



## BERNBURG (SAALE)

### KREISVOLKSHOCHSCHULE

#### ANMELDUNG UND BERATUNG

KVHS  
Standort Bernburg,  
Vor dem Nienburger Tor 13a

Geschäftszeiten -

**Mo - Fr: 09:00 - 12:00 Uhr**

**Di: 14:00 - 18:00 Uhr**

**Do: 14:00 - 16:00 Uhr**

**Tel.: 03471 30098-0**

**Fax: 03471 30098-29**

**E-Mail: kvhs@kreis-slk.de**

Die Veranstaltungen (VA) finden in der KVHS, Vor dem Nienburger Tor 13a in 06406 Bernburg (Saale) statt.

Eine Unterrichtseinheit (UE) entspricht 45 Minuten.

Die Gebühr gilt ab 8 Teilnehmer (TN).  
(Abweichungen davon werden gesondert angegeben.)

Bitte melden Sie sich stets an!  
Kostenfreie Abmeldungen sind bis 5 Tage vor dem Termin möglich. Eine Anmeldebestätigung wird nicht versandt!

Hinweis:  
Fragen Sie bei der Anmeldung nach unseren Ermäßigungsmöglichkeiten. ...



<b>Mensch - Natur - Gesellschaft</b>	Beginn	Uhrzeit	VA Anzahl	Ge- bühr EUR	Kursleiter/in
<b>Ernährung nach Traditioneller Chinesischer Medizin (TCM): Frühstücksrezepte</b> „Frühstücke wie ein Kaiser, iss zu Mittag wie ein Bürger und zu Abend wie ein Bettler“ Das gilt auch in der TCM. Die Erklärung liegt in der Organuhr, nach der jedes Organ zwei Stunden am Tag seine energetische Hochzeit hat. Verstärkt wird dieser Effekt durch Kochen. Ihr gekochtes Frühstück essen Sie idealerweise vor 9 Uhr. Nach wenigen Wochen werden Sie merken, dass Sie besser durch den Tag kommen. Energieabfall und Heißhunger zwischendurch nehmen ab.	Do 11.01.	09:00 – 10:30 / 16:30 – 18:00	je 1	6,50 zzgl. 1,- Materi- alkos- ten	Nancy Renno
<b>Imkerei, wäre das ein Hobby für mich?</b> Imkerei ist längst kein „Alte-Männer-Hobby“ mehr. Auch junge Menschen, Frauen, Berufstätige und Menschen in der Stadt können Honigbienen halten. Der Schnupperkurs zeigt, wo man Bienen halten kann, wie man sich die notwendigen Kenntnisse aneignet und auf welchem Weg man sich Bienen beschafft.	Do 18.01.	17:00 – 18:30	1	ohne	Prof. Dr. Margot Steinel
<b>Die Stimme als Werkzeug im Erzieher/innen-Alltag/Stimmtraining</b> Mitarbeiter/innen in Kitas und Horten sind permanent hohen stimmlichen Belastungen ausgesetzt. Oft steht dem unzureichende Kenntnis über das eigene, komplexe Stimmwerkzeug gegenüber. Das Halbtagsseminar will anatomische und physiologische Grundlagen der Stimmgebung sowie Wissenswertes zur Gesunderhaltung der Stimme vermitteln.	Sa 20.01.	09:00 – 12:15	1	20,00	Susanne Wöhlbier
<b>Fasten im Frühling – Gewichtsreduktion, aber gesund!</b> Was sind die Unterschiede zwischen Fasten, Diäten und Ernährungsumstellung? Was passiert beim „Hungerstoffwechsel“ in Körper und Psyche und wie und warum kommt es zum Jojo-Effekt? Die Risiken und Möglichkeiten werden erläutert, ein Ernährungsprotokoll wird erstellt, ausgewertet und danach ein individueller Ernährungsplan entworfen. <b>Weitere Termine: 29.01. und 19.02.</b>	Mo 22.01.	17:00 – 18:30	3	20,00	Miriam Seibel
<b>Energiesparen für Mieter und Wohnungseigentümer</b> Voraussetzung ist ein Bewusstsein für den eigenen Energieverbrauch. Dazu ist es sinnvoll, zum Vortrag die eigenen Verbrauchsdaten für Strom und Heizung parat zu haben. Der Energieberater schaut auf die Einsparpotentiale. Außerdem wird auf die gesetzlichen Vorschriften für Vermieter und Gebäudeeigentümer durch die Energieeinsparverordnung eingegangen.	Di 23.01.	17:00 – 18:30	1	ohne	Dipl.-Ing. Kerstin Spitz
<b>Der Energieausweis – Anforderungen und Auswirkungen</b> Seit 2014 ist die Notwendigkeit eines Gebäudeenergieausweises gesetzlich geregelt. Es wird erläutert, wann ein Energieausweis ausgestellt wird, welche Arten es gibt, die Ausnahmen von der Energieausweispflicht und welche rechtlichen Konsequenzen damit verbunden sind.	Di 13.02.	17:00 – 18:30	1	ohne	Thomas Schüler
<b>Kriminalfälle aus vergangenen Zeiten</b> Dubiose Ereignisse, zwielichtige Gestalten und Geschäfte mit lokalem Bezug, wie u. a. der Raubmord an einem Prokuristen oder das Drama um Cörmigk, erwarten die Zuhörer - unterhaltsam erzählt. <b>Wir starten unsere regionale Lesungsreihe 2018 mit Kriminaldirektor a. D. Norbert Postler.</b>	Do 15.02.	16:30 – 18:00	1	4,00	Norbert Postler
<b>Dachdämmung im Rahmen der energetischen Gebäudesanierung</b> Der Energieberater der Verbraucherzentrale geht auf die Schwierigkeiten bei der Festlegung der notwendigen Dämmstärke, Auswirkungen fehlerhaft angebrachter Folien sowie auf den Zusammenhang von sommerlichem Wärmeschutz und Dämmmaterialien ein. Es werden weitere Tipps und Hinweise zur energetischen Gebäudesanierung gegeben, einschließlich Erläuterung der Förderprogramme.	Di 27.02.	17:00 – 18:30	1	ohne	Dipl.-Ing. Kerstin Spitz
<b>Rohfütterung von Hund und Katze</b> Immer mehr achten wir darauf, was wir essen, aber achten wir auch darauf, was unsere Hunde fressen? Herkömmliche Futtermittel hinterlassen oft unangenehme Spuren bei unseren Hunden, Allergien und Überbelastungen der Innereien. Glanzloses Fell, ständige Erkrankungen, „riechende“ Hunde, schlechte Zähne sind nur einige Folgen. Rohfütterung (BARF) wird deshalb immer beliebter. In diesem Seminar bekommen Sie einen Überblick über Rohfütterung und erhalten Tipps für den Alltag.	Mi 28.02.	18:30 – 20:45	1	8,50	Jana Huth, Tierheilprak- tikerin (VDT)
<b>Mit einem Funkamateurlauf auf Expedition – in Wort und Bild</b> ...nach Spitzbergen und zu den Färöer Inseln im Nordatlantik.	Di 06.03.	17:00 – 18:30	1	5,00	Axel Junghans
<b>Kindlichem Stress die rote Karte zeigen / Ganztagsseminar</b> Professioneller Umgang mit kindlichem und eigenem Stress, Kennenlernen von Entspannungsmethoden für Kinder / Wie können Sie dazu beitragen, dass in Ihrer Einrichtung nicht nur starke, sondern auch zufriedene Menschen heranwachsen? Wie bleiben Sie ruhig und gelassen, auch wenn gerade „wieder der Bär steppt“? Diesen und anderen Fragen können wir uns im Seminar stellen.	Sa 10.03.	09:00 – 15:30	1	40,00	Mechthild Jorgol
<b>Barrierefreies Planen und Bauen in Sachsen-Anhalt</b> Die UN-Behindertenrechtskonvention ist seit 2009 bei uns geltendes Recht. Die Auswirkungen auf das Baurecht in Sachsen-Anhalt werden näher betrachtet, die gesetzlichen Grundlagen aufgezeigt, die Einteilung in die Bereiche Wohnen und öffentlich zugängliche Gebäude vorgenommen sowie Fördermöglichkeiten dargestellt.	Di 13.03.	17:00 – 18:30	1	ohne	Thomas Schüler
<b>Wölfe in Sachsen-Anhalt - Woher und Wohin?</b> Das Wolfskompetenzzentrum (WZI, Sitz in Iden) informiert anschaulich und lebensnah aus seinem Alltag mit dem Wolf. Lebensweisen, Verhaltenssituationen oder die Ausbreitung in Sachsen-Anhalt sind Inhalte der ersten Veranstaltung. Im Anschluss besteht die Möglichkeit zur Diskussion.	Do 15.03.	17:00 – 18:30	1	ohne	Peter Oestreich, WZI Iden
<b>Musik für Kita-Kinder – Einführung in die Gestaltung von Kinderliedern, Bewegungslieder, Klanggeschichten / Halbtagsseminar</b> Motivierung und Vertiefung von Kenntnissen der Erzieher/innen, um Musik in die Tagesgestaltung zu integrieren und Kita-Höhepunkte zu gestalten.	Fr 16.03.	14:00 – 17:30	1	20,00	Christine Giesemann
<b>Energiesparen durch Heizungsoptimierung</b> Hydraulischer Abgleich, Heizkennlinie, Brennwert-Check, Hocheffizienzpumpe - Welche Fördermöglichkeiten gibt es? Die Fachleute der Verbraucherzentrale erläutern, wie Heizungsanlagen bei einer optimalen Abstimmung aller Komponenten wesentlich energiesparender arbeiten können und den erforderlichen Aufwand.	Do 22.03.	17:00 – 18:30	1	ohne	Kerstin Spitz

<b>Gesundheit &amp; Wohlbefinden</b>	Beginn Wo-Tage	Uhrzeit	VA An- zahl	Ge- bühr EUR	Kursleiter/in
<b>Gesund und jung durch Bewegung</b> Senioren-gymnastik Bernburg, Turnhalle Otto-Dorn-Schule	Mo 08.01.	16:00 – 16:45	8	30,00	Heide-Marie Schütz,
<b>Rückenschule für Senioren</b> Alsleben, Turnhalle Sekundarschule	Mo 10.01.	14:00 – 15:00	15	65,00 (ab 12 TN)	Doreen Schröder-Flack
<b>Yoga für Einsteiger</b> Bitte mitbringen: bequeme, anliegende Kleidung, Tuch oder Handtuch, Decke, warme Socken, evtl. eigene Yoga-Matte	Mi 01.11.	17:00 – 18:30	5	37,50	Julia Gerbig
<b>Turnzweige klein für Kinder von 2 - 3 Jahren / Eltern-Kind-Turnen</b> Aktive Teilnahme der Eltern ist hierbei gewünscht. Sporthalle Campus Technicus, Leipziger Str. 4, BBG	Mi 10.01.	16:00 – 17:00	10	20,00 (ab 10 TN)	Dana Zlobinski
<b>Turnzweige groß für Kinder ab 3 Jahre</b> Spielerisches Turnen ohne Eltern. Sporthalle Campus Technicus, Leipziger Str. 4, BBG	Mi 10.01.	17:00 – 18:00	10	20,00 (ab 10 TN)	Dana Zlobinski
<b>Ein gesunder Rücken - aktiv und fit bleiben</b> Nienburg, Saale-Bode-Sporthalle, Schlossstr.	Di 16.01.	18:00 – 19:30	10	50,00 (ab 12 TN)	Brigitte Jahn

*Schon angemeldet?*

Tel.: 03471 30098-0  
Fax: 03471 30098-29  
kvhs@kreis-slk.de  
[www.vhs.salzlandkreis.de](http://www.vhs.salzlandkreis.de)

*Dann schnell absenden!*

*Danke!*

Kreisvolkshochschule  
Salzlandkreis  
  
Vor dem Nienburger Tor 13a  
**06406 Bernburg (Saale)**



Im Rahmen des Bundesprogramms des Bundesministeriums für Bildung und Forschung

## „Kultur macht stark. Bündnisse für Bildung“

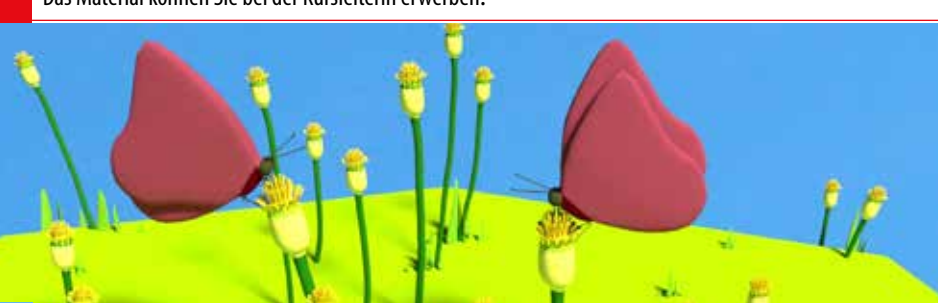
führt die Kreisvolkshochschule im Salzlandkreis auch 2018 an allen Standorten kostenfreie Ferienbildungsprogramme durch.

Das Programm startet mit einem Theaterprojekt in den Februarferien 2018: Kinder des Hortes „Kindervilla Hasenturm“ der Stadt Bernburg an der Grundschule „A. Diesterweg“ werden die Geschichte „Der Zauberer von Oz“ einzustudieren. Am Ende der Woche führen sie das Stück auf, vor ihren Familien und anderen Interessierten.



Die konkreten Termine der nächsten Programme und ihrer Präsentationen werden rechtzeitig veröffentlicht.

Kultur & Kreatives	Beginn Wo.-Tage	Uhrzeit	VA Anzahl	Ge-bühr EUR	Kursleiter/in
<b>Grundkurs Zeichnen und Grafik</b> ... für Anfänger und Menschen, die Ihr Talent erst entdecken wollen und Freude am bildnerischen Gestalten haben. Sie erlernen von einer Bernburger Künstlerin das Zeichnen und Malen von Grund auf. Die Kursleiterin schöpft aus einem vielfältigen künstlerischen Erfahrungsschatz und integriert Lehrmaterial alter Meister.	Di 09.01. 14-tägig	16:30 - 18:45	11	81,00	Hella Kapischke
<b>Orientalischer Tanz</b> Erleben Sie Freude am weiblichsten aller Tänze, an der mitreißenden Musik und trainieren Sie Ihren Körper sanft, aber wirkungsvoll. Sie erlernen die Grundtechniken und erarbeiten erste Choreografien. Der Kurs ist für Frauen jeden Alters, gleich welcher Figur, sowie Mädchen geeignet. Bernburg, Heinrich-Rau-Str. 7	Di/Do 09./ 11.01.	18:30 20:00	8	66,00	Julianna Friedrich
<b>Aufbaukurs Malerei und Grafik</b> Eine Bernburger Künstlerin vermittelt Zeichen-, Mal- und Grafik- sowie Drucktechniken. Malerei nach eigenen Themen oder Vorgaben möglich.	Do 11.01. 14-tägig	17:00 - 19:15	11	81,00	Hella Kapischke
<b>Vom Fundstück zum Schmuckstück</b> Ein Objekt wird in Wachs abgeformt und zum Schmuckstück modelliert. Anschließend wird das Modell in Silber in einer externen Werkstatt gegossen. In der letzten UE werden die Gussstutzen entfernt und dem Stück sein endgültiges Aussehen gegeben. Kosten: Modellierwachs je nach Menge, Platte 8,5x18 cm, 0,80 mm dick 2,50 € / Gießen ab 6 € pro Stück ( Größe und Form bestimmen den Preis ) / Silber nach Gewicht zum aktuellen Tagespreis <b>Weiterer Termin: 15.02.</b>	Do 25.01.	17:00 - 20:00	2	32,50 zzgl. Material	Kerstin Bieler
<b>Patchwork- Flying Geese</b> Tipps und Tricks beim Nähen von Blöcken aus Dreiecken. Bitte mitbringen: mind. 2 verschiedenfarbige Stoffe aus Baumwolle, kariertes Papier, Buntstifte, Schere, Lineal. (Nähmaschine, wenn vorhanden; Grundlagen im Maschinennähen erforderlich) <b>Weitere Termine: 23.02. – Mein Lieblingsblock und 16.03. - Osterdekoration</b>	Fr 26.01.	17:00 - 20:00	3	35,00	Angela Hoßbach
<b>Studiofotografie</b> Anhand praktischer Übungen werden der Umgang mit der Kamera gefestigt und spannende Motive eingefangen. Lichtverhältnissen und Motivwahl stehen im Mittelpunkt. Geplant: u. a. Makrofotografie, Landschaft und Architektur, Portraits, Bewegtes, Bildaufbau und Fotografieren mit Blitzlicht. Der Kurs ist gleichermaßen für Anfänger als auch für ambitionierte Fotografen geeignet.	Fr/Sa 09./ 10.02.	17:00 - 20:00 / 09:00 - 14:00	2	32,50	Carl Göpke
<b>Workshop Filzen</b> Ein Werkstück nach eigenen Vorstellungen herstellen: z. B. eine Tasche, eine Schale oder Schuhe in der Technik des Rundumfilzens. Oder sie können mit Nunofilzen (Wolle auf Seide) einen Schal oder eine Gardine anfertigen. Ein Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene. Bitte mitbringen: Geschirrtücher, Lappen, Schere, Stift, Kernseife, für große Werkstücke altes Bettzeug. Das Material können Sie bei der Kursleiterin erwerben.	Sa 17.02.	10:00 - 16:30	1	19,50	Ulrike Schulze
<b>Kindertöpfen zum Osterfest</b> Hasen, Eier oder Küken – Ton bietet viele Möglichkeiten. Die Töpferfrauen unserer KVHS laden Kinder ein, um zum Osterfest Dekoratives herzustellen. Dabei erlernt man Arbeitsmethoden und erfährt Materialbesonderheiten zum Naturstoff Ton.	Do 22.02./ 08.03.	16:30 - 18:00	2	6,50	Franziska Szauer-Schnerr
<b>Wochenendseminar „Airbrush“</b> Airbrushkünstler und Restaurator Thomas Herrmann lehrt den Umgang mit der Luftpistole. Am ersten Tag entsteht auf dem Papier eine futuristische Landschaft mit der Schablonentechnik, am zweiten wird mit der Maskierfilmtechnik gearbeitet. Tipps und Tricks runden das Seminar ab. Bitte mitbringen: Kittel/Hemd/T-Shirt zum Überziehen sowie Pausenverpflegung.	Sa/So 24./ 25.02.	10:00 - 16:30	2	52,00	Thomas Herrmann
<b>Aquarellmalerei</b> Anfänger erlernen grundsätzliche Techniken der Aquarellmalerei (Nass-in-Nass, Lasur-, Trockenpinsel- und Schwammtechnik). Gestalterische Aspekte wie Komposition, Ausschnitt, Farbwahl, Perspektive etc. werden erörtert. Fortgeschrittene erhalten fachliche Anleitung bei der Umsetzung ihrer Ideen, z. B. leuchtende oder sanfte Farben, interessante Oberflächen, ungewöhnliche Strukturen. Mitzubringen sind: Aquarellfarben, Aquarellpapier, Pinsel, Bleistift, Behälter, Schälchen, Haushaltspapier	Di 13.03.	16:30 - 18:00	7	39,00	Sabine Sacher
<b>Blumenwerkstatt - Ostern</b> Aus Reisig, Bindegrün, Blütenzwiebeln und weiterem Naturmaterial entstehen frühlinghafte bzw. österliche Werkstücke und Nester in traditionellen und modernen Formen. Bitte Gartenschere oder Obstmesser und ggf. ausgeblasene Eier mitbringen. Das Material können Sie bei der Kursleiterin erwerben.	Mi 21.03.	17:00 - 19:15	1	7,50 zzgl. Material	Ulrike Schulze



**TREFFPUNKT LESESOFA**

„Der Frühling zündet die Kerzen an...“  
**im April**  
Mit Musik, Literatur, kleinen und großen Gästen begrüßen wir das Frühjahr in unserem Haus.  
*Der genaue Termin wird rechtzeitig bekanntgegeben.*

PC, Karriere & Co.	Beginn Wo.-Tage	Uhrzeit	VA Anzahl	Ge-bühr EUR	Kursleiter/in Bemerkungen
<b>Computereinstieg leicht gemacht</b> ... für Interessenten, die (noch) keinen Computer bzw. keine oder sehr wenig PC-Erfahrung haben: Programme starten, beenden, Dateien speichern und verwalten, suchen, kopieren, verschieben und löschen, Dateien drucken, häufige Fehlerquellen, Anfänge der Texteingabe und -bearbeitung in einem langsameren Tempo mit zahlreichen praktischen Übungen.	Mo/Mi 08.01.	09:00 - 11:30	6	72,00	Michael Kutz
<b>Computereinstieg leicht gemacht</b> Inhalt s. o.	Di/Do 09.01.	16:30 - 19:00	6	72,00	Michael Kutz
<b>Schreiben am PC</b> ... für Interessenten, die schon erste Erfahrungen im Umgang mit einem PC erworben haben (z. B. im Grundkurs) und ihre Windows- und Word-Grundkenntnisse vertiefen oder erweitern möchten: Windows-Oberfläche individuell anpassen - Umgang mit Dateien und Ordnern - „Aufräumen“ des PC, Texte gestalten, speichern und drucken, Briefe zu besonderen Anlässen, Einladungen, Einbinden von Bildern und Grafiken im Text.	Mo/Mi 05.02.	09:00 - 11:30	6	72,00	Michael Kutz
<b>Schreiben am PC</b> Inhalt s. o.	Di/Do 06.02.	16:30 - 19:00	6	72,00	Michael Kutz
<b>Excel-Grundkurs</b> Der Teilnehmer wird mit der Arbeitsweise des Programms Excel vertraut gemacht: Wofür werden Tabellen gebraucht? – Anwendungen; Grundfunktionen des Programms; von der Aufgabenstellung zur Tabelle; Formeln mit Assistenten erstellen; Diagramme erstellen.	Mo 12.02.	17:30 - 20:00	5	60,00	Dipl.-Ing. (FH) Holm Schmidt
<b>10-Finger-Tast schreiben</b> 10-Finger-Schreiben in wenigen Stunden - kinderleicht. Das Konzept dieses Kurses ist ein erfolgreiches Lernen mit allen Sinnen. Durch die beschleunigte Lerntechnik kann jeder Teilnehmer nach wenigen Unterrichtseinheiten die Tastatur „blind“ bedienen.	Mi 21.02.	17:45 - 20:00	5	60,00	Kerstin Rother
<b>Einführung in das Internet</b> Nach ersten PC-Erfahrungen möchten Sie sich auch dieses Medium erschließen? Das Internet macht vieles möglich: z. B. elektronische Post (E-Mails), Telefonieren (mit Ton und Bild), Einkaufen, Recherchieren und Informieren, Reisevorbereitungen treffen .... In unserem Kurs erfahren Sie, wie das Internet funktioniert und erlernen die nötigen Grundlagen (Zugang zum Netz, Suchen und Finden im Internet, Sicherheit im Netz, Versenden und Empfangen von E-Mails).	Mo/Mi 05.03.	09:00 - 11:30	6	72,00	Michael Kutz
<b>Einführung in das Internet</b> Inhalt s. o.	Di/Do 06.03.	16:30 - 19:00	6	72,00	Michael Kutz



Einen Kurs nicht gefunden? Sprechen Sie uns an, wir können das Passende für Ihre Gruppe organisieren.  
Oder sind Sie an einer Kursleitertätigkeit interessiert? Wir freuen wir uns auf Ihre Bewerbung!

**BILDUNGSPRÄMIE EINLÖSEN!**

Mit dem Prämiegutschein übernimmt der Bund bis zu 50 Prozent der Weiterbildungskosten.  
Wir sind Ihre Beratungsstelle im Salzlandkreis.

**Ansprechpartner:**  
Ä. Forisch Tel. 03471 684-624012  
K. Tenhaken Tel. 03471 684-624113  
I. Koch Tel. 03471 684-624015

Hier bitte abtrennen

VERBINDLICHE ANMELDUNG für eine Bildungsveranstaltung

Kurs-Titel:	Kurs-Beginn:
Name, Vorname:	Geburtsdatum:
Straße Nr.:	Tel. (p.):
PLZ Ort:	Tel. (d.):
E-Mail:	Fax:
Gesetzl. Vertreter (bei Minderjährigen):	

Ich beantrage eine Gebührenermäßigung lt. § 4 (1) der gültigen Gebührensatzung der KVHS Salzlandkreis. (Nur gültig, wenn die entsprechenden Nachweise vorgelegt werden.)

**Wichtige Hinweise (bitte beachten)**  
Die veröffentlichten Satzungen der Bildungsakademie werden hiermit anerkannt.  
Es wird keine Anmeldebescheinigung verschickt. Sie werden nur bei Änderungen benachrichtigt.  
Eine gebührenfreie Abmeldung ist **schriftlich bis mind. 5 Tage** vor Kursbeginn möglich.  
Mit der Angabe der E-Mail-Adresse stimmen Sie dem Empfang von elektronischer Post/Newsletter zu. Diese Zustimmung kann jederzeit widerrufen werden.

---

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift des Kursteilnehmers/gesetzl. Vertreters \_\_\_\_\_