieses Seminar ist ein Online-Seminar. Sie erhalten vor Beginn der Veranstaltung einen Link.

Webseminar
1 Termin | Do. 26.11.2026
 19:00 bis 21:30 Uhr Preis je TN 25,00 €
 26H9250WEB | Annkatrin Seidler

TRINK DICH FIT - ONLINEWORKSHOP Online-Seminar | Wochenendseminar

Mehr Wohlbefinden - Schluck für Schluck! In diesem Workshop erfährst du: wie viel Flüssigkeit dein Körper wirklich braucht, welche Getränke dich optimal unterstützen, wie du spielerisch mehr trinkst - ganz ohne Druck und wie gesunde Trinkgewohnheiten zur täglichen Routine werden. Ideal für alle, die mehr Energie, Leistungsfähigkeit und Leichtigkeit im Alltag möchten.

Bitte beachten: Dieses Seminar ist ein Online-Seminar. Sie erhalten vor Beginn der Veranstaltung einen Link.

Webseminar
1 Termin | Sa. 26.09.2026
 15:00 bis 17:30 Uhr Preis je TN 25,00 €
 26H9251WEB | Annkatrin Seidler

PROTEIN POWER – MEHR STÄRKE FÜR DEN KÖRPER Online-Seminar

Proteine sind nicht nur etwas für Sportler*innen - sie sind die Grundlage für Muskeln, Haut, Haare, Hormone und vieles mehr. Auch wenn du Gewicht verlieren möchtest, solltest du diesem Thema unbedingt deine Aufmerksamkeit schenken. In diesem Workshop lernst du: wie viel Eiweiß dein Körper wirklich braucht, welche pflanzlichen und tierischen Proteinquellen es gibt, einfache Tipps, um Proteine alltagstauglich einzubauen & leckere Kombinationen für mehr Energie im Alltag. Perfekt für alle, die ihren Körper optimal versorgen und spürbar mehr Power im Alltag haben möchten.

Bitte beachten: Dieses Seminar ist ein Online-Seminar. Sie erhalten vor Beginn der Veranstaltung einen Link.

Webseminar
1 Termin | Do. 22.10.2026
 19:00 bis 21:30 Uhr Preis je TN 25,00 €
 26H9252WEB | Annkatrin Seidler

Webseminar
1 Termin | Di. 08.12.2026
 18:00 bis 20:30 Uhr Preis je TN 25,00 €
 26H9253WEB | Annkatrin Seidler

ZYKLUSGERECHT ESSEN – SPEISEPLAN WORKSHOP Online-Seminar

Leidest du unter Regelschmerzen oder Unwohlsein während deines Zyklus und hast das Gefühl, dass deine Ernährung das Ganze noch verstärkt? In diesem Workshop lernst du, wie du deine Ernährung gezielt an deinen Zyklus anpassen kannst, um dich gestärkt, ausgeglichen und energiegeladener zu fühlen. Dieser Workshop ist für dich, wenn du: endlich einen klaren Plan für deine Ernährung haben möchtest, lernen willst, wie du deinen eigenen individuellen Speiseplan erstellst - mit hilfreichen Inspirationen und Rezeptideen, wissen möchtest, welche Lebensmittel und Nahrungsergänzungsmittel dich in den verschiedenen Zyklusphasen optimal unterstützen können und Lust auf Austausch mit anderen Frauen hast, die die gleichen Herausforderungen kennen.

Das erwartet dich: wertvolles Wissen über zyklusgerechte Ernährung - mit alltagstauglichen Gerichten, eine Speiseplan-Vorlage zum Ausfüllen und Ausdrucken für zuhause, deinen eigenen, fertig ausgefüllten Speiseplan, den du sofort umsetzen kannst, inspirierender Austausch und gegenseitige Unterstützung in der Gruppe, die Möglichkeit, deine persönlichen Fragen direkt an Ernährungsexpertin Annkatrin Seidler zu stellen.

Bitte beachten: Dieses Seminar ist ein Online-Seminar. Sie erhalten vor Beginn der Veranstaltung einen Link.

Webseminar
1 Termin | Do. 15.10.2026
 18:00 bis 20:30 Uhr Preis je TN 25,00 €
 26H9254WEB | Annkatrin Seidler

VEGETARISCH – VOLLWERTIG GEGEN WINTERBLUES

Wenn die Tage kürzer werden und die Energie sinkt, ist die richtige Ernährung dein bester Verbündeter! In diesem Kurs mit neuen Rezepten zeigen wir dir, wie du mit bunten, vollwertigen Lebensmitteln deine Stimmung hebst und fit durch die dunkle Jahreszeit kommst.

Bitte beachten: Eine Kochschürze und Behälter für Reste mitbringen.

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Fr. 06.11.2026
 17:00 bis 21:00 Uhr Preis je TN 39,70 €
 26H9201BR | Inge Teuchert



FIT UND GESUND DURCH VOLLWERTIGE ERNÄHRUNG

Lust auf mehr Energie, Wohlbefinden und Genuss? In diesem praxisnahen Kochkurs mit tollen neuen Rezepten erfahren Sie, wie vollwertige Ernährung einfach und alltagstauglich gelingt! Gemeinsam bereiten wir leckere, nährstoffreiche Gerichte zu - mit frischen, regionalen Zutaten und ganz ohne Verzicht. Neben vielen Tipps zur gesunden Lebensmittelauswahl gibt es auch praktische Anregungen für schnelle Mahlzeiten, die Körper und Geist gut tun. Jetzt anmelden und genießen.

Bitte beachten: Eine Kochschürze und Behälter für Reste mitbringen.

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Sa. 10.10.2026
 15:00 bis 18:00 Uhr Preis je TN 32,80 €
 26H9202BR | Inge Teuchert

SAISONALE KÜCHE

ALLES RUND UM DIE KARTOFFEL

Kartoffelspezialitäten gemeinsam kochen. Curry mit Kartoffel und Fisch, Kartoffelpizza, Focaccia aus Kartoffel oder Kumpir stehen auf dem Essensplan.

Bitte beachten: Die Lebensmittelkosten sind im Kursentgelt enthalten. Bitte bringen Sie Behälter für Reste und, wenn vorhanden, eine Schürze mit.

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Mi. 09.09.2026
 18:00 bis 21:00 Uhr Preis je TN 30,80 €
 26H9260BR | Hille Tiarks

OFENGERICHTE

Klassische Aufläufe und Gratins, aber auch schnelle Blechgerichte und Pies werden verkostet. Die Gerichte sind gut geeignet fürs gemeinsame Familienessen

Bitte beachten: Die Lebensmittelkosten sind im Kursentgelt enthalten. Bitte bringen Sie Behälter für Reste und, wenn vorhanden, eine Schürze mit.

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Di. 24.11.2026
 18:00 bis 21:00 Uhr Preis je TN 30,80 €
 26H9261BR | Hille Tiarks

VEGETARISCHE HERBSTGERICHTE

Vegetarische Gerichte mit Nüssen, Maronen oder Birne und Apfel schmecken in der dunklen Jahreszeit besonders gut.

Bitte beachten: Die Lebensmittelkosten sind im Kursentgelt enthalten. Bitte bringen Sie Behälter für Reste und, wenn vorhanden, eine Schürze mit.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Di. 22.09.2026
 18:00 bis 21:00 Uhr Preis je TN 30,80 €
 26H9262NH | Hille Tiarks

HERBSTZEIT IST ERNTEZEIT - UND ZEIT ZUM KOCHEN

Deftige Herbstgerichte wie Suppen, Wild- und Kohlgerichte wärmen uns bei sinkenden Temperaturen. Kürbis und Kohl haben Hochsaison und es gibt wieder frisches Wildfleisch!

Bitte beachten: Die Lebensmittelkosten sind im Kursentgelt enthalten. Bitte bringen Sie Behälter für Reste und, wenn vorhanden, eine Schürze mit.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Mi. 07.10.2026
 18:00 bis 21:00 Uhr Preis je TN 30,80 €
 26H9263NH | Hille Tiarks

SO SCHMECKT DER HERBST

Nun wird es langsam kälter, und man verbringt wieder mehr Zeit in der heimischen Küche. Bei einem köstlichen 3 Gänge Menü werden die herbsttypischen Lebensmittel und Gewürze verwendet. Zubereitet wird eine Pastinakencremesuppe mit Topinambur-Brot, geschmorte Hähnchenbrust an einer Traubensauce, gebratener Kürbis und Steckerrübenstampf sowie Quarkknödel mit Zwetschgen.

Bitte beachten: Bitte bringen Sie, wenn vorhanden, ein scharfes Messer und eine Kochschürze mit.

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Di. 27.10.2026
 18:00 bis 21:30 Uhr Preis je TN 47,30 €
 26H9225BR | Fabian Klug



DREI GÄNGE VOLLER KÜRBIS

Genießen Sie ein leckeres Drei-Gänge-Menü, wo der Kürbis die Hauptrolle spielt. Zubereitet wird ein Kürbis-Kokos-Süppchen mit Kürbisbrot, gefolgt von gebratenem Schweinefilet im Speckmantel, Salbeisauce, mediterranem Kürbis-Gemüse, Kräuterrisotto sowie Kürbis-Käse-Kuchen mit Kirschkompott.

Bitte beachten: Bitte bringen Sie, wenn vorhanden, ein scharfes Messer und eine Kochschürze mit.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Fr. 30.10.2026
 18:00 bis 21:30 Uhr Preis je TN 47,30 €
 26H9226NH | Fabian Klug

TRENDKÜCHE

MINIMALER EINSATZ, MAXIMALER GESCHMACK Kochen für junge Leute | Junge VHS ab 16 Jahren

Wir werden aus günstigen Basics, die in jede Küche gehören, ein One-Pot Gericht zubereiten. Auch das „Alles-vom-Blech“-Prinzip mit Saisongemüse und Tofu oder Hähnchen kommt zum Einsatz. Direkt in der Pfanne gebacken wird unser Pfannen-Pizzabrot und eine Quiche zur kreativen Resteverwertung steht auch auf dem Programm. In geselliger Runde wird gegessen und es werden noch Küchenhacks oder Einkaufstipps besprochen!

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Mi. 14.10.2026
18:00 bis 21:00 Uhr | Preis je TN 36,00 €
26H9231NH | Hille Tiarks

RÄUCHERN VON FORELLE UND AAL MIT MICHA Wochenendseminar

Ein Erlebniskurs in Fedderwardsiel rund um das Räuchern! Im Vordergrund steht an diesem Tag das gemeinsame Räuchern von Forelle und Aal. Der frische Fisch wird gemeinsam ausgenommen und für das Räuchern vorbereitet. Genießen Sie dann den gemütlichen Teil des Tages, in dem der Fisch geräuchert und anschließend gemeinsam in entspannter Runde probiert wird. Micha wird Ihnen im Laufe des Tages alle Fragen beantworten, die Sie schon immer über das Räuchern stellen wollten. Wenn Sie am Ende des Tages alles über Fischarten, Werkzeugeinsatz, Fischvorbereitung, Salzen und kalt oder heiß Räuchern wissen, bekommen Sie Michas Räucherdiplom für Forelle und Aal. Genießen Sie mit diesem Erlebniskurs einen informativen und rustikal Tag in Fedderwardsiel, an dem sicher auch für zu Hause ein Stück von der selbst geräucherten Forelle und dem Aal übrigbleiben wird.

Bitte beachten: Es entstehen zusätzlich Kosten für Forelle und Aal, Brot und Getränke von ca. 20,00 €, die direkt vor Ort mit dem Dozenten abgerechnet werden. Bitte denken Sie an wettergerechte Kleidung.

Fedderwardsiel, Micha's Fischbude
1 Termin | Sa. 12.09.2026
12:00 bis 16:00 Uhr | Preis je TN 44,00 €
26H9224BJ | Michael Schiller

PRALINEN, TRÜFFEL & KONFEKT

Schokolade macht Dich glücklich? Dann ist die hohe Schokoladenkunst genau das Richtige. In diesem Kurs stellen wir gemeinsam verschiedene Pralinen, Trüffel & Konfekte her. Neben den Grundlagen der Pralinenherstellung erfahren Sie auch das richtige Temperieren sowie die Auswahl der richtigen Zutaten zum Herstellen der Pralinen.

Bitte beachten: Bitte bringen Sie, wenn vorhanden, eine Kochschürze mit. Manche Pralinen, Trüffel & Konfekte enthalten Alkohol.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Do. 26.11.2026
18:00 bis 21:30 Uhr | Preis je TN 50,30 €
26H9205NH | Fabian Klug

BURGER & MORE Der perfekte Kurs für Hochstapler

In unserem Kochkurs „Burger & More“ lernen Sie mehr als nur den klassischen Burger. Lernen Sie neben der Herstellung von Burger-Brötchen, verschiedenen Saucen und Dips auch verschiedene Burger-Kreationen, wie 100% Beef, Veggieburger oder auch Pulled-Pork Burger, aber auch eigene Kreationen sind erlaubt. Außerdem werden passende Beilagen hergestellt.

Bitte beachten: Mitzubringen sind ein scharfes Messer und eine Kochschürze.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Mo. 18.01.2027
18:00 bis 21:30 Uhr | Preis je TN 47,30 €
26H9234NH | Fabian Klug

FIXE PASTA OHNE PASTA-FIX

Italienische Pasta Gerichte gibt es in beliebig vielen Varianten. Viele davon lassen sich mit Pülverchen aus dem Supermarkt schnell und einfach zubereiten. Doch auch ohne diese Fix-Produkte lassen sich die meisten dieser Gerichte ruckzuck in wenigen Minuten kochen. Das werden wir zusammen versuchen.

Bitte beachten: Bitte bringen Sie Schreibutensilien und eine Schürze sowie kleine Behälter für eventuelle Reste mit. Die Lebensmittelumlage ist im Kursentgelt enthalten.

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Fr. 20.11.2026
18:30 bis 21:30 Uhr | Preis je TN 35,80 €
26H9230BR | Gesine Cubasch

INTERNATIONALE KÜCHE

KARIBISCHE KÜCHE

Eine kulinarische Reise und jede Menge Urlaubsfeeling erwartet Sie entlang der exotischen und gewürzreichen Speisen der Karibik. Kochen Sie ein Drei-Gänge-Menü, was nach Sonne und Urlaub schmeckt und ganz sicher Fernweh-Gefühle bei Ihnen auslöst. Gekocht wird eine Süßkartoffelsuppe mit gebratener Banane im Speckmantel, Jamaika-Hähnchen, Rumschaum, gegrilltem Mais, Karibischem Reis und zum Abschluss Passionsfrucht Mousse mit Ananasragout.

Bitte beachten: Bitte bringen Sie, wenn vorhanden, ein scharfes Messer und eine Kochschürze mit.

MURAT KOCHT

Original türkische Küche kennenlernen und genießen – Murat Sentürkler hat das Kochen und Backen zu seinem Hobby gemacht. Sein Wissen und seine Erfahrung gibt er gerne in Kochkursen weiter. An diesem Abend möchte er mit Ihnen den Geheimnissen der orientalischen Küche auf den Grund gehen und einige besondere Köstlichkeiten zaubern. Nach der Vorbereitung der Zutaten und dem gemeinsamen Kochen beantwortet Murat Ihre Fragen rund um die türkische Küche und die Verwendung von Gewürzen und traditionellen Zutaten. Verbringen Sie einen genussvollen Abend und lassen Sie sich inspirieren. Es werden andere Rezepte als in den vorherigen Kursen gekocht.

Bitte beachten: Bitte Ihr Lieblingsmesser und, wenn gewünscht, eine Kochschürze mitbringen.

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Fr. 04.09.2026
18:00 bis 21:30 Uhr | Preis je TN 39,30 €
26H9212BR | Murat Sentürkler

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Fr. 25.09.2026
18:00 bis 21:30 Uhr | Preis je TN 39,30 €
26H9213BR | Murat Sentürkler

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Fr. 09.10.2026
18:00 bis 21:30 Uhr | Preis je TN 39,30 €
26H9218NH | Murat Sentürkler

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Fr. 30.10.2026
18:00 bis 21:30 Uhr | Preis je TN 39,30 €
26H9215BR | Murat Sentürkler

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Fr. 27.11.2026
18:00 bis 21:30 Uhr | Preis je TN 39,30 €
26H9217BR | Murat Sentürkler

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Fr. 04.12.2026
18:00 bis 21:30 Uhr | Preis je TN 39,30 €
26H9227NH | Murat Sentürkler

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Mi. 06.01.2027
18:00 bis 21:30 Uhr | Preis je TN 46,30 €
26H9200BR | Fabian Klug

MEXIKANISCHE KÜCHE

Erst die Arbeit, dann die Siesta! Erfahren Sie mehr über die Küche Mexikos und tauchen Sie ein in ein Land voller bunter, frischer und abwechslungsreicher Gerichte. Neben Tortillas, Tacos, Ceviche, Chili Con Carne und Churros werden weitere Speisen wie Guacamole, Salsa und Enchiladas zubereitet.

Bitte beachten: Bitte bringen Sie, wenn vorhanden, ein scharfes Messer und eine Kochschürze mit.

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Mo. 25.01.2027
18:00 bis 21:30 Uhr | Preis je TN 46,30 €
26H9204BR | Fabian Klug

MURAT BACKT HERZHAFT

Original türkische Küche kennenlernen und genießen – Murat Sentürkler möchte mit Ihnen den Geheimnissen der orientalischen Küche auf den Grund gehen und einige spezielle Köstlichkeiten zaubern. Nachdem Sie die benötigten Zutaten vorbereitet und gemeinsam gebacken haben, sitzen Sie in einer gemütlichen Runde beisammen und genießen Ihre selbstgebackenen Leckereien bei einem türkischen Çay. Murat wird dann Ihre Fragen rund um die türkische Küche und den Einsatz von Gewürzen und traditionellen Zutaten beantworten. Verbringen Sie einen geschmackvollen Abend und lassen Sie sich inspirieren.

Bitte beachten: Bitte Ihr Lieblingsmesser und, wenn gewünscht, eine Kochschürze mitbringen.

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Fr. 02.10.2026
18:00 bis 21:30 Uhr | Preis je TN 39,30 €
26H9214BR | Murat Sentürkler

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Fr. 13.11.2026
18:00 bis 21:30 Uhr | Preis je TN 39,30 €
26H9216BR | Murat Sentürkler



INTERNATIONALES STREET FOOD

Das Beste aus allen Herren Ländern heißt es beim Internationalen Streetfood Kochkurs. Gemeinsam werden die beliebtesten kulinarischen Klassiker der Streetfood Szene zubereitet. Von Japan bis Amerika, von Mexiko bis Vietnam.

Bitte beachten: Mitzubringen sind ein scharfes Messer und eine Kochschürze.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Fr. 02.10.2026
 18:00 bis 21:30 Uhr Preis je TN 48,30 €
 26H9219NH | Fabian Klug

SUSHI

Lernen Sie unter Anleitung das Herstellen von verschiedenen Sushi Arten wie Maki, California Roll inside-out, oder auch Crunchy Rolls in Tempura Teig. Auch die Herstellung von vegetarischem Sushi wird berücksichtigt. Außerdem werden Sie Informatives über die Herkunft und die Entstehung von Sushi erfahren. Seien Sie dabei und haben Sie anschließend den Dreh raus!

Bitte beachten: Mitzubringen sind ein scharfes Messer und eine Kochschürze.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Mo. 28.09.2026
 18:00 bis 21:30 Uhr Preis je TN 49,30 €
 26H9222NH | Fabian Klug

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Di. 06.10.2026
 18:00 bis 21:30 Uhr Preis je TN 49,30 €
 26H9228BR | Fabian Klug



INDISCHE KÜCHE

Tauchen Sie ein in ein Land, das geprägt ist durch die einzigartige Vielzahl duftender Gewürze und wunderbarer Aromen. So vielseitig wie Indien selbst, so abwechslungsreich ist auch die Küche dieses Landes. Neben verschiedenen Currys werden auch traditionelles Brot, sowie Chutneys hergestellt.

Bitte beachten: Die Lebensmittelumlage ist im Kursentgelt enthalten. Mitzubringen sind ein scharfes Messer und eine Kochschürze

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Mo. 02.11.2026
 18:00 bis 21:30 Uhr Preis je TN 47,30 €
 26H9223NH | Fabian Klug

Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Mi. 04.11.2026
 18:00 bis 21:30 Uhr Preis je TN 47,30 €
 26H9229BR | Fabian Klug

TAPAS & FRIENDS

Im Kochkurs „Tapas & Friends“ beginnt das Vergnügen schon bei der Zubereitung. Es werden verschiedene warme und kalte Tapas wie die traditionellen Papas Arrugadas, Pimientos und viele, viele weitere Köstlichkeiten hergestellt. Anschließend werden die kleinen Appetithäppchen in gemütlicher Runde gemeinsam verzehrt.

Bitte beachten: Mitzubringen sind ein scharfes Messer und eine Kochschürze.

Nordenham | Bildungshaus, Marktplatz 5
1 Termin | Mo. 21.09.2026
 18:00 bis 21:30 Uhr Preis je TN 48,30 €
 26H9232NH | Fabian Klug

FÜR DOZENT*INNEN

WES GUTE HYGIENEPRAXIS IM UMGANG MIT LEBENSMITTELN Wiederholungsbelehrung gemäß IFSG §§ 42/43 Dozentenfortbildung

Hygieneschulung für Mitarbeiter*innen in Kitas und Schulen und für Dozent*innen in Kursen mit Kochpraxis – Jedes Haus und jede Einrichtung hat unterschiedliche Bedürfnisse und trotzdem ist die Basis bei allen dieselbe. Wir wollen die große Bandbreite der Maßnahmen unter die Lupe nehmen und auf das Nötige unterbrechen. Bereits kleine Nachlässigkeiten bei der Zubereitung von Speisen können ernste gesundheitsschädigende Folgen haben. Wenn Kitas und Schulen eine Gemeinschaftsverpflegung anbieten, gelten sie als Lebensmittelunternehmen und tragen die Verantwortung für die hygienische Sicherheit der abgegebenen Speisen. Die Einhaltung der gesetzlichen Vorschriften wie Infektionsschutzgesetz und Lebensmittelhygieneverordnung muss gewährleistet sein. Aber auch bei der Durchführung von Kochkursen und Kochaktionen mit Kindern oder Erwachsenen ist strikte Hygiene unerlässlich, damit es nicht zu Magenverstimmungen oder Vergiftungen kommt. Einsteiger*innen erhalten eine Grundlagen-schulung, erfahrene Mitarbeiter*innen können ihr Wissen auffrischen und Erfahrungen austauschen. Dieses Seminar ersetzt nicht die Ersts Schulung in einem Gesundheitsamt, gilt aber als gesetzlich vorgeschriebene Nachschulung (inklusive Zertifikat).

Inhalte:

- Aktuelle gesetzliche Grundlagen zur Lebensmittelhygiene
- Mikrobiologische Grundlagen und mikrobiologisch kritische Lebensmittel
- HACCP- was bedeutet das eigentlich?
- Personalhygiene
- Tätigkeits- und Beschäftigungsverbot nach §§42/43 IFSG (mit Bescheinigung über Wiederholungsbelehrung)

Bitte beachten: Der Kurs selbst ist für aktive Dozent*innen kostenlos. Geben Sie bitte bei der Anmeldung zum Kurs an, wenn Sie die Bescheinigung für die Wiederbelehrung ausgestellt haben möchten. Dafür werden von uns 5,00 € berechnet. Anmeldungen nur telefonisch oder über das Anmeldeformular.

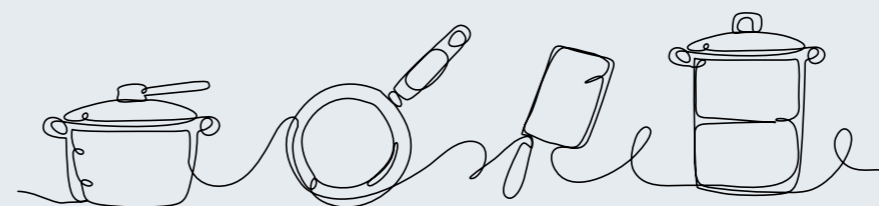
Brake, KoBi | Bgm.-Müller-Str. 35
1 Termin | Sa. 21.11.2026
 10:00 bis 14:00 Uhr Preis je TN 50,40 €
 26H9440BR | Wiebke von Atens-Kahlenberg

DIE NEUE LEHRKÜCHE IN NORDENHAM



NEUE LEHRKÜCHE - NEUE MÖGLICHKEITEN

Entdecken Sie unsere neue Lehrküche im Bildungshaus Nordenham. Mit 4 modernen Kochinseln sowie einer barrierearmen Arbeitsfläche & Kochfeld bieten wir nun beste Voraussetzungen für neue Kochkurse in Nordenham. Außerdem sind auch Teamevents oder Firmenschulungen bei uns möglich.



KONTAKTIERE UNS

- 04401 7076 100
- info@kvhs-wesermarsch.de
- kvhs-wesermarsch.de

Kind:	Vorname*:	Name*:
Erziehungsberechtigte*r:	Vorname*:	Name*:
Straße*:	Hausnummer*:	Geburtsdatum Erz.-Ber*:
PLZ*:	Ort*:	Geburtsdatum Kind*:
E-Mail*:	Telefon für den Notfall*:	

* = Pflichtfeld

KVHS Wesermarsch GmbH (KVHS)
Bgm.-Müller-Str. 35
26919 Brake

Geschäftsstelle Nordenham:
 Marktplatz 5
 26954 Nordenham
 Tel.: 04401 7076- 100
 Fax: 04401 7076- 101

Geschäftsstelle Brake:
 Bgm.-Müller-Str. 35
 26919 Brake
 Tel.: 04401 7076- 100
 Fax: 04401 7076- 101



E-Mail:
 Internet:
 Öffnungszeiten:

info@kvhs-wesermarsch.de
 www.kvhs-wesermarsch.de
 Mo. bis Do. 9:00 bis 16:00 Uhr
 Fr. 9:00 bis 12:00 Uhr
 Mo. bis Fr. 9:00 bis 12:00 Uhr

In den Ferien:

ANMELDUNG

Hiermit melde ich mich **verbindlich** an und verpflichte mich zur Zahlung.

Nr.:										Titel:
Nr.:										Titel:
Nr.:										Titel:
Antrag auf Ermäßigung:										
<input type="checkbox"/> ALG-Empf. <input type="checkbox"/> Hartz IV-Empf. <input type="checkbox"/> anerkannte(r) Freiwillige(r) / Ehrenamtskarte <input type="checkbox"/> Bitte Nachweis (Fotokopie) beifügen!										

Ihre Angaben werden in der automatisierten Datenverarbeitung aufgrund der gesetzlichen Vorschriften verarbeitet. Im Übrigen gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) der KVHS (s. Programmheft).

Zahlung:

Einzugsermächtigung bitte ausfüllen:

SEPA-Lastschriftmandat: Ich ermächtige die KVHS Wesermarsch GmbH, die **gebühren** von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die auf mein Konto **GEZOGENE LASTSCHRIFT** einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.
 Evtl. durch Rücklastschriften entstehende Gebühren gehen zu meinen Lasten.

Kreditinstitut	
IBAN:	DE <input type="text"/>
Kontoinhaber/in:	
Unterschrift Kontoinhaber/in:	

Die AGB und Datenschutzbestimmungen der KVHS Wesermarsch GmbH erkenne ich mit der Unterschrift an. Ich bin mit der Aufbewahrung meiner Daten für künftige Kurse einverstanden. Ich kann jederzeit diese Einwilligung mit Wirkung auf die Zukunft widerrufen.

Ort, Datum

Unterschrift Erziehungsberechtigte*r

Geschäftsführung:
 Ulrike Michalzik

HRB 201008
 Steuer-Nr.: 63/220/05905
 DE07VHS00000320331

ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN DER KREISVOLKSHOCHSCHULE WESERMARSCH (STAND: MAI 2023)

Die Kreisvolkshochschule Wesermarsch, im folgenden KVHS, ist eine nach dem Niedersächsischen Erwachsenenbildungsgesetz geförderte öffentliche, nicht gruppenbezogene Einrichtung der Erwachsenenbildung. Sie ist parteipolitisch und konfessionell unabhängig.

1. Geltungsbereich

1.1. Die Bestimmungen dieser allgemeinen Geschäftsbedingungen gelten für sämtliche Verträge, Rechtsgeschäfte und Angebote der KVHS gegenüber ihren Teilnehmenden, Interessent*innen, sonstigen Auftraggeber*innen und Dozent*innen, unabhängig von Inhalt und Rechtsnatur der angebotenen oder vertraglich übernommenen Leistungen.
 1.2. Soweit Verträge oder Angebote der KVHS Regelungen enthalten, die von den AGB abweichen, gehen die individuell angebotenen oder vereinbarten Regeln dieser AGB vor. Die individuellen Regeln bedürfen der Schriftform.

2. Werbung / Verkauf

2.1. Jegliche Art der direkten oder indirekten Werbung oder Parteinahme in Räumen oder während Veranstaltungen der KVHS ist untersagt. Es sei denn, es erfolgte eine ausdrückliche schriftliche Genehmigung seitens der KVHS.
 2.2. Werbung stellt in keinem Fall die Meinung oder gar eine Empfehlung der KVHS dar. Jegliche Verantwortung und Haftung wird ausdrücklich ausgeschlossen.

3. Anmeldung

...zu Kursen
 3.1. Anmeldungen zu den Kursen müssen vor Kursbeginn erfolgen: persönlich, telefonisch, schriftlich, per Fax, per E-Mail oder im Internet sind verbindlich und verpflichten in jedem Fall, bei Zustandekommen des Kurses zur Zahlung der Kursentgelte und sonstiger anfallender Kosten. Mit der Anmeldung erkennen Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen an.
...zu Lehrgängen
 Bei Anmeldungen zu den Lehrgängen ist wie unter „Anmeldung zu Kursen“ vorzugehen – soweit keine anderweitige Regelung getroffen ist, zusätzlich wird ein rechtsverbindlicher Lehrgangsvertrag geschlossen. Die Kursentgelte sind mit Beginn des Lehrgangs fällig. In ihnen ist eine Verwaltungspauschale von 15 € enthalten. Es kann eine Ratezahlung vereinbart werden. Die Ratezahlungsvereinbarung wird lehrgangsabhängig festgelegt. Voraussetzung hierfür ist die Teilnahme am Bankeinzugsverfahren (SEPA-Lastschriftverfahren).

...zu Bildungsurlauben, Elternfortbildungen, DvO und ähnlichen Sonderveranstaltungen
 Bei Anmeldungen zu Sonderveranstaltungen wie Bildungsurlauben, Elternfortbildungen etc. beachten Sie bitte die gesonderten Anmelde- und Abmeldemodalitäten (Details im Programm und/oder in der Anmeldebestätigung).

3.2. Anmeldungen sind möglich:
 a) Persönlich während der Geschäftszeiten in den Geschäftsstellen Nordenham und Brake.
 b) Schriftlich mit dem Anmeldeformular (ANMELDUNG) oder per Fax.
 c) Per Internet unter www.kvhs-wesermarsch.de nur in Verbindung mit dem Bankeinzugsverfahren möglich (SEPA-Lastschriftverfahren)
 d) Telefonisch nur in Verbindung mit dem Bankeinzugsverfahren möglich (SEPA-Lastschriftverfahren)
 e) Per E-Mail nur in Verbindung mit dem Bankeinzugsverfahren möglich (SEPA-Lastschriftverfahren)
 f) Interessent*innen, die ohne Anmeldung zum ersten Kurstermin kommen, müssen vor Ort ein Anmeldeformular vollständig ausfüllen, unterschreiben und dem/der Dozent*in zur Weitergabe an die KVHS geben. Jedes Risiko, z.B., dass der Kurs bereits belegt ist oder keine Information bei Verschiebung oder Ausfall erfolgte, trägt die/der Interessent*in.
 3.3. Sie erhalten für jede fristgerechte Anmeldung eine schriftliche Anmeldebestätigung.
 3.4. Bei Kursausfall, -verschiebung oder Überbelegung erhalten angemeldete Teilnehmende eine Nachricht grundsätzlich per E-Mail oder per Telefon.
 3.5. Bei Überbelegung eines Kurses, wird eine Warteliste eingerichtet.
 3.6. Mit der Anmeldung zu einem Angebot der KVHS entsteht in keinem Fall ein Anspruch auf die Durchführung oder Teilnahme.
 3.7. Das Risiko einer nicht zugestellten, nicht rechtzeitigen oder fehlerhaften Anmeldung trägt in jedem Fall die/der Interessent*in.

3.2. Anmeldungen sind möglich:
 a) Persönlich während der Geschäftszeiten in den Geschäftsstellen Nordenham und Brake.
 b) Schriftlich mit dem Anmeldeformular (ANMELDUNG) oder per Fax.
 c) Per Internet unter www.kvhs-wesermarsch.de nur in Verbindung mit dem Bankeinzugsverfahren möglich (SEPA-Lastschriftverfahren)
 d) Telefonisch nur in Verbindung mit dem Bankeinzugsverfahren möglich (SEPA-Lastschriftverfahren)
 e) Per E-Mail nur in Verbindung mit dem Bankeinzugsverfahren möglich (SEPA-Lastschriftverfahren)
 f) Interessent*innen, die ohne Anmeldung zum ersten Kurstermin kommen, müssen vor Ort ein Anmeldeformular vollständig ausfüllen, unterschreiben und dem/der Dozent*in zur Weitergabe an die KVHS geben. Jedes Risiko, z.B., dass der Kurs bereits belegt ist oder keine Information bei Verschiebung oder Ausfall erfolgte, trägt die/der Interessent*in.
 3.3. Sie erhalten für jede fristgerechte Anmeldung eine schriftliche Anmeldebestätigung.
 3.4. Bei Kursausfall, -verschiebung oder Überbelegung erhalten angemeldete Teilnehmende eine Nachricht grundsätzlich per E-Mail oder per Telefon.
 3.5. Bei Überbelegung eines Kurses, wird eine Warteliste eingerichtet.
 3.6. Mit der Anmeldung zu einem Angebot der KVHS entsteht in keinem Fall ein Anspruch auf die Durchführung oder Teilnahme.
 3.7. Das Risiko einer nicht zugestellten, nicht rechtzeitigen oder fehlerhaften Anmeldung trägt in jedem Fall die/der Interessent*in.

3.2. Anmeldungen sind möglich:
 a) Persönlich während der Geschäftszeiten in den Geschäftsstellen Nordenham und Brake.
 b) Schriftlich mit dem Anmeldeformular (ANMELDUNG) oder per Fax.
 c) Per Internet unter www.kvhs-wesermarsch.de nur in Verbindung mit dem Bankeinzugsverfahren möglich (SEPA-Lastschriftverfahren)
 d) Telefonisch nur in Verbindung mit dem Bankeinzugsverfahren möglich (SEPA-Lastschriftverfahren)
 e) Per E-Mail nur in Verbindung mit dem Bankeinzugsverfahren möglich (SEPA-Lastschriftverfahren)
 f) Interessent*innen, die ohne Anmeldung zum ersten Kurstermin kommen, müssen vor Ort ein Anmeldeformular vollständig ausfüllen, unterschreiben und dem/der Dozent*in zur Weitergabe an die KVHS geben. Jedes Risiko, z.B., dass der Kurs bereits belegt ist oder keine Information bei Verschiebung oder Ausfall erfolgte, trägt die/der Interessent*in.
 3.3. Sie erhalten für jede fristgerechte Anmeldung eine schriftliche Anmeldebestätigung.
 3.4. Bei Kursausfall, -verschiebung oder Überbelegung erhalten angemeldete Teilnehmende eine Nachricht grundsätzlich per E-Mail oder per Telefon.
 3.5. Bei Überbelegung eines Kurses, wird eine Warteliste eingerichtet.
 3.6. Mit der Anmeldung zu einem Angebot der KVHS entsteht in keinem Fall ein Anspruch auf die Durchführung oder Teilnahme.
 3.7. Das Risiko einer nicht zugestellten, nicht rechtzeitigen oder fehlerhaften Anmeldung trägt in jedem Fall die/der Interessent*in.

3.2. Anmeldungen sind möglich:
 a) Persönlich während der Geschäftszeiten in den Geschäftsstellen Nordenham und Brake.
 b) Schriftlich mit dem Anmeldeformular (ANMELDUNG) oder per Fax.
 c) Per Internet unter www.kvhs-wesermarsch.de nur in Verbindung mit dem Bankeinzugsverfahren möglich (SEPA-Lastschriftverfahren)
 d) Telefonisch nur in Verbindung mit dem Bankeinzugsverfahren möglich (SEPA-Lastschriftverfahren)
 e) Per E-Mail nur in Verbindung mit dem Bankeinzugsverfahren möglich (SEPA-Lastschriftverfahren)
 f) Interessent*innen, die ohne Anmeldung zum ersten Kurstermin kommen, müssen vor Ort ein Anmeldeformular vollständig ausfüllen, unterschreiben und dem/der Dozent*in zur Weitergabe an die KVHS geben. Jedes Risiko, z.B., dass der Kurs bereits belegt ist oder keine Information bei Verschiebung oder Ausfall erfolgte, trägt die/der Interessent*in.
 3.3. Sie erhalten für jede fristgerechte Anmeldung eine schriftliche Anmeldebestätigung.
 3.4. Bei Kursausfall, -verschiebung oder Überbelegung erhalten angemeldete Teilnehmende eine Nachricht grundsätzlich per E-Mail oder per Telefon.
 3.5. Bei Überbelegung eines Kurses, wird eine Warteliste eingerichtet.
 3.6. Mit der Anmeldung zu einem Angebot der KVHS entsteht in keinem Fall ein Anspruch auf die Durchführung oder Teilnahme.
 3.7. Das Risiko einer nicht zugestellten, nicht rechtzeitigen oder fehlerhaften Anmeldung trägt in jedem Fall die/der Interessent*in.

3.2. Anmeldungen sind möglich:
 a) Persönlich während der Geschäftszeiten in den Geschäftsstellen Nordenham und Brake.
 b) Schriftlich mit dem Anmeldeformular (ANMELDUNG) oder per Fax.
 c) Per Internet unter www.kvhs-wesermarsch.de nur in Verbindung mit dem Bankeinzugsverfahren möglich (SEPA-Lastschriftverfahren)
 d) Telefonisch nur in Verbindung mit dem Bankeinzugsverfahren möglich (SEPA-Lastschriftverfahren)
 e) Per E-Mail nur in Verbindung mit dem Bankeinzugsverfahren möglich (SEPA-Lastschriftverfahren)
 f) Interessent*innen, die ohne Anmeldung zum ersten Kurstermin kommen, müssen vor Ort ein Anmeldeformular vollständig ausfüllen, unterschreiben und dem/der Dozent*in zur Weitergabe an die KVHS geben. Jedes Risiko, z.B., dass der Kurs bereits belegt ist oder keine Information bei Verschiebung oder Ausfall erfolgte, trägt die/der Interessent*in.
 3.3. Sie erhalten für jede fristgerechte Anmeldung eine schriftliche Anmeldebestätigung.
 3.4. Bei Kursausfall, -verschiebung oder Überbelegung erhalten angemeldete Teilnehmende eine Nachricht grundsätzlich per E-Mail oder per Telefon.
 3.5. Bei Überbelegung eines Kurses, wird eine Warteliste eingerichtet.
 3.6. Mit der Anmeldung zu einem Angebot der KVHS entsteht in keinem Fall ein Anspruch auf die Durchführung oder Teilnahme.
 3.7. Das Risiko einer nicht zugestellten, nicht rechtzeitigen oder fehlerhaften Anmeldung trägt in jedem Fall die/der Interessent*in.

4. Rücktritt und Kündigung durch die KVHS und höhere Gewalt
 4.1. Für das Zustandekommen einer Veranstaltung zum

ausgewiesenen Kursentgelt ist eine Mindestzahl an Teilnehmenden notwendig. Die Mindestzahl beträgt in der Regel 7 Personen. Wird die Mindestzahl nicht erreicht, kann die KVHS vom Vertrag zurücktreten.

4.2. Die KVHS kann ferner vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die die KVHS nicht zu vertreten hat, ganz oder teilweise nicht stattfinden kann. In diesem Fall hat die/der Teilnehmende das Kursentgelt für die bereits stattgefundenen Unterrichtseinheiten anteilig zu zahlen.
 4.3. Die KVHS kann den Vertrag in den Fällen des § 314 BGB aus wichtigem Grund kündigen.
 4.4. Unbeschadet der Möglichkeit der Kündigung aus wichtigem Grund verlängert sich für den Fall, dass eine Vertragspartei an der Erfüllung des Vertrages durch höhere Gewalt wie Krieg, Epidemie, Pandemie, schwere Überschwemmung, Feuer, Taifun, Sturm und Erdbeben u. ä. gehindert ist, die Frist für die Erfüllung des Vertrages um den Zeitraum, in dem die höhere Gewalt vorliegt.
 4.5. „Höhere Gewalt“ bedeutet das Eintreten eines Ereignisses, das eine Partei zumindest vorübergehend daran hindert, eine oder mehrere ihrer vertraglichen Verpflichtungen aus dem Vertrag zu erfüllen, wenn und soweit die von dem Hindernis betroffene Partei nachweist, - dass dieses Hindernis außerhalb ihrer zumutbaren Kontrolle liegt,
 - dass das Ereignis zum Zeitpunkt des Vertragsabschlusses vernünftigerweise nicht vorhersehbar war
 - und dass die Auswirkungen des Hindernisses von der betroffenen Partei nicht vernünftigerweise hätten vermieden oder überwunden werden können.

4.6. Die betroffene Partei benachrichtigt die andere Partei unverzüglich wenigstens in Textform über den Eintritt Höherer Gewalt sowie über die Aussetzung der Leistungspflicht.
 4.7. Entfallen die Voraussetzungen für die Annahme Höherer Gewalt (siehe 4.5.), benachrichtigt die betroffene die andere Partei unverzüglich wenigstens per E-Mail.
 4.8. Sollte die Wirkung höherer Gewalt länger als 60 (sechzig) Tage andauern, hat die andere Partei das Recht, den Vertrag fristlos mit der Folge einer Vertragsrückabwicklung nach den gesetzlichen Vorschriften zu kündigen.

5. Abmeldung (Kündigung), Rücktritt und Widerruf durch den Teilnehmenden

5.1. Die Anmeldung ist verbindlich. Abmeldungen bei der Kursleitung und der/dem Dozent*in sind unwirksam. Ein Fernbleiben vom Kurs oder Lehrgang gilt nicht als Abmeldung, Rücktritt oder Widerruf.
 5.2. Die genauen Abmeldefristen für Lehrgänge, Bildungsurlaube und Sonderveranstaltungen sind in den jeweiligen Infoblättern benannt, die als Lehrgangsvertragsbestandteil ausgegeben werden.
 5.3. Bei allen anderen Kursen oder Lehrgängen gilt:
 a) Bei einer Abmeldung bis 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn entfällt die Zahlungsverpflichtung. Bereits gezahlte Kursentgelte und besondere Kosten werden in voller Höhe erstattet.
 b) Bei späterer Abmeldung wird das volle Kursentgelt erhoben.
 5.4. Nimmt die KVHS im Zusammenhang mit einer Bildungsveranstaltung externe Leistungen in Anspruch (z.B. Übernachtungs-, Verpflegungs-, Bus oder andere Transportmittelkosten) ist die Anmeldung hierfür verbindlich. Eine anderweitige Regelung bedarf der schriftlichen Bestätigung durch die KVHS. Im Falle einer Abmeldung entfällt die Zahlungspflicht für diese Fremdleistungen nur dann, wenn sie zum Zeitpunkt der Abmeldung noch nicht fest gebucht sind oder eine kostenfreie Stornierung seitens der KVHS möglich ist. Alle bis dahin entstandenen Kosten sind vom Teilnehmenden zu zahlen.
 5.5. Ein etwaiges gesetzliches Rücktritts- und Widerrufsrecht bleibt unberührt.

5.6. Die/der Teilnehmende kann den Vertrag ferner kündigen, wenn ihr/ihm die weitere Teilnahme an der Veranstaltung wegen organisatorischer Änderungen nicht zumutbar ist. In diesem Fall hat die/der Teilnehmende unverzüglich den Nachweis zu erbringen und die Kursentgelte für die bereits stattgefundenen Unterrichtseinheiten sowie etwaige weitere entstandene Kosten zu zahlen.
 5.7. Die/der angemeldete Teilnehmende ist berechtigt, der KVHS eine Person zu benennen, die anstelle an der Veranstaltung teilnimmt, sofern die Ersatzperson die sachlichen und persönlichen Voraussetzungen für eine Kursteilnahme erfüllt.
 5.8. Eine Ummeldung von einem Kurs in einen vergleichbaren anderen Kurs kann nur vor Veranstaltungsbeginn erfolgen.
 5.9. Etwaige Erstattungen erfolgen in der Regel bargeldlos.

6. Schriftform bei Abmeldungen (Kündigungen), Rücktritte und Widerrufe

6.1. Abmeldungen, sowie Rücktritte und Widerrufe sind

nur in Schriftform (Brief, Fax oder E-Mail) an die KVHS unter Beachtung der Fristen (siehe 5 ff.) zu richten. Das Risiko des fristgerechten Eingangs bei der KVHS trägt allein die/der Teilnehmende. Maßgebend für eine rechtzeitige Abmeldung, einen rechtzeitigen Rücktritt oder Widerruf ist bei Briefen das Datum des Poststempels. Liegt dieser nicht vor oder ist er nicht erkennbar, wird der Eingangsstempel der KVHS abzüglich zweier Werktagen angenommen.
 6.2. Kursentgelte und sonstige Kosten müssen bis zur wirksamen Abmeldung (Kündigung) gezahlt werden.

7. Entgelte, Zahlungen

7.1. Zahlungen erfolgen in jedem Fall bargeldlos per SEPA-Lastschriftverfahren oder werden per Rechnung angefordert. Entgelte in Kreativ- oder Kochkursen verstehen sich zzgl. Auslagen für Material bzw. Lebensmittel, sofern nicht anders angegeben.
 7.2. Mit der Anmeldung entsteht die Verpflichtung zur Zahlung des vollen Kursentgeltes und evtl. zusätzlicher anfallender Übernachtungs- und Verpflegungskosten sowie ggf. Prüfungsgebühren und Materialkosten.
 7.3. In den meisten Fällen wird das Kursentgelt zum zweiten Kurstag fällig. Per SEPA-Lastschrift ziehen wir das Kursentgelt zum 15. oder 30. eines Monats ein.
 7.4. Bei Langzeitkursen besteht die Möglichkeit einer Ratezahlung. Der Lastschrifteinzug hier erfolgt zum 30. eines Monats.
 Service

8. Ermäßigung, Zahlungsbefreiung (Die Ermäßigung greift nur bei ausgewählten Kursen)

8.1. Für Arbeitslose und Sozialhilfeempfänger, die staatliche Leistungen empfangen, Studenten, Schüler und Au-pairs sowie Inhaber*innen der Ehrenamtskarte erhalten bei Vorlage eines gültigen Nachweises für Kurse i. d. R. eine Ermäßigung über 20% auf das Kursentgelt. Als Nachweis gilt z. B. der Bewilligungsbescheid der Agentur für Arbeit oder des Jobcenters (das Ausstellungsdatum darf nicht älter als ein halbes Jahr sein) oder der letzte Kontoauszug, aus dem der Zahlungszeitraum für Arbeitslosengeld I, II oder Sozialhilfe ersichtlich ist.
 8.2. Der Nachweis muss bei der Anmeldung vorgelegt werden. Nachträglich können keine Ermäßigungen gewährt werden.
 8.3. Ein Rechtsanspruch auf Ermäßigungen bzw. Zahlungsbefreiungen besteht in keinem Fall.

9. Teilnahmebescheinigungen

9.1. Auf Wunsch und nur nach regelmäßigem Kursbesuch (80%).
 Für Bescheinigungen, die zurückliegende Semester betreffen gegen eine Gebühr von 3,00 Euro. Die Gebühr ist im Voraus zu entrichten.
 9.2. Bescheinigungen mit Angabe der Kursinhalte und ggf. Prüfungsergebnissen werden nur bei beruflich orientierten Kursen bei regelmäßiger Teilnahme (80%) ausgestellt.
 Ist der Kurs bereits länger als ein Jahr beendet, so wird für die nachträgliche Ausstellung einer Teilnahmebescheinigung oder nachträgliche Bescheinigung des zweiten Bildungsweges eine Gebühr in Höhe von 5,00 Euro erhoben.

10. Leistungshindernis, Verzug, Unmöglichkeit

10.1. Die KVHS kommt mit ihren Leistungen nur in Verzug, wenn sie die Verzögerung unmittelbar zu vertreten hat.
 10.2. Nicht zu vertreten hat die KVHS den unvorhersehbaren Ausfall eines für den Kurs, Lehrgang etc. eingeplanten Dozierenden oder Leitenden (z.B. durch Krankheit).
 10.3. Ebenso hat die KVHS höhere Gewalt oder andere Ereignisse, die bei der Planung nicht vorhersehbar waren, nicht zu vertreten.
 10.4. Bei Ausfall von Kursen steht es der KVHS frei, einen Ausweichtermin anzubieten oder das anteilige Kursentgelt zu erstatten. Die bis zu diesem Zeitpunkt durchgeführten Stunden bleiben verpflichtend.
 10.5. Die namentliche Nennung von Dozent*innen oder Lehrgangslösungen stellt nur den jeweiligen Planungsstand dar und ist nicht verbindlich. Die KVHS ist berechtigt, die Einsatzplanung jederzeit anzupassen.

11. Haftung

11.1. Die KVHS haftet nicht für Schäden, insbesondere nicht für Unfälle und Diebstähle, die auf dem Hin- und Rückweg sowie während der Dauer von Veranstaltungen entstehen.
 11.2. Die jeweiligen Dozent*innen werden von der KVHS sorgfältig ausgewählt und über ihre Aufgaben und Pflichten belehrt. Dennoch haftet die KVHS nicht für die Qualität oder Richtigkeit der Kurse oder Inhalte. Für fehlerhafte Angaben und deren Folgen oder Schäden, die durch die Verwendung von Kursinhalten, Ratschlägen oder Informationen mittelbar oder unmittelbar entstehen, wird weder eine juristische

Verantwortung noch irgendeine Haftung übernommen.
11.3. Die KVHS haftet nicht für unerlaubte Handlungen von Dozent*innen, Lehrgangsführer*innen oder Teilnehmenden.

11.4. Wenn die KVHS Aufgaben an oder mit EDV-Geräten der Teilnehmenden übernimmt, müssen die Teilnehmenden vor Beginn der Tätigkeit sicherstellen, dass Daten im Fall einer Vernichtung oder Verfälschung mit vertretbarem Aufwand rekonstruiert werden können.

11.5. Die Haftungsausschlüsse gelten nicht, soweit in Fällen des Vorsatzes oder der groben Fahrlässigkeit oder bei Verletzung wesentlicher Vertragspflichten durch einfache Fahrlässigkeit für vertragstypisch vorhersehbare Schäden aus rechtlichen Gründen zwingend haftet wird.

11.6. Soweit die Schadensersatzhaftung gegenüber der KVHS ausgeschlossen oder eingeschränkt ist, gilt dies auch im Hinblick auf die persönliche Schadensersatzhaftung der Angestellten, Arbeitnehmer*innen, Mitarbeiter*innen, Vertreter*innen und Erfüllungsgehilfen der KVHS.

12. Schutz des geistigen Eigentums

12.1. Die/der Teilnehmende steht dafür ein, dass die ihm/ihr übergebenen Unterrichtsunterlagen nur für die vereinbarten Zwecke verwendet werden und nicht ohne ausdrückliche schriftliche Zustimmung im Einzelfall vervielfältigt, übersetzt, nachgedruckt, kopiert oder durch ein anderes Verfahren verarbeitet, weitergegeben oder verbreitet werden.

12.2. Soweit Unterlagen urheberrechtlich geschützt sind, ist und bleibt die KVHS oder die/der jeweilige Autor*in Urheber.

13. Datenschutz

13.1. Die Teilnehmerangaben bei Kursanmeldung werden bei der KVHS elektronisch gespeichert und ausschließlich für KVHS-Zwecke zur organisatorischen Abwicklung, Programmheftzustellung und zur statistischen Bewertung verwendet.

13.2. Regelmäßig werden folgende Daten bei der Anmeldung erfasst: Name, Vorname, Anschrift, E-Mail-Adresse, Alter, Geschlecht, Telefonnummer, Kursnummer, Semester, und Kursentgelt. Im Falle einer Einzugsermächtigung wird auch die Bankverbindung der Kursteilnehmenden erfasst, wobei Name, Vorname, Kontonummer und Bankverbindung, sowie die für die Veranstaltung zu zahlende Kursentgelt an die Hausbank der KVHS übermittelt werden.

Auf die einschlägigen datenschutzrechtlichen Bestimmungen wird hingewiesen.

14. Sonstiges

14.1. Gefährden Teilnehmende die ordnungsgemäße Durchführung einer Veranstaltung oder halten sich nicht an die Hausordnung, können sie mit sofortiger Wirkung von dieser Veranstaltung ausgeschlossen werden. In diesem Fall bleibt die Pflicht zur Zahlung des vollen Entgelts erhalten.

14.2. Soweit rechtlich zulässig, ist Gerichtsstand der Sitz der KVHS.

14.3. Es gilt ausschließlich das Recht der Bundesrepublik Deutschland.

14.4. Änderungen oder Ergänzungen dieser Bedingungen bedürfen der Schriftform und müssen als solche gekennzeichnet werden.

14.5. Sind oder werden Punkte dieser allgemeinen Geschäftsbedingungen ganz oder teilweise unwirksam, so werden die übrigen Punkte hierdurch nicht berührt. Die Parteien verpflichten sich, die unwirksamen Punkte unverzüglich durch wirksame zu ersetzen. Solange gelten Regelungen, die den beabsichtigten am nächsten kommen.

Widerrufsbelehrung

Sofern der Vertrag unter Nutzung von Fernkommunikationsmitteln, wie z.B. Briefen, Katalogen, Telefonanrufen, E-Mails, sowie Tele- und Mediendiensten abgeschlossen wird, gilt Folgendes: Sie können Ihre Anmeldung zu einer Veranstaltung der KVHS grundsätzlich innerhalb einer Frist von zwei Wochen ohne Angaben von Gründen in Textform (z.B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt der Kursanmeldung. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

Der Widerruf ist zu richten an:

KVHS Wesermarsch GmbH, Bgm-Müller-Str. 35, 26919 Brake oder Marktplatz 5, 26954 Nordenham; Fax: 04401 7076100; info@kvhs-wesermarsch.de

Erlöschen des Widerrufsrechts

Bitte beachten Sie, dass nach den Vorschriften des Bürgerlichen Gesetzbuches (BGB) Ihr Widerrufsrecht jedoch auch vor Ablauf der zweiwöchigen Widerrufsfrist erlischt, sofern die gebuchte Veranstaltung begonnen hat und der

erste Termin tatsächlich angeboten wurde. Auf eine tatsächliche Teilnahme Ihrerseits am ersten Termin der Veranstaltung kommt es hingegen nicht an.

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beidseitig empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen herauszugeben. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Für den Fall, dass die von Ihnen gebuchte Veranstaltung noch nicht begonnen hat und Sie innerhalb der Widerrufsfrist widerrufen haben, entstehen Ihnen weder Stornogebühren noch sonstige Widerrufskosten oder Gebühren und bereits entrichtete Kursentgelte werden zurückgezahlt. Liegt kein wirksamer Widerruf vor, ist ggf. das volle Kursentgelt zu entrichten. Dies gilt unabhängig davon, ob Sie nach einem unwirksamen Widerruf an den weiteren Terminen nicht mehr teilnehmen.

Besonderer Hinweis

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

(Stand: Mai 2023)

Unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen der Kreisvolkshochschule Wesermarsch können Sie auch unter diesem QR-Code nachlesen:



DATENSCHUTZBESTIMMUNGEN

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Kreisvolkshochschule Wesermarsch GmbH, Bürgermeister-Müller-Str. 35, 26919 Brake (nachfolgend „VHS“ oder „wir“ genannt) ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, E-Mail-Adresse, Geburtsjahr, Geschlecht) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. um bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Ist der Lastschriftmandatbogen abtrennbar, müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellte Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. Newsletter

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mail-Adresse zur Zusendung von Werbeinformatio-

nen der VHS zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre E-Mail-Adresse nicht für diesen Zweck nutzen. Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns über jedweden Kommunikationskanal (z.B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen.

4. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen und – soweit angegeben – Telefonnummer, ggfs. an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. An TELC werden folgende Daten übermittelt: Name, Vorname, Geschlecht, Geburtsdatum, Geburtsort, Geburtsland, Muttersprache, Teilnehmernummer. Für IHK oder VHS Prüfungen werden: Name, Vorname, Adresse und Geburtsdatum übermittelt.

Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Diese Übermittlung beruht auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

5. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

6. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden im Rahmen des Sepa-Zahlungsverkehrs zur Kursabrechnung genutzt.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet bzw. Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

7. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten lauten:

E-Mail: datenschutz@kvhs-wesermarsch.de

Unsere Datenschutzbestimmungen können Sie auch unter diesem QR-Code nachlesen:



Erhalten Sie 10% Frühbucherrabatt bei Buchung bis vier Wochen vorher!

Alle Infos dazu auf unserer Website!



TOURISMUS-AKADEMIE Nordwest

Die Frische Brise für Ihr Know-how

Weiterbildungen für alle Personalebene der Hotellerie, Gastronomie, Touristik und alle Interessenten die Neues lernen und sich weiterentwickeln möchten.

- ▶ Management
- ▶ Marketing
- ▶ Recht
- ▶ Social Media
- ▶ Fachkräfte Training
- ▶ Vermietende/Inhabende von Ferienimmobilien
- ▶ Prüfungsvorbereitungen
- ▶ Getränke an der Bar und Tastings

www.tourismus-akademie-nordwest.de
#kvhsammerland

Scan mich!

