

## VHS Ostkreis Hannover

### Öffnungszeiten:

Die Geschäftsstelle der Volkshochschule, Hannoversche Str. 23, Altwarmbüchen ist vom 24.06.2024 bis 07.07.2024 nicht geöffnet. Ab Montag, 08.07.2024 können Sie sich hier beraten lassen und persönlich anmelden.

### Telefon:

Telefonisch erreichen Sie uns auch in dieser Urlaubszeit unter der Nummer 0511/2208222 in der Geschäftsstelle in Isernhagen. Ihr Anruf wird dann automatisch an die Geschäftsstelle in Lehrte weitergeleitet. Oder Sie rufen direkt die VHS-Geschäftsstelle in Lehrte unter der Telefonnummer 05132/5000-0 an.

Ihre schriftliche, telefonische Anmeldung oder Ihre online-Anmeldung über unsere Homepage ([www.vhs-ostkreis-hannover.de](http://www.vhs-ostkreis-hannover.de)) nehmen wir gerne entgegen.

Yoga outdoor – Beweglichkeit, Kraft, Entspannung

Mit sanften und achtsam-intensiven Bewegungsabläufen in die körperliche und geistige Balance.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke mit. Treffpunkt: Parkplatz, Schulcampus Helleweg, 30916 Isernhagen.

Ihre Dozentin erwartet Sie am ersten Kurstag dort.

Heike Roziewski

mittwochs, 03.07.2024 bis 24.07.2024, jeweils von 17:45 - 19:15 Uhr

Isernhagen, Schulcampus Helleweg, Wiese am Volleyballfeld

Preis: 42,00 €, Kursnummer Z 300 372

- Es stehen keine Umkleidemöglichkeiten zur Verfügung, bitte kommen Sie bereits in entsprechender Kleidung zur Unterrichtsstätte.

- Die Kurse werden ohne Hilfsmittel durchgeführt. Bitte bringen Sie an jedem Termin Ihre eigene Matte mit.

- Bei Regen findet der Kurs an dem entsprechenden Tag nicht statt und wird auch nicht berechnet. Im Zweifelsfall erfolgt Info über die Dozenten oder die VHS, z.B. Telefonkette, E-Mail, Whats App.

- Eine Abbuchung der Kursgebühr erfolgt ausnahmsweise daher erst am Kursende.

- Alle Kurse finden auf der Wiese beim Volleyballfeld hinter der Schule statt.

### Hinweis:

Bewegung im Park – ein kostenloses Angebot der Volkshochschule Ostkreis Hannover – in der Woche vom 12.08.2024 - 16.08.2024

jeweils von 19:00 - 20:00 Uhr, Treffpunkt am Brunnen, Spittaplatz in Burgdorf

Wir laden Sie herzlich ein, unsere vielseitigen Bewegungs- und Entspannungskurse kennenzulernen. Die Woche „Bewegung im Park“ bietet Ihnen die perfekte Gelegenheit, neue Trainingsmethoden kostenlos auszuprobieren,

Beginnen wird die Woche am Montag mit „Nordic Walking“. Sie erhalten einen kurzen Einblick in die richtige Technik. Dienstag geht es dann in dem Kurs „Denken und Bewegen“ um die Konzentrations- und Merkfähigkeit, unterstützt durch Bewegungsübungen. Weiter geht es am Mittwoch mit dem Kurs „Tai Chi Quan“, in dem Sie Einblicke in die fernöstliche Bewegungslehre bekommen. Am Donnerstag erwarten wir Sie zu rhythmischer Musik zum „Fitness-Dance“ und der Freitag leitet dann mit dem „Bauchtanzkurs“ das Wochenende ein.

Die Kurse finden auch bei schlechtem Wetter statt. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich, kommen Sie bitte in entsprechender Sportbekleidung.

Nach den kostenlosen Angeboten haben Sie die Möglichkeit, sich bei der Volkshochschule Ostkreis Hannover individuell beraten zu lassen. Frau Bosse und Frau Laes helfen Ihnen dabei, die passenden Bewegungs- und Entspannungskurse zu finden. Telefonisch erreichen Sie uns unter: 05136 7075 oder 05132 50 00 0. Natürlich finden Sie unser Angebot auch im Internet unter

[www.vhs-ostkreis-hannover.de](http://www.vhs-ostkreis-hannover.de).

## Schließung Bürgerbüro aufgrund einer Umstellung eines neuen Fachverfahrens

Das Bürgerbüro der Gemeinde Isernhagen ist am Dienstag, 23.07.2024, ab 13 Uhr, und am Dienstag, 06.08.2024, ganztägig, wegen der Umstellung eines neuen Fachverfahrens geschlossen. Für

Kfz.-Zulassungen wenden Sie sich bitte an die anderen Zulassungsstellen in der Region Hannover. Bitte beachten Sie dieses bei Ihren Anliegen. Gemeinde Isernhagen Ihr Bürgerbüro

## Rat Striesener Erklärung

Der Rat der Gemeinde Isernhagen beschloss in seiner Sitzung am 13.06.24 folgende Resolution als Unterstützung der sog. Striesener Erklärung auf Antrag aller Fraktionen/Gruppen im Rat der Gemeinde Isernhagen:

„Striesener Erklärung - bis hierhin und nicht weiter!“

Wir stehen geschlossen und gemeinsam gegen die immer weiter eskalierende Gewalt gegen politisch engagierte Menschen im öffentlichen Raum.

Uns verbindet zuweilen inhaltlich politisch nicht viel - manchmal nichts. Wir sind in den Farben getrennt, aber in dieser Sache vereint. Darum sagen wir: Bis hierhin und nicht weiter.

Der Schlag ins Gesicht von Matthias Ecke war ein Schlag

gegen uns alle - und gegen die Demokratie selbst.

Wir lassen nicht zu, dass Menschen, die unsere Gesellschaft aktiv mitgestalten wollen, von Demokratiefeinden mit Gewalt von der Straße vertrieben werden. Wir streiten mit Worten um den richtigen Weg, nicht mit Fäusten. Wenn wir zulassen, dass Tritte und Schläge statt der besseren Argumente unsere Debatten entscheiden, verlieren wir alle. 1989/90 war der Ruf der friedlichen Demonstranten #KeineGewalt und #Meinungsfreiheit. Das geht nur in einer wehrhaften Demokratie.

Darum erklären wir mit unserer Unterschrift folgende drei Punkte zu Leitlinien unseres politischen Handelns:

1. Bis hierhin und nicht weiter: Wir verurteilen jede Art von kör-

perlicher und verbaler Gewalt. Demokratischer Streit, auch im Wahlkampf, wird mit Worten ausgetragen.

2. Unsere wehrhafte Demokratie, das sind wir alle. Wir schützen uns, parteiübergreifend, gegenseitig, gegen Angriffe von Demokratiefeinden.

3. Aus Worten werden Taten: Wir sorgen mit einem respektvollen Umgang auch selbst dafür, dass die Stimmung nicht weiter aufgeheizt wird. Wir streiten hart in der Sache, aber verbindlich im Ton.

Unsere Demokratie ist wehrhaft. Und wir alle sind unsere Demokratie - egal ob Politikerin, Rentner, Handwerkerin oder Schüler. Also müssen wir alle wehrhaft sein.

## RTC Radtourenfahrt und Heide-Marathon



RTC Radtourenfahrt und Heide-Marathon

Foto: Privat

Seit 1990 gibt es die Radtourenfahrt in Altwarmbüchen. So trafen sich auch in diesem Jahr am 9. Juni bei sonnigen Wetter 186 sportliche Radfahrer am Schulcampus in Isernhagen, um auf Tour zu gehen.

Fünf unterschiedlich lange Strecken wurden angeboten. Darunter auch der 214km lange Heide-Marathon. 85 Fahrer hatten

sich für die längste Strecke entschieden. Unterwegs gab es an 5 Verpflegungspunkten reichlich Nachschub um die Energiespeicher wieder aufzufüllen. In Müden/Örtze war die Hälfte der Marathonstrecke geschafft, und es gab wie immer die hausgemachte Hochzeitssuppe auf Tewes Hof.

Um 18:00h wurde der letzte Teilnehmer verabschiedet, die

Mensa ausgeräumt und abgeschlossen.

Dank der Unterstützung der Gemeinde und der 30 ehrenamtlichen Helfer hat wieder einmal alles toll geklappt. Danke und Aufwiedersehen im nächsten Jahr.

Manfred Voß  
1. Vorsitzender  
Rad Touren Club  
Altwarmbüchen e. V.

Seit 1965

# DITTFACH

## Alles aus einer Hand

### für Privat und Gewerbe

**Tischlerei**

- individueller Möbelbau
- Ladenbau
- Innenausbau
- Büromöbel
- Multimedia-Tische
- Empfangstresen

**Bauelemente**

- Fenster und Türen
- Rollläden
- Insektenschutz
- Wintergärten
- Terrassenüberdachungen
- Vordächer

**Metallbau**

- Treppen und Geländer
- Fenstergitter/Einbruchschutz
- Industriezäune und -tore
- Kunstschmiedearbeiten
- Tischgestelle
- Rohrrahmenbau

**T. Dittfach GmbH • Am Wienkamp 15 • 30916 Isernhagen FB**  
**Tel.: 05139/99 29-0 • Fax: 99 29-29 • Internet: [www.dittfach-handwerk.de](http://www.dittfach-handwerk.de)**