

# VHS Ostkreis Hannover

## Öffnungszeiten:

Die Geschäftsstelle der Volkshochschule, Hannoversche Str. 23, Altwarmbüchen ist montags, mittwochs und freitags von 9:00 bis 12:00 Uhr geöffnet. Sie können sich hier beraten lassen und persönlich anmelden. Die Geschäftsstelle ist vom 23.12.2024 bis 03.01.2025 geschlossen. Wir wünschen allen eine besinnliche Weihnachtszeit, ein fröhliches Silvester und ein gesundes Jahr 2025.

## Telefon:

Telefonisch erreichen Sie uns auch außerhalb dieser Öffnungszeiten 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.

In folgendem Kurs sind noch freie Plätze verfügbar. Bitte melden Sie sich vor Ihrer Teilnahme an.

Einfacher Umgang mit dem iPad/iPhone

Lernen Sie, wie man sich in WLAN Netze einwählt, sich effektiv im Internet bewegt, seine E-Mails und SMS abrufen und bearbeitet, das Adressbuch einrichtet, den Kalender verwaltet und Termine eingibt, kleine Notizen mit Sprach-eingabe erstellt, wie Sie Fotos machen und diese sortiert ablegen.

Bitte beachten Sie, dass Ihr iPad/iPhone schon eingerichtet sein muss! Auch Ihre Apple Benutzer-ID und das Kennwort sowie Ihre E-Mail-ID / Kennwort müssen Sie kennen.

Paul Sunder

Dienstag, 14.01.2025 und Donnerstag, 16.01.2025 jeweils 09:30 - 12:45 Uhr

Altwarmbüchen, VHS-Gebäude, Hannoversche Str. 23, EDV-Raum  
Preis: 46,00 €, Kursnummer A 501 742

Landschaften in Acryl

Ein Wochenendseminar für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene Landschaftsmotive sind ungeheuer vielfältig und verlieren daher nie ihren Reiz. Sie sind für Anfänger\*innen eine gute Möglichkeit, in die Besonderheiten der Acrylmalerei einzusteigen. Fortgeschrittene können ihre Kenntnisse vertiefen und ihre Fähigkeiten verbessern. Mitzubringen sind Acrylfarben, Leinwand, Borstenpinsel, Bleistift, Wassergläser und Küchenpapier.

Petra Matthaei

Freitag, 24.01.2025 18:30 - 21:30 Uhr und Samstag, 25.01.2025 10:00 - 18:00 Uhr

Altwarmbüchen, VHS-Gebäude, Hannoversche Str. 23, Seminarraum 2

Preis: 75,00 €, Kursnummer A 205 512

Meditatives Yoga, sanfte Übungen

In Achtsamkeit auf unseren Körper können wir die Zerstreuung meiden, uns sammeln und die erholsame Wirkung wahrnehmen. Me-

ditative Pausen und sanftes Tönen helfen dabei, unsere Gefühle wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Dieser Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Warme, bequeme Kleidung wird empfohlen. Bitte ein kleines Kissen und eine Decke mitbringen und bei Bedarf ein warmes Getränk, eine extra warme Jacke, Socken, etc.

Gisela Lawal

dienstags, 28.01.2025 bis 01.04.2025 jeweils von 10:00 - 11:30 Uhr

Altwarmbüchen, VHS-Gebäude, Hannoversche Str. 23, Bewegungsraum

Preis: 90,00 €, Kursnummer B 301 602

Deutsch als Fremdsprache A2.1  
Ein Kurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (mindestens A1 abgeschlossen).

Eine Anmeldung über das Internet ist für diesen Kurs nicht möglich. Bitte melden Sie sich per Mail an [wegener@vhs-ostkreis-hannover.de](mailto:wegener@vhs-ostkreis-hannover.de), um ein Formular für die schriftliche Anmeldung zu erhalten oder kommen Sie zu einem der Sprachenberatungstermine. Eine Anmeldung ist nur nach Beratung oder Nachweis entsprechender Vorkenntnisse (Bescheinigung/Zertifikat) möglich.

Inal Tamzok

dienstags, 04.02.2025 bis 03.06.2025, jeweils von 17:00 - 20:15 Uhr

Altwarmbüchen, VHS-Gebäude, Hannoversche Str. 23, Seminarraum 1

Preis: 238,00 €, Kursnummer B 404 002

Practising Everyday English B2  
This course aims to improve your speaking ability so that you can use your English confidently in everyday situations. We will be talking about short stories, topics of common interest and current affairs, leading to interesting discussions, debates and role-plays. We will also revise and consolidate relevant grammar topics.

The participants will be advised of any material at the beginning of the course.

Charlotta von Rutenberg  
mittwochs, 05.02.2025 bis 30.04.2025 jeweils von 10:00 - 11:30 Uhr

Isernhagen N.B., Am Ortfelde 71, Feuerwehrhaus, Gruppenraum

Preis: 125,00 €, Kursnummer B 406 172

ACHTUNG!!! NEUES VHS-PROGRAMMHEFT!!!

Das neue Programmheft für das Frühjahrssemester 2025 wird ab Anfang Januar an die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der letzten Semester verschickt. Die neuen Programmhefte liegen zur kostenlosen Mitnahme im Rathaus und Geschäften in Isernhagen ab Anfang Januar aus. Die Kurse und Veranstaltungen des neuen Semesters beginnen ab dem 03. Februar 2025. 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.

## Juleica Ausbildung der Jugendpflege

**D**u hast Lust auf Ehrenamt? Dann schnell bei der Jugendpflege zur Juleica Jugendgruppenleiter\*innen Ausbildung anmelden. Und zwar an den folgenden Wochenenden: 08/09.02.25, 22/23.02.25 und

08/09.25. Die Ausbildung findet in der Zeit von 09:00 bis 18:00 im Jugendtreff Isernhagen NB, Am Ortfelde 74, 30916 Isernhagen statt.

Du wirst neue Leute kennenlernen und darauf geschult werden Gruppen zu leiten, Fahrten zu planen,

Freizeitaktionen zu organisieren und weitere Unternehmungen durchzuführen.

Gerne nehmen wir auch Deine Wünsche, Ideen und Problemstellungen in den Ausbildungstagen mit auf. Anmel-

dung unter [www.unser-ferienprogramm.de/isernhagen](http://www.unser-ferienprogramm.de/isernhagen). Auskunft erteilt die Jugendpflege unter 0511 6153-4030.

Jugendpflege  
Gemeinde Isernhagen

**Lust auf Ehrenamt?**  
**Jugendleiter\*in Ausbildung**  
Drei Wochenenden mit  
Spaß, Spiel und netten Leuten  
Geht anmelden unter:  
[www.unser-ferienprogramm.de/isernhagen](http://www.unser-ferienprogramm.de/isernhagen)  
juleica  
jugendleiter\*in cand

**Zuhause.  
Ein sicheres Gefühl.**  
Moderne Fenster aus VEKA Profilen bieten ein Höchstmaß an Stabilität und Sicherheit

**NEU**

**“Vorsprung durch Sicherheit”**

Jetzt mit neuem  
**Tsi-Sicherheitsbeschlag**,  
hoher Einbruchschutz und leichtgängige Bedienung durch  
**Sicherheits-Hubzapfen**,  
alle Verriegelungspunkte mit  
einbruchhemmenden Schließteilen  
und Aufhebelerschutz

Seit 1965  
**DITTFACH**  
**Metallbau • Tischlerei • Bauelemente**  
Am Wienkamp 15 • 30916 Isernhagen FB  
Telefon: (0 51 39) 99 29-0 • Fax: 99 29-29  
E-Mail: [info@dittfach-gmbh.de](mailto:info@dittfach-gmbh.de)  
Internet: [www.dittfach-handwerk.de](http://www.dittfach-handwerk.de)

**- Alles aus einer Hand -**  
Beratung • Planung • Montage

Komfortable Technik, ansprechendes Design.

Wandstärke 3 mm  
Wandstärke 3 mm

**Premiumqualität**  
RAL Klasse A