

Freizeitheim Scheppau

Kreisvolkshochschule Helmstedt



Die Jugendfreizeit- und Familienbildungsstätte des Landkreises Helmstedt

Programm

Januar – August 2026

Wir über uns

Holger Schliefkowitz, Tel.: 05306/1847, E-Mail: holger.schliefkowitz@kvhs-helmstedt.de
und Melanie Bosse, Tel.: 05306/912608, E-Mail: melanie.bosse@kvhs-helmstedt.de

Das Freizeitheim Scheppau ist die Jugendfreizeit- und Familienbildungsstätte des Landkreises Helmstedt – eine Bildungs-, Freizeit- und Begegnungsstätte mit einer besonderen Geschichte: Sie ist aus einer familiären Initiative entstanden und wird heute vom Landkreis Helmstedt getragen. Die Personal- und Planungshoheit liegt bei der Kreisvolkshochschule Helmstedt.

Unsere Türen stehen allen Interessierten offen – ob Kinder, Jugendliche, Erwachsene, Eltern, Großeltern, Alleinlebende oder Familien.

Besonders Kinder und Jugendliche möchten wir gezielt in ihrer persönlichen Entwicklung stärken und sie dabei unterstützen, ihren Platz in der Gesellschaft zu finden. Gleichzeitig bieten wir Erziehungsverantwortlichen eine verlässliche Begleitung und Unterstützung in ihrer wichtigen Rolle.

Unser Angebot ist vielfältig: Freizeit- und Bildungskurse, individuelle Beratungen, Eltern-Kind-Gruppen, Wochenendveranstaltungen, offene Interessengruppen, Ausstellungen, Vorträge, Spiel- und Bastelnachmittage, Ferienprogramme, Qualifizierungen für Jugendleiterinnen und Jugendleiter und vieles mehr.

In unserem Haus kannst Du: kreativ sein, Ideen sammeln, Neues ausprobieren, gemeinsam etwas unternehmen, ins Gespräch kommen, Kontakte knüpfen, Erfahrungen teilen, Unterstützung finden, etwas für Deine Gesundheit tun ... oder einfach nur Freude erleben und Spaß haben.

Kreisvolkshochschule Helmstedt
Jugendfreizeit- und Familienbildungsstätte des Landkreises Helmstedt
Freizeitheim Scheppau
Zum Rieseberg 1
38154 Königslutter am Elm /OT: Scheppau
freizeitheim@kvhs-helmstedt.de

Öffnungszeiten: montags bis freitags von 8:30 bis 22:30 Uhr und am Wochenende laut Programm

Anmeldung Kinder, Jugend, Familie:

Holger Schliefkowitz
holger.schliefkowitz@kvhs-helmstedt.de
Tel.: 05306-1847

Anmeldung Erwachsenenbereich:

Melanie Bosse
melanie.bosse@kvhs-helmstedt.de
Tel.: 05306-912608

Sprechzeiten:

Mo.-Do.: 08:00-12:00 Uhr und 13:00-15:00 Uhr
Fr.: 08:00-12:00 Uhr
oder nach Vereinbarung

Sprechzeiten:

Mo.-Mi. & Fr.: 08:00-12:00 Uhr
Do.: 08:00-12:00 Uhr in der
KVHS Helmstedt

Inhalt

Holger Schliefkowitz, Tel.: 05306/1847, E-Mail: holger.schliefkowitz@kvhs-helmstedt.de
und Melanie Bosse, Tel.: 05306/912608, E-Mail: melanie.bosse@kvhs-helmstedt.de

Inhalt

Wir über uns.....	2
Grußwort.....	4
Allgemeine Informationen	5
Spenden	7
Mitgestalten	7
Schulferien.....	7
Anmeldung/-en im Kinder-, Jugend- und Familienbereich	
Einzelveranstaltungen.....	9
Osterbasteln	11
Ferienprogramm	13
Sommerferien.....	13
Programm.....	16
KVHS.....	40
Hinweise und Teilnahmebedingungen.....	41
Kursprogramm.....	45
Alphabetisches Inhaltsverzeichnis.....	60
Datenschutzbestimmungen.....	Anlage 1
So melden Sie sich an.....	Anlage 2
Anmeldekarten.....	Anlage 3

Grußwort

Holger Schliefkowitz, Tel.: 05306/1847, E-Mail: holger.schliefkowitz@kvhs-helmstedt.de

Liebe Freundinnen und Freunde unserer Einrichtung,
liebe engagierte Mitwirkende,

endlich ist es so weit: Das neue Programm I/26 der Jugendfreizeit- und Familienbildungsstätte des Landkreises Helmstedt ist da – lange erwartet, nun druckfrisch und voller spannender Angebote.

Wir hoffen, dass für jede und jeden etwas Passendes dabei ist – viel Freude beim Stöbern, Entdecken und Mitmachen!

Um unser Angebot weiterhin vielfältig und lebendig zu gestalten, suchen wir motivierte und qualifizierte Kursleiterinnen und Kursleiter, die ihr Wissen und ihre Begeisterung weitergeben möchten. Vielleicht hast Du selbst Interesse, einen Kurs bei uns anzubieten – oder Du kennst jemanden, der genau dafür brennt. Wir freuen uns über jeden Hinweis.

Ein ganz herzlicher Dank geht an unsere Kursleitungen und Jugendleiterinnen und Jugendleiter. Nur durch euer Engagement wird dieses abwechslungsreiche Programm möglich. Danke für euren Einsatz, eure Ideen und eure Zeit!

Herzliche Grüße

Melanie & Holger



Allgemeine Informationen

Datenschutz

Auf Seite 8 dieses Programmheftes findest Du unsere Datenschutzerklärung. Bitte füll diese bei Neuansmeldung Deines Kindes aus, damit wir Eure Daten speichern dürfen. Ohne eine ausgefüllte und unterschriebene Einverständniserklärung ist eine Anmeldung leider nicht möglich. Liegt die Datenschutzerklärung vor, können weitere Anmeldungen einfach per E-Mail erfolgen.

Fristen

Bei Anmeldung zu den Kursen oder Ferienangeboten gilt eine Frist von 14 Tagen vor Beginn. Es müssen mindestens 5 Kinder verbindlich angemeldet sein, damit ein Kurs stattfinden kann. Bei Anmeldung zu Kursen mit Teilnehmergebühren oder Materialkosten ab 15 € erhältst Du ca. 3-4 Wochen vor Kursbeginn eine Rechnung von der KVHS Helmstedt oder Du bezahlst unkompliziert per SEPA-Lastschriftverfahren. Du kannst nur an dem Kurs teilnehmen, wenn Du den Betrag vorher überwiesen hast. Eine Barzahlung vor Ort ist nicht möglich.

Es gilt eine Abmeldefrist von Kursen mit Teilnehmergebühren von 14 Tagen vor Kursbeginn. Nach dieser Frist ist eine Erstattung der Kosten nicht mehr möglich.

Nachträgliche Anmeldungen

Ein Einstieg nach Programmbeginn ist in den meisten Kinder- und Jugendangeboten möglich. Bitte frag nach. Wir beraten dich gerne.

Materialkostenbeteiligung

Materialkosten unter 15,00 € oder nach Verbrauch, werden bitte direkt mit dem Dozierenden oder der Kursleitung abgerechnet. Kostenbeteiligungen über diesen geringen Betrag hinaus, werden per Lastschrift oder Überweisung beglichen. Ungefähr vier Wochen vor Kursbeginn erhältst Du eine Rechnung von der KVHS oder Du bezahlst unkompliziert per SEPA-Lastschriftverfahren. Barzahlungen können wir nicht entgegennehmen.

Für Kurse mit einer Materialkostenbeteiligung ab 15,00 € wird eine nicht erstattbare Verwaltungspauschale in Höhe von 4,00 € erhoben.

Parkplatzsituation

Auf der gegenüberliegenden Straßenseite der Jugendfreizeit- und Bildungsstätte befindet sich ein nicht öffentlicher Parkplatz, ausschließlich für Besucherinnen und Besucher sowie Dozentinnen und Dozenten.

Es wird darum gebeten nicht auf dem Grundstück der Einrichtung zu parken und das Tor geschlossen zu halten. Anlieferungen von Kursmaterial soll möglichst zu den Bürozeiten abgesprochen werden. Diese Regelung wurde zum Schutz von Kindern und Besuchern getroffen.

Allgemeine Informationen

Holger Schliefkowitz, Tel.: 05306/1847, E-Mail: holger.schliefkowitz@kvhs-helmstedt.de

Aufsichtspflicht

Du musst dein Kind der Kursleitung übergeben und dich vergewissern, dass er/sie bereits vor Ort ist. Auf keinen Fall darfst Du dein Kind vorangehend auf dem Parkplatz unbeaufsichtigt zum Kurs schicken. Über die vereinbarte Kurszeit hinaus, erfolgt keine Betreuung. Bitte trag selbst dafür Sorge, dass dein Kind rechtzeitig abgeholt wird. Unsererseits erfolgt die benötigte Aufsicht durch die jeweiligen Dozentinnen und Dozenten oder Jugendleiterinnen und Jugendleiter dem Kursangebot und dem Entwicklungsstand deines Kindes entsprechend angepasst. Falls dein Kind z.B. noch nicht alleine die Toilette aufsuchen kann, kannst Du gerne in unserem Wartebereich verbleiben und wenn nötig deinem Kind bei Bedarf behilflich sein. Unsere Kursleitenden verbleiben stets bei der Kursgruppe.

Fortbildungsveranstaltungen

Wir bieten für (sozial-)pädagogische Institutionen und Einrichtungen Fortbildungsveranstaltungen oder Tage zur Teambildung an. Sprecht uns für ein spezifisches Angebot, für euer Team, gerne an.



Spenden

Du möchtest unsere Jugendfreizeit- und Bildungsstätte finanziell fördern? Dann kannst Du an das offizielle Förderkonto spenden. Das Geld kommt direkt der Kinder- und Jugendarbeit im Freizeitheim zu und wird auch nur hier direkt im Freizeitheim verwendet.

Um zu spenden, kannst Du den von dir frei wählbaren Betrag auf das Förderkonto des Freizeitheim Scheppau überweisen. Bitte verwende unbedingt den angegebenen Verwendungszweck, damit dein Förderbeitrag zugeordnet werden kann.

NORD/LB Landessparkasse

IBAN: DE69 2505 0000 0005 0554 62

BIC: NOLADE2HXXX

Verwendungszweck: Spende FZH Scheppau

Bitte keine Kursbeiträge oder Materialkosten auf dieses Konto überweisen! Vielen Dank für deine Unterstützung.

Mitgestalten

Halbjahresplanung

Die Halbjahresplanung mit allen Jugendleiterinnen und Jugendleitern, die sich in diesem oder nächstem Semester an den verschiedenen Veranstaltungen beteiligen möchten, findet nach Absprache statt. Wenn Du in den Email-Verteiler aufgenommen werden möchtest, melde dich bitte bei Holger.

Kurse anbieten

Du wolltest schon immer mal einen Kurs oder ein Ferienangebot für Kinder und Jugendliche im Freizeitheim anbieten oder hast eine Idee die Du gerne mit etwas Unterstützung weiterentwickeln möchtest? Dann melde dich gerne bei uns.

Schulferien

Während der Schulferien oder Brückentagen finden ausschließlich Ferienangebote für Kinder- und Jugendliche statt. Die allgemeinen Kurse und Bildungsangebote pausieren in den Ferien.

Halbjahresferien	02. & 03.02.2026
Osterferien	23.03. bis 03.04.2026
Himmelfahrt	06. & 07.05.2026
Pfingsten	25. & 26.06.2026
Sommerferien	02.07. bis 12.08.2026

Anmeldung

Holger Schliefkowitz, Tel.: 05306/1847, E-Mail: holger.schliefkowitz@kvhs-helmstedt.de

Anmeldung/-en im Kinder-, Jugend- und Familienbereich

Mit der EU-Datenschutz-Grundverordnung wird vorgeschrieben, dass eine schriftliche Genehmigung der Erziehungsberechtigten erforderlich ist, um Daten der Kinder und Erwachsenen speichern zu können. Dazu fordern wir einmalig eine Unterschrift ein. Deshalb bitten wir Sie als Erziehungsberechtigte/n bei den nächsten Anmeldungen dieses Formular zu unterschreiben und ins Freizeitheim Scheppau zu senden.

☐ Ich bin damit einverstanden, dass nachfolgende Daten für zukünftige Anmeldungen von Familienmitgliedern gespeichert werden.

☐ Ich bin damit einverstanden, dass Bilder von meiner Familie im FZH ausgehängt werden.

☐ Ich bin damit einverstanden, dass Bilder von meiner Familie in der Presse / im Internet veröffentlicht werden.

Diese Einwilligungen können jederzeit für die Zukunft widerrufen werden. Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen oder Kursabbruch unmittelbar kontaktieren zu können.

Anmeldungen:

Name Erziehungsberechtigte/r*: _____

Geburtsdatum*: _____

Anschrift*: _____

E-Mailadresse: _____

Telefon/Handynummer: _____

Für Kurse ab 15 € Gebühren, wird eine Verwaltungspauschale in Höhe von 4 € erhoben. Die Pauschale ist bei Abmeldung nicht erstattbar.

1. Kurs: _____

Name Kind*: _____

Geburtsdatum*: _____

2. Kurs: _____

Name Kind*: _____

Geburtsdatum*: _____

3. Kurs: _____

Name Kind*: _____

Geburtsdatum*: _____

4. Kurs: _____

Name Kind*: _____

Geburtsdatum*: _____

☐ Ich möchte Kursgebühren bzw. Materialkosten ab 15,00 € per SEPA-Lastschrift bezahlen und habe die Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandates (Anlage 2 im Programmheft) beigefügt.

Senden an: FZH Scheppau, Zum Rieseberg 1, 38154 Scheppau oder E-Mail: freizeitheim@kvhs-helmstedt.de

Datenschutz:

Ich habe die Datenschutzbestimmungen zur Kenntnis genommen.

Im Programmheft siehe Anlage 1 oder auch <https://shorturl.at/nW5Ff>



Ort, Datum

Unterschrift (gesetzlicher Vertreter)

Widerruf der Einwilligung angenommen am: _____

Unterschrift Mitarbeiter/-in

*Pflichtangaben

Einzelveranstaltungen

Du hast am Wochenende noch nichts vor? Du möchtest erst einmal in ein Thema hineinschnuppern, bevor Du Dich für einen längeren Kurs entscheidest? Oder suchst Du nach einer schönen gemeinsamen Aktivität mit Deinem (Enkel-)Kind?

Dann schau doch in unseren Veranstaltungskalender mit Einzelterminen – ideal zum Ausprobieren, Entdecken und Mitmachen. Wir wünschen Dir viel Freude beim Stöbern und Auswählen! Unsere Eltern-Kind-Kurse richten sich nicht nur an Eltern und Kinder, sondern selbstverständlich auch an Großeltern mit Enkelkindern sowie Kinder mit ihren Bezugsbetreuerinnen oder -betreuern. Bitte beachte: Die Teilnahme eines Eltern- oder Großelternteils ist bei diesen Kursen unbedingt erforderlich.

Diese besonderen Angebote erkennst Du im Programm an der Kennzeichnung „EK“ in der Kursüberschrift. Falls ausnahmsweise eine Teilnahme der Kinder ohne Begleitperson möglich ist, wird das ausdrücklich in der Kursbeschreibung erwähnt. Achte bei der Anmeldung außerdem bitte auf das angegebene Mindestalter des Kindes, damit alle Teilnehmenden Freude am Kurs haben können.

Datum	Uhrzeit	Angebot	Alter	Kurs	
23.01.2026	15:00-21:00	Lesenacht I	6-9 J.	8495	---
31.01.2026	10:00-13:00	Wölfe in unserer Region I	ab 6	8450	EK
08.02.2026	10:00-16:00	Maltag – Ateliertag für Kids	7-13 J.	8310	---
08.02.2026	09:30-12:30	Filzen I	---	8400	EK
09.02.2026	10:00-11:30	..., große Entdeckungen (U3)	bis 3	8411	EK
13.02.2026	15:30-18:00	Nähen von „Ugly Dolls“	ab 8	8316	---
14.02.2026	09:00-13:00	Ostertöpfen I	ab 8	8466	---
15.02.2026	09:00-13:00	Ostertöpfen II	ab 8	8467	---
16.02.2026	10:00-12:00	Buntes Basteln & Spielen... ... rund um Fasching (U3)	bis 3	8412	EK
01.03.2026	09:30-12:30	Filzen II	---	8401	EK

Einzelveranstaltungen

Holger Schliefkowitz, Tel.: 05306/1847, E-Mail: holger.schliefkowitz@kvhs-helmstedt.de

13.03.2026	15:00-21:00	Lesenacht II	6-9 J.	8496	---
14.03.2026	09:00-13:00	Kreativwerkstatt	5-8 J.	8480	---
14.03.2026	9:00-12:00	Osterbasteln	4-9 J.	8481/2	---
20.03.2026	10:00-11:30	Kleine Gärtner (U3)	bis 3	8413	EK
31.03.2026	09:00-11:00	Bunte Ostereier färben (U3)	bis 3	8414	EK
02.04.2026	09:00-12:00	Osterbacken für die Kleinsten (U3)	bis 3	8415	EK
25.04.2026	15:00-18:00	Wir erkunden den Rieseberg I	7-12 J.	8455	---
02.05.2026	09:00-13:00	Muttertagsbasteln	ab 5	8318	---
09.05.2026	15:00-18:00	Wir erkunden den Rieseberg II	7-12 J.	8456	---
16.05.2026	10:00-13:00	Der Goldschakal! Eine neue Art...	ab 6	8451	EK
06.06.2026	10:00-16:00	Maltag – Atelier für Kids II	7-13 J.	8311	---
06.06.2026	15:00-18:00	Wir erkunden den Rieseberg III	7-12 J.	8457	---
20.06.2026	10:00-13:00	Wölfe in unserer Region II	ab 6	8452	EK



Tag der offenen Tür

Wir laden euch recht herzlich zum Tag der offenen Tür ein!

Am Samstag, **27. Juni 2026** in der Zeit von **10:00 Uhr bis 14:00 Uhr**

wird es soweit sein.

Euch erwartet ein abwechslungsreiches Programm und Zeit sich unsere neugestalteten Räume, barrierefreien Umbauten und farbenfrohen Spielgeräte im

Außenbereich anzugucken und auszuprobieren

Osterbasteln

für Kinder ab 4 - 9 Jahre

Samstag, 14.03.2026, 09.00 – 12.00 Uhr

Kosten für das Material bitte bei Anmeldung im Büro bezahlen:
4,00 € pro Person

8481

Osterbasteln

Osternester basteln

Was wäre Ostern ohne ein Osternest?

Gemeinsam wollen wir mit Tontöpfen, Tonkarton und vielem mehr kleine Osternester basteln und gestalten.

Jette Kleine-Horst / Fynn Kleine-Horst

8482

Osterbasteln

Flauschige Küken und Hasen aus Wolle

Hier wird's flauschig! Gemeinsam basteln wir aus bunter Wolle kleine Küken und süße Hasen. Mit Fantasie, Schere und ein bisschen Zauberei entstehen richtige Osterfreunde zum Knuddeln und Stauen. Jedes Kind darf sein selbstgemachtes Tierchen natürlich mit nach Hause nehmen

Mira Sofie Schliefkowitz / Sina Marie Schliefkowitz

8414

Bunte Ostereier färben EK

für Eltern mit Kindern unter 3 Jahren

Gemeinsam gestalten wir kunterbunte Ostereier mit kindgerechten, natürlichen Farben. Schon die kleinsten unter 3 Jahren können dabei nach Lust & Laune matschen, pinseln und ausprobieren. Am Ende darf jedes Kind seine bunten Eier mit nach Hause nehmen.

Bitte mitbringen: Schürze, Eierkarton

Materialkosten:

5,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt

Laura-Marie Lehmann

Di., 31.03.2026, 09.00 - 11.00 Uhr

8415

Osterbacken für die Kleinsten EK

für Eltern mit Kindern unter 3 Jahren

In dieser Backwerkstatt dürfen die Kleinsten österliche Leckereien zaubern. Wir kneten, formen und dekorieren kleine Osterhasen, Kränze und Osterplätzchen. Ganz spielerisch entdecken die Kinder Teig, Düfte und Farben

Bitte mitbringen:
Schürze, Dose für Gebäck

Materialkosten:
4,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt.

Laura-Marie Lehmann
Do., 02.04.2026, 09.00 - 12.00 Uhr



8466

Ostertöpfen I

für Kinder ab 8 Jahre

Habt ihr Lust österliche Kunstwerke aus Ton zu zaubern? An diesem Vormittag könnt ihr eurer Kreativität freien Lauf lassen. Egal, ob ihr Eierbecher, Deko oder witzige Hasen entstehen lasst, freut euch auf einen kreativen Vormittag mit Ton!

Materialkosten:
10,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt.

Franziska Brauer
Sa., 14.02.2026, 09.00 - 13.00 Uhr

8467

Ostertöpfen II

für Kinder ab 8 Jahre

Habt ihr Lust österliche Kunstwerke aus Ton zu zaubern? An diesem Vormittag könnt ihr eurer Kreativität freien Lauf lassen. Egal, ob ihr Eierbecher, Deko oder witzige Hasen entstehen lasst, freut euch auf einen kreativen Vormittag mit Ton!

Materialkosten:
10,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt.

Franziska Brauer
So., 15.02.2026, 09.00 - 13.00 Uhr

Ferienprogramm:

8319 Pferde - Abenteuer I

Die Welt der Pferde erleben
für Kinder von 6 bis 11 Jahre

Eine Woche Ferien rund ums Thema Pferd. Die Kinder lernen Basiswissen, kommen einem Pferd näher und dürfen in einem Reitverein Mäuschen spielen. Ein vielfältiges Programm ohne Eltern / Begleitung. Zum Ende gibt es evtl. eine kleine Vorführung mit Urkunde. Es sind keine Reiterfahrten notwendig!

Treffen am 1. Vormittag im Freizeitheim Scheppau

Bitte mitbringen:
festes Schuhwerk, Helm, lange Hose, wetterfeste Kleidung, Trinkflasche und etwas zu Essen

Materialkosten:
30,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühren

Laura-Marie Lehmann
34,00 €,
Mo. - Fr., 23.03.2026 - 27.03.2026, 09.00 - 13.00 Uhr,
5 Termine
Anmeldeschluss: 09.03.2026

8320 Ferienkochstudio

für Kinder von 7 bis 11 Jahre

In diesen Ferien wird es wieder süß und salzig.
Gemeinsam Kochen und Backen wir uns durch Speisen, die euch schmecken. Die Rezepte könnt ihr am Ende natürlich mit nach Hause nehmen, um sie jederzeit mit eurer Familie nachkochen zu können.
Außerdem findet sich immer Zeit, um einfach einmal rauszugehen und zu spielen.

Bitte mitbringen:
Schürze, Gefäße und Schraubgläser für den Transport des zubereiteten Essens, Hausschuhe

Materialkosten:
70,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühr

Britta Mönnich-Meier / Anna-Marie Meier
74,00 €,
Mo. - Fr., 23.03.2026 - 27.03.2026, 08.00 - 15.30 Uhr,
5 Termine
Anmeldeschluss: 09.03.2026

8321 Künstlertage in den Osterferien

für Kinder von 6 bis 9 Jahre

In diesem Kurs bekommt ihr die Möglichkeit Dinge selbst auszuprobieren und zu entdecken. Vielleicht schlummern Talente in euch, die noch unentdeckt sind. Ihr bekommt die Möglichkeit künstlerische Techniken selbst auszuprobieren. Ihr dürft lustvoll klecksen, pinseln, tüfteln, versuchen und vor allem Spaß haben an künstlerische Aktivitäten und Farbe. Natürlich gibt es auch genügend Zeit zum Spielen und Essen.

Bitte mitbringen:

Malkittel, Schürze oder großes T-Shirt, Tasche mit Trinkflasche und etwas zu Essen für die Mittagsmahlzeit

Materialkosten:

50,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühr

Thomas Breitbarth / Sabine Breitbarth

54,00 €,

Mo. - Fr., 23.03.2026 - 27.03.2026, 09.00 - 16.30 Uhr,

5 Termine

Anmeldeschluss: 09.03.2026



8322 Wald- und Legowoche

für Kinder von 6 - 11 Jahre

In dieser Woche wollen wir aktiv und kreativ sein. Wir starten täglich mit einem gemeinsamen Frühstück, bevor wir zusammen Lego bauen und kreativ werden. Mittagessen und Snacks sind natürlich auch dabei.

Wir freuen uns auf eine schöne Zeit mit euch.

Bitte mitbringen:

wetterfeste Kleidung, Trinkflasche, Ersatzkleidung, feste Schuhe, Hausschuhe, Brotbox

Materialkosten:

35,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühr

Britta Mönnich-Meier / Anna-Marie Meier

39,00 €,

Mo. - Mi., 30.03.2026 - 01.04.2026, 08.00 - 15.00 Uhr,

3 Termine

Anmeldeschluss: 16.03.2026

Ferienprogramm

Holger Schliefkowitz, Tel.: 05306/1847, E-Mail: holger.schliefkowitz@kvhs-helmstedt.de

8323 Kreative Ostertage

für Kinder von 6 bis 11 Jahre

In den drei Tagen kurz vor Ostern wird es bunt und kreativ. Gemeinsam wollen wir in den Wald gehen, kochen und backen sowie Ostergeschenke / -deko basteln.

Bitte mitbringen:

wetterfeste Kleidung, Wechselkleidung, Rucksack mit Trinkflasche, Hausschuhe

Materialkosten:

45,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühr

Jette Kleine-Horst / Fynn Kleine-Horst

49,00 €,

Mo., ab 30.03.2026, 08.00 - 15.00 Uhr,

3 Termine

Anmeldeschluss: 16.03.2026



8324 Spielhäuser selbstgemacht

für Kinder von 5 bis 9 Jahre

Wir gestalten uns jeder ein klappbares Spielehaus mit verschiedenen Materialien und Ideen. Egal ob Feuerwehr, Feenhaus, Puppenhaus oder Bauernhof, alles ist frei zu gestalten. Aufgeklappt wird es 25 x 41 x 80 cm sein und zusammengeklappt 41 x 29 x 1,5 cm. Dadurch kannst du es einfach mit nach Hause oder auf Reisen nehmen.

Es wird viel Zeit zum Spielen und kreativ sein geben.

Außerdem kannst du auch Spielfiguren, Schleichtiere oder Fahrzeuge mitbringen, die in dein Haus einziehen.

Bitte mitbringen:

Hausschuhe, eine Trinkflasche, Mittagessen und einen Snack

Materialkosten:

40,00 € + 4,00 € Verwaltungspauschale

Sabine Breitbarth / Thomas Breitbarth

44,00 €,

Mo. - Mi., 30.03.2026 - 01.04.2026, 09.00 - 16.30 Uhr,

3 Termine

Anmeldeschluss: 16.03.2026

Ferienprogramm

Holger Schliefkowitz, Tel.: 05306/1847, E-Mail: holger.schliefkowitz@kvhs-helmstedt.de

8330 Walderlebnistage

für Kinder von 5 bis 8 Jahre

Wir wollen viel Zeit im Wald verbringen und ihn erforschen. Es gibt viele verschiedene Materialien und Bestimmungsbücher zum Entdecken, Beobachten und Kreativ sein. Natürlich haben wir auch viel Zeit zum Spielen, Bauen, Schnitzen, Sägen und Hämmern. Es gibt eine Waldtoilette und wir werden gemeinsam picknicken. Jedes Kind bringt sich bitte ein Mittagspicknick und eine Trinkflasche mit. Wir besorgen für die Zeit dazwischen kleine Snacks und zusätzliches Trinken. Außerdem wird es auch wieder eine kleine Erinnerungsmappe geben.

Bitte mitbringen:

wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk, einen kleinen Rucksack mit Handtuch, 2 Mülltüten, eine Trinkflasche und Essen, evtl. Sonnenschutz und Zeckenmittel

Materialkosten:

20,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühren

Materialkosten:

70,00 €

Thomas Breitbarth / Sabine Breitbarth

24,00 €,

Do., ab 02.07.2026, 08.30 - 16.00 Uhr,

2 Termine

Anmeldeschluss: 16.06.2026



8331 Pferde - Abenteuer II

Die Welt der Pferde erleben

für Kinder von 6 bis 11 Jahre

Eine Woche Ferien rund ums Thema Pferd. Die Kinder lernen Basiswissen, kommen einem Pferd näher und dürfen in einem Reitverein Mäuschen spielen. Ein vielfältiges Programm ohne Eltern / Begleitung. Zum Ende gibt es evtl. eine kleine Vorführung mit Urkunde. Es sind keine Reiterfahrten notwendig!

Treffen am 1. Vormittag im Freizeitheim Scheppau.

Bitte mitbringen:

festen Schuhe, Helm, lange Hose, Wettergerechte Kleidung, Trinkflasche und etwas zu Essen

Materialkosten: 30,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühren

Laura-Marie Lehmann

34,00 €,

Mo. - Fr., 06.07.2026 - 10.07.2026, 09.00 - 13.00 Uhr,

5 Termine

Anmeldeschluss: 22.06.2026

Ferienprogramm

Holger Schliefkowitz, Tel.: 05306/1847, E-Mail: holger.schliefkowitz@kvhs-helmstedt.de

8332 Legokreativwoche

für Kinder von 5 bis 11 Jahre

In der Legokreativwoche wollen wir mit Legosteinen anspruchsvolle Dinge bauen und gestalten.

Dabei könnt ihr eurer Kreativität freien Lauf lassen oder nach verschiedensten Anleitungen bauen.

Bitte mitbringen:

Hausschuhe, Trinkflasche (weitere Informationen gibt es vorab per Mail)

Materialkosten: 60,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühr

Jette Kleine-Horst / Fynn Kleine-Horst

64,00 €,

Mo. - Fr., 20.07.2026 - 24.07.2026, 08.00 - 15.00 Uhr,

5 Termine

Anmeldeschluss: 03.07.2026



8333 Waldwoche

für Kinder von 6 bis 11 Jahre

Wir wollen mit euch erlebnisreiche Tage vor Ort im Wald verbringen mit Spiel, Spaß und Kreativität. Den Tag beginnen wir mit einem Frühstücksbuffet. Hier könnt ihr euch ein Picknick für den Wald vorbereiten. Anschließend geht es in die Natur. Gemeinsam kochen wir und essen zusammen eine warme Mahlzeit im Freizeitheim.

Bitte mitbringen:

wetterfeste Kleidung, Trinkflasche, Ersatzkleidung, feste Schuhe (weitere Informationen gibt es vorab per E-Mail)

Materialkosten:

60,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühr

Anna-Marie Meier / Jette Kleine-Horst

64,00 €,

Mo., ab 27.07.2026, 08.00 - 15.00 Uhr,

5 Termine

Anmeldeschluss: 13.07.2026

8334 Künstlertage in den Sommerferien

für Kinder von 6 bis 9 Jahre

In diesem Kurs bekommt ihr die Möglichkeit Dinge selbst auszuprobieren und zu entdecken. Vielleicht schlummern Talente in euch, die noch unentdeckt sind. Ihr bekommt die Möglichkeit künstlerische Techniken selbst auszuprobieren. Ihr dürft lustvoll klecksen, pinseln, tüfteln, versuchen und vor allem Spaß haben an künstlerische Aktivitäten und Farbe. Natürlich gibt es auch genügend Zeit zum Spielen und Essen.

Bitte mitbringen:

Malkittel, Schürze oder großes T-Shirt, Tasche mit Trinkflasche und etwas zu Essen für die Mittagsmahlzeit

Materialkosten:

50,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühren

Thomas Breitbarth / Sabine Breitbarth

54,00 €,

Mo. - Fr., 27.07.2026 - 31.07.2026, 09.00 -

16.30 Uhr,

5 Termine

Anmeldeschluss: 22.06.2026



8335 Kreative Bastelwoche

für Kinder von 6 bis 11 Jahre

Diese Woche wird es bunt.

Du bist ein Waldfan, bastelst begeistert oder wolltest schon immer mal wissen, was man alles an Experimenten mit Dingen, die man im Haushalt findet, machen kann?

Dann bist du hier genau richtig, denn wir machen all das. Außerdem ist jede Menge Zeit zum Spielen im Garten und es wird gemeinsam gefrühstückt und Mittag gegessen.

Bitte mitbringen:

wetterfeste Kleidung, Trinkflasche, Ersatzkleidung, feste Schuhe (weitere Informationen gibt es vorab per Mail)

Materialkosten

60,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühren

Britta Mönnich-Meier / Anna-Marie Meier

64,00 €,

Mo. - Fr., 03.08.2026 - 07.08.2026, 08.00 - 15.00 Uhr,

5 Termine

Anmeldeschluss: 20.07.2026

Ferienprogramm

Holger Schliefkowitz, Tel.: 05306/1847, E-Mail: holger.schliefkowitz@kvhs-helmstedt.de

8336

Bunte Sommerwoche

für Kinder von 6 bis 11 Jahre

Diese Woche wird es bunt und abwechslungsreich!

Magst du Abenteuer im Wald, liebst es zu basteln oder hast Spaß am Spielen von Gesellschaftsspielen?

Dann bist du hier genau richtig.

Wir gehen gemeinsam in den Wald und werden zusammen kochen und backen. Natürlich bleibt auch genug Zeit, einfach nur zu spielen und neue Freunde zu finden. Gemeinsam frühstücken und Mittagessen gehört auch dazu - denn zusammen schmeckt es am besten!

Bitte mitbringen:

Wechselkleidung, Hausschuhe, Kleidung die dreckig werden darf, Trinkflasche

Materialkosten:

60,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühren

Jette Kleine-Horst / Lea Wipper

64,00 €,

Mo. - Fr., 03.08.2026 - 07.08.2026, 08.00 - 15.00 Uhr,

5 Termine

Anmeldeschluss: 20.07.2026



8337

Abenteuertage

Für Kinder von 5 bis 11 Jahre

Magst du es, draußen unterwegs zu sein, Abenteuer im Wald zu erleben, kreativ zu werden oder mit Lego zu bauen?

Dann bist du bei unseren Abenteuertagen genau richtig. Gemeinsam wollen wir die letzten Ferientage nutzen, um in den Wald zu gehen, die Natur zu entdecken und tolle Dinge zu basteln. Natürlich bleibt auch viel Zeit zum Spielen: drinnen mit Lego oder draußen im Garten mit Bewegung und Spaß. Gemeinsames Frühstück und Mittagessen gehören dabei genauso dazu wie jede Menge Lachen und Abenteuer.

Bitte mitbringen:

Wechselkleidung, Hausschuhe, Kleidung die dreckig werden darf, Trinkflasche (weitere Informationen gibt es vorab per Mail)

Materialkosten: 35,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühr

Lea Wipper / Anna-Marie Meier

39,00 €

Mo. - Mi., 10.08.2026 - 12.08.2026, 08.00 - 15.30 Uhr,

3 Termine

Anmeldeschluss: 27.07.2026

Kursprogramm

8260

Melodiegitarre I

für Fortgeschrittene

Wir erlernen das Gitarre spielen nach Noten. Der Einstieg erfolgt in spielerischer Weise und entsprechend des Lerntempos der einzelnen Teilnehmenden.

(Anmeldungen sind nur über eine Warteliste bei der Kursleitung möglich)

Bitte mitbringen:

eigene Gitarre oder ihr leiht euch ein Instrument im Freizeitheim aus

Heide Viet

Alte Schule Schandelah

Di., ab 10.02.2026, 14.00 - 14.45 Uhr,
15 Termine



8261

Melodiegitarre II

für Fortgeschrittene

Kursbeschreibung siehe Kurs 8260

Heide Viet

Alte Schule Schandelah

Di., ab 10.02.2026, 14.45 - 15.30 Uhr,
15 Termine

8263

Klassische Gitarre für Anfänger und Anfängerinnen

für Kinder ab 8 Jahren

Wir erlernen das Gitarre spielen nach Noten. Der Einstieg erfolgt in spielerischer Weise und wird dem Lerntempo des Einzelnen angepasst. Für Kinder ohne Vorkenntnisse geeignet. Instrumente können ausgeliehen werden.

Die genauen Unterrichtszeiten werden mit der Kursleiterin, je nach Leistungsstand des Kindes, abgesprochen.

Bitte mitbringen:

eigene Gitarre oder ihr leiht euch ein Instrument im Freizeitheim aus, Noten Tom und Lena Band 1

Jutta Maesmanns

Fr., ab 30.01.2026, 17.00 - 18.00 Uhr,
18 Termine

Ein Einstieg nach Programmbeginn ist in den meisten Kinder- und Jugendgruppen möglich. Bitte fragt nach.

8265

E-Gitarre für Anfänger und Anfängerinnen

für Jugendliche ab 12 Jahre

Jeder träumt vielleicht davon, nach den ersten Gehversuchen auf einer akustischen Gitarre zur E-Gitarre zu wechseln. Vielleicht wollt ihr auch gleich mit diesem ausdrucksvollen Instrument beginnen. Es wird auf die unterschiedlichen Spieltechniken eingegangen, sowohl Rhythmus-, als auch Solospiel. Auch die Pflege und Einstellungs- bzw. Instandhaltungsarbeiten werden vermittelt. Zur E-Gitarre gehört auch ein Verstärker. Und das ein oder andere Effektgerät macht das Salz in der Suppe aus. Auch wird der Kauf von Gebrauchsinstrumenten angesprochen. Musikalisch wird in erster Linie der Bereich Rock bedient. Die Songs, die wir dann spielen werden,

suchen wir uns gemeinsam aus. Des Weiteren soll auch das Zusammenspiel in einer Band, also mit Schlagzeug, Bass etc. erlernt werden. Timing und Rhythmusgefühl sollen hierbei entdeckt werden.

Andreas Bätge
Wellenbusch 11, Königslutter
Sa., ab 31.01.2026, 14.00 - 15.30 Uhr,
20 Termine

8266 E-Gitarre

für Jugendliche ab 14 Jahre

Kursbeschreibung siehe Kurs 8265

Andreas Bätge
Wellenbusch 11, Königslutter
Sa., ab 31.01.2026, 15.30 - 17.30 Uhr,
20 Termine



8267 Schlagzeug

für Jugendliche ab 14 Jahre

Hallo Leute!

Ich bin Maxi und möchte euch zeigen, wie viel Spaß man mit dem Schlagzeug haben kann:

Beginnend mit dem Stimmen und der Pflege des Instruments werden wir die ersten Beats und Takte erlernen, was auch mit ein wenig Theorie verbunden ist. Das ist später sehr hilfreich, wenn man mit anderen Musikern spielt! Das lässt sich dann auch mal mit dem E-Gitarren Kurs live ausprobieren. Auf unserem Rock-Fest in

Scheppau haben wir dann auch die Möglichkeit, vor Publikum aufzutreten! Ich bin für alle Musikrichtungen offen, wobei der Bereich Rock doch klar im Fokus steht.

Auch beim Kauf von Neu- oder Gebrauchsinstrumenten oder sonstigem Zubehör kann ich gerne Tipps geben.

Und vielleicht nehmen wir später ja auch ein paar Songs auf und brennen diese auf CD!

Bitte mitbringen:
Drumsticks

Maximilian Bätge
Wellenbusch 11, Königslutter
Sa., ab 31.01.2026, 13.00 - 15.00 Uhr,
20 Termine

8268 Keyboard für Anfänger, Anfängerinnen und Fortgeschrittene

für Kinder ab 8 Jahre

In dieser Gruppe könnt ihr das Spielen auf dem Keyboard erlernen oder eure Kenntnisse erweitern.

Bitte mitbringen:
Eigenes Keyboard, Kopfhörer

Keyboard - Spiel, Beuthien, Band 1
Schott ED 7280

Jutta Maesmanns
Fr., ab 30.01.2026, 16.00 - 17.00 Uhr,
18 Termine



8275 Just Dance - Modern Style

für Jugendliche ab 16 Jahren und junge Erwachsene

Du liebst Bewegung, Musik und willst dich kreativ auspowern? In diesem Kurs wollen wir gemeinsam verschiedene Tanzrichtungen ausprobieren. Der Fokus wird jedoch auf Modern Dance liegen. Zusammen lernen und gestalten wir Choreografien, trainieren Beweglichkeit und kräftigen unser

Core-Muskulatur. Ein toller Ausgleich zum Alltag, für ein verbessertes Körpergefühl und vor allem Spaß.

Bitte mitbringen:
Bequeme Sportbekleidung, Trinken

Mira Sofie Schliefkowitz
Di., ab 27.01.2026, 17.45 - 18.45 Uhr,
18 Termine

8276 **Yoga und Entspannung**

für Kinder von 3 bis 7 Jahren

Yoga ist eine Methode, sich von der Last des Alltags zu befreien, die Aufmerksamkeit zu steigern und zur Ruhe zu kommen. Es befriedigt die Lust der Kinder, zu spielen und sich zu bewegen. Dabei fördert es das natürliche Zusammenspiel zwischen angeborenem Bewegungsdrang und den Herausforderungen an das heranreifende Gehirn.

Spielerisch werden wir klassische Asanas (Yoga-Haltungen) kennenlernen, welche ihre gesundheitsfördernde Wirkung bereits nach wenigen Übungen entfalten können. Ergänzend werden wir auch alternative Entspannungstechniken einbinden.

Bitte mitbringen:
Bequeme Sportbekleidung, rutschfeste Unterlage, Trinken

Mira Sofie Schliefkowitz
Di., ab 27.01.2026, 17.00 - 17.45 Uhr,
18 Termine

Mira Sofie Schliefkowitz
Fr., ab 30.01.2026, 15.00 - 15.45 Uhr,
18 Termine

8278 **Kinder - Tanzen**

für Kinder von 4 bis 8 Jahren

Hallo Leute!

Ich bin Mira und nachdem ich selbst viele Jahre auf Wettkämpfen in der deutschen Bundesliga oder auch Weltmeisterschaften getanzt habe, möchte ich nun meine Freude am Tanzen an jüngere Tanzbegeisterte weitergeben.

Gemeinsam werden wir spielerisch erste Grundlagen des Jazz und Modern Dance erlernen.

Bitte mitbringen:
Bequeme Sportbekleidung, rutschfeste Socken, Trinken

Mira Sofie Schliefkowitz
Fr., ab 30.01.2026, 16.00 - 17.00 Uhr,
18 Termine



NEU! **8279** **Achtsamkeitstraining**

Konzentration, innere Ruhe und Selbstbewusstsein spielerisch lernen
für Kinder von 7 - 12 Jahren

In einer Welt voller Reize lernen Kinder in diesem Kurs, auf sich selbst zu achten, Gefühle wahrzunehmen und bewusst Momente der Ruhe zu erleben. Mit Spielen, kleinen Meditationen, Atemübungen und



8277 **Mit Musik und Bewegung die Welt entdecken**

für Kinder von 3 bis 5 Jahren

Mit Spielen, Singen, Tanzen und einfachen Instrumenten entdecken Kinder spielerisch die Welt der Klänge und Rhythmen. Mit viel Freude und Kreativität sammeln sie erste Erfahrungen und legen den Grundstein für ein Leben voller Musik.

Fantasiereisen wird Achtsamkeit kindgerecht und mit Freude vermittelt.

Bitte mitbringen:
bequeme Kleidung, evtl. Lieblingsskissen,
Decke, ähnliches

Laura-Marie Lehmann
Do., ab 05.02.2026, 16.00 - 17.00 Uhr,
6 Termine



8280 Zwergenspache - mit Babyzeichen die Kommunikation erleichtern EK

Eltern mit Babys und Kleinkinder von 6 -
18 Monaten

Schon bevor Babys sprechen lernen, können sie ihre Bedürfnisse, Wünsche und Gefühle mit einfachen Handzeichen mitteilen. In diesem Kurs lernen die Eltern und ihre Kinder die 40 wichtigen Babyzeichen kennen, üben diese spielerisch ein und erfahren, wie sie im Alltag sinnvoll eingesetzt werden können. Spielerische Lieder, Reime und kleine Übungen helfen, die Babyzeichen mit Freude in den Familienalltag zu integrieren.

Bitte mitbringen:
Decke, Krabbelunterlage, Snacks, Getränke für die Pause zwischendurch

Materialkosten:
5,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt

Laura-Marie Lehmann
Mi., ab 28.01.2026, 10.00 - 11.00 Uhr,
8 Termine

8296 Kleinkindergruppe I EK

für Kleinkinder ab 12 Monate

In unseren Baby- und Kleinkindergruppen treffen sich Eltern mit ihren Kindern ab der Geburt bis zum Eintritt in den Kindergarten bzw. Krippe zum Erfahrungsaustausch. Gleichzeitig bekommen sie viele Anregungen für den Alltag mit ihren Kindern. Den Eltern wird gezeigt, wie sie ihre Babys mit

Kitzelversen, kleinen Babymassagen, Kniereiterspielen, Kinderliedern und vielem mehr beschäftigen können. Für die größeren Geschwisterkinder wird den Eltern vermittelt, wie sie mit Gesang, Tanz, Bauen und Basteln spielerisch die motorischen Fähigkeiten ihrer Kinder fördern können. Passend hierzu lernen sie verschiedene Materialien kennen und bekommen Anregungen für die Tagesbeschäftigung mit ihren Kindern. Den Eltern wird gezeigt, wie sie die Kinder beim Aufbau sozialer Kontakte zu anderen Kindern unterstützen können. Die Jüngsten haben die Möglichkeit bei Bedarf ein Nickerchen zu machen. Es gibt eine kleine Frühstückspause mit Ernährungstipps.

Die genauen Kurszeiten können sich in Absprache mit den Kursleitenden abhängig von der Gruppenzusammensetzung gegebenenfalls ändern.

Laura-Marie Lehmann
Di., ab 27.01.2026, 09.00 - 10.30 Uhr,
17 Termine

8297 Babygruppe I EK

für Babys von 1 bis etwa 12 Monate

Kursbeschreibung siehe Kurs 8296

Laura-Marie Lehmann
Di., ab 27.01.2026, 10.30 - 12.00 Uhr,
17 Termine

8298 Kleinkindergruppe II EK

für Kleinkinder ab 12 Monate

Kursbeschreibung siehe Kurs 8296

Laura-Marie Lehmann
Do., ab 29.01.2026, 09.00 - 10.30 Uhr,
19 Termine

8299 Babygruppe II EK

für Babys von 1 bis etwa 12 Monate

Kursbeschreibung siehe Kurs 8296

Laura-Marie Lehmann
Do., ab 29.01.2026, 10.30 - 12.00 Uhr,
19 Termine



8310 Maltag - Ateliertag für Kids I

für Kinder von 7 - 13 Jahre

Einen Tag nach Lust & Laune experimentieren, ausprobieren, neues kennenlernen, klecksen, tupfen, zeichnen, modellieren... Hier habt ihr die Möglichkeit einen ganzen Tag kreativ zu sein und könnt frei nach euren Wünschen malen und gestalten.

Materialkosten:
15,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt

Julia Wally-Wagner
So., 08.02.2026, 10.00 - 16.00 Uhr

8311 Maltag - Ateliertag für Kids II

für Kinder von 7 - 13 Jahre

Kursbeschreibung siehe Kurs 8310

Julia Wally-Wagner
Sa., 06.06.2026, 10.00 - 16.00 Uhr

8312 Kindgerecht Zeichnen lernen I

für Kinder von 6 bis 10 Jahre

In diesem Kurs wird Zeichnen lernen leichtgemacht. Mit kindgerechten Anleitungen und viel Zeit fürs ungezwungene und hingebungsvolle Kritzeln bis zum zielgerichteten Zeichnen. So dass jeder zum Schluss seine ganz eigenen Kinderkunstwerke mit nach Hause nehmen kann. wir arbeiten mit verschiedenen Stiften und Künstlerbedarf. Auch die Anleitungen dürft ihr in einer Mappe mit nach Hause nehmen. Natürlich nehmen wir uns auch Zeit gemeinsam zu Spielen und zu Essen.

Bitte mitbringen:
Malkittel, Hausschuhe, Tasche mit Trinkflasche und etwas zu Essen für die Mittagsmahlzeit

Materialkosten:
nach Verbrauch wird bei der Kursleitung bezahlt

Thomas Breitbarth / Sabine Breitbarth
Mo., 02.02.2026, 09.00 - 16.30 Uhr
Di., 03.02.2026, 09.00 - 16.30 Uhr

8313 Kindgerecht Zeichnen lernen II

für Kinder von 6 bis 10 Jahre

Kursbeschreibung siehe Kurs 8312

Thomas Breitbarth / Sabine Breitbarth
Mo., 10.08.2026, 09.00 - 16.30 Uhr
Di., 11.08.2026, 09.00 - 16.30 Uhr

8314 Aquarellkurs für Kinder

für Kinder von 6 bis 10 Jahre

In diesem Kurs wird kindgerecht die Aquarellmalerei erlernt. Mit Materialien und Anleitungen für das angegebene Alter. So dass jeder zum Schluss seine ganz eigenen, Kinderkunstwerke in einer Mappe mit

nach Hause nehmen darf und auch den Rest des Materials.
Natürlich nehmen wir uns auch Zeit zum Essen und gemeinsamen Spielen.

Bitte mitbringen:

Malkittel, Hausschuhe, Tasche mit Trinkflasche und etwas zu Essen für die Mittags- und Abendmahlzeit

Materialkosten:

nach Verbrauch wird bei der Kursleitung bezahlt

Thomas Breitbarth / Sabine Breitbarth

Fr., 20.02.2026, 15.00 - 19.30 Uhr

Sa., 21.02.2026, 09.00 - 16.30 Uhr



8315

Porzellan malen - EK

für Eltern oder Großeltern und Kinder ab 8 Jahre

Hier könnt ihr eurem Geschirr eine ganz persönliche Note geben. Auch anderes Porzellan könnt ihr künstlerisch gestalten.

Bitte mitbringen:

weißes Porzellan, Pinsel, etwas zu Essen für das kleine Buffet am Vormittag, Getränk

Materialkosten:

nach Verbrauch wird bei der Kursleitung bezahlt

Christa Niemeyer-Geiß

So., 01.03.2026, 10.00 - 13.15 Uhr

So., 15.03.2026, 10.00 - 13.15 Uhr

8316

Nähen von "Ugly Dolls"

für Kinder ab 8 Jahre

Wollt ihr wissen, was "Ugly Dolls" sind?

Das sind kleine Kuschelmonster. Aus Filz, Wolle und Knöpfen könnt ihr kleine Monster nähen und gestalten.

Wir nähen mit der Hand. Ihr solltet schon mit Nadel und Faden umgehen können.

Bitte mitbringen:

Nähnadeln, Stecknadeln, evtl. Heißklebepistole, Stoffschere

Materialkosten:

4,00 € pro Person werden bei der Kursleitung bezahlt.

Antje Gericke

Fr., 13.02.2026, 15.30 - 18.00 Uhr

NEU!

8317

Kuschelige Tiere basteln

für Kinder von 5 bis 10 Jahre

Die Tiere sind los im Freizeitheim. Gemeinsam wollen wir kreativ werden und aus verschiedenen Materialien bunte, weiche, große und kleine Tiere basteln. Jedes Kind darf am Ende sein Tier mit nach Hause nehmen.

Bitte mitbringen:

Trinken, Essen für eine Snackpause

Mira Sofie Schliefkowitz / Timo Huy

Sa., 21.02.2026, 09.00 - 12.00 Uhr





8318 Muttertagsbasteln

für Kindern ab 5 Jahren

An diesem Samstag stellen wir gemeinsam duftende, pflegende Badekugeln her. Mittels ätherischer Öle und getrockneter Blüten entstehen so kleine Geschenke für wunderbare Wellnessmomente. Kleine getrocknete Blüten oder Düfte dürfen gerne mitgebracht werden, Basismaterialien stehen zur Verfügung.

Die selbstgemachten Badekugeln eignen sich perfekt als Geschenk zum Muttertag.

Bitte mitbringen:

Materialkosten:
5,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt.

Franziska Brauer
Sa., 02.05.2026, 09.00 - 13.00 Uhr



Bitte mitbringen:

festes Schuhwerk, Helm, lange Hose, wetterfeste Kleidung, Trinkflasche und etwas zu Essen

Materialkosten:
30,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühren

Laura-Marie Lehmann
Mo. - Fr., 23.03.2026 - 27.03.2026,
09.00 - 13.00 Uhr,
5 Termine
Anmeldeschluss: 09.03.2026

8320 Ferienkochstudio

für Kinder von 7 bis 11 Jahre

In diesen Ferien wird es wieder süß und salzig.

Gemeinsam Kochen und Backen wir uns durch Speisen, die euch schmecken. Die Rezepte könnt ihr am Ende natürlich mit nach Hause nehmen, um sie jederzeit mit eurer Familie nachkochen zu können. Außerdem findet sich immer Zeit, um einfach einmal rauszugehen und zu spielen.

Bitte mitbringen:

Schürze, Gefäße und Schraubgläser für den Transport des zubereiteten Essens, Hausschuhe

Materialkosten:
70,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühr

Britta Mönnich-Meier / Anna-Marie Meier
Mo. - Fr., 23.03.2026 - 27.03.2026,
08.00 - 15.30 Uhr,
5 Termine
Anmeldeschluss: 09.03.2026



8319 Pferde - Abenteuer I

Die Welt der Pferde erleben
für Kinder von 6 bis 11 Jahre

Eine Woche Ferien rund ums Thema Pferd. Die Kinder lernen Basiswissen, kommen einem Pferd näher und dürfen in einem Reitverein Mäuschen spielen. Ein vielfältiges Programm ohne Eltern / Begleitung. Zum Ende gibt es evtl. eine kleine Vorführung mit Urkunde.

Es sind keine Reiterfahrten notwendig!

Treffen am 1. Vormittag im Freizeitheim Scheppau

8321

Künstlertage in den Osterferien

für Kinder von 6 bis 9 Jahre

In diesem Kurs bekommt ihr die Möglichkeit Dinge selbst auszuprobieren und zu entdecken. Vielleicht schlummern Talente in euch, die noch unentdeckt sind. Ihr bekommt die Möglichkeit künstlerische Techniken selbst auszuprobieren. Ihr dürft lustvoll klecksen, pinseln, tüfteln, versuchen und vor allem Spaß haben an künstlerische Aktivitäten und Farbe.

Natürlich gibt es auch genügend Zeit zum Spielen und Essen.

Bitte mitbringen:

Malkittel, Schürze oder großes T-Shirt, Tasche mit Trinkflasche und etwas zu Essen für die Mittagsmahlzeit

Materialkosten:

50,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühr

Thomas Breitbarth / Sabine Breitbarth

Mo. - Fr., 23.03.2026 - 27.03.2026,

09.00 - 16.30 Uhr,

5 Termine

Anmeldeschluss: 09.03.2026

Ein Einstieg nach Programmbeginn ist in den meisten Kinder- und Jugendgruppen möglich. Bitte fragt nach.

8322

Wald- und Legowoche

für Kinder von 6 - 11 Jahre

In dieser Woche wollen wir aktiv und kreativ sein. Wir starten täglich mit einem gemeinsamen Frühstück, bevor wir zusammen Lego bauen und kreativ werden. Mittagessen und Snacks sind natürlich auch dabei.

Wir freuen uns auf eine schöne Zeit mit euch.

Bitte mitbringen:

wetterfeste Kleidung, Trinkflasche, Ersatzkleidung, feste Schuhe, Hausschuhe, Brotbox

Materialkosten:

35,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühr

Britta Mönnich-Meier / Anna-Marie Meier

Mo. - Mi., 30.03.2026 - 01.04.2026,

08.00 - 15.00 Uhr,

3 Termine

Anmeldeschluss: 16.03.2026

8323

Kreative Ostertage

für Kinder von 6 bis 11 Jahre

In den drei Tagen kurz vor Ostern wird es bunt und kreativ. Gemeinsam wollen wir in den Wald gehen, kochen und backen sowie Ostergeschenke / -deko basteln.

Bitte mitbringen:

wetterfeste Kleidung, Wechselkleidung, Rucksack mit Trinkflasche, Hausschuhe

Materialkosten:

45,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühr

Jette Kleine-Horst / Fynn Kleine-Horst

Mo. - Mi., 30.03.2026 - 01.04.2026,

08.00 - 15.00 Uhr,

3 Termine

Anmeldeschluss: 16.03.2026

8324

Spielhäuser selbstgemacht

für Kinder von 5 bis 9 Jahre

Wir gestalten uns jeder ein klappbares Spielehaus mit verschiedenen Materialien und Ideen.

Egal ob Feuerwehr, Feenhaus, Puppenhaus oder Bauernhof, alles ist frei zu gestalten. Aufgeklappt wird es 25 x 41 x 80 cm sein und zusammengeklappt 41 x 29 x 1,5 cm. Dadurch kannst du es einfach mit nach Hause oder auf Reisen nehmen.

Es wird viel Zeit zum Spielen und kreativ sein geben.

Außerdem kannst du auch Spielfiguren, Schleichtiere oder Fahrzeuge mitbringen, die in dein Haus einziehen.

Bitte mitbringen:
Hausschuhe, eine Trinkflasche, Mittagessen und einen Snack

Materialkosten:
40,00 € + 4,00 € Verwaltungspauschale

Sabine Breitbarth / Thomas Breitbarth
Mo. - Mi., 30.03.2026 - 01.04.2026,
09.00 - 16.30 Uhr,
3 Termine
Anmeldeschluss: 16.03.2026

Zeit dazwischen kleine Snacks und zusätzliches Trinken. Außerdem wird es auch wieder eine kleine Erinnerungsmappe geben.

Bitte mitbringen:
wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk, einen kleinen Rucksack mit Handtuch, 2 Mülltüten, eine Trinkflasche und Essen, evtl. Sonnenschutz und Zeckenmittel

Materialkosten:
20,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühren

Materialkosten:
70,00 €

Thomas Breitbarth / Sabine Breitbarth
Do. - Fr., 02.07.2026 – 03.07.2026,
08.30 - 16.00 Uhr,
2 Termine
Anmeldeschluss: 16.06.2026



8325

Faschingskostüme entwerfen und gestalten EK

für Eltern mit Kindern ab 6 Jahren

Habt ihr Lust eure ganz individuellen Faschingskostüme zu gestalten? Dann bringt Stoffe (auch Gardinen und Vorhänge), Glitzerkram, Accessoires, und abgelegte Kleidung (Oversize T-Shirts sind eine gute Grundlage) mit und wir werden gemeinsam tolle Kostüme zaubern. Grundkenntnisse im Nähen sind von Vorteil.

Materialkosten:
5,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt.

Franziska Brauer
So., 25.01.2026, 14.00 - 17.00 Uhr,
Sa., 31.01.2026, 09.00 – 13.00 Uhr
2 Termine

8330

Walderlebnistage

für Kinder von 5 bis 8 Jahre

Wir wollen viel Zeit im Wald verbringen und ihn erforschen. Es gibt viele verschiedene Materialien und Bestimmungsbücher zum Entdecken, Beobachten und Kreativ sein. Natürlich haben wir auch viel Zeit zum Spielen, Bauen, Schnitzen, Sägen und Hämmern. Es gibt eine Waldtoilette und wir werden gemeinsam picknicken. Jedes Kind bringt sich bitte ein Mittagspicknick und eine Trinkflasche mit. Wir besorgen für die



8331

Pferde - Abenteuer II

Die Welt der Pferde erleben
für Kinder von 6 bis 11 Jahre

Eine Woche Ferien rund ums Thema Pferd. Die Kinder lernen Basiswissen, kommen einem Pferd näher und dürfen in einem Reitverein Mäuschen spielen. Ein vielfältiges Programm ohne Eltern / Begleitung. Zum Ende gibt es evtl. eine kleine Vorführung mit Urkunde. Es sind keine Reiterfahrten notwendig!

Treffen am 1. Vormittag im Freizeitheim Scheppau.

Bitte mitbringen:
feste Schuhe, Helm, lange Hose, Wettergerechte Kleidung, Trinkflasche und etwas zu Essen

Materialkosten:
30,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühren

Laura-Marie Lehmann
Mo. - Fr., 06.07.2026 - 10.07.2026,
09.00 - 13.00 Uhr, 5 Termine
Anmeldeschluss: 22.06.2026

8332 Legokreativwoche

für Kinder von 5 bis 11 Jahre

In der Legokreativwoche wollen wir mit Legosteinen anspruchsvolle Dinge bauen und gestalten.

Dabei könnt ihr eurer Kreativität freien Lauf lassen oder nach verschiedensten Anleitungen bauen.

Bitte mitbringen:

Hausschuhe, Trinkflasche (weitere Informationen gibt es vorab per Mail)

Materialkosten: 60,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühr

Jette Kleine-Horst / Fynn Kleine-Horst
Mo. - Fr., 20.07.2026 - 24.07.2026,
08.00 - 15.00 Uhr,
5 Termine
Anmeldeschluss: 03.07.2026

8333 Waldwoche

für Kinder von 6 bis 11 Jahre

Wir wollen mit euch erlebnisreiche Tage vor Ort im Wald verbringen mit Spiel, Spaß und Kreativität. Den Tag beginnen wir mit einem Frühstücksbuffet. Hier könnt ihr euch ein Picknick für den Wald vorbereiten. Anschließend geht es in die Natur. Gemeinsam kochen wir und essen zusammen eine warme Mahlzeit im Freizeitheim.

Bitte mitbringen:

wetterfeste Kleidung, Trinkflasche, Ersatzkleidung, feste Schuhe (weitere Informationen gibt es vorab per E-Mail)

Materialkosten:
60,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühr

Anna-Marie Meier / Jette Kleine-Horst
Mo. – Fr., 27.07.2026 – 31.07.2026,
08.00 - 15.00 Uhr,
5 Termine
Anmeldeschluss: 13.07.2026

8334 Künstlertage in den Sommerferien

für Kinder von 6 bis 9 Jahre

In diesem Kurs bekommt ihr die Möglichkeit Dinge selbst auszuprobieren und zu entdecken. Vielleicht schlummern Talente in euch, die noch unentdeckt sind. Ihr bekommt die Möglichkeit künstlerische Techniken selbst auszuprobieren. Ihr dürft lustvoll klecksen, pinseln, tüfteln, versuchen und vor allem Spaß haben an künstlerische Aktivitäten und Farbe.

Natürlich gibt es auch genügend Zeit zum Spielen und Essen.

Bitte mitbringen:

Malkittel, Schürze oder großes T-Shirt, Tasche mit Trinkflasche und etwas zu Essen für die Mittagsmahlzeit

Materialkosten:
50,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühren

Thomas Breitbarth / Sabine Breitbarth
Mo. - Fr., 27.07.2026 - 31.07.2026,
09.00 - 16.30 Uhr,
5 Termine
Anmeldeschluss: 22.06.2026

8335 Kreative Bastelwoche

für Kinder von 6 bis 11 Jahre

Diese Woche wird es bunt.

Du bist ein Waldfan, bastelst begeistert oder wolltest schon immer mal wissen, was man alles an Experimenten mit Dingen, die man im Haushalt findet, machen kann?

Dann bist du hier genau richtig, denn wir machen all das. Außerdem ist jede Menge Zeit zum Spielen im Garten und es wird gemeinsam gefrühstückt und Mittag gegessen.

Bitte mitbringen:

wetterfeste Kleidung, Trinkflasche, Ersatzkleidung, feste Schuhe (weitere Informationen gibt es vorab per Mail)

Materialkosten
60,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühren

Britta Mönnich-Meier / Anna-Marie Meier
Mo. - Fr., 03.08.2026 - 07.08.2026,
08.00 - 15.00 Uhr,
5 Termine
Anmeldeschluss: 20.07.2026

8336 Bunte Sommerwoche

für Kinder von 6 bis 11 Jahre

Diese Woche wird es bunt und abwechslungsreich!

Magst du Abenteuer im Wald, liebst es zu basteln oder hast Spaß am Spielen von Gesellschaftsspielen?

Dann bist du hier genau richtig.

Wir gehen gemeinsam in den Wald und werden zusammen kochen und backen. Natürlich bleibt auch genug Zeit, einfach nur zu spielen und neue Freunde zu finden. Gemeinsam frühstücken und mittagessen gehört auch dazu - denn zusammen schmeckt es am besten!

Bitte mitbringen:
Wechselkleidung, Hausschuhe, Kleidung die dreckig werden darf, Trinkflasche

Materialkosten:
60,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühren

Jette Kleine-Horst / Lea Wipper
Mo. - Fr., 03.08.2026 - 07.08.2026,
08.00 - 15.00 Uhr,
5 Termine
Anmeldeschluss: 20.07.2026

Dinge zu basteln. Natürlich bleibt auch viel Zeit zum Spielen: drinnen mit Lego oder draußen im Garten mit Bewegung und Spaß. Gemeinsames Frühstück und Mittagessen gehören dabei genauso dazu wie jede Menge Lachen und Abenteuer.

Bitte mitbringen:
Wechselkleidung, Hausschuhe, Kleidung die dreckig werden darf, Trinkflasche (weitere Informationen gibt es vorab per Mail)

Materialkosten: 35,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühr

Lea Wipper / Anna-Marie Meier
Mo. - Mi., 10.08.2026 - 12.08.2026,
08.00 - 15.30 Uhr,
3 Termine
Anmeldeschluss: 27.07.2026



8350 Bernsteinbearbeitung I EK

für Eltern und Kinder ab 8 Jahre

Es werden Rohbernsteine durch Bohren, Schleifen und Polieren bearbeitet. Dabei entstehen weitgehend durch Handarbeit schöne Unikate, z.B Anhänger, Schmuckstücke oder Handschmeichler. Die Materialkosten richten sich nach dem Gewicht des ausgewählten Rohbernsteins (1g=1€). Bitte unempfindliche Kleidung tragen.

Materialkosten:
1,00 € pro 1 g Bernstein werden bei der Kursleitung bezahlt

Lisa Heiser
So., 08.03.2026, 10.00 - 13.00 Uhr



8337 Abenteuertage

Für Kinder von 5 bis 11 Jahre

Magst du es, draußen unterwegs zu sein, Abenteuer im Wald zu erleben, kreativ zu werden oder mit Lego zu bauen?

Dann bist du bei unseren Abenteuertagen genau richtig. Gemeinsam wollen wir die letzten Ferientage nutzen, um in den Wald zu gehen, die Natur zu entdecken und tolle

8357

Basteln mit finnischem Papiergarn - EK

Für Eltern, Großeltern und Kinder ab 8 Jahre

Papiergarn ist aus finnischer Holzzellulose gesponnen und mit Textilfarbe eingefärbt. Es zeichnet sich durch seine Licht- und Farbechtheit aus. Aufgedreht ist das Garn lichtdurchlässig, leicht formbar und es kann bei 30° C von Hand gewaschen werden.

Aus Papiergarn können unterschiedlichste Dekorationen entstehen, wie z.B. Blumen, Sterne, Figuren, Ranken, ... der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Probiert es einfach aus!

Materialkosten:

je nach Verbrauch 5,00 - 10,00 €, werden bei der Kursleitung bezahlt

Anja Gaus

So., 08.03.2026, 14.00 - 17.00 Uhr

8361

Kreatives Bastelwochenende II

für Kinder von 7 bis 10 Jahre

Kursbeschreibung siehe Kurs 8360

Jennifer Ebers / Vanessa Beyer

Sa., 21.02.2026, 09.00 - 16.00 Uhr

So., 22.02.2026, 09.00 - 16.00 Uhr

Anmeldeschluss: 06.02.2026



8362

Kreatives Bastelwochenende III

für Kinder von 7 bis 10 Jahre

Kursbeschreibung siehe Kurs 8360

Jennifer Ebers / Vanessa Beyer

Sa., 18.04.2026, 09.00 - 16.00 Uhr

So., 19.04.2026, 09.00 - 16.00 Uhr

Anmeldeschluss: 02.04.2026

8363

Kreatives Bastelwochenende IV

für Kinder von 7 bis 10 Jahre

Kursbeschreibung siehe Kurs 8360

Jennifer Ebers / Vanessa Beyer

Sa., 16.05.2026, 09.00 - 16.00 Uhr

So., 17.05.2026, 09.00 - 16.00 Uhr

Anmeldeschluss: 30.04.2026



8360

Kreatives Bastelwochenende I

für Kinder von 7 bis 10 Jahre

An diesem Wochenende möchten wir mit euch kreativ sein und mit verschiedenen Materialien basteln und schöne Dinge der Jahreszeit angepasst gestalten. Zuerst starten wir mit einem Frühstück. Mittagessen und Snacks sind auch eingeplant. Bitte an wetterfeste Kleidung denken, da wir mit euch auch Zeit in der Natur verbringen möchten.

Bitte mitbringen:

wetterfeste Kleidung, Trinkflasche, Ersatzkleidung, festes Schuhwerk, Hausschuhe (weitere Informationen gibt es vorab per Mail)

Materialkosten:

30,00 € + 4,00 € Verwaltungsgebühren

Jennifer Ebers / Vanessa Beyer

Sa., 07.02.2026, 09.00 - 16.00 Uhr

So., 08.02.2026, 09.00 - 16.00 Uhr

Anmeldeschluss: 30.01.2026

8399

Offene Filzwerkstatt

für Kinder ab 6 Jahre

In dieser offenen Werkstatt könnt ihr immer wieder Neues ausprobieren. Figuren, Schuhe, Taschen, Blüten, Blätter, Windlichter usw.

Ihr könnt auch mal später vorbeischauen oder früher gehen.

Materialkosten:

werden nach Verbrauch bei der Kursleitung bezahlt.

Iris Rusch

Mi., ab 04.02.2026, 15.00 - 18.00 Uhr,
14 Termine

8400

Filzen I EK

für Eltern und Kinder

Hier können mehrere Generationen miteinander kreativ sein und in die Geheimnisse des Filzens eintauchen.

Materialkosten:

5,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt.

Iris Rusch

So., 08.02.2026, 09.30 - 12.30 Uhr



8401

Filzen II EK

für Eltern und Kinder

Kursbeschreibung siehe Kurs 8400

Iris Rusch

So., 01.03.2026, 09.30 - 12.30 Uhr



8404

Nähkurs für Kinder - Kreative Nähwerkstatt

für Kinder von 8 - 12 Jahre

Du hast Lust, tolle Sachen zu nähen? In unserer kreativen Nähwerkstatt treffen wir uns einmal pro Woche und lassen mit Nadel, Faden und vielen bunten Stoffen die schönsten Ideen Wirklichkeit werden!

Ob lustige Kissen, praktische Turnbeutel oder kleine Kuscheltiere – hier kannst du deiner Fantasie freien Lauf lassen. Gemeinsam lernen wir den Umgang mit der Nähmaschine, probieren verschiedene Stoffe aus und gestalten unsere eigenen Lieblingsstücke.

Wichtig ist vor allem der Spaß am Nähen – erste kleine Näherfahrungen sind schön, aber nicht zwingend nötig.

Wenn du magst, bringe gern Stoffreste (z.B. alte Jeans), Knöpfe, Perlen oder Bänder mit. Material zum Loslegen ist natürlich auch da!

Bitte mitbringen:

wenn vorhanden eine Nähmaschine

Materialkosten:

werden nach Verbrauch bei der Kursleitung bezahlt

Franziska Brauer

Di., 10.02.2026, 15.15 - 17.30 Uhr

Di., 24.02.2026, 15.15 - 17.30 Uhr

Di., 03.03.2026, 15.15 - 17.30 Uhr

Di., 10.03.2026, 15.15 - 17.30 Uhr

Di., 17.03.2026, 15.15 - 17.30 Uhr

Di., 07.04.2026, 15.15 - 17.30 Uhr

Di., 14.04.2026, 15.15 - 17.30 Uhr

Di., 28.04.2026, 15.15 - 17.30 Uhr

Di., 05.05.2026, 15.15 - 17.30 Uhr

Di., 12.05.2026, 15.15 - 17.30 Uhr





8405

Spannende Experimente für Kinder

für Kinder ab 6 bis 9 Jahre

Ich lade euch ein, gemeinsam mit mir in die faszinierende Welt der Wissenschaft einzutauchen und aufregende, spannende Experimente durchzuführen. Diese Experimente sind darauf ausgelegt, die Fantasie anzuregen und die Neugier der Kinder zu wecken. Lasst uns zusammen entdecken, wie spannend Wissenschaft sein kann und das auf eine spielerische und unterhaltsame Weise.

Materialkosten:

5,00 € pro Person werden bei der Kursleitung bezahlt

Milan Menner

Do., ab 29.01.2026, 16.00 - 17.00 Uhr,
19 Termine



8406

Offene Holzwerkstatt

für Kinder ab 7 Jahre

Wir erlernen den richtigen Umgang mit Werkzeugen, das sichere Arbeiten in einer Werkstatt und die Beschaffenheit von Holz. Die Kreativität soll nicht zu kurz kommen. Die hergestellten Werkstücke dürft ihr mit Hause nehmen.

Materialkosten:

5,00€ werden bei der Kursleitung bezahlt

Timo Huy

Mi., ab 28.01.2026, 17.00 - 19.15 Uhr,
20 Termine



8410

Winter- Werkstatt EK

für Eltern mit Kindern unter 3 Jahren

In der Winterwerkstatt wird es gemütlich. Wir basteln, kneten und spielen rund um den Winter.

Ein kreativer Start ins Jahr für kleine Entdecker.

Bitte mitbringen:

Schürze, alte Kleidung

Materialkosten:

5,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt.

Laura-Marie Lehmann

Mo. / Fr., 26.01.2026 - 06.02.2026,

10.00 - 11.00 Uhr,

4 Termine



8411

Kleine Flaschen, große Entdeckungen EK

Sinneserfahrungen für Kleinstkinder bis 3 Jahren

Sinnesflaschen (Sensory Bottles) sind spannende Begleiter für die Kleinsten. Gefüllt mit bunten Perlen, Glitzer, Naturmaterialien oder Wasser und Öl lassen sich viele Effekte bestaunen. Gemeinsam gestalten Kinder mit ihrer / einer Begleitperson eigene Sinnesflaschen zum Mitnehmen. Spielerisch werden so Neugier, Feinmotorik und die Sinne der Kinder gefördert.

Bitte mitbringen:

leere + saubere Plastikflaschen (kleine Größen, Smoothie- oder Wasserflaschen) besonderen Inhaltswunsch bitte selbst mitbringen.

Materialkosten:

5,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt.

Laura-Marie Lehmann

Mo., 09.02.2026, 10.00 - 11.30 Uhr

NEU!

8412

Buntes Basteln & Spielen rund um Fasching EK

für Eltern mit Kindern unter 3 Jahren

Helau und Alaaf!

Wir basteln bunte Masken, lustige Hüte und gestalten Faschingsdekoration. Dazu spielen wir Faschingsspiele und tanzen eine kleine Polonaise zum Abschluss.

Bitte mitbringen:
Verkleidung

Materialkosten:
3,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt.

Laura-Marie Lehmann
Mo., 16.02.2026, 10.00 - 12.00 Uhr

NEU!

8414

Bunte Ostereier färben EK

für Eltern mit Kindern unter 3 Jahren

Gemeinsam gestalten wir kunterbunte Ostereier mit kindgerechten, natürlichen Farben. Schon die kleinsten unter 3 Jahren können dabei nach Lust & Laune matschen, pinseln und ausprobieren. Am Ende darf jedes Kind seine bunten Eier mit nach Hause nehmen.

Bitte mitbringen:
Schürze, Eierkarton

Materialkosten:
5,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt

Laura-Marie Lehmann
Di., 31.03.2026, 09.00 - 11.00 Uhr

NEU!

8413

Kleine Gärtner EK

Pflanzen, Säen, und Staunen
für Eltern mit Kindern unter 3 Jahren

Kinder unter 3 Jahren können in diesem Kurs erste Erfahrungen mit Pflanzen sammeln. Der Topf wird zuerst schön gestaltet und anschließend besät.

Bitte mitbringen:
Malkittel, evtl. alte Kleidung

Materialkosten:
6,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt.

Laura-Marie Lehmann
Fr., 20.03.2026, 10.00 - 11.30 Uhr



NEU!

8415

Osterbacken für die Kleinsten EK

für Eltern mit Kindern unter 3 Jahren

In dieser Backwerkstatt dürfen die Kleinsten österliche Leckereien zaubern. Wir kneten, formen und dekorieren kleine Osterhasen, Kränze und Osterplätzchen. Ganz spielerisch entdecken die Kinder Teig, Düfte und Farben

Bitte mitbringen:
Schürze, Dose für Gebäck

Materialkosten:
4,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt.

Laura-Marie Lehmann
Do., 02.04.2026, 09.00 - 12.00 Uhr





8416 Frühlingsbasteln für Minis EK

für Eltern mit Kindern unter 3 Jahren

Wenn die ersten Blumen blühen, wird es Zeit für Bastelspaß:
Wir gestalten, Schmetterlinge, Blumenbilder und sogar kleine Deko für Zuhause.

Bitte mitbringen:
Naturmaterialien, Upcycling-Material

Materialkosten:
5,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt.

Laura-Marie Lehmann
Mi., ab 08.04.2026, 10.00 - 11.00 Uhr,
5 Termine



8417 Kreatives Basteln und Erleben EK

für Eltern mit Kindern unter 3 Jahren

Ein bunter Kurs über Semester hinweg für die Aller kleinsten. Wir basteln mit Papier, Naturmaterialien, Farben und Knete, erleben kleine Fingerspiele und erste kreative Abenteuer. Alles altersgerecht, spielerisch und mit viel Freiraum.

Bitte mitbringen:
Malkittel, evtl. alte Kleidung

Materialkosten:
5,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt.

Laura-Marie Lehmann
Fr. / Mo., 27.02.2026 - 16.03.2026,
10.00 - 11.00 Uhr,
6 Termine



8430 Ponys pflegen, führen, reiten lernen I EK

für Eltern und Kinder von 4 bis 8 Jahre

In dieser Gruppe wollen wir euch an den Umgang mit Ponys heranzuführen. Jedes angemeldete Kind wird von einem Elternteil geführt. Es geht durch Wald und Wiesen.

Bitte mitbringen:
Regenbekleidung, feste Schuhe, Reit- oder Fahrradhelm

Materialkosten:
15,00 € für eine Reiterversicherung werden bei der Kursleitung bezahlt.

Sabine Krumm Noormann / Laura Lehmann
Noormann, Riesebergblick 34
Fr., ab 10.04.2026, 15.30 - 17.30 Uhr,
5 Termine



8431 Ponys pflegen, führen, reiten lernen II EK

für Eltern und Kinder von 4 bis 8 Jahre

Kursbeschreibung siehe Kurs 8430

Sabine Krumm Noormann / Laura Lehmann
Noormann, Riesebergblick 34
Mo., ab 13.04.2026, 15.30 - 17.30 Uhr,
5 Termine

8432
Ponys pflegen, führen, reiten lernen
III EK

für Eltern und Kinder von 4 bis 8 Jahre

Kursbeschreibung siehe Kurs 8430

Sabine Krumm Noormann / Laura Lehmann
Noormann, Riesebergblick 34
Fr., ab 29.05.2026, 15.30 - 17.30 Uhr,
5 Termine

8433
Ponys pflegen, führen, reiten lernen
IV EK

für Eltern und Kinder von 4 bis 8 Jahre

Kursbeschreibung siehe Kurs 8430

Sabine Krumm Noormann / Laura Lehmann
Noormann, Riesebergblick 34
Mo., ab 01.06.2026, 15.30 - 17.30 Uhr,
5 Termine

8450
Wölfe in unserer Region I EK

für Eltern und Kinder ab 6 Jahren
Vortrag & PowerPoint Präsentation, Naturspaziergang

Der Kurs startet mit einem Vortrag.
Nach dem Vortrag geht es fußläufig in den Rieseberg um dort im Rahmen eines ca. 2-stündigen Naturerlebnisspazierganges mehr über den Wolf zu erfahren. Verhaltensweisen bei Begegnungen. Die Biologie des Wolfes, Spurensuche aber auch das ein oder andere Spiel zum Thema Wolf, stehen auf dem Programm.

Bitte mitbringen:
wetterfeste Kleidung, festes (und rutschfestes) Schuhwerk, Verpflegung und Getränke

Andreas Hofmann
Sa., 31.01.2026, 10.00 - 13.00 Uhr

8451
Der Goldschakal! Auf leisen Pfoten
zurück nach Deutschland EK

für Eltern und Kinder ab 6 Jahren

Kursbeschreibung siehe Kurs 8450

Andreas Hofmann
Sa., 16.05.2026, 10.00 - 13.00 Uhr

8452
Wölfe in unserer Region II EK

für Eltern und Kinder ab 6 Jahren
Vortrag & PowerPoint Präsentation, Naturspaziergang

Kursbeschreibung siehe 8450

Andreas Hofmann
Sa., 20.06.2026, 10.00 - 13.00 Uhr



8455
Wir erkunden den Rieseberg I

für Kinder von 7 bis 12 Jahre

An diesem Nachmittag möchten wir mit euch den Wald entdecken, spielen und ein Tipi bauen.

Bitte mitbringen:
Regenkleidung, feste Schuhe, lange Hose, Rucksack mit Getränk + kl. Picknick, Kopfbedeckung, Sonnencreme, Zeckenspray

Anna-Marie Meier / Britta Mönnich-Meier
Sa., 25.04.2026, 15.00 - 18.00 Uhr

8456
Wir erkunden den Rieseberg II

für Kinder von 7 bis 12 Jahre

Kursbeschreibung siehe Kurs 8455

Anna-Marie Meier / Britta Mönnich-Meier
Sa., 09.05.2026, 15.00 - 18.00 Uhr

8457
Wir erkunden den Rieseberg III

für Kinder von 7 bis 12 Jahre

Kursbeschreibung siehe Kurs 8455

Anna-Marie Meier / Britta Mönnich-Meier
Sa., 06.06.2026, 15.00 - 18.00 Uhr

8462
Familiertöpfen III EK

für Eltern mit Kindern ab 5 Jahre

Kursbeschreibung siehe Kurs 8460

Franziska Brauer
Sa., 11.04.2026, 09.00 - 13.00 Uhr



8460
Familiertöpfen I EK

für Eltern mit Kindern ab 5 Jahre

Habt ihr Lust mit euren Händen Kunstwerke aus Ton zu zaubern oder eure österlichen Werke zu glasieren? Dann könnt ihr an diesem Samstag eurer Kreativität freien Lauf lassen und Gefäße und Skulpturen entstehen lassen oder euren vorgebrannten Werken mittels Glasuren, Farbe und Glanz schenken. Freut euch auf einen kreativen Samstag mit Ton und Glasuren!

Ab diesem Semester sind die Töpfer-, Glasur- und Abholtermine kombiniert!

Materialkosten:
15,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt.

Franziska Brauer
Sa., 21.03.2026, 09.00 - 13.00 Uhr



8461
Familiertöpfen II EK

für Eltern mit Kindern ab 5 Jahre

Kursbeschreibung siehe Kurs 8460

Franziska Brauer
Sa., 21.03.2026, 13.00 - 17.00 Uhr

8463
Familiertöpfen IV EK

für Eltern mit Kindern ab 5 Jahre

Kursbeschreibung siehe Kurs 8460
Franziska Brauer
Sa., 11.04.2026, 13.00 - 17.00 Uhr

Ein Einstieg nach Programmbeginn ist in den meisten Kinder- und Jugendgruppen möglich. Bitte fragt nach.

8464
Familiertöpfen V EK

für Eltern mit Kindern ab 5 Jahre

Kursbeschreibung siehe Kurs 8460

Franziska Brauer
Sa., 02.05.2026, 13.00 - 17.00 Uhr



8466
Ostertöpfen I

für Kinder ab 8 Jahre

Habt ihr Lust österliche Kunstwerke aus Ton zu zaubern? An diesem Vormittag könnt ihr eurer Kreativität freien Lauf lassen. Egal, ob ihr Eierbecher, Deko oder witzige Hasen entstehen lasst, freut euch auf einen kreativen Vormittag mit Ton!

Materialkosten:
10,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt.

Franziska Brauer
Sa., 14.02.2026, 09.00 - 13.00 Uhr

8467 Ostertöpfern II

für Kinder ab 8 Jahre

Kursbeschreibung siehe Kurs 8466

Franziska Brauer
So., 15.02.2026, 09.00 - 13.00 Uhr



8468 Glasurtermin I EK

für Eltern mit Kindern ab 5 Jahre

Habt ihr in letzter Zeit Kunstwerke aus Ton gefertigt? Dann ist heute der letzte Termin von der Sommerpause, euren vorgebrannten Werken mittels Glasuren, Farbe und Glanz zu schenken. Freut euch auf einen kreativen Samstag der Glasuren.

Materialkosten:
5,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt.

Franziska Brauer
Sa., 30.05.2026, 09.00 - 13.00 Uhr

8469 Glasurtermin II EK

für Eltern mit Kindern ab 5 Jahre

Kursbeschreibung siehe Kurs 8469

Franziska Brauer
Sa., 30.05.2026, 13.00 - 17.00 Uhr



8480 Kreatives Gestalten mit Alltags- und Naturmaterialien

für Kinder ab 5 bis 8 Jahre

Habt ihr Lust, mit euren Händen zu experimentieren, zu bauen, zu erfinden und zu gestalten?

In unserer Kreativwerkstatt können Kinder mit Alltags- und Naturmaterialien ihrer Fantasie freien Lauf lassen. Ob bunte Kunstwerke, kleine Erfindungen oder wilde Bauwerke - hier gibt es kein "richtig" oder "falsch". Wir stellen euch eine bunte Sammlung an Materialien bereit: Holz, Steine, Blätter, Stoffreste, Kartons, Knöpfe, Farben und vieles mehr. Außerdem probieren wir gemeinsam verschiedene Gestaltungs- und Kreativtechniken aus - vom Drucken über Kleben bis hin zum Formen, Schneiden oder Bauen. So entdecken wir immer neue Wege, wie aus einfachen Dingen etwas Einzigartiges entstehen kann. Kommt mit Neugier, Ideen und Spaß - und geht mit euren eigenen Kunstwerken und neuen Ideen wieder nach Hause.

Wir freuen uns auf euch!

Bitte mitbringen:
gerne verschiedene saubere Umverpackungen und Materialien aus der Natur, Trinkflasche und Essen für die Snackzeit

Materialkosten:
10,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt

Ella Schliefkowitz / Anique Lauber
Sa., 14.03.2026, 09.00 - 13.00 Uhr



8481 Osterbasteln

Osternester basteln
für Kinder von 4 bis 9 Jahren

Was wäre Ostern ohne ein Osternest?
Gemeinsam wollen wir mit Tontöpfen, Tonkarton und vielem mehr kleine Osternester basteln und gestalten.

Materialkosten:
4,00 €

Jette Kleine-Horst / Fynn Kleine-Horst
Sa., 14.03.2026, 09.00 - 12.00 Uhr



8482 Osterbasteln

Flauschige Küken und Hasen aus Wolle
für Kinder von 4 bis 9 Jahren

Hier wird's flauschig! Gemeinsam basteln wir aus bunter Wolle kleine Küken und süße Hasen. Mit Fantasie, Schere und ein bisschen Zauberei entstehen richtige Osterfreunde zum Knuddeln und Stauen. Jedes Kind darf sein selbstgemachtes Tierchen natürlich mit nach Hause nehmen

Materialkosten:
4,00 €

Mira Sofie Schliefkowitz / Sina Marie Schliefkowitz
Sa., 14.03.2026, 09.00 - 12.00 Uhr

8495 Lesenacht mit Abendessen und Bewegungsspielen I

für Kinder von 6 bis 9 Jahre

In gemütlicher Atmosphäre wollen wir uns viel Zeit nehmen zum Vorlesen von besonderen, spannenden und lustigen Geschichten und Büchern. Es wird außerdem ein leckeres Abendessen geben und tolle Bewegungsspiele. Zum Abschluss gibt es eine kleine Überraschung und eine Gute-Nacht-Geschichte.

Bitte mitbringen:
Hausschuhe, Lieblingsbuch und evtl. ein kleines Kissen

Materialkosten:
8,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt

Sabine Breitbarth / Thomas Breitbarth
Fr., 23.01.2026, 15.00 - 21.00 Uhr

8496 Lesenacht mit Abendessen und Bewegungsspielen II

für Kinder von 6 bis 9 Jahre

Kursbeschreibung siehe Kurs 8495

Sabine Breitbarth / Thomas Breitbarth
Fr., 13.03.2026, 15.00 - 21.00 Uhr



Wir sind als „besonders kinderfreundlich“ zertifiziert.



FZHSCHPEPAU



@FACEBOOK

Besuchten 2022 den Kurs
„Meet and Eat: Zusammen
isst man weniger allein“

A black and white photograph of a group of seven people (six adults and one child) sitting around a wooden dining table in a modern kitchen setting. They are engaged in conversation and eating. The room has large windows, a hanging light fixture, and a refrigerator in the background.

**Die Volkshochschule
Vielleicht der
Beginn von etwas
ganz Großem.**

Wir schaffen mehr Miteinander. Unsere Kurse sind ein Melting Pot der Kulturen – und ein gutes Rezept für gesellschaftlichen Zusammenhalt. Denn wir brauchen Küchentisch-Diskussionen statt Stammtisch-Parolen.

Allgemeine Hinweise, Teilnahmebedingungen und Widerrufsbelehrung

Die Kreisvolkshochschule (im Folgenden KVHS) ist eine Einrichtung des Landkreises Helmstedt, die der Erwachsenenbildung bzw. Weiterbildung dient. Sie ist vom Niedersächsischen Kultusministerium als förderungsberechtigt im Sinne des Niedersächsischen Erwachsenenbildungsgesetzes anerkannt. Die KVHS wendet sich mit ihrem Bildungsprogramm an jedermann. Die Arbeit der KVHS erfolgt überparteilich und überkonfessionell auf den Grundlagen unseres demokratischen Rechtsstaates.

Die KVHS betreibt kontinuierliche Qualitätsentwicklung. Die Bildungsarbeit wird im Rahmen des staatlich anerkannten LQW-Verfahrens (Lernorientierte Qualität in der Weiterbildung) regelmäßig eingehend geprüft und bewertet.

Die Teilnahme an den Bildungsveranstaltungen der KVHS steht jedem offen. Bei Verstößen gegen die in den Veranstaltungsstätten geltenden Hausordnungen und bei Störung der Bildungsveranstaltungen kann der Ausschluss verfügt werden. Das Gleiche gilt, wenn der Zahlungsverpflichtung nicht nachgekommen wurde.

Die KVHS kann aus sachlichem Grund und zumutbarem Umfang Ort, Zeitpunkt und Kursleitung der Veranstaltung ändern.

1. Anmeldungen

Anmeldungen müssen grundsätzlich schriftlich erfolgen: entweder mit den beiliegenden Postkarten bzw. Fax-Vordrucken, persönlich in der Geschäftsstelle der KVHS zu den angegebenen Öffnungszeiten oder online unter www.kvhs-helmstedt.de. Bei Überbelegung von Veranstaltungen mit begrenzter Teilnehmerzahl werden die Anmeldungen in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Daher wird dringend empfohlen, sich in jedem Fall vor Beginn der Bildungsveranstaltung bei der KVHS schriftlich anzumelden.

Nach der Anmeldung erfolgt keine weitere Bestätigung durch die KVHS, außer bei Bildungsurlaubsseminaren. Mit der Anmeldung wird die Verbindlichkeit dieser Richtlinien anerkannt; die Anmeldung verpflichtet zur Zahlung des Teilnehmerentgelts.

2. Abmeldung

Eine Abmeldung von Veranstaltungen der KVHS ist grundsätzlich nur in schriftlicher Form bis zum 2. Kurstermin möglich, wenn der Kurs mehr als 3 Termine hat. Bei Kursen mit 3 oder weniger Terminen ist eine Abmeldung bis zum 5. Werktag vor Kursbeginn möglich. Wenn ein Anmeldeschluss angekündigt ist, ist dieser gleichzeitig der Abmeldeschluss. In Ausnahmefällen entscheidet die Leitung der KVHS.

Sollte die schriftliche Abmeldung bei der KVHS nicht termingerecht eingehen, werden die festgesetzten Entgelte weiterhin erhoben.

Abmeldungen bei den Dozenten sind nicht möglich. Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung.

3. Teilnehmerzahl und Entgelte

Für die Durchführung eines Kurses sind grundsätzlich mindestens 7 Teilnehmende notwendig, wenn es nicht anders angekündigt ist.

Die verbindlichen Teilnehmerentgelte richten sich nach der jeweils gültigen Entgeltregelung der KVHS und sind im Semesterprogramm und im Internet angegeben.

Für Schüler/-innen, Auszubildende, Studierende, Wehr- und Ersatzdienstleistende sowie Empfänger/-innen von Bürgergeld, Wohngeld und Sozialgeld gelten ermäßigte Sätze mit Ausnahme der als „nicht ermäßigungsfähig“ ausgewiesenen Kurse. **Die Ermäßigung ist formlos bei der KVHS spätestens bis zum 2. Kurstermin mit dem entsprechenden Nachweis zu beantragen. Später eingehende Anträge auf Ermäßigung können nicht mehr berücksichtigt werden.** Materialkosten sind nicht ermäßigungsfähig.

Die Entgelte werden nach Beginn der Veranstaltung in Rechnung gestellt.

Über Anträge auf Entgeltermäßigung in besonderen Härtefällen wird im Einzelfall durch die KVHS-Leitung entschieden.

Kann ein von der KVHS zu vertretender Stundenausfall nicht nachgeholt werden, können bereits entrichtete Entgelte nur dann zurückgezahlt werden, wenn der zu erstattende Betrag über 10,00 € liegt.

Kosten für Verbrauchs- und Unterrichtsmaterialien sind selbst zu tragen. Stellen die Dozenten Materialien bereit, sind diese direkt abzurechnen.

4. Zahlung

Für die Zahlung des Teilnehmerentgeltes empfehlen wir das SEPA-Lastschriftmandat. Es erspart Ihnen den Weg zur Bank bzw. zum Postamt, Schreibarbeit, Terminüberwachung sowie Nachteile durch Fristversäumnis wie Mahngebühren und ggf. Säumniszuschläge. Für Mahnschreiben werden 4,50 € erhoben.

Wurde eine Lastschrift nicht ausgeführt, ohne dass die KVHS die Gründe dafür zu vertreten hat, werden die Bankgebühren in Rechnung gestellt.

Die Kosten für ein eventuell anfallendes Vollstreckungsverfahren gehen zu Lasten des Teilnehmenden und werden nach dem gültigen Kostentarif der Verwaltungskostensatzung des Landkreises Helmstedt berechnet.

5. Prüfungsgebühren

Zur Prüfung kann nur zugelassen werden, wer das Anmeldeformular vollständig ausgefüllt, unterschrieben und fristgerecht bei der KVHS abgegeben hat.

6. Haftung

Die KVHS Helmstedt und ihre Außenstellen haften im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen für Personen- und Sachschäden. Schadensfälle sind der KVHS unverzüglich mitzuteilen.

7. Hausordnung

Es gelten die Hausordnungen der Unterrichtsstätten. In den Unterrichtsgebäuden darf nicht geraucht werden. Die Hinweise der Hausmeister sind zu beachten.

Illegales Kopieren von Software, illegale Installation fremder Software auf den Rechnern der VHS, gezielter Aufruf von Internetseiten mit pornografischen, rechtsradikalen oder rechtswidrigen Inhalten wird von uns nicht geduldet und führt zum sofortigen Kursausschluss. Weitere rechtliche Schritte bleiben vorbehalten.

8. Widerrufsrecht

8.1 Widerrufsbelehrung (Dienstleistung)

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragschlusses.

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns, KVHS Helmstedt, Bötticherstr. 2, 38350 Helmstedt, Tel.: 05351/1204-0, Fax: 05351/1204-13, E-Mail: info@kvhs-helmstedt.de, mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das nachfolgende Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Sie können das Muster-Widerrufsformular oder eine andere eindeutige Erklärung auch auf unserer Website www.kvhs-helmstedt.de elektronisch ausfüllen und übermitteln. Machen Sie von dieser Möglichkeit Gebrauch, so werden wir Ihnen unverzüglich (z.B. per E-Mail) eine Bestätigung über den Eingang eines solchen Widerrufs übermitteln. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

8.2. Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Ferner haben Sie bereits erhaltene Unterrichtsmaterialien auf Ihre Kosten zurückzusenden, soweit diese als Paket versandt werden können. Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistung während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

9. Auskünfte

Für weitere Auskünfte stehen Ihnen die Mitarbeiter/-innen der KVHS unter den im Semesterprogramm angegebenen Zeiten zur Verfügung.

Widerrufsformular

(Wenn Sie den Vertrag widerrufen wollen, dann füllen Sie bitte dieses Formular aus und senden Sie es zurück.)

An
Kreisvolkshochschule Helmstedt
Bötticherstraße 2
38350 Helmstedt

Fax: 05351 1204-13
E-Mail: info@kvhs-helmstedt.de

Hiermit widerrufe(n) ich/wir (*) den von mir/uns (*) abgeschlossenen Vertrag über die Erbringung der folgenden Dienstleistung

Kursnummer: _____

Kurstitel: _____

Bestellt am: _____

Kursbeginn: _____

Name des/der Verbraucher(s)

Anschrift des/der Verbraucher(s)

Datum Unterschrift des/der Verbraucher(s) (nur bei Mitteilung auf Papier)

(*) Unzutreffendes streichen

8000 Innere Ruhe und Gelassenheit im Alltag finden

Achtsamkeitstraining für Erwachsene

Stress, ständige Erreichbarkeit und hohe Anforderungen bringen uns oft aus dem Gleichgewicht.

In diesem Kurs lernen Sie einfache Achtsamkeitsübungen, Atemtechniken und kleine Meditationen kennen, die helfen, den Alltag gelassener und bewusster zu gestalten. Das Training stärkt Konzentration, Resilienz und innere Ruhe - für mehr Lebensqualität.

Die Kursleitung ist zertifizierte Achtsamkeitstrainerin mit therapeutischem und pädagogischem Hintergrund.

Bitte mitbringen:

Bequeme Kleidung, Decke, Kissen, Trinken

Laura-Marie Lehmann

56,80 €, 16 UStd.

Mo., ab 26.01.2026, 18.00 - 19.30 Uhr,
8 Termine



Sie können sich für einen KVHS-Kurs nur schriftlich, per Anmeldekarte oder, per E-Mail, online oder persönlich durch Eintragung in die Teilnehmerliste anmelden. Vergessen Sie nicht, Ihre Anmeldung zu unterschreiben. Kommen Sie bitte ohne weitere Aufforderung zum ersten Kurstermin, wie in diesem Programmheft ausgedruckt. Sie erhalten keine Anmeldebestätigung. Sie werden von uns nur benachrichtigt, wenn Ihr Kurs ausfällt, überbelegt ist oder Terminänderungen notwendig sind.

8001 Achtsamkeit und Stressbewältigung

Für Fachkräfte in Kita und Schule

Der Berufsalltag in Kita und Schule ist oft geprägt von Zeitdruck, Lautstärke, hoher Verantwortung und ständig wechselnden Anforderungen. In diesem Seminar lernen pädagogische Fachkräfte, wie sie durch Achtsamkeit und einfache Stressbewältigungsstrategien ihre innere Balance stärken, achtsamer kommunizieren und kleine Ruhe-Inseln im Alltag schaffen können - für mehr Gelassenheit und Freude im Beruf.

Bitte mitbringen:

Yogamatte, Schreibutensilien

Laura-Marie Lehmann

27,10 €, 7 UStd.

Fr., 20.02.2026, 09.00 - 15.00 Uhr

8002 Natur und Achtsamkeit

Waldbaden für mehr Ruhe und Balance

Heute tauchen wir bewusst in die Natur ein. Mit eingeleiteten Achtsamkeitsübungen, Atemtechniken und kleinen Ritualen lernen die Teilnehmenden, die beruhigende Wirkung des Waldes zu nutzen. Waldbaden fördert Entspannung, Gesundheit und Wohlbefinden.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich - nur die Bereitschaft, sich auf die Natur einzulassen.

Ziele:

- Förderung der inneren Ruhe und Gelassenheit
- Bewusstes Erleben der Natur mit allen Sinnen
- Stärkung der Achtsamkeit im Alltag
- Abbau von Stress und Anspannung

Laura-Marie Lehmann

27,10 €, 7 UStd.

Sa., 11.04.2026, 10.00 - 16.00 Uhr

8003

Mama Me - Zeit für mich - Selbstfürsorge & Ich-sein

Dieser Kurs richtet sich an Mütter, die sich nach Zeit für sich selbst sehnen. Sie erhalten Raum, ihre eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen, neue Energie zu tanken und sich wieder als Frau und eigenständige Persönlichkeit zu erleben. Mit praktischen Übungen aus den Bereichen Bewegung, Achtsamkeit, Kreativität und Selbstreflexion lernen die Teilnehmerinnen Methoden der Selbstfürsorge kennen, die sich leicht in den Familienalltag integrieren lassen.

Bitte mitbringen:

Bequeme Kleidung, Yogamatte, Schreibmaterial

Materialkosten:

5,00 € die bei der Kursleitung bezahlt werden.

Laura-Marie Lehmann

23,80 €, 6 UStd.

Di., ab 03.02.2026, 17.30 - 19.00 Uhr,
3 Termine

Anmeldungen zu den Kursen sind nur schriftlich möglich.

8007

Einführung in den habitusgemäßen Schnitt von Ziersträuchern

Ziersträucher und kleine Zierbäume stehen in fast jedem Garten. Sie beglücken uns das Jahr über mit ihrer Blütenpracht samt mancherlei Duft, mit verschiedenen Blattformen und Grüntönen sowie mitunter mit farbenfrohen kleinen Früchten.

Im kahlen Winterhalbjahr erfreuen sie das geübte Auge auch durch ihre jeweilige typische Gestalt und Verzweigung (Habitus), sofern sie nicht – wie ihre dienstbaren Geschwister in den Hecken – pauschal gestutzt wurden ("auf den Stock gesetzt" oder per Heckenschere gekürzt).

Für diesen art-typischen Habitus wollen wir Sie sensibilisieren und Ihnen Wahrnehmungs- und Arbeits-Techniken für charaktervolle und langlebige Gehölzgestalten vermitteln. (Zugleich kann ein solcher Kurs

auch erste Grundlagen für den Umgang mit Obstgehölzen oder größeren Bäumen vermitteln.)

Folgende Themen und Fertigkeiten werden an diesem Wochenende nahegebracht:

- Aufbau und Entwicklungsstadien der Sträucher und Kleinbäume
- Der Blick für den jeweiligen Habitus
- Die verschiedenen Schnitttechniken und ihre Wirkung
- Die Gesetze von Gehölzwachstum, Schnittreaktion und Wundfäulnis
- Individuelle Gehölzansprache und Wahl der Eingriffe
- In welchen Fällen sind "auf den Stock setzen" oder Formschnitt / Heckenschnitt sehr wohl angebracht?
- Die Frage des Schnittzeitpunkts
- Einfache Übungen zum weiteren selbstständigen Training
- Überblick an Literatur und guten Werkzeugen.

Die Vermittlung von Theorie und handwerklichem Geschick ergänzen einander und sind in schrittweise aufgebauten Übungen verbunden, welche mal drinnen, mal draußen stattfinden. Das Schneiden üben wir anfangs an Attrappen; später auch am realen Gehölz.

Wir trainieren intensiv auf mehrerlei Weise die Werkzeughandhabung und unsere Beobachtungsgabe für die jeweilige Gestalt und Wuchsdynamik der Ziersträucher und Kleinbäume, um sie dann leichter und präziser habituswährend schneiden zu können.

Bitte mitbringen:

Warme regendichte Kleidung, Schuhe zum Wechseln, Obstbaumscheren (möglichst gute und gepflegte) samt Lederköchern, feine Baumsägen und gute Astscheren (falls vorhanden), große Schreib-/Zeichenunterlage & dicke Stifte

Torsten Rentz

56,80 €, 16 UStd.

Sa., 07.02.2026, 09.00 - 15.00 Uhr

So., 08.02.2026, 09.00 - 15.00 Uhr

8008 Einführung in den Obstbaumschnitt

Wochenendkurs

Seit Jahrhunderten ist in Mitteleuropa die Kultur von Obstbäumen heimisch. Ihre Anpflanzung und Pflege verdanken sie in erster Linie ihrer Früchte als wichtiger Bestandteil der menschlichen Ernährung. Heute findet neben der Rückbesinnung auf alte, geschmacklich herausragende Sorten der ökologische und ästhetische Wert immer mehr Beachtung. Die Notwendigkeit guter Pflege von Obstbäumen rückt wieder ins allgemeine Bewusstsein. Der Kurs findet statt in Kooperation mit der "Arbeitsgemeinschaft Streuobst ASt e.V.".

Folgendes Wissen & Können wollen wir an diesem Wochenende vermitteln:

- Kriterien beim Baumkauf & Tipps zur Sortenwahl
- Pflanzung und Pflanzschnitt
- Kronenaufbau und Entwicklungsstadien der Obstbäume
- Die Gesetze von Triebwachstum, Schnittreaktion und Wundfäulnis
- Die verschiedenen Schnitttechniken und ihre Wirkung
- Baumansprache, Wahl der Maßnahmen und des Schnittzeitpunktes
- Einfache Übungen zum selbstständigen Weiterlernen
- Überblick an Literatur und guten Werkzeugen.

Die Vermittlung von Theorie und handwerklichem Geschick ergänzen einander und sind in schrittweise aufgebauten Übungen kombiniert, welche mal drinnen, mal draußen stattfinden. Das Schneiden üben wir anfangs an Attrappen; später erst am realen Baum.

Wir trainieren intensiv auf mehrerlei Weisen die Werkzeughandhabung und unsere Beobachtungsgabe für die Gestalt und Wuchsdynamik der Obstbäume (und auch mancher Ziersträucher), um sie leichter und präziser arttypisch schneiden zu können.

Bitte mitbringen:

Warme regendichte Kleidung, Schuhe zum Wechseln, Obstbaumscheren (möglichst gute und gepflegte) samt Lederköchern, feine Obstbaumsägen (falls vorhanden), große Schreib-/ Zeichenunterlage & dicke Stifte

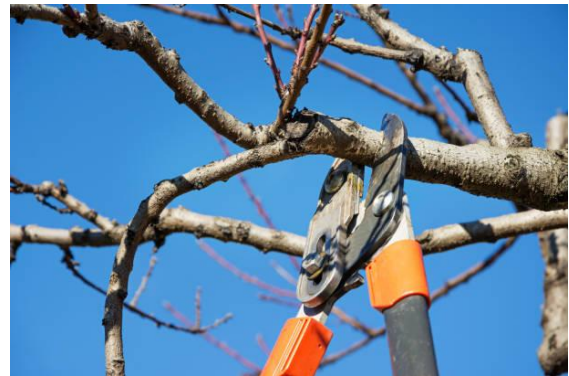
Torsten Rentz

70,00 €, 20 UStd.

Fr., 06.03.2026, 18.00 - 21.15 Uhr

Sa., 07.03.2026, 09.00 - 15.00 Uhr

So., 08.03.2026, 09.00 - 15.00 Uhr



8018 Gitarre - es geht immer weiter

Aufbaukurs

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die die wichtigsten Akkordgriffe sowie grundlegende Anschlag- und Zupftechniken bereits beherrschen. Anhand von ausgewählten Beispielen oder Wünschen wird gemeinsam eine wirkungsvolle Liedbegleitung erarbeitet. Gemeinsamer Begleitsang ist erwünscht. Es handelt sich um einen Aufbaukurs.

Eine Gitarre kann ausgeliehen werden!

Bitte mitbringen:

Gitarre, gute Laune, Unterrichtsmaterial wird gestellt

Wilfried Schydlo

116,20 €, 34 UStd.

Fr., ab 06.02.2026, 18.30 - 20.00 Uhr,

17 Termine

8023 Melodiegitarre

Mit viel Freude spielen wir Gitarrenmusik aus mehreren Epochen und unterschiedlichen Stilrichtungen.
Gern auch mit Gesang und Gastinstrumentalisten.

Bitte mitbringen:
Gitarre

Heide Viet
Alte Schule Schandelah
70,00 €, 20 UStd.
Di., ab 17.02.2026, 17.00 - 18.30 Uhr,
10 Termine



8024 Begleitgitarre für Fortgeschrittene

Die Spiel- und Singgruppe arbeitet an der Erweiterung des traditionellen Repertoires an z. T. mehrstimmig gesungenen Liedern durch Additivakkorde, Barrégriffe und kleine Läufe. Neben der Gitarre werden auch andere Instrumente zu Vortragsstücken mit Vor-, Zwischen- und Nachspielen einbezogen.

Bitte mitbringen:
Instrument

Hans-Henning Jäcke
70,00 €, 20 UStd.
Di., ab 27.01.2026, 17.45 - 19.15 Uhr,
10 Termine

8032 Tanzen ist wie Träumen mit den Füßen

Grundkurs für Paare

Ein Kurs für Anfänger und Anfängerinnen, aber auch für alle, die ihre Kenntnisse auffrischen wollen. Wir üben gemeinsam die gebräuchlichsten Standard- und latein-amerikanischen Tänze (z. B. Disco-Fox, Cha-Cha-Cha, Rumba, Jive, Langsamer Walzer, Wiener Walzer), damit Sie bei der nächsten Feier mittanzen können.

Bitte mitbringen:
Getränke und Schuhe zum Tanzen

Christian Vorbrod / Viola Vorbrod
47,00 € pro Person, 10 UStd.
Fr., ab 27.02.2026, 18.30 - 20.00 Uhr,
5 Termine

8050 Metallverarbeitung I

Schlossern - Schweißen
Für Anfänger, Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Der Kurs vermittelt den handwerklichen Umgang mit Metall. Aus handelsüblichen Walzstahl fertigen die Kursteilnehmenden u.a. durch Biegen, Kanten und Verdrehen einzelne Teile. Mittels Wärme- und Schweißverfahren können diese Ihren Wünschen entsprechend zusammengefügt werden (z. B. zu Leuchtern, Lampen, Ziergittern, Garderoben, Toren und Zäunen, Rosenbögen...).

Unsere Kurse sind auf kreatives Arbeiten mit Stahl ausgerichtet, dazu gehört auch "Schweißen für den Hausgebrauch". Eine professionelle Schweißer- und Schweißereinnenausbildung können wir aber nicht anbieten.

Der Außenbereich der Werkstatt ist überdacht. Es kann dort bei jedem Wetter gearbeitet werden!

Bitte mitbringen:

Arbeitskleidung (keine Kunststoffe), geschlossene Schuhe und Arbeitshandschuhe, Schutzbrille, Gehörschutz und Schweißhelm oder Schweißschirm
Einige automatische Schweißhelme können ausgeliehen werden.

Materialkosten: 30,00 € - 50,00 €

Dipl.Ing. Christoph Nohtse

70,00 €, 20 UStd.

Di., ab 10.02.2026, 17.00 - 20.15 Uhr,
5 Termine

8051

Metallverarbeitung II

Schlossern - Schweißen

Für Anfänger, Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Kursbeschreibung siehe Kurs 8050

Hartmut Koschikowski

33,70 €, 9 UStd.

Mi., ab 11.02.2026, 17.30 - 20.00 Uhr,
3 Termine

8052

Metallverarbeitung III

Schlossern - Schweißen

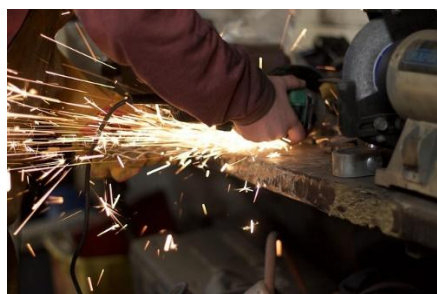
Für Anfänger, Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Kursbeschreibung siehe Kurs 8050

Hartmut Koschikowski

33,70 €, 9 UStd.

Mi., ab 04.03.2026, 17.30 - 20.00 Uhr,
3 Termine



Bitte beachten Sie:

unregelmäßige Teilnahme oder vorzeitiges Ausscheiden entbindet nicht von der Zahlung für den gesamten Kurs.

8053

Metallverarbeitung IV

Schlossern - Schweißen

Für Anfänger, Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Kursbeschreibung siehe Kurs 8050

Dipl.Ing. Christoph Nohtse

70,00 €, 20 UStd.

Di., ab 17.03.2026, 17.00 - 20.15 Uhr,
5 Termine

8054

Metallverarbeitung V

Schlossern - Schweißen

Für Anfänger, Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Kursbeschreibung siehe Kurs 8050

Hartmut Koschikowski

33,70 €, 9 UStd.

Mi., ab 15.04.2026, 17.30 - 20.00 Uhr,
3 Termine

8056

Oster Schlossern und Schmieden

Schlossern und Schmieden

Der Kurs vermittelt den handwerklichen Umgang mit Metall. Aus handelsüblichen Walzstahl fertigen die Kursteilnehmenden u.a. durch Biegen, Kanten und Verdrehen einzelne Teile. Mittels Wärme- und Schweißverfahren können diese Ihren Wünschen entsprechend zusammengefügt werden (z. B. zu Leuchtern, Lampen, Ziergittern, Garderoben, Toren und Zäunen, Rosenbögen...).

Unsere Kurse sind auf kreatives Arbeiten mit Stahl ausgerichtet, dazu gehört auch "Schweißen für den Hausgebrauch". Eine professionelle Schweißer- und Schweißerinnenausbildung können wir aber nicht anbieten.

Beim Schmieden geht es speziell um die Einführung in die grundlegenden Schmiedetechniken wie Spitzen, Rollen, Strecken, Breiten und Biegen. Es können auch einfache Werkzeuge, wie z.B. ein Körner, Meißel, Pfriem zum Korbflechten o.ä. gemacht werden.

Bitte bringen Sie eigene Ideen zum Workshop mit, damit Ihre Werke auch Ihre persönliche, individuelle Note erhalten.
Bitte mitbringen:

Arbeitskleidung (keine Kunststoffe), geschlossene Schuhe und Arbeitshandschuhe, Schutzbrille, Gehörschutz und Schweißhelm oder Schweißschirm
Materialkosten: ab 10,00 €

Dipl.Ing. Christoph Nohtse / Hartmut Koschikowski
23,80 €, 6 UStd.
Sa., 28.03.2026, 10.00 - 16.00 Uhr

8060 Eichenstelen

Leuchtende Kunstwerke - Blick- und Lichtfang für den Garten

Gestalten Sie Ihr individuelles Kunstobjekt für das Haus oder den Garten. Durch Materialkombinationen aus massiven Eichenbohlen und -balken mit farbigen Glaseinsätzen, Steinen, Muscheln und Metallverbindungen entstehen unterschiedliche Stelen nach eigenen Vorstellungen. Die Form der Bohlen und Balken, der Alterungszustand, die Maserung, die Beschaffenheit der Oberfläche, hat es Löcher oder Vertiefungen, all das steuert unbewusst den kreativen Prozess. Bei wechselndem Sonnenlicht ergeben sich verschiedene Akzente.

Jeder Kursteilnehmende hat die Möglichkeit, dem selbstgeschaffenen Stück eine ganz individuelle, persönliche Note dadurch zu verleihen, dass er Materialien

(wie z.B. Glas, Flaschen, alte Beschläge, Ketten usw.) von zu Hause mitbringt und diese am Kurstag in das persönliche Kunstwerk integriert.

Bitte mitbringen:
Schleifgeräte, Bohrmaschine, Stichsäge, wenn vorhanden
Materialkosten: 40 € sind im Kursentgelt enthalten und werden mit der Kursleitung verrechnet.
Bitte etwas für das gemeinsame Mittagssbuffet mitbringen.

Rita Wünnecke / Günter Dehde
70,40 €, 8 UStd.
Sa., 25.04.2026, 10.00 - 17.00 Uhr
Anmeldeschluss: 17.04.2026



8061 Schnupperkurs Nähen

Deine erste selbstgenähte Tasche

Wer hat Lust, eine eigene Tasche zu nähen? An diesem Vormittag erleben die Teilnehmenden, wie einfach Nähen sein kann! Am Ende nimmt jeder Teilnehmende seine selbstgenähte Tasche mit nach Hause. Stoffreste (z.B. eine alte Jeans) Knöpfe, Bänder, Perlen, usw. dürfen gern mitgebracht werden. Material ist aber auch vorhanden, so dass alle sofort loslegen können. Es sind keine Vorkenntnisse nötig – nur Spaß am Ausprobieren!

Bitte mitbringen:
Schnitt, Stoff, Schere, Garn, Stecknadeln, Maschinennadeln, Maßband, Schneiderkreide, Nahttrenner, Nähmaschine (falls vorhanden)

Franziska Brauer
20,50 €, 5 UStd.
Di., 24.02.2026, 09.00 - 13.00 Uhr

8062

Upcycling: Kleider und Textilien neu interpretieren

Zu schade zum Wegwerfen? Dann mach doch was draus!

An diesem Vormittag verwandeln die Teilnehmenden alte Kleidung und Textilien mit kreativen Ideen und ein bisschen Nähgeschick in ganz neue, einzigartige Stücke! Vorkenntnisse im Nähen sind von Vorteil, aber keine Bedingung. Man kann auch mit einfachen Techniken viel erreichen. Bitte gerne die eigene Nähmaschine mitbringen, falls vorhanden!

Bitte mitbringen:

Eigene Nähmaschine (optional), alte Kleidung oder Textilien, die umgestaltet werden sollen, Knöpfe, Perlen, Kurzwaren...

Franziska Brauer

20,50 €, 5 UStd.

Di., 17.03.2026, 09.00 - 13.00 Uhr



8073

Ovaler Einkaufskorb in Schanzentechnik

An diesem kreativen Samstag werden wir einen ovalen Einkaufskorb in Schanzentechnik herstellen. Auf ein bereits vorbereitetes Gestell werden die Teilnehmenden

den Griff mit Schnur belegen, das Kreuzband herstellen, Staken in Form bringen und einflechten. Zum Schluss wird der Korbrumpf ausgeflochten. Material und Werkzeuge stellt der Dozent.

Größe des Korbes: Länge 44 cm und Breite 34 cm.

Alle Werkzeuge werden gestellt!

Bitte mitbringen: Frühstück/Essen und gute Laune!

Materialkosten: 50,00 € sind im Kursentgelt enthalten und werden mit der Kursleitung verrechnet

Bernd Riechel

131,00 €, 11 UStd.

Sa., 18.04.2026, 10.00 - 19.00 Uhr

Anmeldeschluss: 10.04.2026

8074

Wir spinnen und drehen am Rad

Ein altes Handwerk neu entdecken. Im Kurs werden Grundkenntnisse des Spinnens mit der Handspindel und dem Spinnrad vermittelt. Unterschiede der verschiedenen Fasern werden kurz erläutert. Wer ein eigenes Spinnrad hat, kann dieses gerne mitbringen.

Bitte mitbringen:

dicke Socken

Materialkosten: ab 5,00 € und nach Verbrauch

Susanne Tadewald

Tadewald, Alte Dorfstr. 26, 38154 Ochsen-dorf

63,40 €, 18 UStd.

Mi., ab 04.02.2026, 18.00 - 20.15 Uhr,
6 Termine

Anmeldebestätigung?

Keine Nachricht ist bei uns eine gute Nachricht! Sollten Sie nichts von uns hören / lesen, haben Sie Ihren Platz in dem von Ihnen gewünschten Kurs erhalten. Selbstverständlich erhalten Sie bei Bildungsurlauben Ihre Anmeldebescheinigung

8075 Filzfantasien

Dieser Kurs gibt Ihnen die Möglichkeit, die Technik des Nass-/ oder Trockenfilzens zu erlernen. Lassen Sie sich anregen von der Farbenvielfalt der Wolle und den zahlreichen Gestaltungsmöglichkeiten, die dieses faszinierende Handwerk bietet.

Bitte mitbringen:
3 Frotteehandtücher, Plastikschißel
20x20 cm, Verpflegung
Materialkosten: ca. 10,00 €

Iris Rusch
27,10 €, 7 UStd.
So., 22.03.2026, 10.00 - 15.15 Uhr

8076 Filzfantasien

Kursbeschreibung siehe Kurs 8075

Iris Rusch
27,10 €, 7 UStd.
So., 26.04.2026, 10.00 - 15.15 Uhr

8078 Kreative Tonarbeiten

Kleingruppe

Ob nach eigenen Ideen oder nach Anleitung - in diesem Kurs werden Sie in Technik sowie Ausführung (ohne Drehscheibe) unterstützt und können so die schönsten Accessoires für Heim und Garten gestalten.

Die Materialkosten für Ton und Glasur richten sich nach dem persönlichen Verbrauch.

Materialkosten: ab 15,00 € und nach Verbrauch

Susanne Tadewald
Alte Dorfstr. 26, 38154 Ochsendorf
103,00 €, 18 UStd.
Do., ab 05.02.2026, 18.00 - 20.15 Uhr,
6 Termine

8079 Töpfern

Für Anfänger, Anfängerinnen und Fortgeschrittene

In diesem Kurs können sich Anfänger, Anfängerinnen und Fortgeschrittene über einen längeren Zeitraum im Töpfern ausprobieren und ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Unter Anleitung können verschiedene Techniken ausprobiert, Erfahrungen gemacht sowie Wissen angeeignet werden.

Bitte mitbringen:
Frischhaltefolie, Müllsack, Teigrolle, Küchenmesser, großen Eimer mit Deckel für den Ton

Materialkosten:
Ton wird vor Ort nach kg abgerechnet,
Materialkosten für die Glasur: 20,00 € sind im Kursentgelt enthalten und werden mit der Kursleitung verrechnet.

Susanne Geffers
129,60 €, 32 UStd.
Di., ab 27.01.2026, 18.00 - 21.00 Uhr,
8 Termine
Anmeldeschluss: 19.01.2026

8080 Kreatives Töpfern am Vormittag

Wer hat Lust, mit den eigenen Händen Kunstwerke aus Ton zu zaubern? An diesem Vormittag können die Teilnehmenden ihrer Kreativität freien Lauf lassen und Gefäße und Skulpturen entstehen lassen. Freuen Sie sich auf einen kreativen Vormittag mit Ton!

Materialkosten:
Ton wird vor Ort nach Kilogramm abgerechnet

Franziska Brauer
20,50 €, 5 UStd.
Di., 10.03.2026, 09.00 - 13.00 Uhr

Anmeldungen zu den Kursen sind nur schriftlich möglich.

8081 Kreatives Oster-Töpfern am Vormittag

Wer hat Lust, österliche Kunstwerke aus Ton zu zaubern? An diesem Vormittag können die Teilnehmenden ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Egal ob Eierbecher, Deko oder witzige Hasen entstehen, freuen Sie sich auf einen kreativen Vormittag mit Ton!

Materialkosten:
Ton wird vor Ort nach Kilogramm abgerechnet

Franziska Brauer
20,50 €, 5 UStd.
Di., 10.02.2026, 10.00 - 13.45 Uhr

Kerzenhalter eine passende Kerze zu gestalten. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Bitte mitbringen:
Wenn vorhanden eine digitale Küchenwaage, ein Karton und z.B. eine Küchenrolle, um die Dekostücke am Ende des Kurses zu verpacken und sicher nach Hause transportieren zu können.
Bitte ggf. etwas zu trinken mitbringen.
Materialkosten: 20,00 € sind im Kursentgelt enthalten und werden mit der Kursleitung verrechnet.

Jana Horenburger
33,90 €, 3 UStd.
So., 26.04.2026, 16.00 - 18.30 Uhr
Anmeldeschluss: 09.05.2026

8082 Kreatives Oster-Töpfern am Abend

Kursbeschreibung siehe Kurs 8081

Franziska Brauer
20,50 €, 5 UStd.
Di., 03.03.2026, 17.00 - 20.45 Uhr

8083 "Keramik" gießen

DIY Trenddeko aus Gießpulver herstellen

Dieser Workshop bietet die Möglichkeit, unter Anleitung eigene Dekostücke aus Gießpulver herzustellen. Wir arbeiten mit ultra-weißem, ungiftigem Reliefgießpulver, das schnell an der Luft härtet und nicht gebrannt werden muss. Von Kerzenhaltern und Dosen bis hin zu den unterschiedlichsten Formen, kann nach Wunsch gegossen werden. (Pro Teilnehmendem steht 1 kg Gießpulver zur Verfügung.) Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse über das richtige Mischverhältnis und erläutert Werkstoffe und Materialien. Ebenso wird die Weiterverarbeitung nach dem Aushärten erläutert.
Während der Aushärungszeit gibt es die Möglichkeit, passende Verzierungen auszusuchen oder für den selbst hergestellten

8084 Fußmatten kreativ bemalen

Ein individueller Willkommensgruß für Zuhause

Mit Farbe und Fantasie gestalten Sie eine Fußmatte ganz nach Ihren Vorstellungen. Ob mit Mustern, Schriftzügen oder lustigen Motiven - so entsteht ein einzigartiger Blickfang für Ihre Haustür.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, der Kurs ist auch für Anfänger und Anfängerinnen geeignet.

Bitte mitbringen:
Arbeitskleidung, die evtl. schmutzig werden darf, eigene Ideen oder Schablonen.
Materialkosten:
10,00 - 15,00 € sind bei der Dozentin zu bezahlen

Laura-Marie Lehmann
17,20 €, 4 UStd.
Mi., 18.03.2026, 17.00 - 20.00 Uhr

8085 **Hasen basteln aus Holzkugeln**

Kreativer Frühlings - Workshop

Aus einfachen Holzkugeln, Draht und Farbe entstehen in diesem Workshop niedliche Osterhasen als Tisch- und Fensterdeko. Die Bastelarbeit ist leicht umzusetzen und wirkt beruhigend.

Bitte mitbringen:
besondere Stoffe oder Materialien
Materialkosten:
5,00 - 10,00 € sind bei der Dozentin zu bezahlen

Laura-Marie Lehmann
13,90 €, 3 UStd.
Sa., 14.03.2026, 16.30 - 19.00 Uhr

8086 **Österliche- und Frühlings "Keramik" gießen**

DIY Trenddeko aus Gießpulver herstellen

Dieser Workshop bietet die Möglichkeit, unter Anleitung eigene österliche oder Frühlings-Dekostücke aus Gießpulver herzustellen. Wir arbeiten mit ultra weißem, ungiftigem Reliefgießpulver, das schnell an der Luft härtet und nicht gebrannt werden muss. Von Kerzenhaltern und Dosen bis hin zu den unterschiedlichsten Formen kann nach Wunsch gegossen werden. (Pro Teilnehmendem steht 1 kg Gießpulver zur Verfügung.)

Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse über das richtige Mischverhältnis und erläutert Werkstoffe und Materialien. Ebenso wird die Weiterverarbeitung nach dem Aushärten erläutert.

Während der Aushärtungszeit gibt es die Möglichkeit, passende Verzierungen auszusuchen oder für den selbst hergestellten Kerzenhalter eine passende Kerze zu gestalten. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Bitte mitbringen:
Wenn vorhanden eine digitale Küchenwaage, ein Karton und z.B. eine Küchenrolle, um die Dekostücke am Ende des Kurses zu verpacken und sicher nach Hause transportieren zu können.
Bitte ggf. etwas zu trinken mitbringen.
Materialkosten: 20,00 € sind im Kursentgelt enthalten und werden mit der Kursleitung verrechnet.

Jana Horenburger
33,90 €, 3 UStd.
Fr., 13.03.2026, 18.30 - 20.45 Uhr
Anmeldeschluss: 05.03.2026



8091 **Steinbildhauerkurs für Anfänger, Anfängerinnen und Fortgeschrittene**

In diesem Kurs erlernen Anfänger, Anfängerinnen die Grundtechniken der Anwendung von Steinbearbeitungswerkzeugen. Fortgeschrittene können ihr bisher Erlerntes vertiefen, ihre eigenen Ideen umsetzen und ihre Arbeitstechniken verbessern.

Bitte mitbringen:
Sicherheitsschuhe, Schutzbrille, evtl. Gehörschutz.
Materialkosten 30,00 € sind im Kursentgelt enthalten und werden mit der Kursleitung verrechnet

Georg Orendi
Rottorf, Sunstedter Str. 1
76,90 €, 13 UStd.
Sa., 09.05.2026, 09.00 - 16.00 Uhr
So., 10.05.2026, 09.00 - 14.00 Uhr
Anmeldeschluss: 30.04.2026

8092

Ateliertag für Frauen

Malen und Gestalten - Kreativ ins Wochenende

Kreativ mit eigenen Ideen die Woche beenden und das Wochenende einläuten. Zeit für sich selbst nehmen, um eigenen Impulsen zu folgen. Hier wird gemalt, gespachtelt, modelliert, gebaut ... eigene Vorhaben können gern mitgebracht werden.

Mitzubringendes Material:
was man hat

Materialkosten:
ca. 17,00 €

Julia Wally-Wagner
37,00 €, 10 UStd.
Sa., 21.02.2026, 10.00 - 18.00 Uhr



8093

Porzellanmalerei

Wir bringen eigene Ideen auf Porzellan und machen unsere Teile so zu Unikaten. Durch den Brand bis 810° sind die bemalten Porzellanteile spülmaschinenfest. Die Kurstage werden am 1. Kurstag besprochen und abgestimmt.

Bitte mitbringen:
Weißes Porzellan zum Bemalen, Pinsel

Materialkosten: 1,00 € pro Tag

Christa Niemeyer-Geiß
70,00 €, 20 UStd.
Mo., ab 26.01.2026, 09.30 - 12.45 Uhr,
5 Termine

8094

Kreatives Upcycling

Aus Alt mach Kunst - Jeder hat sein Päckchen zu tragen

In diesem besonderen Kurs geht es darum, alte Schätze neu zu entdecken und ihnen ein neues Leben einzuhauchen! Jeder Teilnehmende bringt eine Kiste voll "Krimms-Krams" mit – Fundstücke aus dem Keller, Dachboden oder der Garage: alte Küchenutensilien, Draht, Holzreste, Stoffe, kaputtes Werkzeug, Strandgut oder lieb-gewonnene Erinnerungsstücke wie Ballettschuhe oder Omas Nähtischchen.

Kommunikation und Austausch stehen im Mittelpunkt – sowohl im geistigen als auch im materiellen Sinne. Beim gemeinsamen Tüfteln, Inspirieren und Geschichten erzählen, entstehen neue Ideen, Verbindungen und echte Unikate. Vielleicht findet genau dein altes Stück bei jemand anderem eine neue Bestimmung?

Mit Fantasie, handwerklichem Geschick und einer ordentlichen Portion Experimentierfreude entstehen Skulpturen, Tischlämpchen oder Kunstwerke, die Charakter und Geschichte in dein Zuhause bringen.

Ob Kunst, Dekoration oder dekorative Kunst – du entscheidest!

Es sind keine besonderen Vorkenntnisse nötig – nur die Lust am kreativen Gestalten und die Offenheit für neue Impulse. Gemeinsam machen wir aus scheinbar Nutzlosem kleine Wunderwerke – und erleben dabei ein inspirierendes Miteinander!

Materialkosten:
Zusätzlich benötigtes Bastelmaterial wird mit der Dozentin nach Verbrauch abgerechnet.

Franziska Brauer
33,70 €, 9 UStd.
Di., ab 14.04.2026, 19.00 - 21.15 Uhr,
3 Termine

Anmeldungen zu den Kursen sind nur schriftlich möglich.

8095 Kreatives Upcycling: Aus Alt mach Kunst

An diesem Vormittag geht es darum, alte Schätze neu zu entdecken und ihnen ein neues Leben einzuhauchen! Jeder Teilnehmende bringt "Krimskrams" mit – Fundstücke, alte Küchenutensilien, Draht, Holzreste, Stoffe, kaputtes Werkzeug, Strandgut oder liebgewonnene Erinnerungsstücke.

Beim gemeinsamen Tüfteln, Inspirieren und Geschichten erzählen, entstehen neue Ideen, Verbindungen und echte Unikate.

Mit Fantasie und einer ordentlichen Portion Experimentierfreude entstehen Skulpturen, Tischlämpchen oder Kunstwerke, die Charakter und Geschichte in dein Zuhause bringen.

Ob Kunst, Dekoration oder dekorative Kunst – du entscheidest!

Es sind keine besonderen Vorkenntnisse nötig – nur die Lust am kreativen Gestalten.

Franziska Brauer
20,50 €, 5 UStd.
Di., 05.05.2026, 10.00 - 13.45 Uhr

8101 Der Bier-Baukasten

Ein System - viele unterschiedliche Bierstile

Gemeinsam mit dem Biersommelier Frank Wulke brauen Sie Ihr eigenes Bier. Eine große Auswahl von über 30 Rezepten bildet den Schwerpunkt.

In entspannter Atmosphäre erfahren Sie interessante Hintergründe zum "liebsten Getränk" der Deutschen, dem Bier!

Sie lernen, wie man sein eigenes individuell gebrautes Lieblingsbier mit Hilfe eines innovativen Baukasten-Systems ganz einfach zu Hause herstellen kann!

Erfahren Sie Hintergründe und Raffinesse der Bierherstellung sowie Wissenswerte über Bierkombinationen.

Zwei Wochen nach dem Brautermine treffen Sie sich wieder und füllen das Jungbier in den mitgebrachten Flaschen ab. Nach dem Etikettieren bereitet jeder Teilnehmende ca. 5 Liter Bier zur abschließenden Reife vor.

Bitte mitbringen zum 2. Termin Flaschen zum Abfüllen im Gesamtvolumen von ca. 5 Litern (wird beim 1. Termin besprochen). Materialkosten: 29,00 € sind im Kursentgelt enthalten und werden mit der Kursleitung verrechnet

Frank Wulke
Brauwerk 2010, Am Markt 3,
38154 Königslutter
59,40 €, 8 UStd.
Mi., 03.06.2026, 18.00 - 21.00 Uhr
Mi., 17.06.2026, 18.00 - 21.00 Uhr
Anmeldeschluss: 26.05.2026

8110 Kräutersalz und Blütenzucker

Salz ist die Würze des Lebens - und dieses mit Kräutern zu einem eigenen Kräutersalz zu machen, ist das Glückstüpfelchen obendrauf.

Mit Birkenzucker und Blüten sammeln wir uns die Farben und Düfte der Natur ein für ein Augen- und Gaumenschmaus auf Süßspeisen.

Mit dem Wissen über die Kräuter und Blüten wird unser Geist beim Verkosten auch mitbedacht.

Bitte mitbringen:
ein großes feines Sieb, Schüsseln, Gläser für das Kräutersalz und ein Blech oder großen Teller für den Blütenzucker.
Evtl. eine Kaffeemühle zum Kräutermahlen, eigene getrocknete Kräuter und frische essbare Blüten.

Materialkosten: 7,00 € sind im Kursentgelt enthalten und werden mit der Kursleitung verrechnet

Anne Stüwe
20,90 €, 3 UStd.
Sa., 13.06.2026, 10.00 - 13.00 Uhr
Anmeldeschluss: 05.06.2026

8141

Erste Hilfe am Kind

Erste Hilfe in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen für Kinder
Wochenendkurs

Bei kindlichen Expeditionen sind Unfälle vorprogrammiert. Helfen Sie Unfälle zu vermeiden und tun Sie etwas gegen Ihre eigene Hilflosigkeit. Wir vermitteln Ihnen in diesem Kurs alles, was Sie im Notfall wissen müssen. Neben dem Verhalten bei Kindernotfällen bleiben auch die allgemeinen Erste-Hilfe-Maßnahmen nicht außer Acht.

Schwerpunkte des Kurses sind u.a.:

- die Verhinderung von Unfällen
- das Erkennen von Notfallsituationen bei Säuglingen und Kleinkindern sowie Erwachsenen
- Maßnahmen bei Verbrennungen, Vergiftungen und Knochenbrüchen
- Maßnahmen bei Bewusstlosigkeit und Atemstörungen, sowie Pseudokrupp, Asthma und Allergien.

Bitte mitbringen:
Schreibmaterial

Marc Giesemann
37,00 €, 10 UStd.
Sa., 21.03.2026, 09.00 - 17.00 Uhr

8217

Yoga für jeden

Harmonisieren Sie Ihren Körper, Geist und Seele mit Yoga. Durch das Üben von Asanas (Körperstellungen), Pranayama (Atemübungen), Meditation und Tiefenentspannung bauen Sie Stress ab, die Beweglichkeit wird gefördert und schlechte Haltung korrigiert.

Hatha-Yoga stabilisiert das Nervensystem, steigert die Konzentrationsfähigkeit und das Körperbewusstsein, was zu mehr Ausgeglichenheit, Energie und Lebenskraft verhilft.

Bitte mitbringen:
(rutschfeste) Yogamatte, Kissen und Decke

Volker Kesting

96,40 €, 28 UStd.

Mo., ab 19.01.2026, 18.00 - 19.30 Uhr,
14 Termine

8218

Hatha-Yoga am Abend

Entspannt den Tag ausklingen lassen

Yoga am Abend schenkt Körper und Geist einen wohltuenden Ausgleich zum oft sitzenden oder stehenden Alltag. In diesem Kurs verbinden wir klassische Hatha-Yoga-Übungen mit gezielten Entspannungstechniken, um Körper, Atem und Geist in Einklang zu bringen.

Sanfte Yoga-Haltungen, fließende Bewegungen und achtsame Atemübungen fördern Flexibilität, lösen Verspannungen und helfen, den Kopf frei zu bekommen. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Tiefenentspannung, die ihren Raum vor allem in der Abschlussentspannung jeder Einheit findet. Dabei nutzen wir unterschiedliche Methoden wie Körperreisen, Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training und Achtsamkeitsübungen.

Der Kurs richtet sich an gesunde Menschen und ist sowohl für Anfänger, Anfängerinnen als auch für Teilnehmende mit Vorerfahrung geeignet. Ziel ist es, den Körper beweglich zu halten, Stress abzubauen und neue Energie zu gewinnen.

Bitte mitbringen:

Bequeme Kleidung, (rutschfeste) Matte, bei Bedarf Kissen und Decke

Anna-Lena Laskowski

83,20 €, 24 UStd.

Mo., ab 09.02.2026, 18.00 - 19.30 Uhr,
12 Termine

8219

Hatha-Yoga am Abend

Kursbeschreibung siehe Kurs 8218

Anna-Lena Laskowski

83,20 €, 24 UStd.

Mo., ab 09.02.2026, 19.45 - 21.15 Uhr,
12 Termine

8220 **Hatha-Yoga**

Dieser Hatha-Yogakurs richtet sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Geübt werden einfache Haltungen aus dem klassischen Hatha-Yoga mit dem Schwerpunkt Rückenprobleme, Muskelaufbau und Entspannung. Das Angebot richtet sich an gesunde Menschen, die ihre Körperwahrnehmung verbessern wollen. Ein weiterer Schwerpunkt werden Atemübungen sein.

Bitte mitbringen:
(rutschfeste) Yogamatte, Kissen und Decke

Yulia Shiyanova
122,80 €, 36 UStd.
Mo., ab 26.01.2026, 19.30 - 21.00 Uhr,
18 Termine

8222 **Yoga am Abend**

Yoga am Abend fördert den Ausgleich zum Tag. Geübt werden Körperhaltungen (Asanas) und Bewegungsabläufe aus dem Hatha Yoga, die in Einklang mit dem Atem gebracht werden. Jede Stunde endet mit einer Entspannung.

Bitte mitbringen:
Bequeme Kleidung, warme Socken, rutschfeste Unterlage, Kissen und eine Decke,

Ulrike Hippler
56,80 €, 16 UStd.
Do., ab 15.
.01.2026, 19.30 - 21.00 Uhr,
8 Termine

8223 **Yoga am Abend**

Kursbeschreibung siehe Kurs 8222

Ulrike Hippler
56,80 €, 16 UStd.
Do., ab 09.04.2026, 19.30 - 21.00 Uhr,
8 Termine

8224 **Hatha-Yoga am Morgen**

Entspannt & voller Energie in den Tag

Ein sanfter Start in den Tag mit Hatha-Yoga und wohltuender Tiefenentspannung: Der Kurs lädt dazu ein, den Morgen bewusst zu nutzen, um den Körper achtsam zu aktivieren, den Geist zu klären und neue Energie zu sammeln.

Geübt werden klassische Hatha-Yoga-Haltungen, die die Muskulatur kräftigen, die Beweglichkeit fördern und Verspannungen lösen. Atemübungen ergänzen die Praxis. Ein besonderer Fokus liegt auf der Tiefenentspannung, die vor allem in der Abschlussphase jeder Einheit Raum findet. Zum Einsatz kommen verschiedene Methoden wie Körperreisen, Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training und Achtsamkeitsübungen, um Körper und Geist nachhaltig zur Ruhe kommen zu lassen.

Der Kurs richtet sich an gesunde Menschen und ist sowohl für Anfänger, Anfängerinnen als auch für Teilnehmende mit Vorerfahrung geeignet. Ein sanfter, achtsamer Start in den Tag erwartet die Teilnehmenden.

Bitte mitbringen:
Bequeme Kleidung, warme Socken, rutschfeste Unterlage, Kissen und eine Decke

Anna-Lena Laskowski
70,00 €, 20 UStd.
Fr., ab 13.02.2026, 09.30 - 11.00 Uhr,
10 Termine

8227 **Kundalini Yoga für Frauen ab 40**

Fit und attraktiv durch die Wechseljahre

In diesem Workshop möchte ich "Hormonyoga im Kundalini Yoga" vorstellen. Wir praktizieren spezielle Übungen, um das hormonelle Ungleichgewicht zu harmonisieren, Alterungsprozesse zu beeinflussen, Regeneration und Verjüngung zu

ermöglichen. Wir stärken das Selbstbewusstsein und die Liebe zu sich selbst. Tipps für Vorbeugung und Linderung von Wechseljahrsbeschwerden ergänzen den Yoga-Unterricht. Yoga-Erfahrungen sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen:
rutschfeste Unterlage, Decke, bequeme Kleidung, warme Socken, Kissen, Wasser

Marie Sörensenova
17,20 €, 4 UStd.
Sa., 25.04.2026, 10.00 - 13.00 Uhr

Bitte beachten Sie:
unregelmäßige Teilnahme oder vorzeitiges Ausscheiden entbindet nicht von der Zahlung für den gesamten Kurs.

8229 Tai Chi Chuan

24er Pekingform

Tai-Chi Chuan, ursprünglich eine chinesische Kampfkunst, hat sich zu einer Methode entwickelt, die das persönliche Wohlbefinden fördert und verbessert. Die fließenden, im Zeitlupentempo ausgeführten Bewegungsabläufe wurden einst aus den Bewegungen kämpfender Tiere abgeleitet. Diese charakteristischen Bewegungen fördern die Verbindung von Energie, Kraft und Bewusstsein, geleiten von äußerer Bewegung zu innerem Energiefluss. Tai-Chi Chuan mit 24 Bewegungen ermöglicht es, die Dynamik der Abläufe schrittweise zu erlernen und zu vertiefen, bevor man zu längeren Übungsformen übergeht. Die Übungen unterstützen die Gesundheit, indem sie die Konzentration schulen, das Atmungs- und Kreislaufsystem regulieren, körperliche Beweglichkeit und Geschmeidigkeit fördern sowie das seelische Gleichgewicht positiv beeinflussen. Tauchen Sie ein in diese bewährte Praxis und erleben Sie die Harmonie von Körper und Geist durch Tai-Chi Chuan.

Ralf Braunsdorf
56,80 €, 16 UStd.
Mi., ab 28.01.2026, 18.00 - 19.30 Uhr,
8 Termine

8231 Meditation

Im Meditationskurs erkunden wir gemeinsam die Wirkung von Bewegung, Atmung und Konzentration auf Körper, Geist und Seele. Verknüpft werden die Übungen mit dem Verständnis was sie jeweils im Körper nach aktuellen wissenschaftlichen Kenntnissen bewirken, um so bewusst Handwerkszeuge zu erarbeiten mit denen jeder Stress und innerer Unruhe etwas entgegensetzen kann. Die Übungen können sowohl im Schneidersitz am Boden als auch sitzend auf einem Stuhl durchgeführt werden.

Bitte mitbringen:
rutschfeste Matte, bequeme Kleidung, Socken, Decke

Hans Trost
89,80 €, 26 UStd.
Di., ab 10.02.2026, 19.30 - 21.00 Uhr,
13 Termine

8232 Vagusnerv - Aktivierung

Der Vagusnerv ist ein wichtiger Teil des menschlichen Nervensystems und verantwortlich dafür, dass wir uns entspannen und regenerieren können. In unserer hektischen Gesellschaft kommt der Vagusnerv allerdings meist „zu kurz“, da wir immer in Aktion sind. Heilung findet aber nur in einem entspannten Zustand statt und so sollen in dieser Fortbildung Übungen in der Theorie besprochen und in der Praxis erlebt werden, die den Vagusnerv aktivieren und die Gesundheit stärken.

Bitte mitbringen:
Bequeme Kleidung, Getränk, etwas zu Essen, Schreibutensilien

Hans Trost
33,70 €, 9 UStd.
So., 26.04.2026, 10.00 - 17.00 Uhr

Anmeldungen zu den Kursen sind nur schriftlich möglich.

„Keramik“ gießen	53
Abenteuertage	30
Achtsamkeit und Stressbewältigung	45
Achtsamkeitstraining	22
Aquarellkurs für Kinder	24
Ateliertag für Frauen	55
Babygruppe I – II	23/24
Basteln mit finnischem Papiergarn – EK	31
Begleitgitarre für Fortgeschrittene	48
Bernsteinbearbeitung – EK	30
Bunte Ostereier färben – EK	34
Bunte Sommerwoche	30
Buntes Basteln & Spielen rund um Fasching – EK	34
Der Bier-Baukasten	56
Der Goldschakal! Auf leisen Pfoten zurück nach Deutschland – EK	36
E-Gitarre für Anfänger und Anfängerinnen	20
E-Gitarre	21
Eichenstelen	50
Einführung in den habitusgemäßen Schnitt von Ziersträuchern	46
Einführung in den Obstbaumschnitt	47
Erste Hilfe am Kind	57
Familientöpfen I – V – EK	38
Faschingskostüme entwerfen und gestalten – EK	28
Ferienkochstudio	26
Filzen I – II – EK	32
Filzfantasien	52
Frühlingsbasteln für Minis – EK	35
Fußmatten kreativ bemalen	53
Gitarre – es geht immer weiter!	47
Glasurtermin I –II	38
Hasen basteln aus Holzkugeln	54
Hatha – Yoga am Abend	57
Hatha – Yoga am Morgen	58
Hatha – Yoga	58
Innere Ruhe und Gelassenheit im Alltag finden	45
Just Dance – Modern Style	21
Keyboard für Anfänger, Anfängerinnen und Fortgeschrittene	21
Kinder – Tanzen	22
Kindgerecht Zeichnen lernen I – II	24

Klassische Gitarre für Anfänger und Anfängerinnen	20
Kleine Flaschen, große Entdeckungen – EK	33
Kleine Gärtner – EK	34
Kleinkindgruppe I – II	23
Kräutersalz und Blütenzucker	56
Kreative Bastelwoche	29
Kreative Ostertage	27
Kreative Tonarbeiten	52
Kreatives Basteln und Erleben – EK	35
Kreatives Bastelwochenende I – IV	31
Kreatives Gestalten mit Alltags- und Naturmaterialien	38
Kreatives Oster-Töpfern am Abend	53
Kreatives Oster-Töpfern am Vormittag	53
Kreatives Töpfern am Vormittag	52
Kreatives Upcycling	55
Kreatives Upcycling: Aus Alt mach Kunst	56
Kundalini Yoga für Frauen ab 40	58
Künstlertage in den Osterferien	27
Künstlertage in den Sommerferien	29
Kuschelige Tiere basteln	25
Legokreativwoche	29
Lesenacht mit Abendessen und Bewegungsspielen I – II	39
Maltag – Ateliertag für Kids I – II	24
Mama Me – Zeit für mich – Selbstfürsorge & Ich –sein	46
Meditation	59
Melodiegitarre I + II	20
Melodiegitarre	48
Metallverarbeitung I – V	48/49
Mit Musik und Bewegung die Welt entdecken	22
Muttertagsbasteln	26
Nähen von „Ugly Dolls“	25
Nähkurs für Kinder – Kreative Nähwerkstatt	32
Natur und Achtsamkeit	45
Offene Filzwerkstatt	32
Offene Holzwerkstatt	33
Oster Schlossern und Schmieden	49
Osterbacken für die Kleinsten – EK	34
Osterbasteln	39
Österliche- und Frühlings „Keramik“ gießen	54

Alphabetisches Inhaltsverzeichnis

Ostertöpfen I – II	38
Ovaler Einkaufskorb in Schanzentechnik	51
Pferde – Abenteuer I	26
Pferde – Abenteuer II	28
Ponys pflegen, führen, reiten lernen I – IV – EK	35/36
Porzellanmalen – EK	25
Porzellanmalerei	55
Schlagzeug	21
Schnupperkurs Nähen	50
Spannende Experimente für Kinder	33
Spielhäuser selbstgemacht	27
Steinbildhauerkurs für Anfänger, Anfängerinnen und Fortgeschrittene	54
Tai Chi Chuan	59
Tanzen ist wie Träumen mit den Füßen	48
Töpfen	52
Upcycling: Kleider und Textilien neu interpretieren	51
Vagusnerv – Aktivierung	59
Wald- und Legowoche	27
Walderlebnistage	28
Waldwoche	29
Winter – Werkstatt - EK	33
Wir erkunden den Rieseberg I – III	36/37
Wir spinnen und drehen am Rad	51
Wölfe in unserer Region I – II – EK	36
Yoga am Abend	58
Yoga für jeden	57
Yoga und Entspannung – Kinder	22
Zwergensprache – mit Babyzeichen die Kommunikation erleichtern	23

Datenschutzbestimmungen

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Kreisvolkshochschule Helmstedt (nachfolgend „KVHS“ oder „wir“ genannt) ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsjahr) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z.B. Babykurse, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Mit der Angabe Ihrer Telefonnummer(n) ermöglichen Sie die unmittelbare Kontaktaufnahme bei Kursänderung. Sie willigen ein, dass Ihre Telefonnummer(n) ausschließlich hier für genutzt wird. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, BIC, Bankname, Name und Vorname des*der Kontoinhabers*in können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Ist der Lastschriftmandatsbogen 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 bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. Newsletter

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mailadresse zur Zusendung von Werbeinformationen der KVHS zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre Emailadresse 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, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an die jeweilige Kursleitung zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Für Kurse mit VHS-Cloud-Anteil bzw. für reine Onlinekurse werden Vor- und Nachna-

men sowie die E-Mailadresse und die interne Teilnehmernummer zur automatischen Kurzuordnung bzw. Teilnehmeranmeldung in die Datenbank der VHS.Cloud gespeichert. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung. Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

5. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die KVHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent*in oder Kursteilnehmer*in 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 außer ggf. zulässige Postsendungen gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten*innen 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

7. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der KVHS 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.

Behördlicher Datenschutzbeauftragter des Landkreises Helmstedt

Landkreis Helmstedt

Südertor 6

38350 Helmstedt

Tel.: +49 441 9714-159

Fax: +49 441 9714-17159

E-Mail: datenschutzbeauftragter@landkreis-helmstedt.de

Was sind QR-Codes und warum muss man sie scannen?

QR-Codes wurden ursprünglich entwickelt, um die Barcode-Technologie zu erweitern. QR-Codes bieten eine bessere Funktionalität, weil sie aufgrund ihrer quadratischen Form sowohl horizontal als auch vertikal gescannt werden können. Bevor es Smartphones gab, wurden QR-Codes im Rahmen der Bestandsverwaltung mit Scannern gelesen. Heutzutage gibt es dank Smartphones sehr viel fortschrittlichere Methoden. Durch den Scanvorgang können Sie die Informationen, die mit dem jeweiligen QR-Code verbunden sind, abrufen. Dies ist entweder über eine Smartphone-App oder direkt über die Kamera Ihres Smartphones (bei einigen neueren Modellen) möglich.

Wie Sie überprüfen, ob die Kamera Ihres Android-Smartphones QR-Codes automatisch scannen kann

- Öffnen Sie Ihre Kamera-App und richten Sie die Kamera 2–3 Sekunden lang ruhig auf den QR-Code, den Sie scannen möchten.
- Wenn die Scan-Funktion aktiviert ist, erscheint daraufhin eine Benachrichtigung.
- Falls nichts passiert, müssen Sie das Scannen von QR-Codes womöglich erst in den Einstellungen aktivieren.
- Wenn in den Einstellungen Ihres Geräts keine Option für QR-Codes verfügbar ist, kann es QR-Codes leider nicht standardmäßig scannen. Aber keine Sorge, das bedeutet nur, dass Sie die QR-Code-Reader-App eines Drittanbieters herunterladen müssen.

Wie aktiviere ich das Scannen von QR-Codes auf meinem iPhone oder iPad?

Diese neue Funktion ist auf allen Geräten mit iOS 11 standardmäßig aktiviert. (iOS 11 ist die 11. Version des mobilen Betriebssystems iOS von Apple.)

- Öffnen Sie die App „Einstellungen“ auf Ihrem Home-Bildschirm.
- Scrollen Sie nach unten und tippen Sie auf „Kamera“.
- Finden Sie „QR-Codes Scannen“ und stellen Sie sicher, dass der Schalter grün ist, um diese Funktion nutzen zu können.

Das ist alles! Nun können Sie QR-Codes scannen. Natürlich können Sie diese Funktion auch jederzeit wieder deaktivieren.

Apps, die Sie vielleicht schon haben, von denen Sie aber nicht wussten, dass sie auch QR-Codes scannen können:

- „snapchat“: Öffnen Sie einfach die App, richten Sie Ihre Kamera auf den QR-Code und tippen Sie.
- „WhatsApp“ nutzt QR-Codes, damit Sie Ihr Desktop-Programm mit Ihrem Smartphone verbinden können. Sie müssen nur „WhatsApp Desktop“ herunterladen, in den Einstellungen „WhatsApp Web“ auswählen und dann den QR-Code scannen.
- „Twitter“ ermöglicht das Scannen von QR-Codes sowohl zum Teilen und Hinzufügen von Profilen als auch für allgemeine Zwecke.

Kreisvolkshochschule Helmstedt
Bötticherstraße 2
38350 Helmstedt

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE09VHS00000019886

Ihre Mandatsreferenznummer wird Ihnen mit der ersten Vorabankündigung zum tatsächlichen Lastschriftinzug noch mitgeteilt.

Name, Vorname des Kontoinhabers

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandates

Ich ermächtige hiermit die Kreisvolkshochschule Helmstedt, die fälligen Kursgebühren von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der KVHS Helmstedt auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Das SEPA-Lastschriftmandat ist 36 Monate gültig und verlängert sich mit jeder Abbuchung um weitere 36 Monate. Es kann jederzeit widerrufen werden.

Name des Kreditinstitutes

BIC

--	--

IBAN

D	E	/	/	/	/	/	/	/	/
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

(Die IBAN und BIC können Sie z.B. Ihren Kontoauszügen entnehmen)

Datum, Ort und Unterschrift

Vor jedem Einzug einer SEPA-Lastschrift wird mich die Kreisvolkshochschule Helmstedt über den Einzug und über die Höhe des Kursentgeltes unterrichten.

Bitte senden Sie das SEPA-Lastschriftmandat als **Original** an die Kreisvolkshochschule Helmstedt, Bötticherstraße 2, 38350 Helmstedt. Wird die Mandatserteilung als E-Mail oder mittels Fax übermittelt, so dürfen wir dieses **leider nicht verwenden**.

Was ist SEPA?

SEPA (Single Euro Payments Area) steht für den einheitlichen Euro-Zahlungsverkehrsraum, in dem alle Zahlungen in Euro wie inländische Zahlungen behandelt werden. Mit SEPA sollen Verbraucher und Unternehmen grenzüberschreitend in 32 europäischen Ländern genauso einfach und bequem bargeldlos bezahlen können wie hierzulande.

Was ändert sich für Sie mit dem SEPA-Lastschriftverfahren?

Auch künftig können Sie einer Lastschriftabbuchung ohne Angaben von Gründen widersprechen. Ihre Bank wird dann wie gewohnt den Betrag Ihrem Konto wieder gutschreiben. Neu ist, dass künftig eine gesetzliche Widerspruchsfrist von acht Wochen gilt. Bei unberechtigten Lastschriften, wenn Sie uns also gar kein SEPA-Lastschriftmandat erteilt haben, gilt nach wie vor die gesetzliche Rückerstattungsfrist von 13 Monaten.

Im Gegensatz zur alten Einzugsermächtigung, die bis auf Widerruf galt, verfällt ein SEPA-Lastschriftmandat nach 36 Monaten nach der letzten Lastschrift.

Auf dem SEPA-Lastschriftmandat wird Ihnen unsere Gläubiger-Identifikationsnummer mitgeteilt, die bundesweit einmalig ist und uns eindeutig identifiziert. Zusammen mit der Mandatsreferenznummer, die Ihnen mit der Vorabankündigung (PreNotification) mitgeteilt wird, können Sie die Abbuchung von Ihrem Konto eindeutig einer Kursbuchung zuordnen. Zukünftig werden Sie vor jedem Zahlungseinzug über die Höhe der Lastschrift und den Einzugstermin informiert, die so genannte Pre-Notification; mittels einer Rechnung mit Fälligkeitsangabe, Betrag, Gläubiger-ID und Mandatsreferenz.

Die Abbuchung von Ihrem Konto erfolgt frühestens 14 Tage nach Zustellung der Vorabankündigung - bezogen auf das Sollstellungsdatum.

Bitte senden Sie das SEPA-Lastschriftmandat als **Original** an die KVHS Helmstedt, Böttcherstr. 2, 38350 Helmstedt, zurück.

Wird die Mandatserteilung als E-Mail oder mittels Fax übermittelt, so dürfen wir diese **leider nicht verwenden** und müssen Sie erneut um Vorlage eines Originals bitten.

Wo finde ich IBAN und BIC?

IBAN und BIC werden nach dem 01.02.2014 die nationalen Kontenangaben ersetzen, also in Deutschland Kontonummer und Bankleitzahl. IBAN steht für die internationale Bankkontonummer (International Bank Account Number) und BIC für einen international festgelegten gültigen Bankcode (Bank Identifier Code).

Sie finden IBAN und BIC auf Ihren Kontoauszügen und im Online-Banking. Außerdem stehen die Nummern mittlerweile auf den Kundenkarten vieler Banken.

Verbindliche Anmeldung

Kurs-Nr. Kurstitel

Name *, Vorname *

Geburtsjahr *

Straße *

PLZ * / Ort *

Tel. / Fax

E-Mail

* Pflichtangaben

☐ Um am Kurs teilzunehmen benötige ich zusätzliche Hilfe (körperliche Einschränkung)

☐ Ich bezahle mit SEPA-Lastschriftmandat (Bankeinzug)

(Kontoinhaber/-in, sofern nicht mit dem/der Teilnehmer/in identisch)

Das Mandat liegt vor bzw. wird schriftlich von mir im Original eingereicht.
Die Vorlage finden Sie hinten im Heft oder unter www.kvhs-helmstedt.de/sepa

☐ Ich beantrage Ermäßigung.
Den Nachweis habe ich beigelegt.

Datenschutz:
Ich habe die Datenschutzbestimmungen zur Kenntnis genommen.

Eine Anmeldebestätigung erfolgt nur bei Bildungsurlauben!

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Teilnahmebedingungen der KVHS Helmstedt an und verpflichte mich zur Zahlung des angegebenen Entgelts und eventuell anfallender Materialkosten. Verzicht auf Teilnahme, unregelmäßiger Besuch oder vorzeitiges Ausscheiden entbinden nicht von dieser Zahlungspflicht.

Datum

Unterschrift (bei Minderjährigen gesetzlicher Vertreter)

Vermerk der KVHS: ☐ Ermäßigungsnachweis hat vorgelegen

☐ Anmeldung erfasst

☐ Kopie an AST

- **Anmeldungen** mit dieser Karte wie auch per Fax sind verbindlich. Die Teilnahmebedingungen werden hiermit anerkannt.

- **Die Zahlung** ist für Sie am einfachsten über das SEPA-Lastschriftmandat!

- **Sie erhalten keine Anmeldebestätigung!**
Kommen Sie bitte ohne weitere Aufforderung zum ersten Kurstermin.

Sie werden nur benachrichtigt, wenn der Kurs ausfällt, überbelegt ist oder Terminänderungen notwendig sind.

Nur zu Bildungsurlaubsveranstaltungen erhalten Sie bis vier Wochen vor Beginn die Anmeldebestätigung für den Arbeitgeber.

- **Abmeldungen** müssen Sie rechtzeitig schriftlich an die KVHS-Geschäftsstelle richten. Fortbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung (siehe Teilnahmebedingungen).

Postkarte

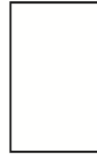
Kreisvolkshochschule
Helmstedt

Böttcherstraße 2

38350 Helmstedt

FAX-Anmeldung: 05351/ 1204-13

- **Anmeldungen** mit dieser Karte wie auch per Fax sind verbindlich. Die Teilnahmebedingungen werden hiermit anerkannt.
- **Die Zahlung** ist für Sie am einfachsten über das SEPA-Lastschriftmandat!
- **Sie erhalten keine Anmeldebestätigung!**
Kommen Sie bitte ohne weitere Aufforderung zum ersten Kurstermin.
Sie werden nur benachrichtigt, wenn der Kurs ausfällt, überbelegt ist oder Terminänderungen notwendig sind.
Nur zu Bildungsurlaubsveranstaltungen erhalten Sie bis vier Wochen vor Beginn die Anmeldebestätigung für den Arbeitgeber.
- **Abmeldungen** müssen Sie rechtzeitig schriftlich an die KVHS-Geschäftsstelle richten. Fortbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung (siehe Teilnahmebedingungen).



Postkarte

Kreisvolkshochschule
Helmstedt

Bötticherstraße 2

38350 Helmstedt

FAX-Anmeldung: 05351/ 1204-13

Verbindliche Anmeldung

Kurs-Nr. _____ Kurstitel _____

Name *, Vorname * _____ Geburtsjahr * _____

Straße * _____

PLZ * / Ort * _____

Tel. / Fax _____

E-Mail _____ * Pflichtangaben

☐ Um am Kurs teilzunehmen benötige ich zusätzliche Hilfe (körperliche Einschränkung)

☐ Ich bezahle mit SEPA-Lastschriftmandat (Bankeinzug)

(Kontoinhaber/-in, sofern nicht mit dem/der Teilnehmer/in identisch)

Das Mandat liegt vor bzw. wird schriftlich von mir im Original eingereicht.

Die Vorlage finden Sie hinten im Heft oder unter www.kvhs-helmstedt.de/sepa

☐ Ich beantrage Ermäßigung.
Den Nachweis habe ich beigelegt.

Datenschutz:
Ich habe die Datenschutzbestimmungen zur Kenntnis genommen.

Eine Anmeldebestätigung erfolgt nur bei Bildungsurlauben!

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Teilnahmebedingungen der KVHS Helmstedt an und verpflichte mich zur Zahlung des angegebenen Entgelts und eventuell anfallender Materialkosten. Verzicht auf Teilnahme, unregelmäßiger Besuch oder vorzeitiges Ausscheiden entbinden nicht von dieser Zahlungspflicht.

Datum _____ Unterschrift (bei Minderjährigen gesetzlicher Vertreter) _____

Vermerk der KVHS: ☐ Ermäßigungsnachweis hat vorgelegen

☐ Anmeldung erfasst

☐ Kopie an AST