



BERNBURG (SAALE)

KREISVOLKSHOCHSCHULE

ANMELDUNG UND BERATUNG

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 684-624210 **ACHTUNG! NEU!**
Fax: 03471 684-2871
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. ...



Mensch - Natur - Gesellschaft	Beginn	Uhrzeit	VA Anzahl	Ge- bühr EUR	Kursleiter/in
Passivhaus, ein Haus ohne Heizung Beim Neubau zeigt sich eine Entwicklung hin zu Niedrigenergiehäusern und Passivhäusern, bis zu Nullenergiehäusern. Neben Umweltschutzgründen wird es auch durch steigende Öl- und Gaspreise immer wichtiger, Energiekosten zu reduzieren. Im privaten Haushalt entfällt der größte Teil des Energieverbrauchs (ca. 70 %) auf die Raumwärme. Durch Kombination von Einzelmaßnahmen wie Solarenergienutzung, gute Wärmedämmung und kontrollierte Wohnraumlüftung mit Wärmerückgewinnung kann man heute Häuser bauen, die ohne herkömmliche Heizung auskommen. Die Energieberater der Verbraucherzentrale erläutern die Komponenten, die ein Gebäude zum Passivhaus machen und informieren über staatliche Förderprogramme.	Do 03.04.	17:00 – 18:30	1	frei	Dipl.-Ing. Kerstin Spitz
Psychohygiene Stringenz, Pragmatismus, Gedankenstopp und Pausen sind Schlüsselbegriffe für einen „sauberen“ Umgang mit unserer Gefühls- und Gedankenwelt. Wir werden Techniken kennenlernen, die sich im Alltag einfach anwenden lassen, um Über- und auch Unterforderungssituationen vorzubeugen. Es werden dazu „Selbstprotokoll-techniken“ und einfache Entspannungsübungen vorgestellt als Möglichkeit, eigene Kompetenzen zu entwickeln, die der Krankheitsprävention und der persönlichen Weiterentwicklung dienen können.	Mi 04.04.	17:00 – 18:30	1	7,00	Miriam Seibel
Russisch - für die Familie In unserem Kurs wollen wir Familien ansprechen, in denen Mehrsprachigkeit gepflegt wird – vor allem Kinder mit Russisch als Muttersprache. Dabei wird erzählt, spielerisch Texte, Lieder oder kleine Stücke eingeübt, Ideen sind willkommen.	Mo/Do 09.04. 14-tägig	16:30 – 18:00	6	30,00	Raida Eyyubova
Kriminalfälle aus vergangenen Zeiten / Unsere regionale Lesereihe geht weiter Plünderer, Dirnen, Mord und Totschlag sowie geheimnisvolle Spuren und Hintergründe... Kriminaldirektor a. D. Norbert Postler erzählt aus der regionalen Kriminalgeschichte und gibt facettenreiche Einblicke in weitere Fälle.	Do 12.04.	17:00 – 18:30	1	4,00	Norbert Postler
Der Energieausweis – Anforderungen und Auswirkungen Seit dem 01.05.2014 ist die Notwendigkeit eines Gebäudeenergieausweises gesetzlich eindeutig geregelt. Es wird erläutert, wann ein Energieausweis ausgestellt wird, welche Arten es gibt, die Ausnahmen von der Energieausweispflicht werden erläutert und welche rechtlichen Konsequenzen damit verbunden sind.	Di 17.04.	17:00 – 18:30	1	frei	Thomas Schüler
Barrierefreies Planen und Bauen in Sachsen-Anhalt Die UN-Behindertenrechtskonvention ist in der BRD seit 26.03.2009 geltendes Recht. Die Auswirkungen auf Sachsen-Anhalts Baurecht werden näher betrachtet, die gesetzlichen Grundlagen dazu, die Einteilung in die Bereiche Wohnen und öffentlich zugängliche Gebäude vorgenommen sowie Fördermöglichkeiten dargestellt.	Di 08.05.	17:00 – 18:30	1	frei	Thomas Schüler
LEAVINGHOMEFUNKTION – Auf dem Landweg nach New York, mit Ural-Motorrädern um die Welt 2014 brachen sie auf, auf der Suche nach einem Landweg, der die Fünf in Richtung Osten bis in den Westen führen würde. Kompression, Zündzeitpunkt oder Ventilspiel - bis dato alles Fremdworte. Mit alten Ural-Motorrädern im ständigen Kampf gegen Wind, Wetter und russische Technik überwandern sie Berge aus Bürokratie, um auf abenteuerliche Weise herauszufinden, was Entfernung wirklich bedeutet. KVHS, Bernburg, Aula	 Di 15.05.	18:30 – 20:45	1	15,00	Anne Knödler und Freunde
Lebensfreude im Alter Wann nicht jetzt, wann dann? Nie wurden Menschen älter, nie war die Infrastruktur altersgerechter. Erkennen und Nutzen von Möglichkeiten für viel Lebensfreude auch noch im fortgeschrittenen Alter.	Mi 23.05.	15:00 – 16:30	1	7,00	Miriam Seibel
Der Spickzettel im Kopf – Mit Gedächtnistechniken und Gedächtnisweltmeister Dr. Johannes Mallow neue Möglichkeiten des Lernens entdecken Wie lassen sich sogenannte Gedächtnistechniken auf den Wissenserwerb anwenden, sei es Schulwissen, To-do-Listen, die freie Rede... Fast alles lässt sich mit den hier vermittelten Methoden bewerkstelligen. Besonders lehrende Menschen können profitieren. Viele praktische Übungen stehen im Vordergrund. Anerkannte Fortbildung für Erzieher und Lehrer WT 2018-002-20	Sa 26.05.	09:30 – 12:45	1	35,00	Dr. Johannes Mallow, Gedächtnis- weltmeister
Fenster-Erneuerung im Rahmen der energetischen Gebäudesanierung Eines der am häufigsten nachgefragten Themen in der Energieberatung der Verbraucherzentrale ist die Fenster-Erneuerung. Damit keine Fehler bei dieser besonders teuren Sanierungsmaßnahme gemacht werden, bietet die Verbraucherzentrale einen Vortrag über die Auswahl und den sachgerechten Einbau von Fenstern an.	Di 29.05.	17:00 – 18:30	1	frei	Dipl.-Ing. Kerstin Spitz
Kleine Hilfe im Hundnotfall - naturheilkundliche Notfallapotheke und Erste Hilfe bei kleinen Verletzungen Einführung in die Welt der Naturheilverfahren für Tiere: Welche Notfälle kann man im Hunde-Alltag vorbereiten und selbst behandeln, welche Mittel sind für die Hundepapotheke empfehlenswert? Eine kurze Einführung zur Erste Hilfe bei kleineren Verletzungen ist ebenfalls vorgesehen.	Mi 30.05.	18:30 – 20:45	1	8,50	Jana Huth, Tierheilprakti- kerin (VDT)
Geocaching – die moderne Schatzsuche Auf der ganzen Welt werden „Schatze“, überwiegend kleine Behälter mit einem Logbuch, versteckt. Es gilt, diese Schätze über die im Internet veröffentlichten geographischen Daten zu finden und sich in das Logbuch einzutragen. Die Suche erfolgt mit GPS-Geräten oder einer App auf dem Handy. Die „Schatze“ liegen häufig an interessanten Stellen, so dass der Sucher Wissenswertes über den Fundort erfährt. Geocaching bietet ein Erlebnis für Jung und Alt, ist geeignet zur Gestaltung von Kindergeburtstagen oder Vergnügen mit der Familie. (Mindestalter Klasse 3 bis 5)	Sa 02.06. und 30.06.	10:00 – 12:15	je 1	7,50	Axel Junghans
Wölfe in Sachsen-Anhalt - Woher und Wohin? Das Thema Wolf ist inzwischen ein brisantes, deshalb informiert das Wolfskompetenzzentrum (Sitz in Iden) anschaulich und lebensnah aus seinem Alltag mit dem Wolf. Lebensweisen, konkrete Verhaltenssituationen, Tier- und Artenschutz und die Situation in Sachsen-Anhalt sind einige Inhalte der Veranstaltung. Im Anschluss besteht die Möglichkeit zur Diskussion.	Do 07.06.	17:00 – 18:30	1	frei	Peter Oestreich, Wolfskompeten- zentrum Iden
Umweltfreundlich heizen mit Holz Die hohen Heizöl- und Gaspreise und die befürchtete Verknappung fossiler Brennstoffe lassen viele Hausbesitzer über alternative Heizsysteme nachdenken. Holz, ein nachwachsender Rohstoff, wird daher immer interessanter. So kann z. B. mit Holzpellets die Holzheizung vollautomatisch und bequem betrieben werden. Daneben gibt es noch Holzvergaser, Kachel- und Specksteinöfen sowie offene Kamine.	Di 12.06.	17:00 – 18:30	1	frei	Dipl.-Ing. Kerstin Spitz

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

Schon angemeldet?

Tel.: 03471 684-624210
Fax: 03471 684-2871
kvhs@kreis-slk.de
www.vhs.salzlandkreis.de

Dann schnell absenden!

Danke!

Kreisvolkshochschule
Salzlandkreis

Vor dem Nienburger Tor 13a
06406 Bernburg (Saale)

 Kultur & Kreatives	Beginn Wo.- Tage	Uhrzeit	VA An- zahl	Ge- bühr EUR	Kursleiter/in
Kaufst Du noch oder nächst Du schon Eine erfahrene Damenschneiderin führt Anfänger in die Grundtechniken des Zuschneidens und Nähens ein – von der Reparatur von Textilien bis zur Fertigstellung eines einfachen Kleidungsstückes.	Mo 26.03.	17:00 - 19:15	10	74,00	Rosemarie Neubauer
ONE-STROKE / Einsteigerkurs Ein Flachpinsel und zwei verschiedene Farben treffen sich: One-Stroke ist eine Maltechnik, die im Kleinen auf Nägeln Anwendung findet. Es lassen sich damit aber auch viele andere Dinge gestalten. Im Kurs werden Arbeitsmaterialien und Grundlagen erklärt, Hintergrundgestaltung und Farbenlehre. Materialkosten: Pinsel können ausgeliehen werden, Malgrund und Farben sind ausreichend vorhanden: 9,50 € (inkl. Leihgebühr) oder Pinselset: 8,00 €, Nutzung Malgrund, Farben 8,00 €. Weiterer Termin: 10.04.	Di 03.04.	17:30 19:00	2	14,00	Heike Schneider
Vom Fundstück zum Schmuckstück Ein Objekt wird in Wachs abgeformt und zum Schmuckstück modelliert. Anschließend wird das Modell in Silber in einer externen Werkstatt gegossen. In der letzten Veranstaltung werden die Gussstutzen entfernt und das Stück erhält sein endgültiges Aussehen. 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 Weitere Termine: 12. und 26.04.	Do 05.04.	17:00 - 19:15	3	37,00 zzgl. Material	Kerstin Bieler
Tanzworkshop Hip-Hop für Schüler von 10 – 15 Jahren JUNGE VHS Schon immer mal Lust gehabt, Hip-Hop zu tanzen? Dann bist Du hier genau richtig! Mit leichten bis hin zu beliebig schweren Tänzen bietet dieser Kurs einen guten Einblick in den Bereich Hip-Hop. Mit peppiger Musik und flotten Schritten bleibt das Tanzbein nie stehen! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte feste Schuhe, bequeme Kleidung, Trinken und eine Kleinigkeit zu essen mitbringen.	Sa 07.04. / 14.04 / 26.05.	10:00 - 15:00	je 1	20,00	Sarah Weisenstein
Landschafts- und Architektur fotografie Landschaftsfotografie im Harz: Es geht zur Burg Regenstein (eigene An- und Abreise). Bitte bringen Sie Ihre Fotoausrüstung mit. Die Exkursion findet bei jedem Wetter statt. Kreative Motivsuche im Bereich Landschaft- und Architektur, insbes. spannender Bildschnitt und Bildaufbau, Schärfereverläufe, gestalterische Tipps... Treffpunkt: 10:00 Uhr LIDL-Parkplatz am Platz der Jugend, Bernburg, zur gemeinsamen Abreise bzw. an der Burg Regenstein 11:00 Uhr, Parkplatz am Tourist-Zentrum/Gartenhaus	Sa 07.04.	10:00 - 16:30	1	26,00	Carl Göpke
Orientalischer Tanz Der weiblichste aller Tänze trainiert 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 / Beginn Di für Anfänger, Do für Fortgeschrittene	Di 10. 4. / Do 12.04.	18:30 - 20:00	je 8	66,00	Julianna Friedrich
Patchwork- Streifen Patchwork erwartet genaues Arbeiten, Geduld und Kreativität. Es werden Kenntnisse, Tipps und Tricks beim Nähen von Blöcken aus Dreiecken vermittelt. Bitte mitbringen: mind. 2 verschiedenfarbige Stoffe aus Baumwolle, kariertes Papier, Buntstifte, Schere, Lineal. (Nähmaschine, wenn vorhanden; Grundlagen im Maschinennähen erforderlich) Weitere Termine: 25.05. – 60 Grad Bordüren und 22.06. – Leichte Blöcke	Fr 13.04.	17:00 - 20:00	3	35,50	Angela Hoßbach
Upcycling Aus Alt mach Neu – Designermode aus Altkleidern Im Kurs haben Sie die einzigartige, experimentelle Möglichkeit, mit Schneidern und Designern aus unterschiedlichen Ländern aus Ihren Altkleidern Ihr Designstück zu entwerfen und ganz Persönliches zu nähen. Für Mädchen und Frauen zwischen 12 und 90 Jahre. Zum Abschluss ist eine Modenschau geplant.	Mi 25.04.	17:00 - 19:15	10	59,00	Anette Pekrul



TREFFPUNKT LESESOFA
Lesen verbindet – lässt träumen – sich finden
„Der Frühling zündet die Kerzen an...“
Wir begrüßen das Frühjahr mit Literatur und Musik, kleinen und großen Gästen verschiedener Länder.
Mi | 11.04. 14:30 1 frei



 Gesundheit & Wohlbefinden	Beginn Wo.-Tage	Uhrzeit	VA An- zahl	Ge- bühr EUR	Kursleiter/in
Bauch – Beine – Po Körperzonenorientiertes Training für optimale Stärkung und Straffung menschlicher Problemzonen. Auch der Brust- und Rückenbereich wird durch verschiedene Übungen beansprucht. Motivierende Musik und eine gute Gruppenstimmung sorgen zusätzlich für optimale körperliche Belastung und geistiges Wohlbefinden. Sporthalle „Campus Technicus“, Leipziger Str. 4	Di 03.04.	19:30 - 20:30	9	45,00	Sarah Weisenstein
Allergien aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) Der Auslöser für eine Allergie ist aus Sicht der TCM immer eine Blockade der Körperenergie Qi. Allergien entstehen durch eine Schwäche des Nieren-, Lungen- oder Milz-Qi. So dringen schädliche Einflüsse leichter in den Körper ein. Es wird versucht, den Auslöser der Allergie - die Störung der Körperenergie Qi - mit Massagen, Kräutern und Akupunktur wieder ins Lot zu bringen. Damit auf Dauer aber nicht nur die Symptome bekämpft werden, sondern vor allem das Qi in ein harmonisches Gleichgewicht kommt, sollte die Ernährungsberatung nicht außer Acht gelassen werden. Dazu gibt es wertvolle Tipps.	Do 05.04.	17:30 - 19:00	1	9,00	Nancy Renno
Yoga für Einsteiger Kursziel ist das Heranführen an Yoga und dessen positive Wirkung mit Übungen für den Alltag, um Stress abzubauen und Energie zu schöpfen. Bitte mitbringen: bequeme, anliegende Kleidung, Tuch oder Handtuch, Decke, warme Socken, evtl. eigene Yoga-Matte	Mi 18.04.	18:30 - 20:00	6	37,50	Julia Gerbig
Turnzwerge klein für Kinder von 2 - 3 Jahren / Eltern-Kind-Turnen Aktive Teilnahme der Eltern ist hierbei gewünscht. Sporthalle Campus Technicus, Leipziger Str. 4, BBG	Mi 02.05.	16:00 - 17:00	7	14,00 (ab 10 TN)	Dana Zlobinski
Turnzwerge groß für Kinder ab 3 Jahre Spielerisches Turnen ohne Eltern. Sporthalle Campus Technicus, Leipziger Str. 4, BBG	Mi 02.05.	17:00 - 18:00	7	14,00 (ab 10 TN)	Dana Zlobinski
Wechseljahre aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) Die TCM bezeichnet die Wechseljahre als „Zweiten Frühling“. Die erste Lebenshälfte einer Frau ist von einer zyklischen Abfolge des Zu- und Abnehmens ihrer Kraft und Fülle geprägt. Im „Zweiten Frühling“, so die TCM, behält sie all ihre Energie für sich selbst und erfährt dadurch oft eine neue innere Stärke und Selbstsicherheit. Die Hauptsymptome, unter denen viele Frauen in den Wechseljahren in unterschiedlichen Ausprägungen leiden, sind Hitzewallungen, Schlafstörungen, Gewichtszunahme, emotionale Unausgeglichenheit, Trockensymptome, Herz-Kreislauf-Probleme und Osteoporose. Die TCM unterstützt u. a. mit einer Ernährungsumstellung. Der Kurs verrät, wie diese aussehen kann.	Do 17.05.	17:30 - 19:00	1	9,00	Nancy Renno
Gesund und jung durch Bewegung Seniorengymnastik Bernburg, Turnhalle Otto-Dorn-Schule	Mo 04.06.	16:00 - 16:45	4	15,00	Heide-Marie Schütz

 PC, Karriere & Co.	Beginn Wo.-Tage	Uhrzeit	VA An- zahl	Ge- bühr EUR	Kursleiter/in Bemerkungen
Computereinstieg leicht gemacht ... 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.	Di/Do 03.04.	16:30 - 19:00	6	72,00	Michael Kutz
Computereinstieg leicht gemacht Inhalt s. o.	Mi/Mo 04.04.	09:00 - 11:30	6	72,00	Michael Kutz
10-Finger-Tast 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 25.04.	17:45 - 20:00	5	60,00	Kerstin Rother
Schreiben am PC ... 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.	Mi/Mo 02.05.	09:00 - 11:30	6	72,00	Michael Kutz
Schreiben am PC Inhalt s. o.	Do/Di 03.05.	16:30 - 19:00	6	72,00	Michael Kutz
Einführung in das Internet 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 04.06.	09:00 - 11:30	6	72,00	Michael Kutz
Einführung in das Internet Inhalt s. o.	Di/Do 05.06.	16:30 - 19:00	6	72,00	Michael Kutz
Excel-Grundkurs 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 04.06.	17:30 - 20:00	5	60,00	Dipl.-Ing. (FH) Holm Schmidt

IN EIGENER SACHE -
Für Firmen, Kitas, Schulen, Behörden, Vereine, Verbände u. a.
organisieren wir auf Nachfrage maßgeschneiderte Bildungsangebote -
gern auch als Inhouse-Seminare.

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!

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.