

KVHS-Leitung



Sylvia Wolf

Tel. 03904 72407266

E-Mail: sylvia.wolf@landkreis-boerde.de

Einrichtungsleiterin
Sonderprogramme, Grundbildung
Qualitätsmanagement

Pädagogische Mitarbeiter/innen



Uwe Küchenhoff

Tel.: 03904 72407263

E-Mail: uwe.kuechenhoff@landkreis-boerde.de

Programmbereichsleiter
Arbeit & Beruf/EDV
Recht



Saskia Leberecht

Tel.: 03904 72407264

E-Mail: saskia.leberecht@landkreis-boerde.de

Programmbereichsleiterin
Gesundheit (Nord)
Fremdsprachen (Nord)



Doreen Lefèvre

Tel.: 03904 72407265

E-Mail: doreen.lefevre@landkreis-boerde.de

Pädagogische Mitarbeiterin (Nord)
Integration, Deutsch als Fremdsprache
Lehrerin Deutsch als Fremdsprache



Manuela Kohlheim

Tel.: 03904 72407282

E-Mail: manuela.kohlheim@landkreis-boerde.de

Programmbereichsleiterin
Gesundheit (Süd)
Politik/Gesellschaft/Umwelt



Katrin Schuchna

Tel.: 03904 72407283

E-Mail: katrin.schuchna@landkreis-boerde.de

Programmbereichsleiterin
Integration, Deutsch als Fremdsprache
Grundbildung



Dr. Ioannis Andreas Panteleon

Tel.: 03904 72407284

E-Mail: ioannis-andreas.panteleon@landkreis-boerde.de

Programmbereichsleiter
Fremdsprachen (Süd)
Kultur/Kreativ

Verwaltungsmitarbeiter/innen

**Silke Damm**

Tel.: 03904 72407260

E-Mail: silke.damm@landkreis-boerde.de

Sachbearbeiterin (Nord)
Anmeldung

**Sascha Jennrich**

Tel.: 03904 72407261

E-Mail: sascha.jennrich@landkreis-boerde.de

Sachbearbeiter (Nord)
Anmeldung und
Finanzen

**Kathrin Kreuz**

Tel.: 03904 72407262

E-Mail: kathrin.kreuz@landkreis-boerde.de

Sachbearbeiterin (Nord)
Finanzen

**Mandy Obitz**

Tel.: 03904 72407280

E-Mail: mandy.obitz@landkreis-boerde.de

Sachbearbeiterin (Süd)
Anmeldung und
Finanzen

Hauptberufliche Lehrkräfte

**Jana Wlodech de Rivera**

Tel.: 03904 72407268

E-Mail: jana.wlodech@landkreis-boerde.de

Lehrerin Deutsch als Fremdsprache und
Grundbildung (Haldensleben)

**Mariya Zabolotnaya**

Tel.: 03904 72407269

E-Mail: mariya.zabolotnaya@landkreis-boerde.de

Lehrerin Deutsch als Fremdsprache und
Grundbildung (Haldensleben)

**Christine Kurzhals**

Tel.: 03904 72407270

E-Mail: christine.kurzhals@landkreis-boerde.de

Lehrerin Deutsch als Fremdsprache
(Wolmirstedt)

**Dr. Atanas Damianov**

Tel.: 03904 72407285

E-Mail: atanas.damianov@landkreis-boerde.de

Lehrer Deutsch als Fremdsprache
(Oschersleben)

Beirat der KVHS

Folgende Vertreter aus Politik, Gesellschaft und Verwaltung sind Mitglieder im aktuellen Beirat der Kreisvolkshochschule Börde:

Jürgen Kebernik	Fraktionsvertreter UWG
Stefan Müller	Fraktionsvertreter CDU
Diana Lorenz	Fraktionsvertreterin AfD
Joachim Hoeft	Fraktionsvertreter SPD
Klaus Czernitzki	Fraktionsvertreter DIE LINKE
Johanna Mirr	Fraktionsvertreterin FDP – Zukunft Börde
Friederike Hecht	Vertreterin der Verwaltung des Landkreises Börde
Angelika Ermel	Vertreterin der kulturellen Einrichtungen des Landkreises Börde
Brita Keilhoff	Vertreterin der Dozenten der Kreisvolkshochschule Börde
Sylvia Wolf	Vertreterin der Kreisvolkshochschule Börde

Die Kreisvolkshochschule Börde ist seit dem 18.04.2019 gemäß § 178 SGB III zugelassener Träger nach dem Recht der Arbeitsförderung und AZAV-zertifiziert.



So können Sie uns erreichen



Hauptsitz Haldensleben

Warmisdorfer Str. 20
39340 Haldensleben
Tel.: 03904 72407260
Fax: 03904 724057260

Sprechzeiten:

Mo bis Mi: 07:30 – 12:00 und 12:30 – 16:00 Uhr
Do: 07:30 – 12:00 und 12:30 – 17:00 Uhr
Fr: 07:00 – 12:00 Uhr



Nebenstelle Oschersleben

Burgbreite 3
39387 Oschersleben
Tel.: 03904 72407280
Fax: 03904 724057260

Sprechzeiten:

Mo und Di: 08:00 – 12:00 und 12:30 – 16:00 Uhr
Mi: 08:00 – 12:00 und 12:30 – 15:00 Uhr
Do: 08:00 – 12:00 und 12:30 – 17:00 Uhr
Fr: 08:00 – 12:00 Uhr



Geschäftsstelle Wolmirstedt

Schwimmbadstraße 2 a
39326 Wolmirstedt
Tel.: 03904 72407270
Fax: 03904 724057260

Sprechzeiten:

Do: 13:00 – 17:00 Uhr

Außerhalb der Sprechzeiten nur nach
Terminvereinbarung

E-Mail: kvhs@landkreis-boerde.de
Internet: kvhs.landkreis-boerde.de

In den Sommerferien und während der Weihnachtspause gelten geänderte Sprechzeiten. Diese entnehmen Sie bitte den aktuellen Veröffentlichungen auf unserer Homepage im Internet sowie den lokalen Aushängen.

Inhaltsverzeichnis



Spezial // Grundbildung // Alphabetisierung	7
Alphabetisierung/Grundbildung	8
Bildungsurlaub an der KVHS	9
Bildungstage an der KVHS	10
Online-Kurse an der KVHS	11



Fremdsprachen	13
Englisch	16
Spanisch	19
Ungarisch	20
Gebärdensprache	20



Gesundheit	21
Entspannung und Stressbewältigung	23
Bewegung und Fitness	30
Essen und Trinken/Ernährung	37
Gesundheit und Psyche	40
Angebote für Kinder	42



Arbeit & Beruf // Digitalisierung	45
PC-Einsteiger- und Grundlagenkurse	46
Office-Anwendungen (Word, Excel, Outlook)	48
Internet und mobile Welten	56
Grafik und Bildbearbeitung, Video und Präsentation	58
Kurse rund um das Thema Künstliche Intelligenz (KI)	62
Lernen mit Muße – Kurse (nicht nur) für Ältere	65
Kaufmännische Aus- und Weiterbildung (Xpert Business)	69



Kultur // Kreativ	77
Literatur	79
Kunst und Kulturgeschichte	79
Malen/Drucktechniken	81
Plastisches Gestalten	81
Musik	82
Tanz	83
Fotografie	84
Textiles Gestalten	84



Politik // Gesellschaft // Umwelt	89
Integration/Deutsch als Fremdsprache	90
Recht und Verbraucherfragen	95
Erziehungsfragen und Pädagogik	96
Umweltbildung/globales Lernen/Bildung für nachhaltige Entwicklung	96

Allgemeine Teilnahmebedingungen	99
Kulturelle Einrichtungen in Trägerschaft des Landkreises Börde	100
Semesterkalender	101
Bildung auf Bestellung - vhs inhouse	103



Bildungsmanagement im digitalen Zeitalter

vielseitig und modular

www.vhs.cloud

Spezial //

Grundbildung //

Alphabetisierung

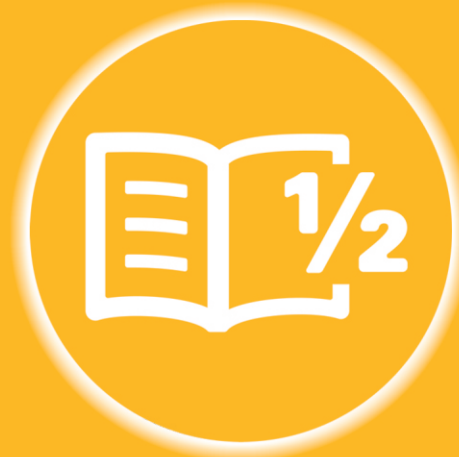


Sylvia Wolf
Leitung KVHS

Telefon: 03904 72407266

E-Mail: sylvia.wolf@landkreis-boerde.de

Web: kvhs.landkreis-boerde.de



berufliche
Weiterbildung

**Lesen und Schreiben
für Erwachsene**

Bildungsurlaub

Lern- und Förderangebote für Kinder

Firmenschulungen

Bildungstage

Alphabetisierung

Grundbildungskurs für erwachsene Lerner



Lerninhalte sind:

- Verbesserung der Lese-, Schreib- und Rechenkompetenzen
- Sprach- und Kommunikationstraining
- Vermittlung von PC-Grundkenntnissen
- Lernen im Internet mit dem VHS-Lernportal und in der VHS-Cloud
- Bewerbertraining, Jobsuche im Internet, Erstellung von Bewerbungsunterlagen

Gründe, um Grundbildungsinhalte aufzufrischen:

- Sie helfen bei der Jobsuche oder im Arbeitsalltag.
- Sie eröffnen neue berufliche Möglichkeiten.
- Sie erleichtern den Alltag.
- Sie ermöglichen das Aneignen von neuem Wissen.

Weiterhin bieten wir jedem Teilnehmer persönliche Hilfen und Beratung an. Dieses Kursangebot ist für alle Teilnehmer/innen kostenfrei. Der Quereinstieg in den Kurs ist jederzeit möglich. Kommen Sie zu uns und lassen Sie sich beraten. Ihre Ansprechpartnerin ist Frau Wolf (Tel.: 03904 72407266). Wir freuen uns auf Sie.

Ort:	Haldensleben, KVHS
Kurszeitraum:	06.03.2025 – 19.02.2026
Kurszeiten:	montags und donnerstags 13.15 – 15.45 Uhr 83 Termine, 250 Unterrichtsstunden
Leitung:	Mariya Zabolotnaya, Jana Wlodech de Rivera
Gebühr:	keine
Kurs-Nr.:	N 251700000

Bildungsurlaub an der KVHS

In vielen Bundesländern haben Beschäftigte einen Anspruch auf (in der Regel) fünf Tage bezahlten Sonderurlaub im Jahr für ihre individuelle berufliche Weiterbildung. Entsprechende Landesgesetze regeln die Einzelheiten. Entscheidend für die Gewährung von Bildungsurlaub ist das Bundesland, in dem die Beschäftigten arbeiten. Wollen sie an einem Bildungsurlaub teilnehmen, so müssen Beschäftigte dafür eine Freistellung bei ihrem Arbeitgeber beantragen. Dieser hat allerdings ein Mitspracherecht bei der Gewährung von Bildungsurlaub und kann den Antrag des Arbeit-

nehmers auch ablehnen (wenn etwa dringende betriebliche Gründe einer Freistellung zu einem bestimmten Zeitpunkt entgegenstehen).

Die nachfolgenden Veranstaltungen sind nach dem Bildungsfreistellungsgesetz des Landes Sachsen-Anhalt und auch nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz als Bildungsurlaubsveranstaltungen anerkannt. Ausführliche Kursbeschreibungen finden Sie auf den jeweils angegebenen Heftseiten.

Kurs-Nr.	Kurstitel	Beginn	Ende	Ort	Heftseite
N252501228	Textverarbeitung mit Word	25.08.25	29.08.25	Wolmirstedt	49
N252501820	Professionelle Präsentationen mit Power-Point	25.08.25	29.08.25	Haldensleben	59
S252501223	Textverarbeitung mit Word	25.08.25	29.08.25	Oschersleben	49
N252501421	Tabellenkalkulation mit Excel	01.09.25	05.09.25	Wolmirstedt	49
N252406820	Englisch für den Beruf (B1)	06.10.25	10.10.25	Haldensleben	16
N252501229	Textverarbeitung mit Word	06.10.25	10.10.25	Haldensleben	49
S252501115	Word, Excel und Power-Point im täglichen Einsatz	06.10.25	10.10.25	Oschersleben	48
N252501422	Tabellenkalkulation mit Excel	13.10.25	17.10.25	Haldensleben	49
S252301003	Stressprävention mit Entspannung und Zeitmanagement	13.10.25	17.10.25	Oschersleben	23
S252501420	Tabellenkalkulation mit Excel	10.11.25	14.11.25	Oschersleben	49
N252501121	Word, Excel und Power-Point im täglichen Einsatz	17.11.25	21.11.25	Wolmirstedt	48
N252501120	Word, Excel und Power-Point im täglichen Einsatz	01.12.25	05.12.25	Haldensleben	48
N252301000	Funktionierst du nur oder lebst du schon?	08.12.25	12.12.25	Haldensleben	23
S252301001	Entspannt mit Lebensfreude durch den Tag	08.12.25	12.12.25	Oschersleben	24
N252301001	Entspannt mit Lebensfreude durch den Tag	15.12.25	19.12.25	Haldensleben	24

Bildungstage an der KVHS

Die Bildungstage sind eintägige Veranstaltungen, die in Sachsen-Anhalt als Bildungsurlaub im Sinne des Bildungsfreistellungsgesetzes Sachsen-Anhalt anerkannt sind. Sie sind allerdings kein Bildungsurlaub nach dem Bildungsurlaubsgesetz des Landes Niedersachsen.

Kurs-Nr.	Kurstitel	Beginn	von	bis	Ort	Heftseite
S252501231	Arbeiten an großen Doku-menten und wissenschaftlichen Texten mit Word	08.09.25	8:30	16:30	Oschersleben	52
S252501410	Filter und Pivot-Tabellen in Excel effektiv nutzen	30.09.25	8:30	16:30	Oschersleben	54
N252501227	Serienbriefe und Vorlagen mit WORD	02.10.25	8:30	16:30	Wolmirstedt	52
N252501230	Arbeiten an großen Doku-menten und wissenschaftlichen Texten mit Word	02.10.25	8:30	16:30	Haldensleben	52
N252501413	Excel - Formeln und Funktionen richtig einsetzen	07.10.25	8:30	16:30	Wolmirstedt	54
N252501415	Statistik mit Excel	08.10.25	8:30	15:30	Wolmirstedt	55
N252501231	Arbeiten an großen Doku-menten und wissenschaftlichen Texten mit Word	15.10.25	8:30	16:30	Wolmirstedt	52
N252501410	Filter und Pivot-Tabellen in Excel effektiv nutzen	21.10.25	8:30	16:30	Haldensleben	54
N252501225	Serienbriefe und Vorlagen mit WORD	23.10.25	8:30	16:30	Haldensleben	52
N252501414	Statistik mit Excel	28.10.25	8:30	15:30	Haldensleben	55
S252501413	Excel - Formeln und Funktionen richtig einsetzen	05.11.25	8:30	16:30	Oschersleben	54
S252501225	Serienbriefe und Vorlagen mit WORD	06.11.25	8:30	16:30	Oschersleben	52
N252501109	Windows richtig nutzen	11.11.25	8:30	16:30	Haldensleben	48
N252501411	Filter und Pivot-Tabellen in Excel effektiv nutzen	11.11.25	8:30	16:30	Wolmirstedt	54
N252501110	Windows richtig nutzen	26.11.25	8:30	16:30	Wolmirstedt	48
S252501415	Statistik mit Excel	03.12.25	8:30	15:30	Oschersleben	55
N252501412	Excel - Formeln und Funktionen richtig einsetzen	09.12.25	8:30	16:30	Haldensleben	54
S252501110	Windows richtig nutzen	16.12.25	8:30	16:30	Oschersleben	48

Online-Kurse an der KVHS

Nachfolgend finden Sie eine Übersicht aller Kurse, die die Kreisvolkshochschule Börde in diesem Semester als Online-Veranstaltungen anbietet. Damit wollen wir Ihnen die Möglichkeit geben, auch an Veranstaltungen der KVHS teilzunehmen, wenn Sie – aus welchen Gründen auch immer – nicht in die Kreisvolkshochschule kommen können.

Die Anmeldung zu den Online-Veranstaltungen erfolgt genauso wie zu den Präsenzkursen. Welche technischen Voraussetzungen notwendig sind, um an den Veranstaltungen teilzunehmen,

ist in der jeweiligen Kursbeschreibung angegeben. In der Regel reicht aber ein internetfähiger Computer mit Lautsprecher und ggf. Kamera/Mikrofon, empfehlenswert ist ein Headset. Weiterhin benötigen Sie eine stabile Internetverbindung und einen aktuellen Browser wie Microsoft Edge, Mozilla Firefox oder Google Chrome. Eine spezielle Videokonferenz-Software ist in der Regel nicht notwendig. Der Zugang zum Online-Kurs wird Ihnen rechtzeitig vor Kursbeginn über einen Link per E-Mail bereitgestellt. Sollten Sie Fragen oder Probleme haben, setzen Sie sich mit uns in Verbindung.

Kurs-Nr.	Titel der Online-Veranstaltung	Beginn	Uhrzeit	Anzahl Kurstage	Heftseite
N252406300	Englisch (A2/B1)	21.08.25	19:15	13	18
N252501901	KI Grundkurs: Künstliche Intelligenz für Anfänger	03.09.25	19:00	1	62
S252425001	Ungarisch A2+	04.09.25	18:00	10	20
N252501810	Canva-Workshop: Grundkurs	11.09.25	17:30	1	59
N252306000	Online-Vortrag: Gelassen und souverän im stressigen Alltag	15.09.25	19:00	1	40
N252301580	Faszien-Yoga	22.09.25	19:00	10	29
N252302142	Aktive Mittagspause leichter Rücken	22.09.25	12:00	10	32
N252302143	Rücken Fit	23.09.25	19:00	10	33
N252306001	Online-Vortrag: Mental stark dank Resilienz - auch in schwierigen Situationen	23.09.25	19:00	1	40
N252306002	Online-Vortrag: Innere Balance trotz vollem Alltag - die 3 Säulen der Selbstfürsorge	29.09.25	19:00	1	41
N252501909	KI-Prompting: Künstliche Intelligenz effektiv steuern	30.09.25	18:00	1	64
N252501911	KI-Protokolle: Künstliche Intelligenz als Helfer	30.09.25	17:00	1	64
N252501904	KI trifft PowerPoint: Künstliche Intelligenz für Präsentationen	01.10.25	18:00	1	62
N252501811	Canva-Workshop: Grundkurs	08.10.25	17:30	1	59
N252105005	Eltern im digitalen Zeitalter	09.10.25	18:30	1	96
N252501830	Zoom: Professionell präsentieren & begeistern	09.10.25	16:00	1	61
N252501907	KI-Bilder: Kreativ mit Künstlicher Intelligenz	15.10.25	12:00	1	63
N252501913	KI-Selfies: Künstliche Intelligenz als Fotograf	15.10.25	10:00	1	64

Kurs-Nr.	Titel der Online-Veranstaltung	Beginn	Uhrzeit	Anzahl Kurstage	Heftseite
N252501815	Canva-Workshop: Social Media & Videoerstellung	21.10.25	17:30	1	60
N252501817	Canva-Workshop: Visuell starke Präsentationen erstellen	22.10.25	17:45	1	61
N252306003	Online-Vortrag: Glück beginnt im Kopf	27.10.25	19:00	1	41
N252501902	KI Grundkurs: Künstliche Intelligenz für Anfänger	29.10.25	19:00	1	62
N252306004	Online-Vortrag: Gesundheit beginnt im Kopf	30.10.25	19:00	1	41
N252306005	Online-Vortrag: Erfolg beginnt im Kopf	03.11.25	19:00	1	42
N252504111	Finanzbuchführung (1)	04.11.25	18:30	24	71
N252504112	Finanzbuchführung (2)	04.11.25	18:30	22	72
N252504113	Lohn und Gehalt (1)	04.11.25	18:30	24	72
N252504114	Lohn und Gehalt (2)	04.11.25	18:30	22	72
N252504115	Finanzbuchführung mit DATEV	04.11.25	18:30	16	72
N252504116	Lohn und Gehalt mit DATEV	04.11.25	18:30	16	72
N252504117	Einnahmen-Überschussrechnung	04.11.25	18:30	11	73
N252504118	Kosten- und Leistungsrechnung	04.11.25	18:30	20	73
N252504119	Finanzwirtschaft	04.11.25	18:30	20	74
N252504120	Bilanzierung	04.11.25	18:30	20	74
N252504121	Controlling	04.11.25	18:30	20	74
N252504122	Betriebliche Steuerpraxis	04.11.25	18:30	22	74
N252504123	Personalwirtschaft	04.11.25	18:30	20	75
N252501910	KI-Prompting: Künstliche Intelligenz effektiv steuern	12.11.25	18:00	1	64
N252501812	Canva-Workshop: Grundkurs	18.11.25	17:30	1	59
N252501816	Canva-Workshop: Social Media & Videoerstellung	19.11.25	17:30	1	60
N252501906	KI von A bis Z: Künstliche Intelligenz verstehen und anwenden	24.11.25	9:00	1	63
N252501912	KI-Protokolle: Künstliche Intelligenz als Helfer	27.11.25	17:00	1	64
N252501813	Canva von A bis Z: Designs, Videos und Social Media	28.11.25	9:00	1	60
N252501814	Canva von A bis Z: Designs, Videos und Social Media	29.11.25	9:00	1	60
N252105006	Eltern im digitalen Zeitalter	01.12.25	18:30	1	96
N252501831	Zoom: Professionell präsentieren & begeistern	01.12.25	16:00	1	61
N252501818	Canva-Workshop: Visuell starke Präsentationen erstellen	03.12.25	17:45	1	61
N252501905	KI trifft PowerPoint: Künstliche Intelligenz für Präsentationen	09.12.25	18:00	1	62
N252501908	KI-Bilder: Kreativ mit Künstlicher Intelligenz	09.12.25	19:00	1	63
N252501914	KI-Selfies: Künstliche Intelligenz als Fotograf	09.12.25	10:00	1	64
N252501903	KI Grundkurs: Künstliche Intelligenz für Anfänger	10.12.25	19:00	1	62

Fremdsprachen



Saskia Leberecht

Programmbereichsleitung Nord

Telefon: 03904 7240 7264

E-Mail: saskia.leberecht@landkreis-boerde.de

Web: kvhs.landkreis-boerde.de



Dr. Ioannis Panteleon

Programmbereichsleitung Süd

Telefon: 03949 7240 7284

E-Mail: ioannis-andreas.panteleon@landkreis-boerde.de

Web: kvhs.landkreis-boerde.de



Englisch

Online-Sprachkurse

Spanisch

Gebärdensprache

Französisch

Bildungsurlaub

Konversation

Ungarisch

Das Beherrschen von Fremdsprachen gehört zu den grundlegenden Schlüsselqualifikationen in unserer Gesellschaft. Die Notwendigkeit und der Drang zur internationalen Kommunikation sind sowohl im privaten als auch im beruflichen Bereich ungebrochen. Sprachen verbinden Welten, sie erleichtern die Kommunikation, schaffen Kontakte, bereichern Urlaub und Beruf und vertiefen das Verständnis für andere Kulturen und Denkweisen.

Die EU betrachtet Mehrsprachigkeit als ein wichtiges Element der Wettbewerbsfähigkeit Europas. Zu den Zielen der EU-Sprachenpolitik gehört deshalb, dass europäische Bürger*innen zusätzlich zu ihrer Muttersprache zwei weitere Sprachen beherrschen sollten. Der Sprachenbereich an der Kreisvolkshochschule Börde wird von einer pädagogischen Abteilung auf der Basis des „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens“ (GER) koordiniert. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs verschiedenen Niveaustufen und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht. Die eingesetzten Kursleitenden sind Fachlehrer für die entsprechende Sprache bzw. Muttersprachler oder haben lange Zeit im jeweiligen Land gelebt und gearbeitet. Sie verfügen also über die nötige Sprachkompetenz und über pädagogische und methodische Fertigkeiten.

Um für Sie den richtigen Kurs zu finden, nutzen Sie bitte die kompetente und individuelle Beratung durch die Programmbereichsleitung vor Ort. Sie erhalten Hilfe bei der Kurswahl und erfahren Wissenswertes über Lerntechniken und aktuelle zusätzliche Kurse sowie Prüfungsangebote.

Gestalte das bunte Angebot.

FARB MIT MISCH ERIN

Werde Kursleiter*in
www.vhs-kurse-leiten.de

vhs
Kreisvolkshochschule
Börde

A1	A2	B1	B2	C1	C2
GER	GER	GER	GER	GER	GER
Elementare Sprachverwendung		Selbständige Sprachverwendung		Kompetente Sprachverwendung	
Ich kann mich mit Hilfe von einzelnen Wörtern, kurzen Sätzen, Mimik und Gestik auf einfachste Weise ausdrücken.	Ich kann mich im Alltag zurechtfinden, obwohl ich noch viele Fehler mache.	Ich kann mich in den meisten Alltagssituationen ganz gut, aber noch mit Fehlern verständigen.	Ich kann in verschiedenen Situationen, ohne große Mühe, einfache Gespräche führen. Man versteht mich problemlos, jedoch mache ich noch einige Fehler.	Ich kann mich in unerwarteten Situationen zurechtfinden und drücke mich fast immer deutlich und weitgehend korrekt aus.	Ich kann mich in allen Situationen annähernd wie ein/e Muttersprachler/in ausdrücken.
Ich kann z.B.:	Ich kann z.B.:	Ich kann z.B.:	Ich kann z.B.:	Ich kann z.B.:	Ich kann z.B.:
<ul style="list-style-type: none"> jemanden begrüßen und mich vorstellen einfache Fragen stellen und beantworten Zahlen, Preisangaben und Uhrzeiten verstehen eine kurze Notiz schreiben auf Schildern, Plakaten und Wegweisern einiges verstehen 	<ul style="list-style-type: none"> etwas zum Essen und Trinken bestellen nach dem Weg fragen eine kurze Ansage wie z.B. im Flughafen verstehen eine kurze Postkarte schreiben in einer Zeitung bestimmte Informationen finden (z.B. Ort und Preis einer Veranstaltung) 	<ul style="list-style-type: none"> einen einfachen Zeitungsartikel verstehen persönliche Briefe schreiben einfache Gespräche über vertraute Themen führen eine Telefonnachricht verstehen, wenn relativ langsam gesprochen wird mich in den meisten Situationen im Ausland verständigen 	<ul style="list-style-type: none"> mich aktiv an längeren Gesprächen beteiligen fachbezogene Korrespondenz lesen einer Nachrichtensendung im Fernsehen folgen gewöhnliche Geschäftsbriefe schreiben in Diskussionen meine Ansichten begründen 	<ul style="list-style-type: none"> komplexe Sachverhalte darstellen Berichte und Briefe aller Art schreiben den meisten Fernsehsendungen problemlos folgen mit Muttersprachler/innen über anspruchsvolle Themen diskutieren Tageszeitungen, Fachzeitschriften und literarische Texte lesen 	<ul style="list-style-type: none"> anspruchsvolle Texte aller Art schreiben Literatur und Sachbücher lesen fließend sprechen und auch feinere Bedeutungsnuancen genau ausdrücken mich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen mit Muttersprachler/innen beteiligen ohne Schwierigkeiten gesprochene Sprache verstehen, auch wenn schnell gesprochen wird

Englisch

Bildungsurlaub: Englisch für den Beruf (B1)

Solide und flüssige Englischkenntnisse sind längst zu einer wichtigen Voraussetzung für beruflichen Erfolg geworden. In unserer zunehmend globalisierten Welt gehören sicherer Umgang mit Zahlen und Buchstaben, Telefonate, Beratungen auf Englisch sowie korrektes Auftreten gegenüber Kunden in der Fremdsprache heute zum Berufsalltag. Innerhalb der Kernbereiche des berufsorientierten Englischunterrichts können Teilnehmende in diesem Kurs ihr vorhandenes Wissen vertiefen, in authentischen Situationen anwenden und neues Wissen und Fertigkeiten erwerben. Sie sollen in die Lage versetzt werden, ihr Unternehmen und ihre Produkte zu präsentieren, an Beratungen teilzunehmen, zu verhandeln, zu telefonieren, Geschäftskorrespondenz zu verfassen und Kontakte zu knüpfen. Sie lernen in der Geschäftswelt häufige grammatische Strukturen und typisches Vokabular kennen und wenden diese in lebensnahen Situationen an.

Haldensleben, KVHS

Mo, 06.10.2025, 08:00 - 15:30 Uhr
5 Termine, 40 UE, Montag bis Freitag
Ursel Schmidt, 200,00 €
N252406820



Sie haben Interesse als Dozent / Dozentin an der Kreisvolkshochschule Börde tätig zu werden? Dann melden Sie sich bei uns!

Englisch macht Spaß (A1/3)

Sie verstehen bereits einzelne Wörter und kurze Texte aus dem persönlichen Umfeld? Dieser Kurs ist der richtige, um dieses Wissen auszubauen. Sie festigen und erweitern Ihren Grundwortschatz zu den Themen Lebensmittel, Einkauf und Essen im Restaurant, verbessern Ihre Aussprache und erweitern Ihre Grammatikkenntnisse. Die mündliche Kommunikation steht im Mittelpunkt.

Haldensleben, KVHS

Di, 22.07.2025, 16:00 - 17:30 Uhr
12 Termine, 24 UE, dienstags
Romy Niemeyer, 96,00 €
N252406130

Wolmirstedt, KVHS

Mo, 18.08.2025, 17:00 - 18:30 Uhr
15 Termine, 30 UE, montags
Andi Zefi, 120,00 €
N252406131

English again – Now! (A2/1)

Sie haben in Ihrer Schulzeit bereits mehr als 4 Jahre Englisch gelernt und Sie können bereits alltägliche Themen verstehen und an einfachen, kurzen Gesprächen teilnehmen? In diesem Kurs erweitern Sie Ihr Spektrum in Wort und Grammatik u.a. zu den Themen Freizeit, Reisen, Lebenslauf, Restaurants, Wetter und Internet.

Haldensleben, KVHS

Do, 21.08.2025, 17:30 - 19:00 Uhr
13 Termine, 26 UE, donnerstags
Harald Spitzer, 104,00 €
N252406210

English keep going! (A2/2)

Sie haben schon einmal Englisch gelernt und wollen weiter dabeibleiben? Sie können sich bereits über Themen aus Ihrem unmittelbaren persönlichen Umfeld verständigen und wollen weitere Themen erschließen? Im Mittelpunkt dieses Kurses stehen weiterhin die mündliche Kommunikation, die Erweiterung des Vokabulars sowie die Vertiefung grammatischen Wissens.

Haldensleben, KVHS

Do, 21.08.2025, 16:00 - 17:30 Uhr
13 Termine, 26 UE, donnerstags
Harald Spitzer, 104,00 €
N252406220

English continued (A2/3)

Ihre sprachlichen Vorkenntnisse, die es Ihnen ermöglichen, sich in kurzen einfachen Sätzen sowohl über Ihr persönliches als auch berufliches Umfeld zu verständigen, können Sie hier ausbauen. Sie sprechen u.a. über die Themen Reisen, Umzug und Verhalten in Notfällen.

Hötensleben, Rathaus, Hospitalstraße 1

Mi, 13.08.2025, 18:45 - 20:15 Uhr
9 Termine, 18 UE, mittwochs
Jennifer Lindup, 63,00 €
S252406231

Hötensleben, Rathaus, Hospitalstraße 1

Mi, 22.10.2025, 18:45 - 20:15 Uhr
9 Termine, 18 UE, mittwochs
Jennifer Lindup, 63,00 €
S252406232

English – fit for every day (A2/4)

Sie können sich in alltäglichen Situationen, aber auch im Urlaub und auf Reisen auf einfache Weise ausdrücken, häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen und somit Gespräche führen, um sich orientieren zu können. Bei Bedarf können Sie Ihre erworbene Sprachkompetenz in einem A2-Test nachweisen.

Wanzleben, Börde Gymnasium, Raßbachplatz 4

Di, 16.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr
10 Termine, 20 UE, dienstags
Margit Richter, 70,00 €
S252406241

Englisch (A2/Konversation)

Dieser Konversationskurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen, die sich auf Englisch schon verständigen können, jedoch Lust haben, ihren Wortschatz zu erweitern und ihre Sprechfertigkeit zu verbessern. Anhand von Texten und Übungen unterhalten sie sich in entspannter Atmosphäre über abwechslungsreiche Themen. Auch die Grammatik kommt nicht zu kurz.

Wolmirstedt, KVHS

Do, 21.08.2025, 17:30 - 19:00 Uhr
15 Termine, 30 UE, donnerstags
Andi Zefi, 120,00 €
N252406250

Online: Englisch (A2/B1)

Sie treffen sich wöchentlich zu einem festen Termin mit unserem erfahrenen Dozenten online und erlernen die englische Sprache. Sie erweitern Ihren Wortschatz und verbessern die Sprechfertigkeit. Sie können sich in alltäglichen Situationen, aber auch im Urlaub und auf Reisen auf einfache Weise ausdrücken, häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen und somit Gespräche führen, um sich orientieren zu können. Vor Beginn des Kurses erhalten Sie den Zugang zur Lernplattform und eine kurze Einführung.

Technische Voraussetzungen:

Sie benötigen einen PC oder Laptop; eine gute und stabile Internetverbindung; Mikrofon, Lautsprecher und Kamera/Webcam. Es wird ein Headset empfohlen.

Online-Kurs

Do, 21.08.2025, 19:15 - 20:45 Uhr

13 Termine, 26 UE, donnerstags

Hendrik Nitz, 104,00 €

N252406300

Brush up your English! (B1/1)

You learnt English at school for at least six years; you can understand quite a lot in almost all everyday situations. But still you want to improve your English. Come and join this course to talk about interesting topics. And your English will get more fluent.

Oschersleben, KVHS

Do, 11.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr

12 Termine, 24 UE, donnerstags

Ingrid Fuchs, 84,00 €

S252406311

English small talk (B1/Conversation)

You learnt English at school for at least six years. You can exchange information and ideas with people from English speaking countries. But you feel that your English still needs to be improved for good conversation. In this course you have the chance to talk about interesting topics such as yourself, music, books, news, and a lot more.

Haldensleben, KVHS

Mi, 03.09.2025, 18:00 - 19:30 Uhr

12 Termine, 24 UE, mittwochs

Matti Pressel, 96,00 €

N252406350

Wolmirstedt, KVHS

Mi, 20.08.2025, 18:30 - 20:00 Uhr

13 Termine, 26 UE, mittwochs

Sabine Jahnelt, 104,00 €

N252406351

Barleben, Gemeinschaftsschule, Feldstraße 20

Mi, 20.08.2025, 16:00 - 17:30 Uhr

13 Termine, 26 UE, mittwochs

Ursel Schmidt, 104,00 €

N252406352

Irxleben, Grundschule, Im Fuchstal 85

Di, 19.08.2025, 16:45 - 18:15 Uhr

13 Termine, 26 UE, dienstags

Ursel Schmidt, 104,00 €

N252406353

Irxleben, Grundschule, Im Fuchstal 85

Di, 19.08.2025, 18:30 - 20:00 Uhr

13 Termine, 26 UE, dienstags

Ursel Schmidt, 104,00 €

N252406354

Englisch am Vormittag (A2)

Kommen Sie zu uns und lernen Sie am Vormittag mit Vorkenntnissen und mit viel Spaß die englische Sprache. Sie erweitern Ihren Wortschatz und verbessern die Sprechfertigkeit. Sie können sich in alltäglichen Situationen, aber auch im Urlaub und auf Reisen auf einfache Weise ausdrücken, häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen und somit Gespräche führen, um sich orientieren zu können.

Haldensleben, Berufsbildende Schulen, Internat

Di, 02.09.2025, 10:00 - 11:30 Uhr
12 Termine, 24 UE, dienstags
Margrit Jänicke, 96,00 €
N252406620

Haldensleben, KVHS

Mo, 15.09.2025, 09:30 - 11:00 Uhr
10 Termine, 20 UE, montags
Annerose Dudei, 80,00 €
N252406621



Bitte beachten Sie:

Wenn Sie nach Ihrer Anmeldung keine Nachricht von uns erhalten, erwarten wir Sie zu Kursbeginn. Wir benachrichtigen Sie nur bei Kursausfall oder Terminänderungen.

Englisch für die Reise

Am Flughafen, im Hotel, am Bahnhof oder bei der Anmietung eines Fahrzeuges steht man vor Herausforderungen, die sich mit wenig Englisch-Sprachkenntnissen schnell lösen ließen. Dieser Intensivkurs deckt, zugeschnitten auf den Bedarf der Teilnehmer, ganz gezielt bedeutsame Wortfelder für die nächste Reise ab und dient damit gleichzeitig einer nützlichen Reisevorbereitung im Austausch mit anderen.

Haldensleben, KVHS

Mi, 10.09.2025, 16:30 - 18:45 Uhr
4 Termine, 12 UE, mittwochs
Harald Spitzer, 48,00 €
N252406700

Spanisch

Spanisch (A2/Konversation)

Dieser Konversationskurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen, die sich auf Spanisch schon verständigen können, jedoch Lust haben, ihren Wortschatz zu erweitern und ihre Sprechfertigkeit zu verbessern. Anhand von Texten und Übungen unterhalten sie sich in entspannter Atmosphäre über abwechslungsreiche Themen. Auch die Grammatik kommt nicht zu kurz.

Haldensleben, KVHS

Mi, 27.08.2025, 18:30 - 20:00 Uhr
12 Termine, 24 UE, mittwochs
Roberto Harksen, 96,00 €
N252422250

¡Bienvenidos al mundo del Español!(B1)

Sie verfügen bereits über Grundkenntnisse in Spanisch und möchten Ihre Fähigkeiten weiter ausbauen? Dann ist dieser Spanischkurs genau das Richtige für Sie. In angenehmer Lernatmosphäre erweitern Sie Ihren Wortschatz, festigen grammatische Strukturen und verbessern Ihre Ausdrucksfähigkeit in verschiedenen Alltagssituationen. Der Fokus liegt auf praxisnaher Kommunikation.

Haldensleben, KVHS

Di, 26.08.2025, 18:30 - 20:00 Uhr
12 Termine, 24 UE, dienstags
Roberto Harksen, 96,00 €
N252422310
.....

Ungarisch

Ungarisch A2+

Der Kurs vermittelt Kenntnisse der ungarischen Sprache auf dem Niveau A2+. In alltäglichen Gesprächssituationen und anhand kurzer Texte werden Wortschatz, Grammatik und landeskundliche Kenntnisse vermittelt.

vhs.cloud-Kurs

Do, 04.09.2025, 18:00 - 19:30 Uhr
10 Termine, 20 UE, donnerstags
Katrin Schuchna, 70,00 €
S252425001
.....

Gebärdensprache

Deutsche Gebärdensprache

Die Deutsche Gebärdensprache (DGS) ist die visuell-manuelle Sprache, in der gehörlose und schwerhörige Personen in Deutschland untereinander kommunizieren. Dieser Kurs richtet sich (natürlich neben Interessierten und Angehörigen) an Personen, welche in pädagogischen, medizinischen und sozialen Arbeitsfeldern tätig sind und diese Zusatzqualifikation erwerben möchten. In diesem Kurs werden Sie mit Grundlagen der Deutschen Gebärdensprache vertraut gemacht. Sie erhalten Informationen zur Spezifik und Methodik der nonverbalen zwischenmenschlichen Kommunikation und werden eingeführt in die Symbolik des Fingeralphabetes.

Haldensleben, KVHS

Di, 09.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
10 Termine, 20 UE, dienstags
Simone Wehrlein, 80,00 €
N252428000
.....



Anmelden

sollten Sie sich rechtzeitig, am besten bis eine Woche vor Kursbeginn: schriftlich, per E-Mail unter kvhs@landkreis-boerde.de oder ganz einfach online auf kvhs.landkreis-boerde.de. So vermeiden Sie, dass der Kurs schon besetzt ist oder wegen zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt werden muss.

Gesundheit



Saskia Leberecht

Programmbereichsleitung Nord

Telefon: 03904 72407264

E-Mail: saskia.leberecht@landkreis-boerde.de

Web: kvhs.landkreis-boerde.de



Manuela Kohlheim

Programmbereichsleitung Süd

Telefon: 03904 72407282

E-Mail: manuela.kohlheim@landkreis-boerde.de

Web: kvhs.landkreis-boerde.de



Yoga

Zumba®

Gesundheitsförderung

Entspannung

Qigong

Fit für den Alltag

Bewegung

Ernährung

Stressbewältigung

Body fit

Bildungsurlaub

Prävention

Die Kreisvolkshochschule Börde versteht Gesundheit im Sinne der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ganzheitlich. Mit unseren Angeboten und Aktivitäten fördern wir eigenverantwortliches gesundheitsorientiertes Handeln der Teilnehmer im Zusammenspiel von psychischen, körperlichen, geistigen und sozialen Komponenten. Die Kurse werden durch qualifizierte Fachdozenten angeleitet.

Da gesellschaftliche Teilhabe und soziales Miteinander einen wichtigen Beitrag zu körperlicher und geistiger Gesundheit leisten und Bildung wie körperliche Aktivität einen entscheidenden Einfluss auf gesundheitliche Chancengleichheit haben, trägt die Kreisvolkshochschule Börde mit ihrem Gesundheitsprogramm ebenso wie mit ihrem Weiterbildungsangebot insgesamt maßgeblich zum Abbau sozialer Ungleichheit bei. Die gesundheitlichen Chancen aller werden erweitert.

Mit unseren Angeboten im Bereich der Gesundheitsbildung verfolgen wir folgende Ziele:

- Vertrauen in die eigene Gesundheits- und Handlungskompetenz stärken;
- gesundheitserhaltende Ressourcen und Wohlbefinden fördern;
- sozialen, ethnischen, alters- und geschlechtsspezifischen Unterschieden von Lernerfahrungen gerecht werden;
- Menschen mit ihren unterschiedlichen Belangen und Bedürfnissen in ihrem jeweiligen sozialen und ökologischen Umfeld berücksichtigen;
- körperliche, psychische, soziale und ökologische Faktoren verbinden;
- Lernen mit allen Sinnen ermöglichen;
- Gesundheit als kontinuierlichen Lernprozess begreifen und mit biographischen Erfahrungen verknüpfen (lebenslanges Lernen);
- die Selbstbestimmung von Menschen über ihre Gesundheit als kollektive Aufgabe fördern und individuellen Schuldzuweisungen oder jeglicher Bevormundung entgegensteuern.

Gesundheitspräventionskurse in der KVHS

In unserem Gesundheitsangebot befinden sich auch Präventionskurse nach § 20 SGB V. Diese sind gekennzeichnet. Bitte erkundigen Sie sich dennoch **vor** Kursanmeldung bei Ihrer Krankenkasse, ob der jeweilige Kurs anerkannt ist.

Entspannung und Stressbewältigung

Bildungsurlaub: Funktionierst du nur oder lebst du schon?

In der heutigen Gesellschaft ist es Trend, ständig beschäftigt - busy - zu sein. Für viele gilt es als Statussymbol der Unentbehrlichkeit. In der Regel verbleibt neben all den zahlreichen Herausforderungen und Verpflichtungen zu wenig Zeit für die Familie, Freunde und Hobbys. Unser Tagesablauf ist durchrationalisiert. Wir eilen oder hetzen durch unser Leben und bemerken nicht, dass es an uns vorüberzieht, routinemäßig funktionieren wir alltäglich im Robotermodus. In diesem Wochen-seminar lernen Sie Techniken, wie Sie diesen Teufelskreis durchbrechen und selbstbestimmt die Regie in Ihrem Leben übernehmen können. Welche Stellschrauben sind zu justieren?

In diesem Bildungsurlaub entlarven Sie Ihre individuellen Zeitfresser und Ressourcenräuber und Sie entwickeln Strategien, um sich von den Ansprüchen und Manipulationstechniken der anderen zu befreien. Zudem erlernen Sie Techniken des Achtsamkeits- und Mentaltrainings, um Ihren beruflichen und persönlichen Lebensplan zu gestalten.

Haldensleben, KVHS

Mo, 08.12.2025, 08:45 - 16:00 Uhr
5 Termine, 40 UE, Montag bis Freitag
Insa Grünwald, 200,00 €
N252301000

.....

Bildungsurlaub: Stressprävention mit Entspannung und Zeitmanagement

Ziel dieses Bildungsurlaubs ist es, Strategien zum besseren Umgang mit Stress zu entwickeln, praktisch umsetzbare Maßnahmen zu mehr Stresskompetenz kennen zu lernen bis hin zur praktischen Anwendung kurzer Übungen und Ankerpunkte für mehr Wohlbefinden und Lebensqualität im Alltag und im Beruf. Unterstützt wird die westliche Stressthematik mit den Entspannungstechniken der fernöstlichen TCM-Methodik des Qigong und der ganzheitlichen Sicht auf den Menschen nach der TCM. Dazu kommen die Entspannungsverfahren Autogenes Training und PMR. Eine Woche vorbeugen gegen Burnout, Depressionen und andere stressbedingte Erkrankungen von Herz-Kreislauf-Erkrankungen über Diabetes bis zu Krebs. Ein über einen längeren Zeitraum aufrecht erhaltenes hohes Stressniveau, das nicht hinreichend abgebaut wird, kann negative gesundheitliche Konsequenzen nach sich ziehen. Im Theorieteil werden das Stressmodell nach Lazarus und die verschiedenen Coping-Strategien sowie die somatische Wirkung von Stress anschaulich vermittelt. Eine gute Mischung aus Theorie und Praxis sorgt dafür, dass die Teilnehmenden viel für die täglichen Anforderungen im Alltag und im Beruf mitnehmen können. Es wird ausführlich der Komplex Zeitmanagement theoretisch und in praktischen Übungen vertieft, immer wieder zwischendurch Qigong geübt, um ein paar Minuten aus dem Alltag auszusteigen und neue Kraft zu schöpfen. Aber auch andere Entspannungsverfahren werden angeschnitten und mindestens einmal erprobt. So kann jeder das geeignete für sich selbst finden.

Oschersleben, KVHS

Mo, 13.10.2025, 09:30 - 16:30 Uhr
5 Termine, 40 UE, Montag bis Freitag
Sabine Schenke, 200,00 €
S252301003

.....

Bildungsurlaub: Entspannt mit Lebensfreude durch den Tag – Ganzheitliches Stressmanagement – vital und gelassen in Beruf und Alltag

In diesem Kurs möchte ich Sie enttäuschen und verwirren. In der Verwirrung werden die eigenen Muster erkannt und die Enttäuschung bringt Sie aus der Täuschung. Erkennen Sie das Hamster-rad, welches sich von innen wie eine Karrierleiter anfühlt. Läuft es im Beruf nicht so wie Sie denken - denken Sie anders! Sie erwarten Spiel, Spaß und Freude und dazwischen ein wenig Theorie und Praxis. Sie erfahren in dem Kurs eine Einführung in die Meditation - ganz entspannt so auch für Anfänger. Und jeder Tag hält eine Yogastunde in verschieden angepassten Leichtigkeitsgraden bereit. Wir sprechen über „Sprach- und Denkhigiene“ sowie schönere und leichtere Verhaltensmuster mit vielen Denkanstößen für ein Leben in Gelassenheit und Leichtigkeit. Als Mensch, der Entspannung lebt und ausstrahlt, sind Sie ein Gewinn für Betrieb, Team, Freunde, Familie und für sich.

Haldensleben, KVHS

Mo, 15.12.2025, 08:00 - 15:30 Uhr
5 Termine, 40 UE, Montag bis Freitag
Thomas Czyrnik, 200,00 €
N252301001

.....

Oschersleben, KVHS

Mo, 08.12.2025, 08:00 - 15:30 Uhr
5 Termine, 40 UE, Montag bis Freitag
Thomas Czyrnik, 200,00 €
S252301001

.....

Meditative Walderkundung

Unsere Yogatrainerin nimmt Sie mit auf ein etwas anderes Naturerlebnis. Erlernen Sie Entspannungs- und Meditationsübungen und erfahren Sie die Wirkung dieser in der freien Natur. Ein Entspannungserlebnis der besonderen Art erwartet Sie, wobei Sie wertvolle Techniken zur Stressbewältigung für Ihren (Berufs-)Alltag mitnehmen können. Treffpunkt ist der Parkplatz der Gaststätte „Alte Schmiede“ in Süplingen. Bei schlechtem Wetter wird der Termin verschoben.

Süplingen, Gaststätte Alte Schmiede, Parkplatz

Sa, 06.09.2025, 10:00 - 13:00 Uhr
1 Termin, 4 UE, Samstag
Grit Borchers, 16,00 €
N252301200

.....

Meditation mit Atementspannung

Stress, Sorgen und eine ständige Reizüberflutung können den Menschen aus der Bahn werfen. Um dem entgegenzuwirken, wird in diesem Kurs die Meditation als eine wunderbare Methode vorgestellt. Sie ermöglicht es, den Geist zu beruhigen, Achtsamkeit zu entwickeln und einen Zustand der inneren Harmonie für den (Berufs-)Alltag zu erreichen. Eine der Schlüsselkomponenten für eine effektive Meditation sind Atemtechniken. Die Atmung ist ein wichtiges Werkzeug, um den Geist zu fokussieren und die Aufmerksamkeit nach innen zu lenken. In diesem Kurs werden verschiedenste Techniken verwendet, um den Atem zu

kontrollieren, zu verlangsamen und zu vertiefen. Atemtechnik-Meditation kann von jedem praktiziert werden, unabhängig von Alter, Fitness-niveau oder Vorerfahrung.

Wolmirstedt, KVHS

Mi, 03.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr
5 Termine, 10 UE, mittwochs
Annett Bangemann, 40,00 €
N252301201

Autogenes Training

Autogenes Training ist ein bewährtes Entspannungsverfahren. Im Kurs erlernen Sie schrittweise, sich mit Hilfe bestimmter Gedanken und Vorstellungen von körperlichen und seelischen Verspannungen zu lösen. Ergänzung sind Körperwahrnehmungsübungen, aktive Muskelentspannung und Kurzentspannungstechniken, die Sie zur Stressbewältigung für Ihren (Berufs-)Alltag mitnehmen können. Bitte bringen Sie bequeme Sportkleidung, eine eigene Matte, eine Decke und ein kleines Kissen mit.

Haldensleben, KVHS

Mi, 10.09.2025, 16:30 - 17:30 Uhr
9 Termine, 12 UE, mittwochs
Doreen Werner-Hahn, 48,00 €
N252301300

Wolmirstedt, KVHS

Mo, 01.09.2025, 15:45 - 17:15 Uhr
5 Termine, 10 UE, montags
Annett Bangemann, 40,00 €
N252301301

Qigong

Mit vielfältiger Körperwahrnehmung, wohltuenden Bewegungs- und Entspannungsübungen aus dem Qigong lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung der Beweglichkeit, der Dehn-, Koordinations-, Konzentrations- und Entspannungsfähigkeit und des Umgangs mit Stress kennen. Sie können die Vertiefung der Atmung und die Harmonisierung des Herz-Kreislauf-Systems erleben. Damit werden Ihre Ressourcen gestärkt und erweitert, die Sie für die Regeneration und Erholung und für die stress-reduzierte Gestaltung des (Berufs-/Familien-)Alltags einsetzen können. Bitte bringen Sie eine Matte, eine Decke, bequeme Sportkleidung und dicke Socken mit.

Qigong am Vormittag

Haldensleben, KVHS

Mo, 25.08.2025, 09:30 - 10:30 Uhr
12 Termine, 16 UE, montags
Cordula Speitel, 64,00 €
N252301400

Oschersleben, KVHS

Do, 11.09.2025, 10:15 - 11:15 Uhr
10 Termine, 14 UE, donnerstags
Sabine Schenke, 56,00 €
S252301410

Wolmirstedt, KVHS

Mi, 17.09.2025, 10:00 - 11:30 Uhr
10 Termine, 20 UE, mittwochs
Ursula Kaiser-Haug, 80,00 €
N252301402

Der Kurs ist als Präventionskurs anerkannt.

Qigong am Nachmittag/Abend

Haldensleben, KVHS

Di, 26.08.2025, 16:30 - 17:30 Uhr

12 Termine, 16 UE, dienstags

Cordula Speitel, 64,00 €

N252301410

Oschersleben, KVHS

Mo, 01.09.2025, 16:15 - 17:15 Uhr

12 Termine, 16 UE, montags

Rosemarie Hellmann, 64,00 €

S252301400

Oschersleben, KVHS

Mo, 01.09.2025, 17:30 - 18:30 Uhr

12 Termine, 16 UE, montags

Rosemarie Hellmann, 64,00 €

S252301401

Wolmirstedt, KVHS

Mo, 15.09.2025, 17:30 - 19:00 Uhr

10 Termine, 20 UE, montags

Ursula Kaiser-Haug, 80,00 €

N252301412

Der Kurs ist als Präventionskurs anerkannt.

Lachyoga – für mehr Leichtigkeit und Lebensfreude

Lachen ohne Grund? Klingt erst einmal ungewöhnlich - wirkt aber erstaunlich gut. Lachyoga ist eine einfache und wirkungsvolle Methode, um Stress loszulassen, die Stimmung aufzuhellen und neue Energie zu tanken - ganz ohne Witze. Nach einem achtsamen Ankommen erfahren Sie, wie und warum Lachyoga funktioniert - selbst dann, wenn einem gar nicht nach Lachen zumute ist. In der Gruppe entsteht ganz von selbst eine lockere, entspannte Atmosphäre. Die Übungen sind unkompliziert, überraschend wohltuend und

bringen Leichtigkeit in den Alltag. Die Dozentin ist zertifizierte Lachtrainerin und Meditationslehrerin und lädt Sie herzlich zu einem belebenden Vormittag voller Lebensfreude ein.

Haldensleben, KVHS

Sa, 08.11.2025, 10:00 - 12:15 Uhr

1 Termin, 3 UE, Samstag

Luise Pillinger, 15,00 €

N252301570

Yoga (Ashtanga)

Sie möchten etwas sportlicher Yoga praktizieren? Ashtanga gehört zu den anstrengendsten Yoga-Stilen, kann aber auch in einer entspannteren Form erlernt und praktiziert werden. Dieser Kurs eignet sich sowohl für Sie als Anfänger oder bereits Yoga Praktizierenden. In diesem Kurs erlernen Sie die Grundelemente des Ashtanga Yoga in einer Form, welche für jeden geeignet ist. Ganz sicher auch für Sie. Sie werden begleitet durch einen Yogalehrer, welcher in mehreren Traditionen zu Hause ist und mehrere Yogatherapieausbildungen mitbringt.

Oschersleben, KVHS

Do, 04.09.2025, 17:00 - 18:30 Uhr

10 Termine, 20 UE, donnerstags

Thomas Czynnik, 80,00 €

S252301501

Yoga für Rücken, Bauch und Beckenboden

Der Kurs beinhaltet leichte und auch anspruchsvollere Yogaübungen. Die Übungen halten die Wirbelsäule geschmeidig, kräftigen die Rücken- und Bauchmuskulatur sowie den Beckenboden. Es werden auch theoretische Kenntnisse zu Kör-

performen und Körperhaltung vermittelt. Außerdem geht es um den Zusammenhang zwischen Rückenschmerzen und seelischem Befinden.

Oschersleben, KVHS

Mo, 08.09.2025, 19:00 - 20:00 Uhr
10 Termine, 14 UE, montags
Sabine Schenke, 56,00 €
S252301530

Hatha-Yoga

Mit wohltuenden Bewegungs-, Achtsamkeits- und Meditationsübungen aus dem Hatha-Yoga lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung der Beweglichkeit, Entspannungsfähigkeit und des Umgangs mit Stress kennen. Sie lernen die Grundprinzipien und Körperübungen und -haltungen (Asanas) des Hatha-Yoga kennen und erfahren, wie Sie durch die sanft angeleiteten Entspannungs-, Dehnungs- und Konzentrationsübungen zu mehr Gelassenheit finden und neue Kraft schöpfen können. Damit werden die eigenen Gesundheitskompetenzen und Ressourcen gestärkt und erweitert, die für die Regeneration und Erholung und für die stressreduzierte Gestaltung des (Berufs-/Familien-) Alltags eingesetzt werden können. Bitte bringen Sie bequeme Sportkleidung, warme Socken sowie eine Decke mit.

Hatha-Yoga am Vormittag

Haldensleben, KVHS

Di, 02.09.2025, 09:30 - 11:00 Uhr
11 Termine, 22 UE, dienstags
Grit Borchers, 99,00 €
N252301500

Haldensleben, KVHS

Di, 02.09.2025, 11:15 - 12:45 Uhr
11 Termine, 22 UE, dienstags
Grit Borchers, 99,00 €
N252301502

Haldensleben, KVHS

Do, 04.09.2025, 09:30 - 11:00 Uhr
11 Termine, 22 UE, donnerstags
Grit Borchers, 99,00 €
N252301504

Haldensleben, KVHS

Fr, 05.09.2025, 09:30 - 11:00 Uhr
9 Termine, 18 UE, freitags
Grit Borchers, 81,00 €
N252301506

Oschersleben, KVHS

Di, 19.08.2025, 10:15 - 11:45 Uhr
12 Termine, 24 UE, dienstags
Anett Milbradt, 108,00 €
S252301502

Hatha-Yoga am Nachmittag/Abend

Haldensleben, KVHS

Mo, 06.10.2025, 15:00 - 16:30 Uhr
8 Termine, 16 UE, montags
Petra Wolff, 64,00 €
N252301520

Haldensleben, KVHS

Mo, 01.09.2025, 15:30 - 17:00 Uhr
11 Termine, 22 UE, montags
Grit Borchers, 99,00 €
N252301522

Haldensleben, KVHS

Mo, 06.10.2025, 16:45 - 18:15 Uhr
8 Termine, 16 UE, montags
Petra Wolff, 64,00 €
N252301524

Haldensleben, KVHS

Mo, 01.09.2025, 17:15 - 18:45 Uhr
11 Termine, 22 UE, montags
Grit Borchers, 99,00 €
N252301526

Haldensleben, KVHS

Di, 26.08.2025, 17:45 - 19:15 Uhr
12 Termine, 24 UE, dienstags
Cordula Speitel, 96,00 €
N252301528

Haldensleben, KVHS

Di, 02.09.2025, 17:45 - 19:00 Uhr
10 Termine, 16,7 UE, dienstags
Anja Krakow, 80,00 €
N252301530

Haldensleben, KVHS

Di, 26.08.2025, 19:15 - 20:45 Uhr
12 Termine, 24 UE, dienstags
Birgit Rausch, 96,00 €
N252301532

Haldensleben, KVHS

Mi, 03.09.2025, 16:45 - 18:15 Uhr
11 Termine, 22 UE, mittwochs
Grit Borchers, 99,00 €
N252301534

Haldensleben, KVHS

Mi, 03.09.2025, 18:30 - 20:00 Uhr
11 Termine, 22 UE, mittwochs
Grit Borchers, 99,00 €
N252301536

Haldensleben, KVHS

Do, 21.08.2025, 18:00 - 19:15 Uhr
12 Termine, 20 UE, donnerstags
Diana Tischer, 80,00 €
N252301538

Wolmirstedt, KVHS

Di, 26.08.2025, 17:00 - 18:30 Uhr
12 Termine, 24 UE, dienstags
Steffen Kuhnert, 96,00 €
N252301550

Wolmirstedt, KVHS

Di, 26.08.2025, 18:45 - 20:15 Uhr
12 Termine, 24 UE, dienstags
Steffen Kuhnert, 96,00 €
N252301552

Wolmirstedt, KVHS

Fr, 29.08.2025, 15:00 - 16:30 Uhr
10 Termine, 20 UE, freitags
Steffen Kuhnert, 80,00 €
N252301554

Wanzleben, Sarresporthalle, Gymnastikraum

Mi, 03.09.2025, 17:45 - 19:00 Uhr
12 Termine, 20 UE, mittwochs
Uta Knorreck, 85,00 €
S252301510
Der Kurs ist als Präventionskurs anerkannt.

Wanzleben, Sarresporthalle, Gymnastikraum

Mi, 03.09.2025, 19:15 - 20:15 Uhr
12 Termine, 16 UE, mittwochs
Uta Knorreck, 68,00 €
S252301511
Der Kurs ist als Präventionskurs anerkannt.

Online: Faszien-Yoga

Möchten Sie die Beweglichkeit verbessern und die Grundlagen des Hatha-Yoga kennen lernen? Dann ist diese Stunde genau das Richtige für Sie. Es werden verschiedene Atemübungen, Entspannungstechniken und Yogastellungen erlernt. Durch diese Einheit können Sie Ihren alltäglichen Stress abbauen und zur inneren Ruhe finden. Dieser Kurs hat eine Durchführungsgarantie, unabhängig von der Teilnehmerzahl. Sie bekommen vor Kursbeginn durch die Kreisvolkshochschule einen Zoom-Link zugesandt, der Ihnen den Zutritt zu dem Kurs ermöglicht.

Online-Kurs

Mo, 22.09.2025, 19:00 - 19:45 Uhr
10 Termine, 10 UE, montags
Natalja Seel, 60,00 €
N252301580

Yoga-Pilates

Ein anspruchsvolles Ganzkörpertraining, welches sich für ambitionierte Einsteiger eignet, aber vor allem Fortgeschrittenen eine schöne Herausforderung bietet. Mit einem abwechslungsreichen Mix aus Yoga- und Pilates-Übungen werden gezielt Kraft, Beweglichkeit und Balance verbessert, um den Nebenwirkungen von langem Sitzen entgegenzuwirken oder auch um ein sonst sehr lineares Krafttraining zu ergänzen.

Haldensleben, KVHS

Mi, 20.08.2025, 18:00 - 19:00 Uhr
15 Termine, 20 UE, mittwochs
André Krippendorf, 80,00 €
N252301600

Haldensleben, KVHS

Mi, 20.08.2025, 19:15 - 20:15 Uhr
15 Termine, 20 UE, mittwochs
André Krippendorf, 80,00 €
N252301602

Haldensleben, KVHS

Do, 21.08.2025, 18:00 - 19:00 Uhr
15 Termine, 20 UE, donnerstags
André Krippendorf, 80,00 €
N252301604

Oschersleben, KVHS

Do, 28.08.2025, 18:10 - 19:10 Uhr
12 Termine, 16 UE, donnerstags
Gudrun Zahn, 68,00 €
S252301602

Oschersleben, KVHS

Mo, 01.09.2025, 18:45 - 19:45 Uhr
12 Termine, 16 UE, montags
Gudrun Zahn, 68,00 €
S252301600

Oschersleben, KVHS

Di, 02.09.2025, 17:45 - 18:45 Uhr
12 Termine, 16 UE, dienstags
Gudrun Zahn, 68,00 €
S252301601



Bitte beachten Sie:

Wenn Sie nach Ihrer Anmeldung keine Nachricht von uns erhalten, erwarten wir Sie zu Kursbeginn. Wir benachrichtigen Sie nur bei Kursausfall oder Terminänderungen.

Bewegung und Fitness

Pilates

Pilates ist ein intensives, ganzheitliches Trainingsprogramm, benannt nach seinem Begründer Joseph Pilates, das gleichermaßen aus Dehnungs- und Kräftigungsübungen besteht. Diese Kombination stärkt und formt die Muskeln und verhilft zu einer besseren Körperhaltung, einem strafferen Körper und mehr Beweglichkeit. Während des Trainings werden Bewegungsfluss und Atmung ganz bewusst verbunden. Bitte bringen Sie eine eigene Matte, bequeme Sportkleidung, warme Socken sowie eine Decke mit.

Haldensleben, KVHS

Fr, 15.08.2025, 16:30 - 17:30 Uhr
12 Termine, 16 UE, freitags
Janine Draphoen, 64,00 €
N252302000

Oschersleben, KVHS

Do, 28.08.2025, 17:00 - 18:00 Uhr
12 Termine, 16 UE, donnerstags
Gudrun Zahn, 68,00 €
S252302003

Oschersleben, KVHS

Mo, 01.09.2025, 17:30 - 18:30 Uhr
12 Termine, 16 UE, montags
Gudrun Zahn, 68,00 €
S252302001

Oschersleben, KVHS

Di, 02.09.2025, 16:30 - 17:30 Uhr
12 Termine, 16 UE, dienstags
Gudrun Zahn, 68,00 €
S252302002

Herz aktiv – Ausdauertraining für Herz und Kreislauf

Mit kurzen Ausdauertrainingsphasen zur Kräftigung von Herz und Kreislauf lernen Sie Ihre eigenen Leistungsgrenzen kennen und können sie erweitern. Ergänzend zum Ausdauerprogramm erleben Sie wohltuende und herausfordernde Bewegungen mit verschiedenen Kleingeräten. Mit vielfältiger Körperwahrnehmung und Entspannung, Dehnungsübungen der zur Verkürzung neigenden Muskulatur und Lockerung verspannter Muskulatur lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung Ihrer Fitness, Beweglichkeit und Entspannungsfähigkeit kennen. Sie werden vieles finden, was Freude macht, interessant und spannend ist, wohltut, Ihre Gesundheit stärkt und Ihre Ressourcen für den (Berufs-/Familien-) Alltag erweitert.

Haldensleben, KVHS

Mi, 24.09.2025, 11:00 - 12:00 Uhr
10 Termine, 13,3 UE, mittwochs
Ulrich Schütte, 56,65 €
N252302100
Der Kurs ist als Präventionskurs anerkannt.

Rückenfit – Rückenkräftigung

Mit wohltuenden und kräftigenden Bewegungsübungen, vielfältiger Körperwahrnehmung und Entspannung lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Stärkung des Rückens, zur Verbesserung der Beweglichkeit und Kraft, der Dehn-, Koordinations-, Lockerungs- und Entspannungsfähigkeit kennen. Gelenk- und rücken schonende Körperhaltungen, rückengerechte Bewegungsabläufe für Alltag und Beruf beugen Bewegungsmangel und einseitiger Belastung des (Berufs-)Alltags vor. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives

Körpergefühl. Damit wird Ihre Gesundheit gestärkt und Ihre Ressourcen für den Alltag werden erweitert.

Haldensleben, KVHS

Do, 25.09.2025, 19:30 - 20:30 Uhr

10 Termine, 13,3 UE, donnerstags

Ulrich Schütte, 56,65 €

N252302110

Der Kurs ist als Präventionskurs anerkannt.

Oschersleben, KVHS

Mo, 25.08.2025, 09:00 - 10:00 Uhr

12 Termine, 16 UE, montags

Marita Gieschen, 68,00 €

S252302104

Der Kurs ist als Präventionskurs anerkannt.

Oschersleben, KVHS

Mi, 27.08.2025, 09:00 - 10:00 Uhr

12 Termine, 16 UE, mittwochs

Marita Gieschen, 68,00 €

S252302105

Der Kurs ist als Präventionskurs anerkannt.

Wolmirstedt, KVHS

Do, 09.10.2025, 10:30 - 11:30 Uhr

8 Termine, 10,7 UE, donnerstags

Reinhard Vogler, 45,35 €

N252302102

Der Kurs ist als Präventionskurs anerkannt.

Wolmirstedt, KVHS

Do, 28.08.2025, 17:30 - 18:30 Uhr

12 Termine, 16 UE, donnerstags

Detlef Planert, 72,00 €

N252302112

Der Kurs ist als Präventionskurs anerkannt.

Wanzleben, Sarresporthalle, Gymnastikraum

Di, 19.08.2025, 18:00 - 19:00 Uhr

12 Termine, 16 UE, dienstags

Monika Berg, 68,00 €

S252302100

Der Kurs ist als Präventionskurs anerkannt.

Wanzleben, Sarresporthalle, Gymnastikraum

Di, 19.08.2025, 19:00 - 20:00 Uhr

12 Termine, 16 UE, dienstags

Monika Berg, 68,00 €

S252302101

Der Kurs ist als Präventionskurs anerkannt.

Fit für den Alltag – Ganzkörperkräftigung

Mit wohltuenden und herausfordernden Übungen werden körperliche Leistungsfähigkeit, Fitness, Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer verbessert. Sie lernen Ihre eigenen Leistungsgrenzen kennen und können sie erweitern. Mit vielfältigen Kräftigungs- und Dehnungsübungen der zur Verkürzung neigenden Muskulatur und Lockerung verspannter Muskulatur, Körperwahrnehmung und Entspannung lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten kennen, Bewegungsmangel, Rückenbeschwerden, Muskelverspannungen sowie Muskelschwäche vorzubeugen. Sie werden vieles finden, was Freude macht, interessant und spannend ist, wohltut, Ihre Gesundheit stärkt und Ihre Ressourcen für den (Arbeits-/Familien-)Alltag erweitert.

Wolmirstedt, KVHS

Mi, 08.10.2025, 18:45 - 19:45 Uhr

8 Termine, 10,7 UE, mittwochs

Reinhard Vogler, 45,35 €

N252302122

Der Kurs ist als Präventionskurs anerkannt.

Wolmirstedt, KVHS

Do, 28.08.2025, 18:45 - 19:45 Uhr

12 Termine, 16 UE, donnerstags

Detlef Planert, 72,00 €

N252302124

Der Kurs ist als Präventionskurs anerkannt.

Wolmirstedt, KVHS

Fr, 10.10.2025, 17:00 - 18:00 Uhr

8 Termine, 10,7 UE, freitags

Reinhard Vogler, 45,35 €

N252302125

Der Kurs ist als Präventionskurs anerkannt.

Wanzleben, Sarresporthalle, Gymnastikraum

Do, 04.09.2025, 19:30 - 20:30 Uhr

12 Termine, 16 UE, donnerstags

Cornelia Ulrich, 64,00 €

S252302120

Gesundheitstraining Body fit

Dieses Ganzkörpertraining nach Musik dient der Verbesserung der eigenen Kondition und der Stärkung des gesamten Muskel- und Bewegungsapparates. Besonders die Muskelgruppen in den Bereichen Bauch, Beine, Po und Arme werden gezielt gestärkt. Ziele sind die Steigerung der eigenen Vitalität und die Straffung des Körpers. Abschließende Dehnungs- und Entspannungsübungen runden dieses Training ab.

Haldensleben, KVHS

Mo, 01.09.2025, 18:30 - 19:30 Uhr

12 Termine, 16 UE, montags

Tanja Motscha, 64,00 €

N252302130

Haldensleben, KVHS

Mo, 18.08.2025, 19:00 - 20:00 Uhr

12 Termine, 16 UE, montags

Katja Koglin, 64,00 €

N252302132

Bregenstedt, Sporthalle, Gartenstr. 5

Do, 28.08.2025, 10:30 - 11:30 Uhr

12 Termine, 16 UE, donnerstags

Tanja Motscha, 68,00 €

N252302137

Groß SanTERSleben, Kultursaal, Hauptstr. 33

Do, 04.09.2025, 18:00 - 19:00 Uhr

12 Termine, 16 UE, donnerstags

Karen Breitkopf, 64,00 €

N252302139

Groß SanTERSleben, Kultursaal, Hauptstr. 33

Do, 04.09.2025, 19:15 - 20:15 Uhr

12 Termine, 16 UE, donnerstags

Karen Breitkopf, 64,00 €

N252302140

Online: Aktive Mittagspause leichter Rücken

Die „Aktive Mittagspause leichter Rücken“ ist ein 15-min-Programm, das besonders für Menschen geeignet ist, die viel sitzen oder stehen, da dies oft zu Rückenschmerzen führen kann. Im Rahmen des Kurses lernen die Teilnehmer spezifische Übungen und Bewegungen, um die Wirbelsäule und den Rücken zu entlasten und zu stabilisieren. Dabei werden Techniken zur Verbesserung der Körperhaltung vermittelt. Die Teilnehmer lernen, wie sie ihre Muskeln durch Stretching und Entspannung lockern können, um Verspannungen und Schmerzen zu vermeiden. Die Übungen werden im Stehen und teilweise im Sitzen durchgeführt. Dieser Kurs hat eine Durch-

führungsgarantie, unabhängig von der Teilnehmerzahl. Sie bekommen vor Kursbeginn durch die Kreisvolkshochschule einen Zoom-Link zugesandt, der Ihnen den Zutritt zu dem Kurs ermöglicht.

Online-Kurs

Mo, 22.09.2025, 12:00 - 12:15 Uhr
10 Termine, 3,3 UE, montags
Natalja Seel, 20,00 €
N252302142

Online: Rückenfit

Rückenfit ist eine Einheit zur Verbesserung der Rückengesundheit. Die meisten Übungen dienen der Vorbeugung oder Linderung von Rückenbeschwerden. Dieser Kurs kombiniert Übungen zur Kräftigung der Rückenmuskulatur mit Dehnung und Entspannungsübungen, um Verspannungen und Schmerzen zu lindern. Im Kurs werden verschiedene Massagetechniken mit Faszienrolle und Tennis-/ Faszienball gezeigt. Darüber hinaus werden Übungen für die Bauchmuskeln eingebaut, um ein ausgewogenes Verhältnis zwischen den verschiedenen Muskelgruppen im Körper zu erreichen. Der Kurs richtet sich an Personen jedes Alters und Fitnesslevels. Dieser Kurs hat eine Durchführungsgarantie, unabhängig von der Teilnehmerzahl. Sie bekommen vor Kursbeginn durch die Kreisvolkshochschule einen Zoom-Link zugesandt, der Ihnen den Zutritt zu dem Kurs ermöglicht.

Online-Kurs

Di, 23.09.2025, 19:00 - 19:45 Uhr
10 Termine, 10 UE, dienstags
Natalja Seel, 60,00 €
N252302143

Fatburner

Wer bei motivierender Musik so richtig ins Schwitzen geraten möchte, ist in diesem Kurs genau richtig. Dieser Kurs bietet ein intensives Herz-, Kreislauf- und Fettverbrennungstraining mit effektiven Straffungsübungen. Ein gezieltes Muskeltraining mittels eines funktionellen Workouts rundet die Stunde ab. Bitte mitbringen: Handtuch.

Haldensleben, KVHS

Fr, 12.09.2025, 15:00 - 16:00 Uhr
9 Termine, 12 UE, freitags
Nina Mally, 48,00 €
N252302150

Step-Aerobic

Steppen Sie sich fit! In diesem Kurs erlernen Sie grundlegende Schrittkombinationen und die ersten Choreographien. Alle Übungen erfolgen nach Musik und sind ideal zur Fettverbrennung und Konditionsverbesserung.

Haldensleben, KVHS

Do, 14.08.2025, 16:45 - 17:45 Uhr
15 Termine, 20 UE, donnerstags
Ulrike Höfer, 80,00 €
N252302151

Wanzleben, Sarresporthalle, Gymnastikraum

Do, 04.09.2025, 18:30 - 19:30 Uhr
12 Termine, 16 UE, donnerstags
Cornelia Ulrich, 64,00 €
S252302152

BBP – Bauch-Beine-Po

In diesem Kurs werden die Haupt- und Problemzonen Bauch, Beine, Po gezielt in Form gebracht und die Kraftausdauer wird gefördert. Dabei werden zu motivierender Musik leicht nachvollziehbare Übungen durchgeführt, die für Einsteiger/innen und Geübte gleichermaßen geeignet sind. Ein Stretching und ein Entspannungsteil runden die Stunde ab.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Turnschuhe, Handtuch.

Oschersleben, KVHS

Do, 28.08.2025, 09:00 - 10:00 Uhr

15 Termine, 20 UE, donnerstags

Birgit Straubing, 80,00 €

S252302160

Ganzheitliches Körper- und Rückentraining

Dieser Kurs beinhaltet neben wohltuenden und kräftigenden Bewegungsübungen zur Stärkung des Rückens auch ein vielfältiges Training für den gesamten Muskel- und Bewegungsapparat. Mit abwechslungsreichen Kräftigungs-, Dehnungs-, Koordinations- und Lockerungsübungen lernen Sie Bewegungsmangel, Rückenbeschwerden und Muskelverspannungen vorzubeugen. Damit wird Ihre Gesundheit gestärkt und die Ressourcen für den Alltag werden erweitert. Falls Sie akut unter Rückenschmerzen leiden, ist eine Rücksprache mit Ihrem Arzt sinnvoll.

Haldensleben, Johann-Heinrich-Pestalozzi-Schule, Sporthalle, Maschenpromenade 4

Mo, 11.08.2025, 17:30 - 18:30 Uhr

12 Termine, 16 UE, montags

Janine Draphoen, 64,00 €

N252302162

Haldensleben, Sporthalle Dammühlenweg, Dammühlenweg 21

Do, 14.08.2025, 17:30 - 18:30 Uhr

12 Termine, 16 UE, donnerstags

Janine Draphoen, 68,00 €

N252302164

Oschersleben, KVHS

Di, 26.08.2025, 09:00 - 10:00 Uhr

15 Termine, 20 UE, dienstags

Birgit Straubing, 80,00 €

S252302162

Oschersleben, KVHS

Di, 26.08.2025, 17:45 - 18:45 Uhr

15 Termine, 20 UE, dienstags

Birgit Straubing, 80,00 €

S252302163

Ummendorf, Börde-Museum, Meyendorffstr. 4

Mi, 03.09.2025, 16:30 - 17:15 Uhr

9 Termine, 9 UE, Mittwoch

Nadine Panteleon, 36,00 €

S252302303



Anmelden

sollten Sie sich rechtzeitig, am besten bis eine Woche vor Kursbeginn: schriftlich, per E-Mail unter kvhs@landkreis-boerde.de oder ganz einfach online auf kvhs.landkreis-boerde.de. So vermeiden Sie, dass der Kurs schon besetzt ist oder wegen zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt werden muss.

Faszientraining - NEU

Verklebte Faszien beeinträchtigen nicht nur unser Wohlbefinden, sondern auch unsere Beweglichkeit. Im Kurs wird der Umgang mit den verschiedenen Faszienrollen und Bällen erprobt sowie umgesetzt. Durch diese Massagen werden bei regelmäßiger Anwendung die Verklebungen gelöst und die Durchblutung gefördert.

Achtung, nicht machen bei: Einnahme von Blutverdünnern, Osteoporose, Fibromyalgie, Thrombosen, Tumorerkrankungen, Krampfadern, Wirbelgleiten oder operativ fixierten Wirbelkörpern.

Ummendorf, Börde-Museum, Meyendorffstr. 4, Raum 1

Mi, 03.09.2025, 17:30 - 18:15 Uhr
9 Termine, 9 UE, Mittwoch
Nadine Panteleon, 36,00 €
S252302304

Zumba®

Zumba® ist die Fitnesssportart aus den USA. Es wird getanzt und gleichzeitig trainiert. Die Tanzschritte sind leicht zu erlernen und jeder kann sofort mitmachen. Zumba ist Aerobic gepaart mit Latino-Musik wie Salsa, Samba, Merengue, Cuba, Calypso, Reggaeton und Hip-hop. Die Kursleiter sind zugelassene Zumba-Trainer.

Haldensleben, Johann-Heinrich-Pestalozzi-Schule, Sporthalle, Maschenpromenade 4

Mi, 13.08.2025, 18:00 - 19:00 Uhr
12 Termine, 16 UE, mittwochs
Sara König, 64,00 €
N252302200

Wolmirstedt, Gymnasium, Sporthalle, Schwimmbadstraße 1

Mo, 25.08.2025, 18:30 - 19:30 Uhr
12 Termine, 16 UE, montags
Jana Borchardt, 64,00 €
N252302202

Flechtingen, Haus der Jugend und Vereine, Sportplatzweg 1

Do, 14.08.2025, 18:00 - 19:00 Uhr
12 Termine, 16 UE, donnerstags
Sara König, 68,00 €
N252302206

Flechtingen, Haus der Jugend und Vereine, Sportplatzweg 1

Do, 14.08.2025, 19:15 - 20:15 Uhr
12 Termine, 16 UE, donnerstags
Sara König, 68,00 €
N252302208

Zumba Gold®

Zumba Gold® ist perfekt für aktive ältere Erwachsene, die nach einem passenden Zumba®-Kurs suchen, der die beliebten Original-Bewegungen mit geringerer Intensität anbietet. Der Kurs enthält einfache Zumba®-Choreographien, die sich vorrangig auf die Verbesserung von Gleichgewicht, Bewegungsumfang und Koordination konzentrieren. Die Kursleiterin ist zugelassene Zumba Gold®-Trainerin.

Haldensleben, Sporthalle Dammühlenweg, Dammühlenweg 21

Di, 12.08.2025, 17:30 - 18:30 Uhr
15 Termine, 20 UE, dienstags
Monia Georgius, 85,00 €
N252302240

Aqua-Power

Aqua-Power ist eine Form der Aqua-Fitness. Es ist ein ganzheitliches Training im Wasser, das alle konditionellen und koordinativen Fähigkeiten anspricht. Aqua-Power nutzt den natürlichen Wasserwiderstand und den Auftrieb; kombiniert mit Trainingsgeräten und Musik ist diese Form der Aqua-Fitness sehr effektiv, zeiteffizient und gelenkschonend.

Das intensive Training ist für Personen jedes Alters und jeder Fitness-Stufe geeignet. Es werden neben Kondition und Koordination auch Beweglichkeit und Muskelkraft trainiert.

Das Training findet im Nichtschwimmerbecken statt. Bitte mitbringen: 10 € Pfand für das Armband, welches für Einlass und Spind gilt.

Oschersleben, BEWOS Badezentrum

Di, 09.09.2025, 18:30 - 19:30 Uhr

12 Termine, 16 UE, dienstags

Wolfgang Werner, 88,00 €

S252302301

Aqua-Jogging

Aqua-Jogging im tiefen Wasser trainiert Ausdauer, Kraft und Koordination und ist trotz der Bewegungsintensität ein schonendes Training für den ganzen Körper. Der natürliche Auftrieb und die entspannende Wirkung des Wassers werden genutzt, um Sehnen, Bänder, die Wirbelsäule und die Gelenke zu entlasten. Beim Training wird der Stoffwechsel angeregt, die Beweglichkeit verbessert, die Atemmuskulatur und das Herz-Kreislauf-System werden gestärkt.

Materialien wie Aquajogginggürtel, Auftriebsschuhe, Wassernudeln und Wasserhanteln sind vorhanden und werden in dieses abwechslungsreiche Ganzkörpertraining eingebaut.

Bitte mitbringen: 10 € Pfand für das Armband, welches für Einlass und Spind gilt.

Teilnahmevoraussetzung: Schwimmer

Oschersleben, BEWOS Badezentrum

Di, 09.09.2025, 19:30 - 20:30 Uhr

12 Termine, 16 UE, dienstags

Wolfgang Werner, 88,00 €

S252302302

Kräftigende Aqua-Fit-Gymnastik

Aqua-Gymnastik trainiert Ausdauer, Kraft und Koordination und ist ein schonendes Training für den ganzen Körper. Materialien wie Aquajogginggürtel, Auftriebsschuhe, Wassernudeln und Wasserhanteln sind vorhanden und werden in dieses abwechslungsreiche Ganzkörpertraining eingebaut. Das Training findet im Tiefwasserbecken statt. Teilnahmevoraussetzung: Schwimmer.

Haldensleben, Rolli-Bad, Waldring 117

Mo, 01.09.2025, 15:00 - 16:00 Uhr

12 Termine, 16 UE, montags

Reimund Woschny, 184,00 €

N252302300

Haldensleben, Rolli-Bad, Waldring 117

Mi, 20.08.2025, 18:00 - 19:00 Uhr

12 Termine, 16 UE, mittwochs

Doreen Werner-Hahn, 184,00 €

N252302302

Haldensleben, Rolli-Bad, Waldring 117

Do, 02.10.2025, 18:00 - 19:00 Uhr

8 Termine, 10,7 UE, donnerstags

Reinhard Vogler, 122,70 €

N252302304

Der Kurs ist als Präventionskurs anerkannt.

Haldensleben, Rolli-Bad, Waldring 117

Do, 02.10.2025, 19:00 - 20:00 Uhr

8 Termine, 10,7 UE, donnerstags

Reinhard Vogler, 122,70 €

N252302305

Der Kurs ist als Präventionskurs anerkannt.

Haldensleben, Rolli-Bad, Waldring 117

Do, 02.10.2025, 20:00 - 21:00 Uhr

8 Termine, 10,7 UE, donnerstags

Reinhard Vogler, 122,70 €

N252302306

Der Kurs ist als Präventionskurs anerkannt.

Haldensleben, Rolli-Bad, Waldring 117

Fr, 05.09.2025, 18:30 - 19:30 Uhr

10 Termine, 13,3 UE, freitags

Reimund Woschny, 168,70 €

N252302307

Faszination Pferd - Reiten für Erwachsene

Erfüllen Sie sich einen langgehegten Wunsch! Lassen Sie sich von unserer erfahrenen Reitlehrerin behutsam in den Umgang mit dem Partner Pferd, den Reitsport und seine Regeln einführen. Sie lernen, wie die Pferde geputzt, gesattelt, geführt und geritten werden. Körperliche Fähigkeiten wie Koordination, Gleichgewicht, Beweglichkeit und Motorik werden dabei geschult. Bitte mitbringen: festes Schuhwerk, Helm (gern auch Fahrradhelm), Getränk.

Haldensleben, Reiterhof König, Bülstringer Straße 106 a

So, 19.10.2025, 10:00 - 13:00 Uhr

1 Termin, 4 UE, Sonntag

Elvira König, 17,00 €

N252302904

Essen und Trinken/Ernährung

Basenfastenwochenende

Das Basenfasten ist eine milde Fastenform, bei der man sich nur von rein basischen Lebensmitteln (Gemüse, Obst, Pilze, diverse Nüsse und Öle) ernährt. Und obwohl man sich dabei satt essen darf, kommt es zu einem gründlichen Reinigungs- und Entschlackungseffekt. Das Basenfasten wirkt der Übersäuerung des Körpers durch unsere ungesunde Ernährung mit zu viel Zucker, Fleisch und Getreide entgegen. Der basischen Ernährung werden viele Erfolge bei diversen Leiden von Arthrose bis Diabetes zugeschrieben. Durch den völligen Verzicht auf säurebildende und belastende Lebensmittel können die eingelagerte Stoffwechselschlacken gelöst und ausgeschieden werden. Neben dem Kochen und Essen bewegen wir uns zu Yoga, Qigong und Spaziergängen in der Natur und entspannen uns. Für die Lebensmittel ist ein Betrag zwischen 25 und 35 Euro pro Teilnehmer beim Termin zu entrichten (2 Tage Frühstück, Mittag- und Abendessen und Tees).

Wulferstedt, Praxis Natürlich gesund, Poststr. 166

Sa, 15.11.2025, 08:00 - 18:00 Uhr

2 Termine, 24 UE, Samstag und Sonntag

Sabine Schenke, 96,00 €

S252305004

Kochkurse

In den Kochkursen lernen Sie, alle Lebensmittel gesund und schonend zuzubereiten, erfahren in den internationalen Kochkursen etwas über die Länder, Sprachen und Kulturen und erwerben Wissen zur Lebensmittelkunde und sachgerechten Lagerung.

Die Kochkurse in Haldensleben finden in der Lehrküche der Berufsschule statt. Bitte beachten Sie, dass die Küche in der Berufsschule nur über die Seiteneingänge zu erreichen ist (Straße: Am Kloster oder Waldstraße). Aus hygienischen Gründen bitten wir Sie zum Kurs ein Paar Wechselschuhe mitzubringen. Bitte bringen Sie auch zu allen Kochkursen kleine Transportbehälter für nicht verzehrte Speisen mit. Die Lebensmittelumlage ist im Kurspreis nicht enthalten und wird bar vor Ort an den Kochdozenten entrichtet.

Glutenfreier Weihnachts-Backkurs

Sie haben noch nie selbst glutenfreie Plätzen gebacken? Dies geht bei Ihnen immer schief? Nicht in diesem Kurs! Hier backen Sie in entspannter Gesellschaft Ihre eigenen Vorräte für den Advent. Mit vielen Tipps und Tricks gelingen Ihnen unter anderem mehr als 10 verschiedene Plätzchen-sorten, Stollen und Lebkuchen. Bitte bringen Sie Dosen oder andere Transportbehälter mit. Alle Backwaren werden glutenfrei, haferfrei, laktosefrei und fruktosearm zubereitet. Die Dozentin leitet die Selbsthilfegruppe Zöliakie für Magdeburg und das Umland. Die anteiligen Kosten für die Lebensmittel (max. 15,00 €) werden vor Ort erhoben und persönlich beim Dozenten abgerechnet.

Haldensleben, Berufsbildende Schulen, Neuhaldensleber Str. 46 f

Mi, 26.11.2025, 16:30 - 21:00 Uhr
1 Termin, 6 UE, Mittwoch
Doreen Hochbaum, 21,00 €
N252305000
.....

Kulinarischer Herbst

An diesem Abend werden regionale und saisonale Herbstgerichte zubereitet. Der Dozent ist ausgebildeter Koch. Die anteiligen Kosten für die Lebensmittel (max. 15,00 €) werden vor Ort erhoben und persönlich beim Dozenten abgerechnet.

Haldensleben, Berufsbildende Schulen, Neuhaldensleber Str. 46 f

Mi, 17.09.2025, 17:00 - 20:00 Uhr
1 Termin, 4 UE, Mittwoch
Nihal Alexander Dalpadado Costapatabendige,
14,00 €
N252305101
.....

Drei-Länder-Küche

An diesem Abend werden Gerichte der indischen, griechischen sowie der Küche Sri Lankas zubereitet. Der Dozent ist ausgebildeter Koch. Die anteiligen Kosten für die Lebensmittel (max. 15,00 €) werden vor Ort erhoben und persönlich beim Dozenten abgerechnet.

Haldensleben, Berufsbildende Schulen, Neuhaldensleber Str. 46 f

Mi, 29.10.2025, 17:00 - 20:00 Uhr
1 Termin, 4 UE, Mittwoch
Nihal Alexander Dalpadado Costapatabendige,
14,00 €
N252305102
.....

Weihnachtsmenü

Dieser Kochabend steht ganz unter dem weihnachtlichen Motto. Kochen Sie gemeinsam mit dem Dozenten ein Weihnachtsmenü, das einen kulinarischen Vorgeschmack gibt auf die kommende Adventszeit und das Weihnachtsfest. Der Dozent ist ausgebildeter Koch. Die anteiligen

Kosten für die Lebensmittel (max. 15,00 €) werden vor Ort erhoben und persönlich beim Dozenten abgerechnet.

**Haldensleben, Berufsbildende Schulen,
Neuhaldensleber Str. 46 f**

Mi, 19.11.2025, 17:00 - 20:00 Uhr

1 Termin, 4 UE, Mittwoch

Nihal Alexander Dalpadado Costapatabendige,
14,00 €

N252305103

Ayurvedisch-indische Küche

Erleben Sie eine Geruchs- und Geschmackswelt der ganz besonderen Art. Sie stellen gemeinsam mit der ayurvedischen Gesundheitsberaterin ein 3-Gänge-Menü mit fernöstlichen Gewürzen her. Gleichzeitig erhalten Sie einen Einblick in die älteste indische Lehre und erfahren, was Ihren Körper gesund und fit hält und wie Sie Krankheiten vorbeugen können. Die anteiligen Kosten für die Lebensmittel (ca. 25,00 €) werden vor Ort erhoben und persönlich beim Dozenten abgerechnet.

**Haldensleben, Berufsbildende Schulen,
Neuhaldensleber Str. 46 f**

Mi, 08.10.2025, 17:00 - 21:30 Uhr

1 Termin, 6 UE, Mittwoch

Kerstin Weinrich, 27,00 €

N252305104

Indische Küche

Entdecken Sie die Welt der indischen Gewürze! An diesem Abend bereiten Sie mit anderen Gleichgesinnten ein köstliches indisches Dinner aus verschiedenen Gängen sowie einen passenden Erfrischungstrunk. Die Kursleiterin ist Inderin und bringt viele interessante Rezepte sowie

Wissenswertes über die indische Kultur mit. Der Kostenbeitrag für Lebensmittel i. H. v. 15,00 € pro Person ist am Veranstaltungsabend in bar zu begleichen.

Dieses Angebot kann bei der KVHS auch als geschlossene Gruppenveranstaltung gebucht werden. Mitzubringen: Getränke nach persönlichem Geschmack, für die eventuelle Mitnahme von Überbleibseln bitte entsprechende Gefäße mitbringen; ggf. Schürze.

Oschersleben, KVHS

Fr, 29.08.2025, 17:00 - 20:00 Uhr

1 Termin, 4 UE, Freitag

Jennifer Lindup, 14,00 €

S252305111

Oschersleben, KVHS

Fr, 19.09.2025, 17:00 - 20:00 Uhr

1 Termin, 4 UE, Freitag

Jennifer Lindup, 14,00 €

S252305112

Oschersleben, KVHS

Fr, 10.10.2025, 17:00 - 20:00 Uhr

1 Termin, 4 UE, Freitag

Jennifer Lindup, 14,00 €

S252305113

Oschersleben, KVHS

Fr, 21.11.2025, 17:00 - 20:00 Uhr

1 Termin, 4 UE, Freitag

Jennifer Lindup, 14,00 €

S252305114

Oschersleben, KVHS

Fr, 12.12.2025, 17:00 - 20:00 Uhr

1 Termin, 4 UE, Freitag

Jennifer Lindup, 14,00 €

S252305115

Gesundheit und Psyche

Online-Vortrag: Gelassen und souverän im stressigen Alltag

Stress ist laut WHO „die größte Gesundheitsgefahr des 21. Jahrhunderts“. Wir alle kennen den alltäglichen Zeitdruck und unseren inneren Kritiker, welcher uns oft zusätzlich selbst unter Druck setzt. Unser Körper zeigt uns mit Verspannungen, Herz-Kreislauf-Beschwerden, Verdauungs- und Schlafstörungen ziemlich deutlich unseren Stress. Doch es gibt viel, was wir tun können, um uns davon nachhaltig zu befreien. Wir können lernen unser Stresslevel zu senken, souverän mit Stress umzugehen und ihn effektiv abzubauen. Dieser Vortrag zeigt Ihnen, dass nachhaltiges Stressmanagement weit über Entspannung hinausgeht und wie wir Stresskompetenz gezielt aufbauen können. Der Vortrag hat eine Durchführungsgarantie, unabhängig von der Teilnehmerzahl. Sie bekommen vor Kursbeginn durch die Kreisvolkshochschule einen Zoom-Link zugesandt, der Ihnen den Zutritt zu dem Kurs ermöglicht.

Online-Kurs

Mo, 15.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr

1 Termin, 2 UE, Montag

Steve Windisch, 9,00 €

N252306000

Online-Vortrag: Mental stark dank Resilienz – auch in schwierigen Situationen

In herausfordernden Situationen brauchen wir vor allem psychische Widerstandskraft. Sie hilft uns gelassen und souverän zu sein, mutig und entschlossen für unsere Bedürfnisse einzustehen und dabei mental stark und zuversichtlich zu bleiben. Wie schaffen es manche Menschen, sich einfach nicht unterkriegen zu lassen und Herausforderungen souverän zu meistern? Die Forschung hat beeindruckende Erkenntnisse, welche Faktoren unsere Resilienz direkt beeinflussen. Dieser Vortrag zeigt Ihnen diese Schutzfaktoren auf und wie es uns allen möglich ist, diese zu erlernen, zu stärken und zu trainieren. Der Vortrag hat eine Durchführungsgarantie, unabhängig von der Teilnehmerzahl. Sie bekommen vor Kursbeginn durch die Kreisvolkshochschule einen Zoom-Link zugesandt, der Ihnen den Zutritt zu dem Kurs ermöglicht.

Online-Kurs

Di, 23.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr

1 Termin, 2 UE, Dienstag

Steve Windisch, 9,00 €

N252306001



Sie haben Interesse als Dozent / Dozentin an der Kreisvolkshochschule Börde tätig zu werden? Dann melden Sie sich bei uns!

Online-Vortrag: Innere Balance trotz vollem Alltag – die 3 Säulen der Selbstfürsorge

In unserem hektischen Alltag bleibt oft wenig Zeit für uns selbst. Genau hier kommt die Selbstfürsorge ins Spiel. Sie ist der Schlüssel zu einem erfüllten Leben und hilft uns, für unser Wohlbefinden selbst zu sorgen. Doch wie können wir uns selbst zur Priorität machen, anstatt es allen recht zu machen und uns immer hintenanzustellen? In diesem Vortrag entdecken wir die drei Säulen der Selbstfürsorge und lernen, wie wir auch in einem vollen Alltag und ohne schlechtes Gewissen für uns selbst eintreten – um ausreichend für unsere innere Balance sorgen zu können. Der Vortrag hat eine Durchführungsgarantie, unabhängig von der Teilnehmerzahl. Sie bekommen vor Kursbeginn durch die Kreisvolkshochschule einen Zoom-Link zugesandt, der Ihnen den Zutritt zu dem Kurs ermöglicht.

Online-Kurs

Mo, 29.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
1 Termin, 2 UE, Montag
Steve Windisch, 9,00 €
N252306002

Online-Vortrag: Glück beginnt im Kopf

Wir alle wünschen uns, glücklich zu sein. Die Glücksforschung zeigt, dass unsere Gedankenwelt unser Glücksempfinden maßgeblich beeinflusst. Glücklich zu sein, ist keine Glückssache - sondern das Ergebnis einer bewussten inneren Haltung und tagtäglicher Entscheidungen. Dieser Vortrag lädt ein, diese Formel zu entschlüsseln und die Macht der inneren Einstellung zu nutzen, um sich ein erfülltes Leben zu gestalten - ohne ständig äußerem Glück nachzujagen. Der Vortrag hat eine Durchführungsgarantie, unabhängig von der Teilnehmerzahl. Sie bekommen vor Kursbeginn durch die Kreisvolkshochschule einen Zoom-Link zugesandt, der Ihnen den Zutritt zu dem Kurs ermöglicht.

Online-Kurs

Mo, 27.10.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
1 Termin, 2 UE, Montag
Steve Windisch, 9,00 €
N252306003

Online-Vortrag: Gesundheit beginnt im Kopf

Unser Denken und unsere Emotionen beeinflussen unsere körperliche Gesundheit weit mehr, als vielen bewusst ist. Stress kann uns schwächen, während eine positive innere Haltung Heilungsprozesse unterstützt. In diesem Vortrag geht es darum, wie unsere Gedanken unseren Körper steuern - und wie wir das gezielt nutzen können, um gesünder und widerstandsfähiger zu werden. Mit inspirierenden Erkenntnissen und praktischen Impulsen wird gezeigt, wie wir nicht nur auf Krankheit reagieren, sondern aktiv unsere Gesundheit fördern. Der Vortrag hat eine Durchführungsgarantie, unabhängig von der Teilnehmerzahl. Sie

bekommen vor Kursbeginn durch die Kreisvolkshochschule einen Zoom-Link zugesandt, der Ihnen den Zutritt zu dem Kurs ermöglicht.

Online-Kurs

Do, 30.10.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
1 Termin, 2 UE, Donnerstag
Steve Windisch, 9,00 €
N252306004

Online-Vortrag: Erfolg beginnt im Kopf

Wir alle wünschen uns, mit dem, was wir tun, erfolgreich zu sein. Unser äußerer Erfolg wird dabei durch unsere innere Haltung entscheidend mitbestimmt. Aber wie können wir mutig und selbstbewusst durchs Leben gehen, ohne unseren Selbstzweifeln das Feld zu überlassen? Dieser Vortrag zeigt, wie so ein „Erfolgs-Mindset“ aussieht und wie wir es gezielt aufbauen können. So gehen wir unsere Herausforderungen selbstsicher, zuversichtlich und motiviert an. So können wir auch ambitionierte Ziele erreichen, weil wir es uns einerseits erlauben, groß zu denken und, andererseits in den entscheidenden Momenten dranzubleiben und nicht aufzugeben. Dieser Vortrag hat eine Durchführungsgarantie, unabhängig von der Teilnehmerzahl. Sie bekommen vor Kursbeginn durch die Kreisvolkshochschule einen Zoom-Link zugesandt, der Ihnen den Zutritt zu dem Kurs ermöglicht.

Online-Kurs

Mo, 03.11.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
1 Termin, 2 UE, Montag
Steve Windisch, 9,00 €
N252306005

Angebote für Kinder

ZUMBA® Kids

Dieser Kurs ist für Mädchen und Jungs im Alter von 7 bis 11 Jahren. Die Kinder erhalten hier die Möglichkeit, sich körperlich zu betätigen und zu ihrer Lieblingsmusik zu tanzen. Der Kurs enthält kinderfreundliche Choreographien, die sich nach Original Zumba®-Choreos richten. Bewegung, Spaß und Gemeinschaft sind hier das Motto! Die Kursleiterin ist ausgebildete ZUMBA® Kids-Trainerin.

Haldensleben, Sporthalle Dammühlenweg, Dammühlenweg 21

Di, 12.08.2025, 16:30 - 17:15 Uhr
12 Termine, 12 UE, dienstags
Monia Georgius, 51,00 €
N252302250

Pony-Spaß

Dieser Nachmittag auf dem Reiterhof führt in die Welt des Pferdesports ein. Eine ausgebildete Reitlehrerin stellt den Kindern vor, was zum Reitsport und auch zur Pferdepflege gehört. Dabei werden die soziale Kompetenz und die sensorische Entwicklung unterstützt. Neben dem Führen, Putzen und Striegeln kommt auch der Spaß nicht zu kurz. Bitte mitbringen: festes Schuhwerk, Helm (gern auch Fahrradhelm), Getränk.

Pony-Spaß für Kindergartenkinder (ab 5 Jahren)

**Haldensleben, Reiterhof König, Bülstringer
Straße 106 a**

So, 14.09.2025, 10:00 - 12:00 Uhr

1 Termin, 2,7 UE, Sonntag

Elvira König, 11,35 €

N252302900

**Haldensleben, Reiterhof König, Bülstringer
Straße 106 a**

So, 12.10.2025, 10:00 - 12:00 Uhr

1 Termin, 2,7 UE, Sonntag

Elvira König, 11,35 €

N252302901

Pony-Spaß für Grundschulkinder

**Haldensleben, Reiterhof König, Bülstringer
Straße 106 a**

So, 21.09.2025, 10:00 - 12:00 Uhr

1 Termin, 2,7 UE, Sonntag

Elvira König, 11,35 €

N252302902

Voltigieren auf dem Pferd für Grundschulkinder

Das Turnen auf dem Pferd ist ein idealer Einstieg für die Kinder in die Welt des Pferdesports. Trainiert werden dabei Kraft, Beweglichkeit und Koordination. Wenn Ihr Kind Pferde liebt und einen großen Bewegungsdrang hat, kann Voltigieren der richtige Sport sein. Der Respekt vor dem Lebewesen Pferd wird dabei ganz natürlich vermittelt. Die Dozentin ist ausgebildete Reitlehrerin. Bitte mitbringen: festes Schuhwerk, Helm (gern auch Fahrradhelm), Getränk.

**Haldensleben, Reiterhof König, Bülstringer
Straße 106 a**

Sa, 20.09.2025, 16:00 - 18:00 Uhr

1 Termin, 2,7 UE, Samstag

Elvira König, 11,35 €

N252302903

**Gestalte das
bunte Angebot.**



Werde
Kursleiter*in
www.vhs-kurse-leiten.de

vhs
Kreisvolkshochschule
Börde

Erlebe Dich neu!

Suchen, finden, buchen.
Mit dem vhs-Kursfinder auf
www.volkshochschule.de

Mehr als
500.000 Kurse.
Jetzt
entdecken!



Arbeit & Beruf // EDV



Uwe Küchenhoff
Programmbereichsleitung



Telefon: 03904 72407263

E-Mail: uwe.kuechenhoff@landkreis-boerde.de

Web: kvhs.landkreis-boerde.de

IT-Grundkompetenzen

PC-Einsteigerkurse

Smartphone- und Tablet-Kurse

Textverarbeitung

VHS-Cloud

Tabellenkalkulation

Bildbearbeitung

Bildungsurlaub/Bildungstage

PC-Seniorenkurse

Xpert Business LernNetz

Online-Kurse

Präsentation

Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung und Bewahrung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Im Zuge des demografischen Wandels und der rasanten technischen Entwicklungen steigt der Bedarf an gut ausgebildeten Menschen stetig.

Gesellschaftliche Teilhabe durch Erwerb, Besitz und Ausbau von digitalen Grundkompetenzen endet aber ebenso wenig mit dem Ausscheiden aus dem Berufsleben wie das lebenslange Lernen überhaupt. Daher richten sich die Kursangebote der Kreisvolkshochschule nicht nur an die berufstätige Bevölkerung, sondern eben auch an ältere Menschen, die genauso vor den digitalen Herausforderungen unserer Zeit stehen.

Die von uns eingesetzten Dozentinnen und Dozenten verfügen über eine langjährige Erfahrung als Kursleitung in diesem Programmbereich. Sie besitzen nicht nur die notwendige Fachkenntnis, sondern auch die entsprechenden methodisch-didaktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten für die Arbeit in der Erwachsenenbildung.

Wenn Sie sich nicht sicher sind, welcher der richtige Kurs für Sie ist oder Sie ein Weiterbildungsangebot vermissen, nehmen Sie Kontakt mit uns auf und nutzen Sie die Möglichkeit, sich beraten zu lassen. Ihr Ansprechpartner für diesen Programmbereich ist:

Uwe Küchenhoff, Tel 03904 72407263, E-Mail: uwe.kuechenhoff@landkreis-boerde.de (für alle Standorte der KVHS im Landkreis Börde).

PC-Einsteiger- und Grundlagenkurse

PC-Einsteigerkurs

Dieser Kurs richtet sich an Interessenten, die bisher nur sehr wenig oder gar nicht mit einem Computer gearbeitet haben und nun grundlegende, systematische und beruflich oder privat verwertbare Kenntnisse und Fertigkeiten im Umgang mit dem Computer und seinen wichtigsten Programmen erwerben möchten.

Inhaltliche Schwerpunkte, die behandelt werden, sind:

- Aufbau/Komponenten eines typischen Computer-Systems
- Benutzeroberfläche des Betriebssystems Windows - grundlegende Bedienung (START-Menü, Desktop, Apps suchen und starten/enden, Arbeiten mit Fenstern)
- Windows-Anmeldung: Benutzerkonten (lokales Konto, Microsoft-Konto)
- Datenträger, Ordner und Dateien mit dem Explorer verwalten (erstellen, kopieren, verschieben, umbenennen und löschen)
- Übersicht über wichtige Anwenderprogramme (Apps) wie beispielsweise Word oder WordPad; Unterschiede zwischen Windows-Apps und Desktop-Apps
- Einblick in die Nutzungsmöglichkeiten des Internets und seiner Dienste wie www und E-Mail

Haldensleben, KVHS

Mo, 22.09.2025, 17:30 - 20:45 Uhr

8 Termine, 32 UE, montags und mittwochs

Joachim Preine, 112,00 €

N252501101

Oschersleben, KVHS

Mo, 29.09.2025, 17:30 - 20:45 Uhr
8 Termine, 32 UE, montags und dienstags
Werner Schmidt, 112,00 €
S252501101

.....

Wolmirstedt, KVHS

Mo, 15.09.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
8 Termine, 32 UE, montags und mittwochs
Jörg Prellberg, 112,00 €
N252501103

.....

PC-Einsteigerkurs kompakt

Haldensleben, KVHS

Mo, 15.12.2025, 17:00 - 21:00 Uhr
5 Termine, 25 UE, Montag bis Freitag
Martina Hinz, 87,50 €
N252501102

.....

Wolmirstedt, KVHS

Mo, 01.12.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
6 Termine, 24 UE, montags und mittwochs
Jörg Prellberg, 84,00 €
N252501104

.....

Windows richtig nutzen

Im Sommer 2015 brachte Microsoft die zehnte Version seines Betriebssystems Windows auf den Markt. Nach zehn Jahren hat die Version 10 nun ihr „Lebensende“ erreicht, denn im Oktober 2025 endet der Support für Windows 10. Computer, die danach weiter mit dem alten Windows arbeiten, sind einem erhöhten Sicherheitsrisiko ausgesetzt, weil es dann keine Sicherheitsupdates für Windows 10 gibt. Das bedeutet, alle Computeranwender sollten bis zum Herbst auf das aktuelle Windows 11 umsteigen, um weiterhin sicher zu arbeiten, vor allem, wenn man viel

im Internet unterwegs ist. Zwischenzeitlich wurde Windows 11 bereits mit zahlreichen weiteren Funktionalitäten ausgestattet. Für die Anwender heißt das, sich immer wieder auf Veränderungen bzw. Neuerungen einzustellen. Dieser Kurs soll dabei helfen, immer auf dem aktuellsten Stand zu bleiben. Schwerpunkte des Kurses sind:

- Windows-Start, der neue Desktop mit dem neuen Start-Menü
- Arbeiten mit Apps (Apps starten, beenden, App-Rechte verwalten, den Microsoft-Store verwenden)
- Desktop individuell anpassen und effektiv nutzen
- Ordner- und Dateiverwaltung mit dem neuen Explorer
- Edge - der neue Internetbrowser
- Termine und Kontakte verwalten
- Neues zu Systempflege, Sicherheit und Datenschutz

Dieser Kurs richtet sich an Interessenten mit Computer-Grundkenntnissen wie etwa aus dem PC-Einsteigerkurs.

Haldensleben, KVHS

Di, 16.09.2025, 09:00 - 12:15 Uhr
3 Termine, 12 UE, dienstags
Joachim Preine, 42,00 €
N252501106

.....

Oschersleben, KVHS

Mo, 15.12.2025, 17:30 - 19:45 Uhr
3 Termine, 9 UE, Montag bis Mittwoch
Werner Schmidt, 31,50 €
S252501107

.....

Wolmirstedt, KVHS

Mi, 17.09.2025, 09:00 - 12:15 Uhr
3 Termine, 12 UE, mittwochs
Joachim Preine, 42,00 €
N252501108

.....

Bildungstag: Windows richtig nutzen

Im Sommer 2015 brachte Microsoft die zehnte Version seines Betriebssystems Windows auf den Markt. Nach zehn Jahren hat die Version 10 nun ihr „Lebensende“ erreicht, denn im Oktober 2025 endet der Support für Windows 10. Computer, die danach weiter mit dem alten Windows arbeiten, sind einem erhöhten Sicherheitsrisiko ausgesetzt, weil es dann keine Sicherheitsupdates für Windows 10 gibt. Das bedeutet, alle Computeranwender sollten bis zum Herbst auf das aktuelle Windows 11 umsteigen, um weiterhin sicher zu arbeiten, vor allem, wenn man viel im Internet unterwegs ist. Zwischenzeitlich wurde Windows 11 bereits mit zahlreichen weiteren Funktionalitäten ausgestattet. Für die Anwender heißt das, sich immer wieder auf Veränderungen bzw. Neuerungen einzustellen. Dieser Kurs soll dabei helfen, immer auf dem aktuellsten Stand zu bleiben. Schwerpunkte des Kurses sind:

- Windows-Start, der neue Desktop mit dem neuen Start-Menü
- Arbeiten mit Apps (Apps starten, beenden, App-Rechte verwalten, den Microsoft-Store verwenden)
- Desktop individuell anpassen und effektiv nutzen
- Ordner- und Dateiverwaltung mit dem neuen Explorer
- Edge - der neue Internetbrowser
- Termine und Kontakte verwalten
- Neues zu Systempflege, Sicherheit und Datenschutz

Dieser Kurs richtet sich an Interessenten mit Computer-Grundkenntnissen wie etwa aus dem PC-Einsteigerkurs.

Haldensleben, KVHS

Di, 11.11.2025, 08:30 - 16:30 Uhr

1 Termin, 10 UE, Dienstag

Joachim Preine, 35,00 €

N252501109

Oschersleben, KVHS

Di, 16.12.2025, 08:30 - 16:30 Uhr

1 Termin, 10 UE, Dienstag

Uwe Küchenhoff, 35,00 €

S252501110

Wolmirstedt, KVHS

Mi, 26.11.2025, 08:30 - 16:30 Uhr

1 Termin, 10 UE, Mittwoch

Joachim Preine, 35,00 €

N252501110

Office-Anwendungen (Word, Excel, Outlook)

Bildungsurlaub: Word, Excel und PowerPoint im täglichen Einsatz

Sie haben bereits erste Erfahrungen im Umgang mit dem PC gesammelt und möchten nun lernen, wie man verschiedene Alltagsaufgaben mit Standard-Anwendungsprogrammen wie Word, Excel oder PowerPoint effektiv erledigen kann. Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Hier lernen Sie in praktischen Übungen, wie Sie

- mit Word Texte schreiben, bearbeiten und gestalten,
- mit Excel Tabellen erstellen und gestalten, Formeln eingeben und damit Berechnungen durchführen,
- mit PowerPoint ansprechende Präsentationen erstellen und gestalten,

- mit den Programmen erstellte Texte, Tabellen oder Präsentationen speichern, wiederfinden und verwalten

Voraussetzung: Windows-Grundkenntnisse (z.B. aus dem PC-Anfängerkurs)

Haldensleben, KVHS

Mo, 01.12.2025, 08:30 - 15:15 Uhr
5 Termine, 40 UE, Montag bis Freitag
N. N., 140,00 €
N252501120

Oschersleben, KVHS

Mo, 06.10.2025, 09:00 - 15:45 Uhr
5 Termine, 40 UE, Montag bis Freitag
Werner Schmidt, 140,00 €
S252501115

Wolmirstedt, KVHS

Mo, 17.11.2025, 08:30 - 15:15 Uhr
5 Termine, 40 UE, Montag bis Freitag
Joachim Preine, 140,00 €
N252501121

Bildungsurlaub: Textverarbeitung mit Word

Zu diesem Bildungsurlaub sind Teilnehmer ohne Word-Kenntnisse ebenso willkommen wie diejenigen, die ihr Grundwissen und ihre Grundfertigkeiten in der Textverarbeitung auffrischen, vertiefen und ausbauen möchten.

Inhalte des Kurses:

- Texte erfassen, bearbeiten, speichern, drucken
- Texte formatieren (Zeichen- und Absatzformate, Seitenlayout)
- Arbeiten mit Tabellen
- wiederkehrende Arbeitsabläufe automatisieren durch AutoTexte, Dokument- und Formatvorlagen
- Briefgestaltung und Serienbriefe

- Bilder und Grafiken in Texte einbinden
- Grundkenntnisse und -fertigkeiten im Umgang mit dem PC werden vorausgesetzt.

Wolmirstedt, KVHS

Mo, 25.08.2025, 08:00 - 15:00 Uhr
5 Termine, 40 UE, Montag bis Freitag
Uwe Küchenhoff, 140,00 €
N252501228

Oschersleben, KVHS

Mo, 25.08.2025, 08:00 - 15:00 Uhr
5 Termine, 40 UE, Montag bis Freitag
Werner Schmidt, 140,00 €
S252501223

Haldensleben, KVHS

Mo, 06.10.2025, 08:00 - 15:00 Uhr
5 Termine, 40 UE, Montag bis Freitag
N. N., 140,00 €
N252501229

Bildungsurlaub: Tabellenkalkulation mit Excel

Zu diesem Bildungsurlaub sind Teilnehmer ohne Excel-Kenntnisse ebenso willkommen wie diejenigen, die ihr Excel-Grundwissen vertiefen und ausbauen möchten. Schwerpunkte:

- Grundbegriffe, Grundaufbau und Prinzip der Tabellenkalkulation
 - Formeln entwickeln und Berechnungen durchführen
 - Zellinhalte eingeben, bearbeiten und Fehlermeldungen analysieren
 - Bezugsarten
 - Einsatz von Funktionen
 - Zellen formatieren (Zahlenformate, Ausrichtungen, Schriften, Rahmen und Schattierungen)
- Grundkenntnisse der EDV werden vorausgesetzt.

Haldensleben, KVHS

Mo, 13.10.2025, 08:30 - 15:15 Uhr
5 Termine, 40 UE, Montag bis Freitag
N. N., 140,00 €
N252501422

Oschersleben, KVHS

Mo, 10.11.2025, 09:00 - 15:45 Uhr
5 Termine, 40 UE, Montag bis Freitag
Werner Schmidt, 140,00 €
S252501420

Wolmirstedt, KVHS

Mo, 01.09.2025, 08:30 - 15:15 Uhr
5 Termine, 40 UE, Montag bis Freitag
Joachim Preine, 140,00 €
N252501421

Word, Excel und PowerPoint im schulischen Einsatz

Viele Schüler sind zwar fit im Umgang mit mobilen Endgeräten wie Tablet und Smartphone, deren Apps oder der Nutzung von sozialen Netzwerken wie Instagram, TikTok, WhatsApp & Co. Wenn es aber um die schulische Nutzung von Office-Programmen wie Word, Excel oder PowerPoint am PC oder Laptop geht, gibt es hier oft noch Defizite. Genau hier setzt das Kursangebot der KVHS an, denn an zahlreichen praktischen Beispielen und Übungen sollen die Kompetenzen auf diesem Gebiet gestärkt und ausgebaut werden. Schwerpunktmäßig geht es um folgende Themen:

- mit Word Texte schreiben, bearbeiten und gestalten,
- mit Excel Tabellen erstellen und gestalten, Formeln eingeben und damit Berechnungen durchführen,

- mit PowerPoint ansprechende Präsentationen erstellen und gestalten,
- mit den Programmen erstellte Texte, Tabellen oder Präsentationen speichern, wiederfinden und verwalten

Haldensleben, KVHS

Mi, 03.09.2025, 14:00 - 16:15 Uhr
11 Termine, 33 UE, mittwochs
N. N., 115,50 €
N252501130

Word effektiv einsetzen

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer ohne oder mit geringen Kenntnissen der Textverarbeitung mit Word. Inhalte des Kurses:

- Texte erfassen, bearbeiten, speichern, drucken
- Texte formatieren (Zeichen- und Absatzformate, Seitenlayout)
- Arbeiten mit Tabellen
- wiederkehrende Arbeitsabläufe automatisieren durch AutoTexte und Vorlagen
- Briefgestaltung und Serienbriefe
- Bilder und Grafiken in Texte einbinden

Grundkenntnisse und -fertigkeiten im Umgang mit dem PC werden vorausgesetzt.

Haldensleben, KVHS

Di, 30.09.2025, 17:30 - 20:45 Uhr
6 Termine, 24 UE, dienstags und donnerstags
Joachim Preine, 84,00 €
N252501201

Oschersleben, KVHS

Mo, 08.09.2025, 17:30 - 20:45 Uhr
6 Termine, 24 UE, montags und dienstags
Werner Schmidt, 84,00 €
S252501201

Wolmirstedt, KVHS

Di, 02.12.2025, 18:00 - 21:00 Uhr

6 Termine, 24 UE, dienstags und donnerstags

Jörg Prellberg, 84,00 €

N252501202

Textverarbeitung Specials – Tipps & Tricks beim Arbeiten mit Word

Dieser Kurs richtet sich an alle Wissbegierigen, die schon über Erfahrungen in der Arbeit mit Word verfügen, aber immer wieder auf der Suche nach Tipps und Tricks sind, wie man in Word noch effektiver und „eleganter“ arbeiten kann. Schwerpunktmäßig sollen im Kurs folgende Bereiche betrachtet werden:

- Grundeinstellungen in Word (Startvorgang, Multifunktionsleisten und andere Bildelemente ein-/ausschalten und anpassen)
- Texte bearbeiten (verschiedene Markierungsmöglichkeiten, Texte kopieren/verschieben mit und ohne Zwischenablage, Suchen und Ersetzen von Text und Sonderzeichen, Einfügen von Datum/Uhrzeit, Symbolen und Sonderzeichen)
- Textformatierungen (schnelle Formatierungen mit Tastenkombinationen, Rahmenlinien, Formatierungen löschen)
- Seitenlayout (Text in Spalten setzen, Wechsel zwischen hoch- und querformatigen Seiten in einem Dokument, Textfelder frei positionieren; Briefumschläge beschriften)
- Tabellen und Tabulatoren (Tabulatoren im Lineal nutzen, Excel-Tabellen in Word)
- weitere Themen: Wasserzeichen in Dokumenten einfügen, QR-Codes erstellen und einfügen, Dokumente schützen, digitale Unterschriften in Dokumenten

Auch wenn Ihnen das eine oder andere in Word schon bekannt sein sollte, werden Sie sicher erstaunt sein, was in Word so alles geht – einfa-

cher und schneller als man es vielleicht bisher gemacht hat.

Haldensleben, KVHS

Mo, 20.10.2025, 09:00 - 12:15 Uhr

5 Termine, 20 UE, montags

N. N., 70,00 €

N252501203

Vorlagen und Serienbriefe mit Word

Vorlagen und Serienbriefe sind eine tolle Sache. So erleichtern und verkürzen Sie mithilfe von Vorlagen nicht nur das Erstellen von Dokumenten erheblich, sondern sorgen auch für Einheitlichkeit. Mit der Serienbrieffunktion von Word sind Sie beispielsweise in der Lage, sehr schnell und effektiv gleichartige Briefe für verschiedene Empfänger zu erstellen und zu drucken. Aber auch Einladungen, Urkunden oder Zeugnisse lassen sich auf diese Weise mühelos anfertigen. Schwerpunkte des Kurstages:

- Vorlagen erstellen, bearbeiten, speichern und verwalten
 - Vorlagen für neue Dokumente verwenden
 - einfache Serienbriefe erstellen (Hauptdokument und Datenquelle erstellen, Seriendruckfelder einfügen, Seriendruck testen)
 - Verwendung von vorhandenen Datenquellen (Excel-Tabellen, Access-Datenbanken)
 - Steuerung eines Seriendrucks durch Regeln
 - Etiketten und Umschläge als Seriendruck
- Grundkenntnisse der Textverarbeitung in Word werden vorausgesetzt.

Haldensleben, KVHS

Do, 18.09.2025, 17:30 - 19:45 Uhr

3 Termine, 9 UE, Termine: 18.9., 23.9. und 25.9.

Martina Hinz, 31,50 €

N252501220

Oschersleben, KVHS

Mi, 24.09.2025, 17:30 - 19:45 Uhr

3 Termine, 9 UE, Termine: 24.9., 25.9. und 1.10.

Uwe Küchenhoff, 31,50 €

S252501220

Wolmirstedt, KVHS

Do, 09.10.2025, 17:30 - 19:45 Uhr

3 Termine, 9 UE, Termine: 9.10., 14.10. und 16.10.

Martina Hinz, 35,00 €

N252501221

Bildungstag: Serienbriefe und Vorlagen mit WORD

Vorlagen und Serienbriefe sind eine tolle Sache. So erleichtern und verkürzen Sie mithilfe von Vorlagen nicht nur das Erstellen von Dokumenten erheblich, sondern sorgen auch für Einheitlichkeit. Mit der Serienbrieffunktion von Word sind Sie beispielsweise in der Lage, sehr schnell und effektiv gleichartige Briefe für verschiedene Empfänger zu erstellen und zu drucken. Aber auch Einladungen, Urkunden oder Zeugnisse lassen sich auf diese Weise mühelos anfertigen. Schwerpunkte des Kurstages:

- Vorlagen erstellen, bearbeiten, speichern und verwalten
 - Vorlagen für neue Dokumente verwenden
 - einfache Serienbriefe erstellen (Hauptdokument und Datenquelle erstellen, Seriendruckfelder einfügen, Seriendruck testen)
 - Verwendung von vorhandenen Datenquellen (Excel-Tabellen, Access-Datenbanken)
 - Steuerung eines Seriendrucks durch Regeln
 - Etiketten und Umschläge als Seriendruck
- Grundkenntnisse der Textverarbeitung in Word werden vorausgesetzt.

Haldensleben, KVHS

Do, 23.10.2025, 08:30 - 16:30 Uhr

1 Termin, 10 UE, Donnerstag

Joachim Preine, 35,00 €

N252501225

Oschersleben, KVHS

Do, 06.11.2025, 08:30 - 16:30 Uhr

1 Termin, 10 UE, Donnerstag

Uwe Küchenhoff, 35,00 €

S252501225

Wolmirstedt, KVHS

Do, 02.10.2025, 08:30 - 16:30 Uhr

1 Termin, 10 UE, Donnerstag

Uwe Küchenhoff, 35,00 €

N252501227

Bildungstag: Arbeiten an großen Dokumenten und wissenschaftlichen Texten mit Word

Der Kurs richtet sich an alle, die Referate, Seminar- und Examensarbeiten, Promotionen etc. mit Word verfassen wollen. Auch für Lehrer, die ihre Stundenvorbereitungen, Übungszettel und Klassenarbeiten mit Word erstellen, dürfte der Kurs von Interesse sein. Unterrichtsinhalte sind:

- Voreinstellungen in WORD
- Dokumentvorlagen einrichten und Formatvorlagen anpassen
- grafische Elemente verwenden (Bilder, Tabellen, Diagramme, Formeln)
- Zitate und Querverweise, Fußnoten
- Verzeichnisse erstellen (Inhaltsverzeichnis, Stichwortverzeichnis, Literaturverzeichnis)

Grundlegende Kenntnisse in Word, insbesondere zur Textformatierung, werden vorausgesetzt.

Haldensleben, KVHS

Do, 02.10.2025, 08:30 - 16:30 Uhr
1 Termin, 10 UE, Donnerstag
Joachim Preine, 35,00 €
N252501230

.....

Oschersleben, KVHS

Mo, 08.09.2025, 08:30 - 16:30 Uhr
1 Termin, 10 UE, Montag
Uwe Küchenhoff, 35,00 €
S252501231

.....

Wolmirstedt, KVHS

Mi, 15.10.2025, 08:30 - 16:30 Uhr
1 Termin, 10 UE, Mittwoch
Uwe Küchenhoff, 35,00 €
N252501231

.....

Excel Grundkurs

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer ohne oder mit nur geringen Kenntnissen der Tabellenkalkulation mit Excel. Inhalte des Kurses:

- grundlegender Aufbau eines Kalkulationsprogramms und Funktionsprinzip der Tabellenkalkulation
- Planen und Anlegen einfacher Kalkulationstabellen in Excel
- Entwickeln und Eingeben von Formeln
- Einsatz einfacher Funktionen in Berechnungen
- Gestalten und Drucken von Tabellen
- grafische Auswertungen in Form von Diagrammen

Grundlegende PC- und Windowskenntnisse werden vorausgesetzt.

Haldensleben, KVHS

Di, 21.10.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
8 Termine, 32 UE, dienstags und donnerstags
Yves Rösener, 112,00 €
N252501401

.....

Oschersleben, KVHS

Mo, 10.11.2025, 17:30 - 20:45 Uhr
8 Termine, 32 UE, montags und dienstags
Werner Schmidt, 112,00 €
S252501401

.....

Wolmirstedt, KVHS

Mo, 13.10.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
8 Termine, 32 UE, montags und mittwochs
Jörg Prellberg, 112,00 €
N252501402

.....

Excel Aufbaukurs

Der Kurs dient der Vertiefung und Erweiterung des bereits erworbenen Wissens und Könnens in der Arbeit mit Excel. Inhalte des Kurses:

- relative und absolute Bezüge, Arbeiten mit Namen
- Funktionen, Bedingungen, Funktionsverschachtelungen
- besondere Formatierungen (bedingte Formatierung, Gültigkeitskriterien)
- Tabellenblätter und Mappen durch Formeln und Funktionen miteinander verknüpfen
- Filterfunktionen in Listen
- professionelle Präsentation von Ergebnissen durch anschauliche Diagramme

Grundkenntnisse der Tabellenkalkulation (wie etwa aus dem Excel-Grundkurs) werden vorausgesetzt.

Haldensleben, KVHS

Mo, 17.11.2025, 17:00 - 21:00 Uhr
5 Termine, 25 UE, Montag bis Freitag
Yves Rösener, 87,50 €
N252501405

Oschersleben, KVHS

Mo, 08.12.2025, 17:00 - 21:00 Uhr
5 Termine, 25 UE, Montag bis Freitag
Werner Schmidt, 87,50 €
S252501405

Wolmirstedt, KVHS

Mo, 10.11.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
6 Termine, 24 UE, montags und mittwochs
Jörg Prellberg, 84,00 €
N252501406

Bildungstag: Filter und Pivot-Tabellen in Excel effektiv nutzen

Filterfunktionen und Pivot-Tabellen erlauben es, auch sehr umfangreiche Excel-Tabellen effektiv nach verschiedenen Kriterien zu filtern, zu gruppieren und auszuwerten. Je nach Problemstellung können damit die Daten sehr schnell aus verschiedenen Blickwinkeln betrachtet und angeordnet werden. Schwerpunkte des Kurses sind:

- Daten filtern mit Auto- und Spezialfiltern
 - Pivot-Tabellen aus Excel-Daten erstellen
 - Pivot-Tabellen auswerten und anpassen
 - Pivot-Charts zur grafischen Darstellung nutzen
- Grundlegende Excel-Kenntnisse (etwa aus Grund- und Aufbaukurs) werden vorausgesetzt.

Haldensleben, KVHS

Di, 21.10.2025, 08:30 - 16:30 Uhr
1 Termin, 10 UE, Dienstag
Joachim Preine, 35,00 €
N252501410

Oschersleben, KVHS

Di, 30.09.2025, 08:30 - 16:30 Uhr
1 Termin, 10 UE, Dienstag
Uwe Küchenhoff, 35,00 €
S252501410

Wolmirstedt, KVHS

Di, 11.11.2025, 08:30 - 16:30 Uhr
1 Termin, 10 UE, Dienstag
Uwe Küchenhoff, 35,00 €
N252501411

Bildungstag: Excel – Formeln und Funktionen richtig einsetzen

Wer in Excel-Tabellen Berechnungen durchführen möchte, kommt um den Einsatz von Formeln und Funktionen nicht herum. Oft reichen aber die vier Grundrechenoperationen nicht aus, wenn insbesondere komplexe Berechnungen erforderlich sind. Dann wird der Einsatz von Funktionen notwendig. An diesem Kurstag lernen Sie, wie Sie Formeln entwickeln und in eine Excel-Tabelle eingeben. In zahlreichen praktischen Beispielen soll hier die Verwendung von einigen wichtigen Funktionen erlernt und geübt werden. Schwerpunkte sind:

- Formeln entwickeln und eingeben
- Fehler in Formeln finden und analysieren
- Formeln mit relativen und absoluten Bezügen
- Funktionsarten und allgemeiner Aufbau einer Funktion
- Beispiele wie SUMME, RUNDEN, ANZAHL, WENN, SUMMEWENN, ZÄHLENWENN, SVERWEIS, WVERWEIS oder Funktionen von Datum und Uhrzeit
- Funktionen mit und ohne Hilfe des Assistenten verwenden

Grundkenntnisse in Excel werden vorausgesetzt.

Haldensleben, KVHS

Di, 09.12.2025, 08:30 - 16:30 Uhr
1 Termin, 10 UE, Dienstag
Joachim Preine, 35,00 €
N252501412

.....

Oschersleben, KVHS

Mi, 05.11.2025, 08:30 - 16:30 Uhr
1 Termin, 10 UE, Mittwoch
Uwe Küchenhoff, 35,00 €
S252501413

.....

Wolmirstedt, KVHS

Di, 07.10.2025, 08:30 - 16:30 Uhr
1 Termin, 10 UE, Dienstag
Uwe Küchenhoff, 35,00 €
N252501413

.....

Bildungstag: Statistik mit Excel

Statistische Daten und Methoden begegnen uns täglich in vielfältigsten Formen, seien es Angaben über die zukünftige Entwicklung von Löhnen oder Kosten, Angaben über Anteile alter und junger Menschen in der Bevölkerung oder Prognosen zum Ausgang von Wahlen. Im Kurs sollen Methoden entwickelt und angewandt werden, mit deren Hilfe Daten aus Excel-Tabellen sinnvoll ausgewertet werden können. Dabei soll es um folgende Schwerpunkte gehen:

- statistische Messzahlen (Häufigkeiten, Mittelwerte, Quantile, Streuungsmaße)
- Zeitreihenanalysen und Trendberechnungen
- Regressions- und Korrelationsanalyse
- statistische Testverfahren

Grundkenntnisse in Excel sowie statistisches Grundwissen werden vorausgesetzt.

Haldensleben, KVHS

Di, 28.10.2025, 08:30 - 15:30 Uhr
1 Termin, 8 UE, Dienstag
Joachim Preine, 28,00 €
N252501414

.....

Oschersleben, KVHS

Mi, 03.12.2025, 08:30 - 15:30 Uhr
1 Termin, 8 UE, Mittwoch
Uwe Küchenhoff, 28,00 €
S252501415

.....

Wolmirstedt, KVHS

Mi, 08.10.2025, 08:30 - 15:30 Uhr
1 Termin, 8 UE, Mittwoch
Joachim Preine, 28,00 €
N252501415

.....

Outlook Grundlagen

Word und Excel aus Microsofts Office-Paket kennt und nutzt (fast) jeder, aber wie sieht's mit Outlook aus? Welche Möglichkeiten Outlook bietet, um E-Mails abzurufen, Termine zu planen und Aufgaben zu verwalten, erkennt man erst, wenn man sich etwas genauer mit dem Programm beschäftigt.

Im Kurs erhalten Sie einen Überblick über die verschiedenen Komponenten des Programms wie

- Organisation und Verwaltung von E-Mails,
- Kalender mit Terminverwaltung,
- Adressbuch,
- Notizzettel,
- Aufgabenliste,
- Verbindungen zu Word bzw. Excel.

Grundkenntnisse Windows, Word, Excel sowie Internet und E-Mail sind empfehlenswert.

Der Kurs umfasst nicht die Anbindung an einen Exchange-Server.

Haldensleben, KVHS

Mo, 24.11.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
6 Termine, 24 UE, montags und mittwochs
Martina Hinz, 96,00 €
N252501701

Oschersleben, KVHS

Mi, 19.11.2025, 17:00 - 19:30 Uhr
6 Termine, 18 UE, mittwochs und donnerstags
Uwe Küchenhoff, 72,00 €
S252501701

Wolmirstedt, KVHS

Di, 11.11.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
6 Termine, 24 UE, dienstags und donnerstags
Martina Hinz, 96,00 €
N252501702

- soziale Netzwerke (Facebook u. a. - Anmeldung, Konto-Einrichtung, Kommunikation)
- effektiver Umgang mit Webseiten (Seiten speichern, drucken, Favoriten, Webseitennotizen, Downloads)

Haldensleben, KVHS

Di, 25.11.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
5 Termine, 20 UE, dienstags und donnerstags
Yves Rösener, 70,00 €
N252501301

Oschersleben, KVHS

Mo, 27.10.2025, 17:30 - 20:45 Uhr
4 Termine, 16 UE, montags und dienstags
Werner Schmidt, 56,00 €
S252501301

Wolmirstedt, KVHS

Do, 11.09.2025, 17:00 - 21:00 Uhr
4 Termine, 20 UE, donnerstags
Yves Rösener, 70,00 €
N252501302

Internet und mobile Welten

Das Internet sicher und souverän nutzen

Sie besitzen bereits Grundkenntnisse und -fertigkeiten im Umgang mit dem Computer, aber mit der effektiven und sicheren Nutzung des Internets haben Sie noch Schwierigkeiten? Dann kann dieser Kurs Ihnen weiterhelfen. Es werden folgende Schwerpunkte behandelt:

- Internet-Grundlagen (Voraussetzungen, Zugangseinrichtung, erste Schritte im Browser, Sicherheit)
- Kommunikation per E-Mail (E-Mail-Konto einrichten, E-Mails senden und empfangen, E-Mail-Anhänge)
- Suchen und Finden von Informationen im Netz (Google & Co.)
- Onlineshopping, Onlinebanking, Zahlungssysteme (PayPal u. a.)

Meine Daten in der Cloud

OneDrive, Google Drive, NextCloud oder Dropbox - die (in der Grundausstattung) kostenlosen Angebote zum Speichern und Austauschen von Daten im Internet werden immer beliebter, die Zahl der Nutzer steigt stetig. Das Fachwort dafür heißt Cloud-Computing. Doch was verbirgt sich dahinter? Heutzutage können Sie Ihre Dateien im Internet speichern und mit unterschiedlichen Geräten (PC, Laptop, Tablet oder Smartphone) darauf zugreifen. Einen Nachteil haben die oben erwähnten Cloud-Dienste allerdings: Die Server, auf denen die Daten der Nutzer gespeichert werden, stehen meistens im Ausland, sehr oft z. B. in Nordamerika. Ein Cloud-Dienst, den speziell VHS-Teilnehmer/innen auch kostenlos nutzen

können, ist die VHS-Cloud. Dieser Dienst hat seine Server in Deutschland und wird vom Deutschen Volkshochschulverband betrieben.

In dieser Veranstaltung lernen Sie, wie Sie sich am Beispiel der VHS-Cloud bei Cloud-Diensten anmelden, ein Konto einrichten und Ihre Daten hochladen, verwalten und mit anderen teilen können.

Voraussetzung: grundlegende Windows- und Internetkenntnisse. Sie benötigen für die Nutzung der VHS-Cloud ein E-Mail-Postfach (bitte Zugangsdaten = E-Mail-Adresse und Passwort mitbringen).

Haldensleben, KVHS

Mo, 20.10.2025, 17:30 - 20:45 Uhr
2 Termine, 8 UE, Montag und Mittwoch
Uwe Küchenhoff, 28,00 €
N252501305

Oschersleben, KVHS

Mi, 08.10.2025, 17:30 - 20:45 Uhr
2 Termine, 8 UE, Mittwoch und Donnerstag
Uwe Küchenhoff, 28,00 €
S252501305

Wolmirstedt, KVHS

Di, 23.09.2025, 17:30 - 20:45 Uhr
2 Termine, 8 UE, dienstags
Uwe Küchenhoff, 28,00 €
N252501306



Sie haben Interesse als Dozent / Dozentin an der Kreisvolkshochschule Börde tätig zu werden? Dann melden Sie sich bei uns!

Android für jedermann und -frau – Nutzen Sie Ihr Smartphone effektiv

Android ist das führende Betriebssystem für mobile Endgeräte wie Tablets und Smartphones. Die Funktionalität von Android wird immer komplexer, viele Anwender fühlen sich damit überfordert und kennen nur einen Bruchteil der Funktionen ihres Gerätes. Dieser Kurs zeigt, wie man die Möglichkeiten von Android besser nutzen kann. Schwerpunkte dabei sind:

- Was ist Android und Unterschiede zu anderen Systemen wie iOS oder Windows Mobile
- Was kann ein Smartphone speziell mit Android?
- Begriffserklärungen: Apps, W-LAN, Bluetooth, GPS, ...
- Wischen und Tippen - die grundlegende Bedienung sogenannter Touch-Screens
- Benutzung von Apps: Finden, Herunterladen und Installieren, Kosten, Sicherheit
- E-Mail und andere Funktionen einrichten
- Kostenkontrolle mit Flatrates? - Unterschied zwischen Datenflat- und Internetflatrate; Kontrolle des eigenen Datenverbrauchs

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone (kein iPhone und kein Windows-Phone) zum Kurs mit. Wenn Sie nicht sicher sind, ob Sie das richtige Gerät zum Kurs haben, lassen Sie sich vorher beraten (Tel. 03904 72407263).

Haldensleben, KVHS

Fr, 26.09.2025, 17:00 - 20:15 Uhr
2 Termine, 10 UE, Freitag (17:00 - 20:15 Uhr) und Samstag (9:00 - 14:00 Uhr)
Yves Rösener, 35,00 €
N252501350

Oschersleben, KVHS

Fr, 07.11.2025, 17:00 - 20:15 Uhr
2 Termine, 10 UE, Freitag (17:00 - 20:15 Uhr) und
Samstag (9:00 - 14:00 Uhr)
Yves Rösener, 35,00 €
S252501350

Wolmirstedt, KVHS

Fr, 28.11.2025, 17:00 - 20:15 Uhr
2 Termine, 10 UE, Freitag (17:00 - 20:15 Uhr) und
Samstag (9:00 - 14:00 Uhr)
Yves Rösener, 35,00 €
N252501351

Android Aufbaukurs

In diesem Kurs werden die Themen aus dem Kurs „Android für jedermann und -frau - Nutzen Sie Ihr Smartphone effektiv“ vertieft und mit weiteren praktischen Übungen gefestigt. Insbesondere soll an diesem Tag auf Fragen und Probleme eingegangen werden, die sich bei den Teilnehmern nach den ersten eigenen Übungen ergeben haben.

Bitte bringen Sie zum Kurs Ihr Android-Smartphone mit.

Haldensleben, KVHS

Fr, 10.10.2025, 17:00 - 21:00 Uhr
1 Termin, 5 UE, Freitag
Yves Rösener, 17,50 €
N252501352

Oschersleben, KVHS

Fr, 14.11.2025, 17:00 - 21:00 Uhr
1 Termin, 5 UE, Freitag
Yves Rösener, 17,50 €
S252501351

Wolmirstedt, KVHS

Fr, 05.12.2025, 17:00 - 21:00 Uhr
1 Termin, 5 UE, Freitag
Yves Rösener, 17,50 €
N252501353

Grafik und Bildbearbeitung, Video und Präsentation

Bildungsurlaub: Professionelle Präsentationen mit PowerPoint

Folgende Themen stehen in dieser Woche im Mittelpunkt:

Thema 1: Grundlagen (Programmstart, Arbeitsoberfläche, Grundbegriffe)

Thema 2: Erstellen und Anpassen von Folien (Verwenden von „vorgefertigten“ Entwurfs- und AutoLayouts für Folien und individuelle Anpassungen vornehmen)

Thema 3: Rund um den Text (Texteingabe, -bearbeitung und -gestaltung, WordArt-Objekte verwenden)

Thema 4: Grafiken und Bilder einfügen, bearbeiten, gestalten und anpassen

Thema 5: (Bildschirm-)Präsentationen (Folienübergänge, automatische/manuelle Präsentation, Folieninhalte animieren, Audiodateien einbinden, interaktive Schaltflächen und Hyperlinks verwenden)

Thema 6: Organigramme mithilfe von SmartArts (Hierarchien und Schaubilder darstellen, SmartArt-Formatvorlagen verwenden, Layout von Organigrammen individuell anpassen, Bilder in Organigrammen verwenden)

Thema 7: Tabellen in Folien verwenden

Thema 8: Videos in Präsentationen (Video einbinden, individuelle Anpassungen, zuschneiden, Videoeffekte)

Thema 9: Der Folien-Master (Prinzip von Masterfolien, eigene Folienlayouts entwickeln und verwenden)

Haldensleben, KVHS

Mo, 25.08.2025, 08:30 - 15:15 Uhr
5 Termine, 40 UE, Montag bis Freitag
N. N., 140,00 €
N252501820

Professionelle Präsentationen mit PowerPoint

Das Präsentationsprogramm PowerPoint erfreut sich immer größerer Beliebtheit - nicht zuletzt, weil die Möglichkeiten dieses Programms sehr vielschichtig sind, und das gilt nicht nur für den professionellen Bereich. Reichte es früher, bei einem Vortrag ein paar erläuternde Folien aufzulegen, so steht heute die Visualisierung eines Inhalts, einer Botschaft, im Vordergrund. Hier bietet PowerPoint vielfältige Gestaltungsmöglichkeiten. Im privaten Bereich wird PowerPoint gern genutzt, um beispielsweise witzige Bildschirmanimationen per E-Mail auszutauschen. Auch eine umfangreiche Diashow mit hundert oder mehr Fotos lässt sich mit wenigen Klicks in ein paar Minuten zusammenzustellen. Im Kurs lernen Sie, eine Präsentation aus mehreren Folien aufzubauen, zu gliedern und zu gestalten. Sie erfahren, wie Bilder und Grafiken eingebunden werden, und stellen ansprechende Bildschirmpräsentationen zusammen.

Grundlegende PC-Kenntnisse sind Voraussetzung.

Haldensleben, KVHS

Mo, 27.10.2025, 18:00 - 21:00 Uhr
6 Termine, 24 UE, montags und mittwochs
N. N., 84,00 €
N252501801

Oschersleben, KVHS

Mi, 29.10.2025, 17:30 - 20:45 Uhr
6 Termine, 24 UE, mittwochs und donnerstags
Werner Schmidt, 84,00 €
S252501803

Wolmirstedt, KVHS

Di, 21.10.2025, 17:30 - 20:45 Uhr
6 Termine, 24 UE, dienstags und donnerstags
Uwe Küchenhoff, 84,00 €
N252501802

Online: Canva-Workshop: Grundkurs

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

- Was ist Canva?
- Konto erstellen,
- Unterschiede Premium & kostenlos,
- Funktionsweise der Oberfläche,
- Grundfunktion,
- KI-Features

Voraussetzungen: Computer/Laptop mit Webcam und Mikro (Headset empfehlenswert), stabile Internetverbindung.

Verwendetes Videokonferenzsystem: Zoom (ein Zoom-Account ist nicht unbedingt notwendig), Teilnahme erfolgt über einen E-Mail-Link.

Online-Kurs

Do, 11.09.2025, 17:30 - 20:30 Uhr
1 Termin, 4 UE, Donnerstag
Robin Weniger, 32,00 €
N252501810

Online-Kurs

Mi, 08.10.2025, 17:30 - 20:30 Uhr
1 Termin, 4 UE, Mittwoch
Robin Weniger, 32,00 €
N252501811

Online-Kurs

Di, 18.11.2025, 17:30 - 20:30 Uhr
1 Termin, 4 UE, Dienstag
Robin Weniger, 32,00 €
N252501812

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

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

- Grundkurs Canva,
- Social-Media-Plan,
- Videoerstellung,
- Vorlagen erstellen,
- Marke erstellen,
- Projekte sortieren,
- KI einsetzen

Voraussetzungen: Computer/Laptop mit Webcam und Mikro (Headset empfehlenswert), stabile Internetverbindung.

Verwendetes Videokonferenzsystem: Zoom (ein Zoom-Account ist nicht unbedingt notwendig), Teilnahme erfolgt über einen E-Mail-Link.

Online-Kurs

Fr, 28.11.2025, 09:00 - 16:30 Uhr
1 Termin, 10 UE, Freitag
Robin Weniger, 125,00 €
N252501813

Online-Kurs

Sa, 29.11.2025, 09:00 - 16:30 Uhr
1 Termin, 10 UE, Samstag
Robin Weniger, 125,00 €
N252501814

Online: Canva-Workshop: Social Media & Videoerstellung

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

- Erstellung von Videos,
- Social-Media-Plan erstellen,
- Beiträge automatisch hochladen,
- Tipps & Tricks zu Social Media

Voraussetzungen: Computer/Laptop mit Webcam und Mikro (Headset empfehlenswert), stabile Internetverbindung.

Verwendetes Videokonferenzsystem: Zoom (ein Zoom-Account ist nicht unbedingt notwendig), Teilnahme erfolgt über einen E-Mail-Link.

Online-Kurs

Di, 21.10.2025, 17:30 - 20:30 Uhr
1 Termin, 4 UE, Dienstag
Robin Weniger, 32,00 €
N252501815

Online-Kurs

Mi, 19.11.2025, 17:30 - 20:30 Uhr
1 Termin, 4 UE, Mittwoch
Robin Weniger, 32,00 €
N252501816

Online: Canva-Workshop: Visuell starke Präsentationen erstellen

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

- Erstellung von Videos,
- Social-Media-Plan erstellen,
- Beiträge automatisch hochladen,
- Tipps & Tricks zu Social Media

Voraussetzungen: Computer/Laptop mit Webcam und Mikro (Headset empfehlenswert), stabile Internetverbindung.

Verwendetes Videokonferenzsystem: Zoom (ein Zoom-Account ist nicht unbedingt notwendig), Teilnahme erfolgt über einen E-Mail-Link.

Online-Kurs

Mi, 22.10.2025, 17:45 - 20:00 Uhr
1 Termin, 3 UE, Mittwoch
Robin Weniger, 24,00 €
N252501817

Online-Kurs

Mi, 03.12.2025, 17:45 - 20:00 Uhr
1 Termin, 3 UE, Mittwoch
Robin Weniger, 24,00 €
N252501818

Online: Zoom: Professionell präsentieren & begeistern

Digitale Präsentationen erfordern mehr als nur das Teilen eines Bildschirms. Wie lassen sich Inhalte interaktiv gestalten? Wie bleibt das Publikum aufmerksam? Welche technischen Möglichkeiten bietet Zoom für eine professionelle Online-Präsentation? Dieser Kurs zeigt, wie digitale Präsentationen strukturiert, ansprechend und interaktiv gestaltet werden können. Dabei werden nicht nur Zoom-Funktionen ausführlich erklärt, sondern auch didaktische und technische Best Practices vermittelt. Schwerpunkte sind:

- Online-Knigge-Regeln,
- Mikrofon- und Kamera einstellen,
- Funktionen von Zoom, Bildschirm teilen,
- Präsentationsarten, Spiele,
- Teilnehmer einbeziehen,
- Breakout-Sessions,
- Umfragen

Voraussetzungen: Computer/Laptop mit Webcam und Mikro (Headset empfehlenswert), stabile Internetverbindung.

Verwendetes Videokonferenzsystem: Zoom (ein Zoom-Account ist nicht unbedingt notwendig), Teilnahme erfolgt über einen E-Mail-Link.

Online-Kurs

Do, 09.10.2025, 16:00 - 18:15 Uhr
1 Termin, 3 UE, Donnerstag
Robin Weniger, 24,00 €
N252501830

Online-Kurs

Mo, 01.12.2025, 16:00 - 18:15 Uhr
1 Termin, 3 UE, Montag
Robin Weniger, 24,00 €
N252501831

Kurse rund um das Thema Künstliche Intelligenz (KI)

Online: KI Grundkurs: Künstliche Intelligenz für Anfänger

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

- Wofür kann man KI nutzen?
- Welche KI gibt es?
- Beispiele anhand von ChatGPT

Voraussetzungen: Computer/Laptop mit Webcam und Mikro (Headset empfehlenswert), stabile Internetverbindung.

Verwendetes Videokonferenzsystem: Zoom (ein Zoom-Account ist nicht unbedingt notwendig), Teilnahme erfolgt über einen E-Mail-Link.

Online-Kurs

Mi, 03.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
1 Termin, 2 UE, Mittwoch
Robin Weniger, 16,00 €
N252501901

Online-Kurs

Mi, 29.10.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
1 Termin, 2 UE, Mittwoch
Robin Weniger, 16,00 €
N252501902

Online-Kurs

Mi, 10.12.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
1 Termin, 2 UE, Mittwoch
Robin Weniger, 16,00 €
N252501903

Online: KI trifft PowerPoint: Künstliche Intelligenz für Präsentationen

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

- Gamma KI,
- PowerPoint und die Erstellung von Präsentationen,
- Präsentationsarten, Struktur & Inhalt

Voraussetzungen: Computer/Laptop mit Webcam und Mikro (Headset empfehlenswert), stabile Internetverbindung.

Verwendetes Videokonferenzsystem: Zoom (ein Zoom-Account ist nicht unbedingt notwendig), Teilnahme erfolgt über einen E-Mail-Link.

Online-Kurs

Mi, 01.10.2025, 18:00 - 18:45 Uhr
1 Termin, 1 UE, Mittwoch
Robin Weniger, 15,50 €
N252501904

Online-Kurs

Di, 09.12.2025, 18:00 - 18:45 Uhr
1 Termin, 1 UE, Mittwoch
Robin Weniger, 15,50 €
N252501905

Online: KI von A bis Z: Künstliche Intelligenz verstehen und anwenden

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

- Texterstellung,
- Bilderstellung,
- Datenschutz,
- Copyright,
- Präsentationen,
- Protokolle,
- Prompting

Voraussetzungen: Computer/Laptop mit Webcam und Mikro (Headset empfehlenswert), stabile Internetverbindung.

Verwendetes Videokonferenzsystem: Zoom (ein Zoom-Account ist nicht unbedingt notwendig), Teilnahme erfolgt über einen E-Mail-Link.

Online-Kurs

Mo, 24.11.2025, 09:00 - 16:30 Uhr
1 Termin, 10 UE, Montag
Robin Weniger, 125,00 €
N252501906

Online: KI-Bilder: Kreativ mit Künstlicher Intelligenz

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

- Prompts für Bilderstellung,
- Grenzen,
- Copyright,
- Midjourney,
- Canva KI

Voraussetzungen: Computer/Laptop mit Webcam und Mikro (Headset empfehlenswert), stabile Internetverbindung.

Verwendetes Videokonferenzsystem: Zoom (ein Zoom-Account ist nicht unbedingt notwendig), Teilnahme erfolgt über einen E-Mail-Link.

Online-Kurs

Mi, 15.10.2025, 12:00 - 12:45 Uhr
1 Termin, 1 UE, Mittwoch
Robin Weniger, 15,50 €
N252501907

Online-Kurs

Di, 09.12.2025, 19:00 - 19:45 Uhr
1 Termin, 1 UE, Dienstag
Robin Weniger, 15,50 €
N252501908

Online: KI-Prompting: Künstliche Intelligenz effektiv steuern

Künstliche Intelligenz kann beeindruckende Texte Bilder und Lösungen generieren doch nur mit den richtigen Prompts liefert sie wirklich präzise und hochwertige Ergebnisse. In diesem Kurs wird gezeigt, wie man KI effektiv steuert, indem man gezielt formulierte Eingaben verwendet. Ein Schwerpunkt liegt auch auf Tipps & Tricks für bessere Prompts.

Voraussetzungen: Computer/Laptop mit Webcam und Mikro (Headset empfehlenswert), stabile Internetverbindung.

Verwendetes Videokonferenzsystem: Zoom (ein Zoom-Account ist nicht unbedingt notwendig), Teilnahme erfolgt über einen E-Mail-Link.

Online-Kurs

Di, 30.09.2025, 18:00 - 18:45 Uhr
1 Termin, 1 UE, Dienstag
Robin Weniger, 15,50 €
N252501909

Online-Kurs

Mi, 12.11.2025, 18:00 - 18:45 Uhr
1 Termin, 1 UE, Mittwoch
Robin Weniger, 15,50 €
N252501910

Online: KI-Protokolle: Künstliche Intelligenz als Helfer

Die manuelle Protokollerstellung kann zeitaufwendig und mühsam sein. Künstliche Intelligenz bietet effiziente Lösungen, um Besprechungen, Meetings und Gespräche automatisch zu erfassen und strukturiert zu dokumentieren. In diesem Workshop wird praxisnah gezeigt, wie verschiedene KI-Tools zur Protokollerstellung genutzt werden können, um Zeit zu sparen und die Quali-

tät der Notizen zu verbessern. Schwerpunktmäßig soll es darum gehen, Protokolle mit KI aufzuzeichnen und zu erstellen.

Voraussetzungen: Computer/Laptop mit Webcam und Mikro (Headset empfehlenswert), stabile Internetverbindung.

Verwendetes Videokonferenzsystem: Zoom (ein Zoom-Account ist nicht unbedingt notwendig), Teilnahme erfolgt über einen E-Mail-Link.

Online-Kurs

Di, 30.09.2025, 17:00 - 17:45 Uhr
1 Termin, 1 UE, Dienstag
Robin Weniger, 15,50 €
N252501911

Online-Kurs

Do, 27.11.2025, 17:00 - 17:45 Uhr
1 Termin, 1 UE, Donnerstag
Robin Weniger, 15,50 €
N252501912

Online: KI-Selfies: Künstliche Intelligenz als Fotograf

Mit Künstlicher Intelligenz lassen sich beeindruckende realistische oder kreative Bilder von sich selbst erstellen, ganz ohne professionelles Photoshooting. In diesem praxisnahen Workshop wird gezeigt, wie eine KI mit eigenen Fotos trainiert wird, um anschließend verschiedene hochwertige Porträts und kreative Bildvarianten zu generieren.

- Erstellung von einer eigenen KI mit Fotos,
- Erstellung von persönlichen Porträts

Voraussetzungen: Computer/Laptop mit Webcam und Mikro (Headset empfehlenswert), stabile Internetverbindung. Schwerpunkte sind:

Verwendetes Videokonferenzsystem: Zoom (ein Zoom-Account ist nicht unbedingt notwendig), Teilnahme erfolgt über einen E-Mail-Link.

Online-Kurs

Mi, 15.10.2025, 10:00 - 10:45 Uhr
1 Termin, 1 UE, Mittwoch
Robin Weniger, 15,50 €
N252501913

Online-Kurs

Di, 09.12.2025, 10:00 - 10:45 Uhr
1 Termin, 1 UE, Dienstag
Robin Weniger, 15,50 €
N252501914

Lernen mit Muße - Kurse (nicht nur) für Ältere

Sicherer Umgang mit Computer und Laptop

Sie sind seit kurzem Besitzer eines neuen Laptops, Notebooks oder Windows-Tablets und fühlen sich noch unsicher bei der Nutzung des Gerätes, oder Sie besitzen ein solches Gerät schon längere Zeit, stoßen aber doch immer wieder bei der Nutzung Ihres Computers auf Fragen und Probleme? Dann ist dieser Kurs genau der richtige. Sie lernen hier die wichtigsten Komponenten der Geräte kennen, angefangen vom Tastaturfeld über das Touchpad zur Mausbedienung bis zu den Anschlussmöglichkeiten für externe Geräte. Weiterhin beschäftigen Sie sich mit dem Betriebssystem Windows und seiner Benutzeroberfläche. Sie lernen verschiedene Apps kennen, erfahren wie man diese auf dem Gerät einrichtet oder auch wieder entfernt. Sie nutzen das Internet, rufen Webseiten auf und lernen, wie man sich im Internet zurechtfindet. Hierbei lernen Sie an zahlreichen Beispielen auch die Kommunikation per E-Mail.

Haldensleben, KVHS

Mo, 01.09.2025, 09:00 - 12:15 Uhr
5 Termine, 20 UE, montags
N. N., 70,00 €
N252501601

Oschersleben, KVHS

Do, 20.11.2025, 09:00 - 12:15 Uhr
5 Termine, 20 UE, donnerstags
Uwe Küchenhoff, 70,00 €
S252501601

Wolmirstedt, KVHS

Mo, 08.09.2025, 09:00 - 12:15 Uhr
5 Termine, 20 UE, montags
Joachim Preine, 70,00 €
N252501602

Völpke, Begegnungsstätte Volkssolidarität, Schulstr. 19

Mo, 15.09.2025, 09:00 - 11:30 Uhr
5 Termine, 15 UE, montags
Uwe Küchenhoff, 52,50 €
S252501605

Sicherer Umgang mit Tablet und Smartphone

Sie sind seit kurzem Besitzer eines neuen Tablets oder Smartphones und fühlen sich noch unsicher bei der Nutzung des Gerätes, oder Sie besitzen ein solches Gerät schon längere Zeit, stoßen aber doch immer wieder bei der Nutzung auf Fragen und Probleme? Dann ist dieser Kurs genau der richtige. Sie lernen hier die wichtigsten Funktionen Ihres Gerätes kennen und üben die Fingerbedienung der Benutzeroberfläche wie das Tippen, Drücken, Ziehen oder Wischen. Sie erfahren, wie man den Zugang zum WLAN und ein Google-Konto für die Internet-Nutzung einrichtet, wie man Webseiten aufruft sich im Internet „zu-

rechtfindet“. Weiterhin erfahren Sie, was Apps sind, wie man sie einrichtet und damit arbeitet. Auch die Kommunikation per E-Mail werden Sie an praktischen Beispielen erlernen.

Wichtiger Hinweis: Bitte bringen Sie Ihr eigenes Gerät zum Kurs mit und beachten Sie, Ihr Tablet bzw. Smartphone sollte als Betriebssystem Android verwenden (kein iPhone, kein iPad und kein Windows-Gerät). Wenn Sie sich nicht sicher sind, rufen Sie vorher an und lassen Sie sich beraten (Tel.: 03904 72407263).

Haldensleben, KVHS

Do, 30.10.2025, 09:00 - 12:15 Uhr
4 Termine, 16 UE, donnerstags
Joachim Preine, 56,00 €
N252501604

Oschersleben, KVHS

Di, 02.09.2025, 09:00 - 12:15 Uhr
4 Termine, 16 UE, dienstags
Uwe Küchenhoff, 56,00 €
S252501606

Wolmirstedt, KVHS

Mo, 13.10.2025, 09:00 - 12:15 Uhr
5 Termine, 20 UE, montags
Joachim Preine, 70,00 €
N252501603



Bitte beachten Sie:

Wenn Sie nach Ihrer Anmeldung keine Nachricht von uns erhalten, erwarten wir Sie zu Kursbeginn. Wir benachrichtigen Sie nur bei Kursausfall oder Terminänderungen.

Das Internet sicher und souverän nutzen

Dieser Kurs richtet sich (nicht nur) an ältere Interessenten, die bereits über erste Computerkenntnisse verfügen und nun in die Welt des Internets eintauchen wollen. Sie lernen den neuen Internet-Browser EDGE kennen, rufen damit Internetseiten auf und lernen, wie Sie sich im „Netz“ zu-rechtfinden. Weiterhin erfahren Sie, wie man ein E-Mail-Konto einrichtet, E-Mails sendet und empfängt. Der Nutzen, die Gefahren im Internet und vieles mehr werden Ihnen anhand praxisnaher Beispiele vorgestellt. Am Ende des Kurses werden Sie erstaunt sein, wie einfach und zugleich spannend das Internet sein kann.

Haldensleben, KVHS

Mo, 24.11.2025, 09:00 - 12:15 Uhr
3 Termine, 12 UE, montags
N. N., 42,00 €
N252501610

Wolmirstedt, KVHS

Di, 02.12.2025, 09:00 - 12:15 Uhr
4 Termine, 16 UE, Dienstag bis Freitag
Joachim Preine, 56,00 €
N252501611

Libre Office - die Alternative zu Word und Excel

Sie haben bereits etwas Erfahrungen im Umgang mit Ihrem Laptop oder Notebook und sind auf der Suche nach einer kostenlosen Alternative zum Schreibprogramm Word oder dem Tabellenprogramm Excel. Dann bietet sich dafür das Programmpaket Libre Office an. Mit Writer® als Word-Ersatz hat man ein leistungsfähiges Programm zum Schreiben und Gestalten von Texten und mit dem Programm Calc® eine echte Excel-

Alternative zum Arbeiten mit Tabellen. Impress® für Präsentationen sowie Base® für Datenbanken komplettieren das Programmpaket von Libre Office. Da dieses Programm Open Source (also quelloffen) ist, gibt es Libre Office frei und kostenlos für jeden und jede im Internet.

Im Kurs beginnen wir damit, das Programm im Internet zu suchen, es herunterladen und auf dem eigenen Gerät zu installieren. Schwerpunktmäßig befassen wir uns dann mit den Programmen Writer® und Calc®. An praktischen Beispielen lernen Sie, wie Sie Texte für Briefe, Einladungen etc. eingeben, bearbeiten und gestalten. Beim Arbeiten mit dem Programm Calc® lernen Sie Tabellen anzulegen, um darin beispielsweise Einnahmen und Ausgaben im privaten Haushalt oder Verbrauchsdaten wie Strom, Gas und Wasser zu erfassen und auszuwerten.

Wichtiger Hinweis: Bitte bringen Sie Ihr eigenes Gerät (Laptop oder Notebook mit Windows-Betriebssystem) mit, Libre Office muss aber noch nicht auf Ihrem Gerät installiert sein.

Haldensleben, KVHS

Do, 04.09.2025, 09:00 - 12:15 Uhr

4 Termine, 16 UE, donnerstags

Uwe Küchenhoff, 56,00 €

N252501614

.....

Wolmirstedt, KVHS

Mo, 24.11.2025, 09:00 - 12:15 Uhr

4 Termine, 16 UE, montags

Joachim Preine, 56,00 €

N252501615

.....

Völpke, Begegnungsstätte Volkssolidarität, Schulstr. 19

Mo, 03.11.2025, 09:00 - 11:30 Uhr

5 Termine, 15 UE, montags

Uwe Küchenhoff, 52,50 €

S252501615

.....

Fotos auf Smartphone und Computer organisieren und verwalten

Fotos und Videos mit einer Digitalkamera oder dem Smartphone aufzunehmen, ist heute kinderleicht. Die immer weiter wachsenden Speicherkapazitäten führen oft dazu, dass sich auf den Geräten nicht nur ein paar hundert sondern sogar tausende von Fotos „ansammeln“. Da geht dann schon einmal schnell der Überblick verloren. Smartphones verwalten die Bilder meist nur chronologisch. Man muss also ungefähr wissen, wann man ein Foto gemacht hat, wenn man danach sucht. Oft möchte man aber Fotos auch nach anderen Kriterien zusammenstellen (Urlaub, Familienfeste, Landschaften, (Haus-)Tiere etc...). Dafür bieten sich sogenannte Alben an, wie sie einige Programme wie beispielsweise die Fotos-App von Google verwenden. Grundkenntnisse und -fertigkeiten zum Umgang mit dieser und weiterer Apps zur Bildverarbeitung und -organisation sollen in diesem Kurs vermittelt werden. Folgende Schwerpunkte werden dabei behandelt:

- Fotos auf dem Computer finden, betrachten, organisieren/verwalten
- Übertragen der Fotos von Smartphone auf den Computer (u. a. Datenträger)
- Apps auf dem Computer zum Betrachten/Bearbeiten und Organisieren von Fotos wie die Windows Foto-Anzeige, XnView u.a.
- Dia-Shows produzieren und präsentieren
- die Google Fotos-App auf dem Smartphone und im Online-Speicher des Google-Kontos
- synchronisieren der Fotos auf dem Smartphone mit dem Online-Speicher des Google-Kontos
- den Online-Speicher verwalten/erweitern
- Fotos in Alben organisieren
- Collagen erstellen

Wichtiger Hinweis: Bitte bringen Sie zum Kurs Ihr Smartphone und die Zugangsdaten für Ihr Google-Konto mit.

Oschersleben, KVHS

Di, 14.10.2025, 09:00 - 12:15 Uhr
4 Termine, 16 UE, dienstags
Uwe Küchenhoff, 64,00 €
S252501630

Wanzleben, Stadt- und Kreisbibliothek, Raßbachplatz 1

Fr, 19.09.2025, 09:00 - 11:30 Uhr
5 Termine, 15 UE, freitags
Uwe Küchenhoff, 60,00 €
S252501632

Fotobücher am eigenen Computer erstellen

Fotobücher am Computer selbst zu erstellen und zu gestalten erfreut sich immer größerer Beliebtheit, auch weil die (meist kostenlose) Software immer mehr Gestaltungsmöglichkeiten bietet. Fortschritte in der Drucktechnik machen es heute möglich, die fertig gestalteten Fotobücher danach professionell drucken und binden zu lassen.

In diesem Kurs eignen Sie sich das nötige Rüstzeug in Bezug auf die technische und auch grafische Umsetzung an. Dazu gehören beispielsweise die Auswahl und Zusammenstellung der Fotos, die Auswahl des entsprechenden Grund-Layouts für das Fotobuch, das Einfügen und Anpassen der Bilder auf den einzelnen Seiten sowie das Illustrieren der Seiten mit Text und weiteren grafischen Elementen. Als Bildmaterial können Sie eigene Fotos verwenden, es ist aber auch möglich, mit vom Kursleiter bereitgestellten Bilder zu arbeiten.

Wichtiger Hinweis: Bitte bringen Sie Ihr eigenes Gerät (Laptop oder Notebook mit Windows-Betriebssystem) mit, die Fotobuch-Software wird gemeinsam am ersten Kurstag auf den Geräten installiert.

Oschersleben, KVHS

Di, 18.11.2025, 09:00 - 12:15 Uhr
4 Termine, 16 UE, dienstags
Uwe Küchenhoff, 56,00 €
S252501634

Wolmirstedt, KVHS

Do, 09.10.2025, 09:00 - 12:15 Uhr
4 Termine, 16 UE, donnerstags
Uwe Küchenhoff, 56,00 €
N252501634

Wanzleben, Stadt- und Kreisbibliothek, Raßbachplatz 1

Fr, 07.11.2025, 09:00 - 11:30 Uhr
5 Termine, 15 UE, freitags
Uwe Küchenhoff, 52,50 €
S252501633

Computer-AG

Sie besitzen einen PC oder Laptop, ein Tablet oder Smartphone und nutzen diese Geräte auch schon häufig. Trotzdem ergeben sich im Umgang damit immer wieder Fragen oder Probleme, zu denen Sie nach Lösungen suchen bzw. professionelle Hilfe benötigen. Dann besuchen Sie doch eine unserer Computer-AGs. Hier treffen sich einmal im Monat Gleichgesinnte, um sich unter fachkundiger Leitung Hilfe und Tipps zu gemeinsam ausgewählten Themen aus den Bereichen Computer-Technik, Betriebssysteme (Windows bzw. Android) und Programme/Apps zu holen. Weitere Themenbereiche, die immer wieder Fragen und Probleme aufwerfen, sind auch E-Mail & Internet, digitale Bild- und Videobearbeitung oder auch Computer- und Datensicherheit. Beim ersten Treff werden zunächst die Themenbereiche festgelegt, die im Semester behandelt werden sollen. Natürlich ist es auch möglich, kurzfristig aktuelle Themen aufzugreifen. Ziel ist es, dass

Sie Ihre individuellen Kenntnisse und Fertigkeiten, Ihre digitalen Kompetenzen weiter ausbauen und festigen.

Interessenten ohne Vorkenntnisse oder mit nur sehr wenig Erfahrung im Umgang mit Computern wird empfohlen, zunächst einen der o.g. Anfängerkurse zu besuchen.

Haldensleben, KVHS

Mi, 24.09.2025, 09:00 - 12:00 Uhr

4 Termine, 16 UE, mittwochs 1 x monatlich
(Termine: 24.9., 29.10., 26.11., 17.12.)

Uwe Küchenhoff, 48,00 €

N252501650

Haldensleben, KVHS

Mi, 17.09.2025, 09:00 - 12:00 Uhr

4 Termine, 16 UE, mittwochs 1x monatlich
(Termine: 17.9., 22.10., 19.11., 10.12.)

Uwe Küchenhoff, 48,00 €

N252501651

Oschersleben, KVHS

Fr, 26.09.2025, 08:15 - 11:45 Uhr

4 Termine, 18,7 UE, freitags 1 x monatlich
(Termine: 26.9., 24.10., 28.11., 19.12.)

Werner Schmidt, 48,00 €

S252501651

Völpke, Begegnungsstätte Volkssolidarität, Schulstr. 19

Mo, 29.09.2025, 09:00 - 12:00 Uhr

4 Termine, 16 UE, montags 1 x monatlich
(Termine: 29.9., 27.10., 24.11., 15.12.)

Uwe Küchenhoff, 48,00 €

S252501650

Kaufmännische Aus- und Weiterbildung (Xpert Business)

Lehrgangssystem Xpert Business

Dieses System eignet sich insbesondere für alle, die ihre Chance im Beruf auf dem Gebiet der kaufmännischen Weiterbildung verbessern wollen, eine berufliche Veränderung anstreben oder den beruflichen Wiedereinstieg vorbereiten wollen. Der Einstieg in dieses System ist auch ohne Vorkenntnisse und Berufserfahrung möglich.

Alle Module können einzeln belegt und jeweils mit einer Prüfung abgeschlossen werden.

Nach erfolgreichem Bestehen der jeweils erforderlichen Modulprüfungen werden die entsprechenden Abschlüsse erreicht – z.B. „Xpert Business Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung“. Falls Sie bereits über den IHK-Abschluss „IHK-Fachkraft Rechnungswesen“ oder „IHK-Fachkraft Personalwesen“ verfügen und das flexible Xpert Business System nutzen möchten, um sich gezielt individuell weiterzubilden, erkennen wir Ihre erbrachte Leistung im Zertifikatssystem Xpert Business an. Weitere Informationen zum Xpert Business finden Sie unter: <http://www.xpert-business.eu> im Internet.

Aufgrund der Vielzahl der einzelnen Module und des großen Stundenumfangs (siehe Übersicht) bieten wir im Semester jeweils nur Kurse zu einigen Bausteinen an. Da das Zertifikatssystem Xpert Business aber ein bundesweit anerkanntes System ist, können Kurse und Prüfungen zu anderen Bausteinen auch an anderen Volkshochschulen belegt werden.

Online-Kurs

Di, 04.11.2025, 18:30 - 20:30 Uhr

22 Termine, 58,7 UE, dienstags und donnerstags
Xpert Business LernNetz Dozententeam, 273,94 €
N252504122

.....

Online: Personalwirtschaft

Ein professionelles Personalmanagement gehört in großen Unternehmen schon immer zu den Kernaufgaben der Unternehmensführung. Nicht nur durch den zunehmenden Fachkräftemangel erkennen aber auch immer mehr kleine und mittlere Unternehmen die Vorteile, ihre Mitarbeiter/innen zielgerichtet einzusetzen und zu leiten. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie die richtigen Mitarbeiter/innen auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmer/innen berücksichtigt werden.

Vorkenntnisse: keine

Online-Kurs

Di, 04.11.2025, 18:30 - 20:30 Uhr

20 Termine, 53,3 UE, dienstags und donnerstags
Xpert Business LernNetz Dozententeam, 286,38 €
N252504123

.....

Sonstige Kurse

Einführungsseminar zur Vereinsbuchführung

Dieser Einführungskurs richtet sich an alle Vereinsmitglieder, Kassierer und Interessierte, die die Grundlagen der Buchführung in einem Verein kennenlernen möchten. Sie erhalten an diesem Abend eine grundlegende Einführung in folgende Themenbereiche:

- Einführung in die Grundlagen der Vereinsbuchführung
 - Buchführungspflichten für Vereine
 - Einnahmen- und Ausgabenrechnung
 - Erstellen von Jahresabschlüssen und Berichten
 - Wichtige rechtliche Grundlagen und Vorgaben
- Es ist geplant, bei ausreichendem Interesse im Anschluss an dieses Einführungsseminar weitere Themenabende zur Festigung und Vertiefung der Kenntnisse in den einzelnen Bereichen durchzuführen.

Haldensleben, KVHS

Mi, 15.10.2025, 17:00 - 20:15 Uhr

1 Termin, 4 UE, Mittwoch

Tanja Motscha, 14,00 €

N252504201

.....

Oschersleben, KVHS

Mi, 19.11.2025, 17:00 - 20:15 Uhr

1 Termin, 4 UE, Mittwoch

Tanja Motscha, 14,00 €

S252504202

.....

10-Finger-Tastschreiben

Dieser Kurs richtet sich an alle, die ihre Schreibgeschwindigkeit und -effizienz am Computer verbessern möchten – egal, ob Sie Anfänger sind oder Ihre Fähigkeiten auffrischen möchten. In unserem Kurs werden Sie die Grundlagen des 10-Finger-Tastschreibens erlernen, über und festigen. Es werden folgende Schwerpunkte behandelt:

- Die richtige Hand- und Fingerhaltung: Wir zeigen Ihnen, wie Sie Ihre Hände optimal auf der Tastatur positionieren, um bequem und effektiv zu tippen.
- Tastaturbelegung: Lernen Sie die Anordnung der Tasten kennen und wie Sie diese schnell erfassen können.
- Übungen zur Geschwindigkeitssteigerung: Durch gezielte Übungen werden Sie Ihre Tippgeschwindigkeit und -genauigkeit kontinuierlich verbessern.
- Tippen ohne hinzusehen: Wir helfen Ihnen, das „Blindtippen“ zu erlernen, sodass Sie sich ganz auf den Inhalt konzentrieren können.

- Praktische Anwendungen: Setzen Sie Ihre neuen Fähigkeiten in realistischen Schreibsituationen ein, um das Gelernte direkt anzuwenden.

Der Kurs findet in einer freundlichen und motivierenden Atmosphäre statt, in der Sie in Ihrem eigenen Tempo lernen können. Egal, ob für Beruf, Schule/Studium oder private Projekte – das 10-Finger-Tastschreiben wird Ihnen helfen, effizienter und produktiver zu arbeiten. Gearbeitet wird an modernen Laptops im Computerraum der KVHS - eigene Geräte müssen nicht mitgebracht werden.

Haldensleben, KVHS

Do, 30.10.2025, 16:00 - 17:30 Uhr
8 Termine, 16 UE, donnerstags
Mike Robert Oertwig, 64,00 €
N252505001

Wolmirstedt, KVHS

Di, 02.09.2025, 16:00 - 17:30 Uhr
8 Termine, 16 UE, dienstags
Mike Robert Oertwig, 64,00 €
N252505002

**Gestalte das
bunte Angebot.**



Werde
Kursleiter*in
www.vhs-kurse-leiten.de

vhs
Kreisschule
Börde

Kultur // Kreativ



Dr. Ioannis Panteleon
Programmbereichsleitung



Telefon: 03904 72407284

E-Mail: ioannis-andreas.panteleon@landkreis-boerde.de

Web: kvhs.landkreis-boerde.de



Nähen

Tanzen

Töpfern

Fotografie

Gitarren-Liedbegleitung

Line Dance

textiles Gestalten

Nähmaschinenführerschein

Stadtführungen

Kreatives Zeichnen

Nassfilzen

Patchwork

Kulturelle Bildung ist ein zentraler Bestandteil der allgemeinen Bildung. Im Vordergrund stehen die Förderung der Wahrnehmung von und das Verständnis für kulturelle und gesellschaftliche Ereignisse und Erscheinungsformen, das Wissen um künstlerische Ausdrucks- und Gestaltungsmöglichkeiten sowie die Vermittlung gestalterischer Kompetenzen. Diese Kurse werden von qualifizierten Fachdozenten durchgeführt.

Mit dem Bildungsangebot im Bereich der kulturellen Bildung werden folgende Ziele verfolgt:

- Lernbedürfnissen der Teilnehmenden zu entsprechen,
- zielgruppengerechte (alters-, geschlechts-, lernerfahrungs- und herkunftsspezifisch) sowie ressourcenorientierte Lern- und Lehrmethoden vorzuhalten,
- komplexes Lernen (mit allen Sinnen) zu ermöglichen,
- gestalterische Fähigkeiten zu fördern und das Vertrauen in eigene künstlerische und handwerkliche Perspektiven und Fähigkeiten zu stärken,
- zur Auseinandersetzung mit Kunst, Kultur, Tradition und Moderne im gesellschaftlichen Kontext anzuregen und für verschiedene Formen künstlerischen Ausdrucks zu sensibilisieren,
- kulturelle, kommunikative und mediale Kompetenzen zu erweitern,
- für soziokulturelle und interkulturelle Lebenszusammenhänge zu sensibilisieren.

**Eröffne anderen
Perspektiven.**



vhs
Kreisvolkshochschule
Börde

Literatur

Weihnachtsgeschichten am Kamin

Raus aus dem Weihnachtsstress und zurück zur gemütlichen Besinnung auf das Fest. Während im Kaminofen das Holz knistert und wohlige Wärme verbreitet, werden lustige und besinnliche Geschichten gelesen. Dazu gibt es warmen Tee, evtl. auch etwas Punsch, Mandarinen und etwas gesundes, selbst gebackenes Weihnachtsg Gebäck. In gemütlicher Runde zusammensitzen und wie in alten Zeiten Geschichten lauschen und die Phantasie selbst Bilder erzeugen lassen ohne Leinwand, Handy oder Fernseher.

Wulferstedt, Praxis Natürlich gesund, Poststr. 166

Do, 04.12.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
1 Termin, 2 UE, Donnerstag
Sabine Schenke, 7,00 €
S252202001
.....

Kunst und Kulturgeschichte

Domviertelrundgang

Der Domplatz und seine Umgebung als Wiege der Magdeburger Stadtgeschichte. Der Fürstenwall und die Bastion Cleve als Zeugen für Magdeburg als Festungsstadt. Der Dom und das Kloster als geschichtsträchtigste Bauwerke am Domplatz. Die Grüne Zitadelle als neues modernes Wahrzeichen der Stadt. Sehen und erleben Sie die Highlights im Domviertel von Magdeburg. Start: Hauptportal Dom, Ende: Landtag (Domplatz).

Magdeburg, Haupteingang Dom

So, 24.08.2025, 11:00 - 12:30 Uhr
1 Termin, 2 UE, Sonntag
Andreas Böcker, 7,50 €
S252206000
.....

800 Jahre „Breiter Weg“

Im Jahr 1225 wurde die wichtigste Straße der Altstadt Magdeburgs erstmalig urkundlich erwähnt. Im Laufe der Jahrhunderte hat dieser Weg sein Aussehen sehr häufig verändert: im Mittelalter wichtige Handelsroute, später prachtvolle Barockstraße, dann sozialistischer Einkaufsboulevard. 800 Jahre Geschichte(n) zwischen Universitätsplatz und Hasselbachplatz. Start: Treppe vor dem Opernhaus (Universitätsplatz), Ende: Friedensplatz.

Magdeburg, Opernhaus, Universitätsplatz 8

So, 28.09.2025, 13:00 - 15:00 Uhr
1 Termin, 2,7 UE, Sonntag
Andreas Böcker, 10,00 €
S252206001
.....

Parks und Gärten in Magdeburg – eine Entdeckertour mit dem Fahrrad

In dieser Rundfahrt mit dem Fahrrad erfahren Sie einiges über die wichtigsten und größten Parkanlagen in Magdeburg: Nordpark, Herrenkrug, Rotehornpark, Klosterberggarten, Fürstenwallpark und Möllenvogteigarten. Wann und durch wen wurden diese Parks angelegt? Welche Ideen wurden bei der Gestaltung verfolgt? Wo war Platz für 12.000 Gäste in der Außengastronomie? Eine Tour durch die grünen Lungen der Stadt – und die Elbe als stetiger Begleiter. Hinweis: Die Fahrstrecke, die während der Führung zurückgelegt wird, beträgt ungefähr 14 km.

Es handelt sich überwiegend um flaches Terrain ohne größere Steigungen. Teilweise ist der Weg nicht asphaltiert oder gepflastert. Für diese Tour nutzt jede/r Teilnehmer/in sein/ihr eigenes Fahrrad. Start: Francke-Denkmal (Nordpark), Ende: Fürstenwall.

Magdeburg, Francke-Denkmal, Nordpark

So, 19.10.2025, 10:30 - 12:30 Uhr

1 Termin, 2,7 UE, Sonntag

Andreas Böcker, 10,00 €

S252206002

.....

Neues Magdeburg – die Veränderungen im Stadtbild seit der Jahrtausendwende

Das Stadtbild der Altstadt hat sich durch rege Bautätigkeiten in den letzten 20 Jahren stark verändert: der Blaue Bock, Südabschnitt Breiter Weg, Citytunnel, Neue Synagoge oder das Luisencarré – viel Neues ist entstanden und prägt das Stadtbild heute. Doch wer oder was steckt hinter diesen Bauten und was stand vorher an diesen Stellen? Und warum der Citytunnel beileibe nicht das teuerste Bauvorhaben in der Stadtgeschichte war. Eine Reise in das Gestrn und Heute.

Start: Magdeburger Reiter/Rathaus (Alter Markt),
Ende: Friedensplatz (Breiter Weg)

Magdeburg, Magdeburger Reiter, Alter Markt

So, 09.11.2025, 11:00 - 13:00 Uhr

1 Termin, 2,7 UE, Sonntag

Andreas Böcker, 10,00 €

S252206003

.....

Lichterwelt Magdeburg – Magischer Glanz in der Vorweihnachtszeit

Einen ganz besonderen Zauber versprüht die Lichterwelt in ganz Magdeburg, wenn Millionen LED-Lichter, etliche große Lichtinstallationen und geschmückte Hausfassaden für eine tolle vorweihnachtliche Stimmung sorgen. Lassen auch Sie sich verzaubern und erfahren Sie die Geschichte(n) hinter den Lichtskulpturen und warum Magdeburg eine ganz besondere Beziehung zu Weihnachten hat. Start: Hauptportal Dom, Ende: Karstadt (Breiter Weg).

Magdeburg, Haupteingang Dom, Am Dom 1

So, 14.12.2025, 17:00 - 18:30 Uhr

1 Termin, 2 UE, Sonntag

Andreas Böcker, 7,50 €

S252206004

.....



Anmelden

sollten Sie sich rechtzeitig, am besten bis eine Woche vor Kursbeginn: schriftlich, per E-Mail unter kvhs@landkreis-boerde.de oder ganz einfach online auf kvhs.landkreis-boerde.de. So vermeiden Sie, dass der Kurs schon besetzt ist oder wegen zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt werden muss.

Malen/Drucktechniken

Malerei

In diesem Kurs sollen Grundlagen für die Arbeit mit wasserverdünnbaren Farben vermittelt werden. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

Mitzubringen: Malgründe (Leinwand) oder Malpappen, ab Format 40 x 50 cm oder hochwertiges Aquarellpapier um die 250 g/qm; Flach- und Spitzpinsel ab Größe 8 mm bis 14 mm oder 16 mm mit weichen Borsten; Plastegefäße, Gläser, Joghurtbecher oder Ähnliches; Acryl-, Aquarell- oder Temperafarben. Der Dozent kann auf Nachfrage bei der Anschaffung der Materialien beraten.

Haldensleben, KVHS

Di, 12.08.2025, 18:00 - 20:15 Uhr
8 Termine, 24 UE, dienstags
Piet Letz, 84,00 €
N252207001

Haldensleben, KVHS

Di, 07.10.2025, 18:00 - 20:15 Uhr
7 Termine, 21 UE, dienstags
Piet Letz, 73,50 €
N252207002

Kreatives Zeichnen mit Stiften

Dieser Kurs soll vordergründig das Zeichnen von der „Pike auf“ vermitteln. Neben Bildkomposition und Raumaufteilung werden auch Aspekte des Naturstudiums, des Portraits, des figürlichen Gestaltens sowie der Erzeugung von Illusionen dreidimensionaler Raumtiefe und perspektivische Übungen vermittelt. Mitzubringen sind grafiktaugliche Stifte wie Graphit-, Kohle-, Rötel- oder Sepiastifte und entsprechendes Papier. Der Dozent berät gerne vor der Anschaffung.

Haldensleben, KVHS

Mo, 11.08.2025, 17:00 - 19:30 Uhr
8 Termine, 24 UE, montags
Piet Letz, 84,00 €
N252207003

Haldensleben, KVHS

Mo, 06.10.2025, 17:00 - 19:30 Uhr
7 Termine, 21 UE, montags
Piet Letz, 73,50 €
N252207004

Plastisches Gestalten

Kreativabend auf Burg Ummendorf: Adventskränze binden

Wir laden Sie herzlich zu einem Kreativabend der besonderen Art ein. In den historischen Gemäuern der Burg Ummendorf und bei weihnachtlichem Ambiente erlernen Sie die Technik des Kranzbindens aus Tannengrün. Unter Anleitung unserer Dozentin können Sie sich in dem Handwerk probieren und eigene Kränze binden. Die Materialpauschale für das Grün, die Binde- und Klebematerialien beträgt 15,00 EUR. Diese sind vor Ort in bar zu entrichten. Die Dekorationsmaterialien für die Gestaltung Ihres individuellen Weihnachtskranzes (u.a. Kerzen, Kerzenteller, Bänder, Sterne, Figuren) müssten mitgebracht werden. Dieser Kreativabend ist ein Kooperationskurs des Börde-Museums Burg Ummendorf und der KVHS. Die Dozentin ist Agrartechnikerin und Mitarbeiterin für die Außenanlagen und den Kräutergarten des Bördemuseums.

Ummendorf, Börde-Museum, Meyendorffstr. 4

Mi, 26.11.2025, 18:00 - 21:00 Uhr

1 Termin, 4 UE, Mittwoch

Renate Maibach, 14,00 €

S252208000

.....

Töpfern

Gestalten und Formen mit Ton kann zu einer neuen und schönen Erfahrung werden. Erlernen Sie den Umgang mit dem Material Ton und Grundtechniken im Aufbau keramischer Gefäße. Modellieren Sie im Kurs nach eigenen Vorstellungen unter fachlicher Anleitung Schalen, Blumentöpfe, Plastiken und vieles mehr mit unterschiedlichen Oberflächengestaltungen. Brenn- und Materialkosten sind nicht in der Kursgebühr enthalten und werden direkt vor Ort mit der Dozentin abgerechnet. Mitzubringen: Leinentuch, Teigrolle (Holz), Schürze, ggf. Töpfermesser.

Oschersleben, KVHS

Mi, 20.08.2025, 14:45 - 17:00 Uhr

6 Termine, 18 UE, mittwochs

Dorothea Weber, 63,00 €

S252208001

.....

Oschersleben, KVHS

Mi, 08.10.2025, 14:45 - 17:00 Uhr

6 Termine, 18 UE, mittwochs

Dorothea Weber, 63,00 €

S252208002

.....



Bitte beachten Sie:

Wenn Sie nach Ihrer Anmeldung keine Nachricht von uns erhalten, erwarten wir Sie zu Kursbeginn. Wir benachrichtigen Sie nur bei Kursausfall oder Terminänderungen.

Musik

Ein Abend an der Musiktruhe

Ein Abend an der Musiktruhe Original aus den 50er Jahren des letzten Jahrhunderts mit Schellackplatten (Klassik bis Schlager der Zeit) aus den 30er, 40er, und 50er Jahren.

Wulferstedt, Praxis Natürlich gesund,

Poststr. 166

Do, 13.11.2025, 19:00 - 20:30 Uhr

1 Termin, 2 UE, Donnerstag

Sabine Schenke, 7,00 €

S252212001

.....

Gitarren-Liedbegleitung für Einsteiger

Es ist schon lange Ihr Wunsch, Lieder auf der Gitarre begleiten zu können? Dann ist dies der richtige Einsteigerkurs. Denn Gitarre spielen lernen geht auch ohne Noten! Hier lernen Sie die Grundlagen der Liedbegleitung auf der Gitarre, erlernen die gebräuchlichsten und einfachsten Gitarrengriffe und erste rhythmische Schlagmuster und das ganz ohne Notenkenntnisse. Je nach Wunsch können eigene Lieblingslieder auf der Gitarre erarbeitet werden. Bitte die eigene funktionstüchtige (mit neuen Saiten bezogene) Gitarre mitbringen. Der Dozent kann ggf. bei der Anschaffung einer geeigneten Gitarre beraten. Zzgl. 5,00 € für Unterrichtsmaterial, die beim Dozenten abgerechnet werden.

Haldensleben, KVHS

Mi, 20.08.2025, 17:30 - 19:30 Uhr

6 Termine, 16 UE, mittwochs

Klaus Heinrich, 56,00 €

N252213001

.....

Haldensleben, KVHS

Mi, 01.10.2025, 17:30 - 19:30 Uhr
6 Termine, 16 UE, mittwochs
Klaus Heinrich, 56,00 €
N252213002

.....

Oschersleben, KVHS

Di, 09.09.2025, 18:00 - 19:30 Uhr
6 Termine, 12 UE, dienstags
Robert Klix, 42,00 €
S252213001

.....

Tanz

Tanz für Paare

Sie haben freitags noch nichts vor und wollen etwas für Ihren Körper tun? Besuchen Sie doch unseren Tanzkurs und trainieren Sie ganz nebenbei Herz, Kreislauf und Gedächtnis. Tanzen Sie entspannt ins Wochenende. Sie lernen Gesellschaftstänze von Standard bis Latein sowie Discofox. Der Kurs ist sowohl für Anfänger als auch Wiedereinsteiger geeignet.

Oschersleben, Europaschule, Burgbreite 2

Fr, 29.08.2025, 18:00 - 19:30 Uhr
10 Termine, 20 UE, freitags
Jens-Uwe Jacobs, 70,00 €
S252205000

.....

Grundkurs: Discofox und Standard

In diesem Tanzkurs für Paare erlernen Sie die Grundschrirte von Discofox und Standardtänzen. Tanzlehrerin Galina Peters zeigt Ihnen, wie Sie Schritt für Schritt, Drehung für Drehung zum harmonischen Tanzpaar werden und dabei auch Ausdauer, Muskulatur und Rhythmusgefühl trainieren. Wer keinen Partner hat, kann auch gerne Tochter, Sohn, Freundin oder Freund mitbringen.

Haldensleben, KVHS

Do, 21.08.2025, 16:45 - 17:45 Uhr
12 Termine, 16 UE, donnerstags
Galina Peters, 64,00 €
N252205000

.....

Line Dance für Anfänger

Line Dance wird zu unterschiedlichen Rhythmen neben- und hintereinander getanzt. Für jeden Musikgeschmack ist etwas dabei, von New Country bis Rock. Es sind festgelegte, sich wiederholende Schrittfolgen, die leicht zu erlernen sind. Ein Vorteil ist, dass man keinen festen Partner braucht, sondern als Einzelner in der Gruppe tanzen kann. Dies macht sehr viel Spaß, verbessert die geistige und körperliche Beweglichkeit und trainiert Ausdauer und Rhythmusgefühl. Dieser Kurs ist für Anfänger konzipiert.

Bitte mitbringen: Haldensleben: saubere Wechselschuhe (leicht rutschig, keine Turnschuhe);
Oschersleben: Turnschuhe, Getränk.

Haldensleben, KVHS

Fr, 05.09.2025, 15:15 - 16:15 Uhr
10 Termine, 13,3 UE, freitags
Christian Budik, 53,32 €
N252205001

.....

Oschersleben, KVHS

Di, 26.08.2025, 19:00 - 20:00 Uhr
15 Termine, 20 UE, dienstags
Birgit Straubing, 70,00 €
S252205005

.....

Line Dance für Fortgeschrittene

Dieser Kurs ist für Fortgeschrittene konzipiert.
Bitte mitbringen: Haldensleben: saubere Wechselschuhe (leicht rutschig, keine Turnschuhe); in Oschersleben: Turnschuhe, Getränk.

Haldensleben, KVHS

Fr, 05.09.2025, 16:30 - 17:30 Uhr
10 Termine, 13,3 UE, freitags
Christian Budik, 53,32 €
N252205002

Oschersleben, KVHS

Do, 28.08.2025, 10:00 - 11:00 Uhr
15 Termine, 20 UE, donnerstags
Birgit Straubing, 70,00 €
S252205006

Oschersleben, KVHS

Do, 28.08.2025, 18:30 - 19:30 Uhr
15 Termine, 20 UE, donnerstags
Birgit Straubing, 70,00 €
S252205007

Fotografie

Fotos ganz easy

Wie komme ich am schnellsten zum gelungenen Foto? Brauche ich die ganze Technik? Macht das viele Zubehör Sinn? Kann man hinterher noch Änderungen vornehmen?

In kleiner, lockerer Runde gibt es Tipps, um schnell gute Fotos zu machen.

Haldensleben, KVHS

Di, 21.10.2025, 17:00 - 20:15 Uhr
1 Termin, 4 UE, Dienstag
Reiner Lorenz, 14,00 €
N252211001

Textiles Gestalten

Erste Schritte mit der Nähmaschine

In diesem Kurs machen Sie sich mit Ihrer Nähmaschine vertraut und erhalten Tipps zur Pflege und Wartung. Sie erlernen den Umgang mit der Nähmaschine, erwerben grundlegende Kenntnisse und fertigen unkomplizierte Nähprojekte an. Eigene Ideen können mit der Kursleiterin abgesprochen werden. Dieser Kurs setzt keine Nähkenntnisse voraus. Teilnahme ab einem Alter von 12 Jahren. Mitzubringen: Nähmaschine nebst Zubehör, Schreibzeug, Packpapier, Zentimetermaß, Nadeln (Steck-, Handnäh- und Nähmaschinennadeln), Garne, Schere, Stoffe und Stoffreste für die ersten Nähversuche.

Haldensleben, KVHS

Sa, 27.09.2025, 10:00 - 15:15 Uhr
1 Termin, 7 UE, Samstag
Anja Kauf, 24,50 €
N252209003

Haldensleben, KVHS

Sa, 08.11.2025, 10:00 - 15:15 Uhr
1 Termin, 7 UE, Samstag
Anja Kauf, 24,50 €
N252209004

Nähmaschinen-Führerschein

In diesem Kompaktkurs werden Sie kompetent auf das Führen Ihrer eigenen Nähmaschine vorbereitet: Sie lernen sie von der Pike auf kennen - Technik und Maschinenkunde gehören ebenso dazu wie Kurven, zickzack oder rückwärts nähen. So entsteht als Abschlussprojekt z.B. eine kleine Tasche für Utensilien, von Ihnen selbst genäht! Materialkosten i. H. v. ca. 8 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet. Bitte folgen-

des Arbeitsmaterial mitbringen: Nähmaschine mit Gebrauchsanleitung und Zubehör, Nähgarn (möglichst in guter Qualität), Trickmarker oder Schneiderkreide, Handmaß oder kleines Lineal, Stecknadeln, Nähadeln, Stoffschere, Nahttrenner, Notizblock und Stift.

Wanzleben, Börde Gymnasium, Raßbachplatz 4

Mo, 08.09.2025, 17:00 - 20:00 Uhr
2 Termine, 8 UE, Montag und Dienstag
Ulrike Grote, 28,00 €
S252209003

Wanzleben, Börde Gymnasium, Raßbachplatz 4

Mo, 10.11.2025, 17:00 - 20:00 Uhr
2 Termine, 8 UE, Montag und Dienstag
Ulrike Grote, 28,00 €
S252209004

Nähen: Adventskalender im Stil Amsterdamer Grachtenhäuser

Ein Adventskalender in der Form eines typischen Amsterdamer Grachtenhauses mit 24 Fensterchen wird genäht. Der Kurs ist für Nähanfänger/innen geeignet, die eigene Nähmaschine sollte allerdings bedient werden können. Vermittelt wird das Nähen mit Schablonen. Drei Formvarianten stehen zur Auswahl; ob schließlich Säckchen oder Taschen verwendet werden sollen, ist freigestellt. Der fertige Kalender ist ca. 90 x 45 cm groß. Benötigt werden: ca. 100 x 50 cm Vorderseitenstoff; Rückseitenstoff und Vlieseinlage H630 in ungefähr derselben Größe. Darüber hinaus bitte mitbringen: bunte Stoffreste, die eigene Nähmaschine, ein langes Lineal, Schere, Stift und sonstiges Nähzubehör. Es handelt sich bei diesem Kurs um eine Kooperation der Kreisvolks-

hochschule mit dem Verein Textilhandwerk e. V. Wolmirstedt. Der Verein kann einiges an Material zur Verfügung stellen, falls etwas vergessen worden ist, und bittet um eine kleine Spende.

Wolmirstedt, Verein Textilhandwerk, Burgstraße 1

Sa, 25.10.2025, 10:00 - 12:15 Uhr
3 Termine, 9 UE, samstags
Andrea Pasemann, 31,50 €
N252209002



© A. Pasemann

Einsteigerkurs Nassfilzen

Das Filzen mit Schafwolle ist eine alte und naturnahe Technik. Praktisches und Dekoratives kann daraus entstehen. Grundkenntnisse werden bei der Anfertigung von Bällen, Bändern und Blumen spielerisch erworben. Zu empfehlen ist ggf. eine Schürze. Es handelt sich bei diesem Kurs um eine Kooperation der Kreisvolkshochschule mit dem Verein Textilhandwerk e. V. Wolmirstedt. Um eine Spende für die seitens des Vereins bereitgestellten Materialien wird gebeten.

Wolmirstedt, Verein Textilhandwerk, Burgstraße 1

Sa, 06.09.2025, 09:30 - 12:30 Uhr
1 Termin, 4 UE, Samstag
Petra Taubert, 14,00 €
N252209001

Lichtobjekte aus Filz – Große Häuser

In diesem Kurs lernen Sie, wie mit einfachen Hilfsmitteln (Filzwolle, warmes Wasser und Seife) eine märchenhafte Lampe gefilzt wird. In circa 4 Stunden entsteht eine wunderschöne Lampe in Form eines Hauses - nicht nur für das Kinderzimmer. Es hat viele kleine Fenster und eine Tür und kann mit kleinen Blumenranken verziert werden. Im Inneren befindet sich eine feste Lampe aus Glas. Jedes Produkt wird ein Unikat. Auch wunderbar zum Verschenken. Dieser Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichsam geeignet. Die Materialpauschale für Filzwolle in verschiedenen Farben und die Lampe beträgt 25,00 €. Diese ist vor Ort in bar zu entrichten. Bitte mitbringen: zwei, drei alte Handtücher und wenn vorhanden eine Stoffschere.

Oschersleben, KVHS

Sa, 06.12.2025, 10:00 - 14:30 Uhr
1 Termin, 6 UE, Samstag
Kathrin Fahrenbruch, 27,00 €
S252209007

Patchwork: V ist WOW!

In diesem Kurs nehmen wir uns den V-Block vor, der mit nur zwei Nähten relativ schnell genäht ist und mit dem sich durch geschickte Anordnung erstaunlich viele unterschiedliche Layouts kreieren lassen. Der V-Block kann auf verschiedene Arten genäht werden. Wir konzentrieren uns auf das klassische Zusammensetzen des Blocks: präzises Zuschneiden, Zusammennähen, Trimmen. Wir nähen die Blöcke, setzen das Top zusammen, machen ein Sandwich aus der genähten Oberseite, dem Volumenvlies und einem Rückseitenstoff, quilten diese drei Lagen und versehen das Ganze mit einem Binding (seitlicher Abschluss). Am Ende des Kurses haben wir einen Tischläufer, eine kleine Mitteldecke oder einen Miniquilt für die Wand. Dieses Kursthema richtet sich an Personen mit zumindest etwas Näherfahrung. Patchwork-Neulinge sind ganz herzlich willkommen! Der Umgang mit Rollschneider und Lineal, das Zusammensetzen und Quilten sowie das Nähen der Randeinfassung werden Schritt für Schritt vermittelt.



Sie haben Interesse als Dozent / Dozentin
an der Kreisvolkshochschule Börde tätig
zu werden? Dann melden Sie sich bei uns!

**Wanzleben, Börde Gymnasium,
Raßbachplatz 4**

Do, 04.09.2025, 18:30 - 20:45 Uhr
6 Termine, 18 UE, donnerstags
Ulrike Grote, 63,00 €
S252209001



© U. Grote

Patchwork: Dresdner Sterne!

In diesem Kurs nähen wir eine ganz besondere Variante des Dresdner Tellers: an der äußeren Spitze der Keile scheint ein kleines Quadrat wie ein i-Tüpfelchen über dem Hintergrund zu schweben. Als Nähetechniken kommen präzises Zuschneiden mit Rollschneider und Lineal, Zusammensetzen, sowie das Applizieren zum Einsatz. Zur Fertigstellung eines individuellen Textilobjekts (Tischläufer, runde oder eckige Mitteldecke, kleiner Wandquilt, ...) gehören dann auch noch das Bilden des Sandwichs, das Quilten und das Binding (seitliche Randeinfassung). Patchwork-Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, aber der Umgang mit der eigenen Nähmaschine sollte bekannt sein.



© U. Grote

**Wanzleben, Börde
Gymnasium,
Raßbachplatz 4**

Do, 30.10.2025, 18:30 - 20:45 Uhr
6 Termine, 18 UE, donnerstags
Ulrike Grote, 63,00 €
S252209002

Probier Dich aus!

Suchen, finden, buchen.
Mit dem vhs-Kursfinder auf
www.volkshochschule.de

Mehr als
500.000 Kurse.
Jetzt
entdecken!

Politik // Gesellschaft // Umwelt



Manuela Kohlheim

Programmbereichsleitung

Telefon: 03904 72407282

E-Mail: manuela.kohlheim@landkreis-boerde.de

Web: kvhs.landkreis-boerde.de



Katrin Schuchna

Programmbereichsleitung Integration, Deutsch als Fremdsprache

Telefon: 03904 72407283

E-Mail: katrin.schuchna@landkreis-boerde.de

Web: kvhs.landkreis-boerde.de



Umweltbildung

Psychologie Deutschprüfungen

Integration

Nachhaltigkeit

Recht und
Verbraucherfragen

Einbürgerung

politische Bildung

Pädagogik

Erziehung

Länderkunde

Deutsch als
Fremdsprache

Integration/Deutsch als Fremdsprache

Lernziele des Programmbereichs Integration sind:

- der Erwerb der deutschen Sprache
- die berufliche und soziale Eingliederung
- die Förderung der Vielfalt der Kulturen
- die Förderung der Interkulturalität
- die Förderung des gemeinsamen Lernens und
- die Förderung der gesellschaftlichen Eingliederung sowie
- der Erwerb von Kenntnissen zur Erlangung der deutschen Staatsbürgerschaft

Integrationskurse

Ihre Ansprechpartnerinnen:

Katrin Schuchna, Tel. 03904 72407283,
E-Mail: katrin.schuchna@landkreis-boerde.de
(für die Standorte Oschersleben und Wolmirstedt)

Doreen Lefèvre, Tel. 03904 72407265,
E-Mail: doreen.lefevre@landkreis-boerde.de
(für den Standort Haldensleben)

Sprechzeiten rund um die Integrationskurse:

Haldensleben

Montag bis Donnerstag von 13.00 bis 15.00 Uhr

Oschersleben

Dienstag und Donnerstag von 10.00 bis 13.00 Uhr

Wolmirstedt

Mittwoch von 11.00 bis 14.00 Uhr

Bitte vereinbaren Sie telefonisch einen Termin!
Weitere Zeiten sind nach Absprache möglich.

Die Kreisvolkshochschule Börde bietet an den Standorten Haldensleben, Oschersleben und Wolmirstedt laufend neue Integrationskurse an. Nähere Informationen zu den aktuell laufenden bzw. in Kürze geplanten Integrationskursen finden Sie auf unserer Internetseite kvhs.landkreis-boerde.de im Programmbereich „Sprachen“ unter „Deutsch als Fremdsprache“.

Sie können mit einem Berechtigungsschein der Ausländerbehörde oder des Jobcenters an einem Integrationskurs teilnehmen. Wenn Sie keinen Berechtigungsschein haben, prüfen wir, ob Sie einen Berechtigungsschein beim Bundesamt für Migration und Flüchtlinge beantragen können, und helfen Ihnen bei der Antragstellung. Für Teilnehmer mit einem Berechtigungsschein vom Jobcenter ist die Teilnahme am Kurs kostenlos, Teilnehmer mit einem Berechtigungsschein von der Ausländerbehörde müssen die Hälfte der Kursgebühr selbst zahlen. Bei Teilnehmern mit einem Berechtigungsschein vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge hängt es vom Aufenthaltsstatus ab, ob sie etwas dazuzahlen müssen. Aktuell beträgt die Zuzahlung 2,29 € pro Unterrichtsstunde. Wenn Sie Leistungen wie SGB II, Wohngeld oder Kinderzuschlag beziehen, können Sie einen Antrag auf Befreiung von der Zuzahlung stellen. Wenn der Antrag positiv beschieden wird, ist die Teilnahme für Sie kostenlos. Wir prüfen Ihre individuellen Voraussetzungen und teilen Ihnen dann die Höhe der Kursgebühr mit.

Wenn nicht alle Plätze durch Teilnehmer mit Berechtigungsschein belegt sind, ist die Teilnahme am Integrationskurs auch ohne Berechtigungsschein möglich. Wir beraten Sie gern.

Ein allgemeiner Integrationskurs umfasst 700 Unterrichtsstunden (Ustd) und ist folgendermaßen aufgebaut:

Integrationskurs 700 Unterrichtsstunden (Ustd)						
Basissprachkurs			Aufbausprachkurs			Orientierungskurs
1. Modul	2. Modul	3. Modul	4. Modul	5. Modul	6. Modul	7. Modul
100 Ustd	100 Ustd	100 Ustd	100 Ustd	100 Ustd	100 Ustd	100 Ustd (Geschichte, Kultur, Rechtsordnung)
						Ziel: Deutsch- Test für Zuwanderer
300 Ustd			300 Ustd			Ziel: Test „Leben in Deutschland“
						100 Ustd

Anmeldungen zum Kurs sind jederzeit möglich. Wir führen einen Einstufungstest mit Ihnen durch und entscheiden dann, ab welchem Modul Sie am Kurs teilnehmen.

Ziel des Kurses ist, dass Sie nach 600 Stunden Sprachunterricht den Deutsch-Test für Zuwanderer ablegen und das Niveau B1 erreichen. Im Orientierungskurs, der sich an den Sprachkurs anschließt, werden Kenntnisse über die Geschichte, Kultur und Rechtsordnung in Deutschland vermittelt. Er schließt mit dem Test „Leben in Deutschland“ ab. Der Test kann unter bestimmten Bedingungen den Einbürgerungstest ersetzen.

Wenn Sie den Deutsch-Test für Zuwanderer auf dem Niveau B1 und den Abschlusstest zum Orientierungskurs („Leben in Deutschland“) bestehen, erhalten Sie das Zertifikat Integrationskurs.

Neben den allgemeinen Integrationskursen bieten wir auch Integrationskurse mit Alphabetisierung an. In diesen Kursen lernen Sie bis zu 1000 Stunden. Teilnehmer von Alphabetisierungskursen, die nach Absolvierung aller Unterrichtsstunden noch nicht das Niveau B1 erreicht haben, können außerdem bis zu 300 Unterrichtsstunden wiederholen.



Bitte beachten Sie:

Wenn Sie nach Ihrer Anmeldung keine Nachricht von uns erhalten, erwarten wir Sie zu Kursbeginn. Wir benachrichtigen Sie nur bei Kursausfall oder Terminänderungen.

Unsere hauptamtlichen Dozentinnen und Ansprechpartnerinnen im Bereich Integration:

Haldensleben



Doreen Lefèvre,
Pädagogische Mitarbeiterin
und Dozentin



Jana Wlodech de Rivera,
Dozentin



Mariya Zabolotnaya,
Dozentin

Oschersleben



Katrin Schuchna,
Programmbereichsleiterin
und Dozentin



Dr. Atanas Damianov,
Dozent

Wolmirstedt



Christine Kurzhals,
Dozentin

Prüfungen

Sie können in der Kreisvolkshochschule Börde Deutschprüfungen der telc gGmbH auf den Niveaustufen A1, A2, B1 und B2 ablegen. Die Anmeldung zu diesen Prüfungen ist persönlich und bis spätestens 3 Wochen vor dem jeweiligen Prüfungstermin erforderlich. In Haldensleben können zu folgenden Terminen Prüfungen abgelegt werden:

11.07.2025
22.08.2025
19.09.2025
17.10.2025
12.12.2025

An unseren anderen Standorten finden die Prüfungen nach individueller Absprache statt.

Das Sprachniveau B1 kann ebenfalls durch eine erfolgreiche Teilnahme am Deutsch-Test für Zuwanderer bescheinigt werden. Dieser Test findet am Ende eines jeden Integrationskurses statt. Voraussetzung für die Teilnahme ist, dass Sie über eine Teilnahmeberechtigung für den Integrationskurs verfügen oder mindestens ein Modul in einem Integrationskurs besucht haben. Wenn Sie den Kurs nicht bei uns besucht haben, benötigen wir darüber schriftliche Nachweise. Über Testtermine können Sie sich auf unserer Internetseite informieren. Wenn Sie die Voraussetzungen erfüllen und freie Plätze vorhanden sind, sind Anmeldungen zum Deutsch-Test für Zuwanderer ausschließlich persönlich und bis spätestens 4 Wochen vor dem Testtermin möglich.

Test „Leben in Deutschland“

Am Ende eines jeden Orientierungskurses findet ein Test „Leben in Deutschland“ statt. Der Test ersetzt unter bestimmten Voraussetzungen den Einbürgerungstest. Am Test können auch Personen teilnehmen, die nicht den Orientierungskurs besucht haben. Eine Anmeldung ist nur persönlich möglich und muss spätestens 4 Wochen vor dem Testtermin erfolgen. Informationen über die Termine finden Sie auf unserer Internetseite.

Deutsch für Fortgeschrittene

Ihre Ansprechpartnerinnen:

Katrin Schuchna: 03904 72407283,
E-Mail: katrin.schuchna@landkreis-boerde.de
(für die Standorte Oschersleben und Wolmirstedt)

Doreen Lefèvre, Tel. 03904 72407265,
E-Mail: doreen.lefevre@landkreis-boerde.de
(für den Standort Haldensleben)

Berufsbezogene Sprachförderung gemäß §45a Aufenthaltsgesetz

An den Standorten Haldensleben, Oschersleben und Wolmirstedt finden gemäß §45a Aufenthaltsgesetz Kurse zur berufsbezogenen Sprachförderung mit dem Zielniveau B2 statt. Wer an diesen Kursen teilnimmt, entscheiden die Arbeitsagenturen und Jobcenter. Prinzipiell sind die Kurse offen für Deutsche mit Migrationshintergrund, EU-Bürger und Zuwanderer aus Drittstaaten. Auch die Teilnahme Beschäftigter ist möglich. In diesem Fall ist ab einer bestimmten Einkommensgrenze ein Kostenbeitrag zum Kurs in Höhe von 2,56 € pro Unterrichtsstunde zu zahlen. Der Kostenbeitrag kann auch vom Arbeitgeber übernommen werden.

Grundvoraussetzung für die Teilnahme an B2-Kursen sind Deutschkenntnisse auf dem Sprachniveau B1 nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER). Ziel ist das Erreichen des Niveaus B2 in 400 oder 500 Unterrichtsstunden.

Einbürgerung

Ihre Ansprechpartnerinnen:

Katrin Schuchna, Tel. 03904 72407283,
E-Mail: katrin.schuchna@landkreis-boerde.de
(für die Standorte Oschersleben und Wolmirstedt)

Doreen Lefèvre, Tel. 03904 72407265,
E-Mail: doreen.lefevre@landkreis-boerde.de
(für den Standort Haldensleben)

Einbürgerungstest

Haldensleben, KVHS

Mi, 20.08.2025, 13:00 - 14:00 Uhr
1 Termin, 1,3 UE, Mittwoch
Doreen Lefèvre, 25,00 €
N252100001

Haldensleben, KVHS

Mi, 15.10.2025, 13:00 - 14:00 Uhr
1 Termin, 1,3 UE, Mittwoch
Doreen Lefèvre, 25,00 €
N252100002

Haldensleben, KVHS

Mi, 17.12.2025, 13:00 - 14:00 Uhr
1 Termin, 1,3 UE, Mittwoch
Doreen Lefèvre, 25,00 €
N252100003

Oschersleben, KVHS

Di, 05.08.2025, 14:00 - 15:00 Uhr
1 Termin, 1,3 UE, Dienstag
Katrin Schuchna, 25,00 €
S252100001

Oschersleben, KVHS

Di, 30.09.2025, 14:00 - 15:00 Uhr
1 Termin, 1,3 UE, Dienstag
Katrin Schuchna, 25,00 €
S252100002

Oschersleben, KVHS

Di, 02.12.2025, 14:00 - 15:00 Uhr
1 Termin, 1,3 UE, Dienstag
Katrin Schuchna, 25,00 €
S252100003

Wolmirstedt, KVHS

Mi, 23.07.2025, 15:00 - 16:00 Uhr
1 Termin, 1,3 UE, Mittwoch
Katrin Schuchna, 25,00 €
N251100014

Wolmirstedt, KVHS

Mi, 24.09.2025, 15:00 - 16:00 Uhr
1 Termin, 1,3 UE, Mittwoch
Katrin Schuchna, 25,00 €
N252100011

Wolmirstedt, KVHS

Mi, 26.11.2025, 15:00 - 16:00 Uhr
1 Termin, 1,3 UE, Mittwoch
Katrin Schuchna, 25,00 €
N252100012

Recht und Verbraucherfragen

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

In dieser Veranstaltung erhalten Sie wichtige Informationen zu Schwerpunkten des Betreuungsrechts. Dazu zählt die Vorsorgevollmacht, die wichtig ist, um die Mitwirkung durch gerichtlich bestellte Betreuer zu vermeiden, wenn eine Person beispielsweise durch Krankheit oder Unfall in ihren persönlichen, insbesondere wirtschaftlichen Angelegenheiten auf fremde Hilfe angewiesen ist. Ein weiterer Aspekt ist die Patientenverfügung, in der konkrete Anweisungen für bestimmte Situationen (z. B. hinsichtlich medizinischer Maßnahmen) festgehalten werden können. Die Referentin ist Fachanwältin für Familien- und Erbrecht.

Haldensleben, KVHS

Do, 23.10.2025, 18:00 - 20:00 Uhr
1 Termin, 2,7 UE, Donnerstag
Claudia Rost, 9,35 €
N252103001

Oschersleben, KVHS

Do, 18.09.2025, 18:00 - 20:00 Uhr
1 Termin, 2,7 UE, Donnerstag
Claudia Rost, 9,35 €
S252103001

Wolmirstedt, KVHS

Do, 02.10.2025, 18:00 - 20:00 Uhr
1 Termin, 2,7 UE, Donnerstag
Claudia Rost, 9,35 €
N252103002

Alles rund ums Erben und Vererben

In dieser Veranstaltung stehen folgende Schwerpunkte des Erbrechts im Mittelpunkt:

- gesetzliche Erbfolge
- Ehegattenrecht
- Pflichtteil
- Inhalt und Form eines Testaments

Die Referentin ist Fachanwältin für Familien- und Erbrecht.

Haldensleben, KVHS

Do, 30.10.2025, 18:00 - 20:00 Uhr
1 Termin, 2,7 UE, Donnerstag
Claudia Rost, 9,35 €
N252103003

Oschersleben, KVHS

Do, 25.09.2025, 18:00 - 20:00 Uhr
1 Termin, 2,7 UE, Donnerstag
Claudia Rost, 9,35 €
S252103002

Wolmirstedt, KVHS

Do, 09.10.2025, 18:00 - 20:00 Uhr
1 Termin, 2,7 UE, Donnerstag
Claudia Rost, 9,35 €
N252103004



Anmelden

sollten Sie sich rechtzeitig, am besten bis eine Woche vor Kursbeginn: schriftlich, per E-Mail unter kvhs@landkreis-boerde.de oder ganz einfach online auf kvhs.landkreis-boerde.de. So vermeiden Sie, dass der Kurs schon besetzt ist oder wegen zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt werden muss.

Erziehungsfragen und Pädagogik

Online: Eltern im digitalen Zeitalter

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

- Cybermobbing,
- Cybergrooming,
- Sicherheit im Netz,
- Soziale Medien,
- Videospiele,
- Sexting

Voraussetzungen: Computer/Laptop mit Webcam und Mikro (Headset empfehlenswert), stabile Internetverbindung.

Verwendetes Videokonferenzsystem: Zoom (ein Zoom-Account ist nicht unbedingt notwendig), Teilnahme erfolgt über einen E-Mail-Link.

Online-Kurs

Do, 09.10.2025, 18:30 - 20:45 Uhr

1 Termin, 3 UE, Donnerstag

Robin Weniger, 24,00 €

N252105005

.....

Online-Kurs

Mo, 01.12.2025, 18:30 - 20:45 Uhr

1 Termin, 3 UE, Montag

Robin Weniger, 24,00 €

N252105006

.....

Umweltbildung/globales Lernen/Bildung für nachhaltige Entwicklung

Naturgarten – Anlegen und Pflegen von Wildblumenwiesen, Blumenkräuterrassen & Säumen

Auf einer Wildblumenwiese kann viel buntes Treiben beobachtet werden und sie bietet vielen Insekten und Kleintieren einen Nahrungs- und Lebensraum und ist somit ein kleines ökologisches Biotop. Die Wildblumenwiesen und Säume sind sehr wichtig für unsere heimische Natur. Doch in der Landschaft sind sie immer weniger zu finden. In den eigenen Garten lassen sich diese wunderbar integrieren. Auch ein Blumenkräuterrassen ist eine wertvolle Alternative und macht weniger Arbeit als der klassische Rasen. Lernen Sie die Grundlagen der Anlage und Pflege von Wildblumenwiesen kennen und lassen sich inspirieren von der Vielfalt der Natur. Der Dozent ist Naturgartenplaner, Gärtnermeister in der Fachrichtung Garten- und Landschaftsbau und Gartentherapeut mit eigenem Unternehmen.

Haldensleben, KVHS

Di, 07.10.2025, 18:00 - 20:15 Uhr

1 Termine, 3 UE, Dienstag

Christian Feißel, 9,00 €

N252104001

.....



Werde Teil des



**Landkreis
Börde**

Ausbildung zum:

- › Notfallsanitäter (m/w/d)
- › Straßenwärter (m/w/d)
- › Verwaltungsfachangestellte (m/w/d)

Duales Studium:

- › Öffentliche Verwaltung
- › Verwaltungsökonomie
- › Bauingenieurwesen

landkreis-boerde.de/karriere



talentCAMPus

ein ganztägiges Ferienangebot für Kinder und Jugendliche im Alter von 9 bis 16 Jahren

Der *talentCAMPus* ist ein Projekt des Deutschen Volkshochschulverbandes im Rahmen des Programms „Kultur macht stark. Bündnisse für Bildung“ des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBF). Hierbei werden standardisierte und freie Angebote der kulturellen Bildung miteinander kombiniert und die Kinder und Jugendlichen so in ihren kulturellen, interkulturellen, sprachlichen und sozialen Kompetenzen gefördert. Das Projekt wird finanziell gefördert aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBF).

- Leistungsumfang:** 40 Ustd. an 5 Tagen in den Ferien,
Montag bis Freitag, 8.30 – 16.00 Uhr,
inkl. kostenlose Verpflegung
- Kosten:** kostenfrei, da aus Fördermitteln finanziert
- Themen/Termine:** Die Kurse befinden sich in der Planungsphase. Bitte nehmen Sie Kontakt mit dem Ansprechpartner auf.
- Ansprechpartner:** **Dr. Ioannis Panteleon**, Tel. 03904 72407284;
E-Mail: ioannis-andreas.panteleon@landkreis-boerde.de



Allgemeine Teilnahmebedingungen

Allgemeines

Die Kreisvolkshochschule Börde ist eine kommunale Bildungseinrichtung in Trägerschaft des Landkreises Börde. Die Kreisvolkshochschule (KVHS) ist bemüht, das angebotene Programm ohne Einschränkungen durchzuführen. Zusätzliche Veranstaltungen werden in der örtlichen Presse bekannt gegeben. Bei mangelnder Beteiligung, Ausfall eines Kursleiters oder aus anderen Gründen kann die Kreisvolkshochschule vom Vertrag zurücktreten. In diesen Fällen werden bereits geleistete Zahlungen anteilig erstattet. Weitergehende Ansprüche an die Kreisvolkshochschule sind ausgeschlossen.

Teilnahme

Die Teilnahme an den Bildungsveranstaltungen der Kreisvolkshochschule steht jedem offen. Veranstaltungen werden in der Regel nur bei einer Mindestbeteiligung von 10 bzw. 7 Teilnehmern durchgeführt.

Anmeldungen

Die Anmeldungen werden generell nur in schriftlicher Form entgegengenommen. Das kann persönlich in den Geschäfts- bzw. Nebenstellen der KVHS, per Postkarte, Fax, E-Mail oder Internetbuchung geschehen. Eine vollständige Anmeldung beinhaltet den Namen, die Anschrift und Telefonnummer des Teilnehmers sowie die Kursnummer und den Kurstitel. Sie muss mindestens 5 Tage vor Veranstaltungsbeginn vorliegen.

Die Anmeldung ist verbindlich. Es erfolgt keine besondere Bestätigung durch die KVHS für den Kursbeginn. Wir informieren nur, wenn der Kurs ausfällt oder der Beginn verschoben wird. Das heißt: Erhalten Sie von uns keine Nachricht, kommen Sie bitte zum angegebenen ersten Kurstermin. Die Anmeldung verpflichtet zur Zahlung der Teilnahmegebühren. Bei begrenzten Teilnehmerzahlen erfolgt die Platzvergabe nach dem Eingangsdatum der Anmeldung.

Abmeldung

Die Abmeldung durch den Teilnehmer muss generell in schriftlicher Form mindestens 5 Tage vor Veranstaltungsbeginn (Posteingang) in der KVHS vorliegen. Ge-

schieht dies nicht, ist die volle Teilnahmegebühr zu entrichten!

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

Teilnahmebestätigung

Nach regelmäßiger Teilnahme an Kursen (mindestens 80 %) wird auf Wunsch eine Teilnahmebestätigung ausgestellt. Teilnahmebestätigungen werden per Post nur verschickt, wenn Sie uns einen ausreichend frankierten und mit Ihrer Adresse beschrifteten Rückumschlag zu senden.

Teilnahmegebühren

Die Teilnahmegebühren richten sich nach der vom Kreistag beschlossenen Gebührensatzung vom 01.09.2020. Sie kann in den Geschäfts- und Nebenstellen der KVHS eingesehen werden.

Gebührenermäßigung

Empfänger von Sozialleistungen nach dem SGB II und SGB XII erhalten auf schriftlichen Antrag eine Ermäßigung von 25 %. Der Antrag muss vor Kursbeginn an der KVHS eingereicht werden, die entsprechenden Nachweise sind dabei vorzulegen. Ermäßigungen können erst ab einer Gebühr von 20,00 € gewährt werden.

Gebührenerstattung

In begründeten Ausnahmefällen (z.B. Wohnort- oder Arbeitsortwechsel, längere Krankheit) ist unter Vorlage entsprechender Nachweise eine volle oder teilweise Erstattung der Gebühr auf schriftlichen Antrag möglich. Der Erstattungsanspruch ist innerhalb eines Monats nach Ende der Bildungsveranstaltung schriftlich geltend zu machen.

Versicherungsschutz

Es wird Versicherungsschutz gemäß den Versicherungsbestimmungen des Landkreises Börde gewährt. Eine darüber hinaus gehende Haftung kann nicht übernommen werden. Nähere Auskünfte erteilen die Mitarbeiter der KVHS.

Kulturelle Einrichtungen



Neben der Kreisvolkshochschule Börde gibt es die folgenden weiteren kulturellen Einrichtungen in Trägerschaft des Landkreises Börde

Kreismusikschule Wolmirstedt/Haldensleben	Schwimmbadstraße 2 a 39326 Wolmirstedt Tel.: 039201 21716 E-Mail: musikschule-wms@landkreis-boerde.de Web: https://musikschule-wms.landkreis-boerde.de/
Musikschule „Kurt Masur“ Oschersleben	Halberstädter Straße 1 39387 Oschersleben (Bode) Tel.: 03949 3553 E-Mail: musikschule-oc@landkreis-boerde.de Web: https://www.musikschule-oschersleben.de/
Museum Haldensleben	Breiter Gang 39340 Haldensleben Tel.: 03904 2710 E-Mail: museumhaldensleben@landkreis-boerde.de Web: http://www.museumhaldensleben.de
Museum Wolmirstedt	Schlossdomäne 4 39326 Wolmirstedt Tel.: 039201 21363 E-Mail: museumwolmirstedt@landkreis-boerde.de Web: https://museumwolmirstedt.landkreis-boerde.de/
Börde-Museum Burg Ummendorf	Meyendorffstraße 4 39365 Ummendorf Tel.: 039409 522 E-Mail: boerde-museum@landkreis-boerde.de Web: https://boerde-museum.landkreis-boerde.de/
Technisches Denkmal Ziegelei Hundisburg	Jacob-Bührer-Straße 2 39343 Haldensleben OT Hundisburg Tel.: 03904 42835 E-Mail: verwaltung@ziegelei-hundisburg.de Web: https://www.ziegelei-hundisburg.de/
Kreis- und Stadtarchiv Haldensleben	Bülstringer Straße 30 39340 Haldensleben Tel.: 03904 40169 E-Mail: archiv@landkreis-boerde.de Web: https://www.landkreis-boerde.de
Stadt- und Kreisbibliothek Haldensleben	Gerikestraße 3 a 39340 Haldensleben Tel.: 03904 49530 E-Mail: bibliothek@haldensleben.de Web: https://www.haldensleben.de/Kultur-Tourismus/Stadt-und-Kreisbibliothek/

Kalender-Übersicht zweites Halbjahr

	Juli	August
Montag	7 14 21 28	4 11 18 25
Dienstag	1 8 15 22 29	5 12 19 26
Mittwoch	2 9 16 23 30	6 13 20 27
Donnerstag	3 10 17 24 31	7 14 21 28
Freitag	4 11 18 25	1 8 15 22 29
Samstag	5 12 19 26	2 9 16 23 30
Sonntag	6 13 20 27	3 10 17 24 31
<i>Woche</i>	<i>27 28 29 30 31</i>	<i>31 32 33 34 35</i>
	September	Oktober
Montag	1 8 15 22 29	6 13 20 27
Dienstag	2 9 16 23 30	7 14 21 28
Mittwoch	3 10 17 24	1 8 15 22 29
Donnerstag	4 11 18 25	2 9 16 23 30
Freitag	5 12 19 26	3 10 17 24 31
Samstag	6 13 20 27	4 11 18 25
Sonntag	7 14 21 28	5 12 19 26
<i>Woche</i>	<i>36 37 38 39 40</i>	<i>40 41 42 43 44</i>
	November	Dezember
Montag	3 10 17 24	1 8 15 22 29
Dienstag	4 11 18 25	2 9 16 23 30
Mittwoch	5 12 19 26	3 10 17 24 31
Donnerstag	6 13 20 27	4 11 18 25
Freitag	7 14 21 28	5 12 19 26
Samstag	1 8 15 22 29	6 13 20 27
Sonntag	2 9 16 23 30	7 14 21 28
<i>Woche</i>	<i>44 45 46 47 48</i>	<i>49 50 51 52 1</i>

Bitte senden Sie diese Anmeldung an die Kreisvolkshochschule Börde

- Warmsdorfer Str. 20, 39340 **Haldensleben**,
Fax: 03904 724057260 *oder*
- Burgbreite 3, 39387 **Oschersleben**,
Fax 03904 724057260 *oder*
- per **E-Mail** an: kvhs@landkreis-boerde.de

Kursdaten (bitte ausfüllen):

Kurs-Nr.:	
Kurstitel:	
Beginn, Dauer:	
Kursort:	
Gebühr:	

Ihre Daten (bitte ausfüllen):

Name	
Vorname	
Straße	
PLZ Wohnort	
Telefon	
Tel.-Mobil	
E-Mail- Adresse	
Geburts- datum	

Datum

Unterschrift (bei Personen
unter 18 Jahren gesetzl. Vertreter)

Mit meiner Unterschrift stimme ich der Verarbeitung meiner personengebundenen Daten zum Zweck der KVHS-Kursverwaltung, Kursabrechnung und Kursstatistik zu.

Wichtige Hinweise (bitte beachten):

Diese Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet Sie zur Zahlung der Teilnehmergebühren entsprechend der gültigen Gebührensatzung der Kreisvolkshochschule.

Es erfolgt keine besondere Bestätigung für den Kursbeginn. Wir informieren nur, wenn der Kurs ausfällt oder der Beginn verschoben wurde. Das heißt: Erhalten Sie von uns keine Nachricht, kommen Sie bitte zum angegebenen ersten Kurstermin.

Abmeldungen müssen bis spätestens 5 Werktage vor Kursbeginn der Kreisvolkshochschule schriftlich vorliegen. Beim Kursleiter sind keine Abmeldungen möglich. Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

[illegible]

Notizen

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Notizen

[illegible]