



Volkshochschule Ostkreis Hannover

Anmeldung unter 0511/2208222
oder www.vhs-ostkreis-hannover.de
Persönliche Beratung und Anmeldung in der Volkshochschule,
Hannoversche Str. 23, Altwarmbüchen
Mo, Mi und Fr, 9:00 bis 12:00 Uhr.

Unser neues Semester startet bald!

Sie genießen den Sommer und die Ferien und wünschen, beides würde nie enden? Wir bieten einen fantastischen Grund, sich auf die Zeit danach zu freuen! Denn bereits im August starten die ersten Kurse unseres Herbst-/Wintersemesters und versüßen den Spätsommer mit vielen Möglichkeiten, ein neues Hobby zu entdecken, mit Gleichgesinnten eine neue Sprache zu lernen und neue Begegnungen im Smartphonecafé, Koch- oder Sportkurs zu erleben. Freuen Sie sich jetzt schon auf das Koffer-Auspacken und Ihre Entdeckungsreisen in die VHS!

Die Geschäftsstelle Altwarmbüchen ist bis zum 14. August nicht besetzt. Informationen und Anmelde-möglichkeiten erhalten Sie telefonisch unter 05132 – 5000-0 oder 0511/22 08 222, per Mail an info@vhs-ostkreis-hannover.de und auf www.vhs-ostkreis-hannover.de.

Salon für Erwachsenenbildung in der Buhrschen Stiftung, Ish. N.B.

- für Frauen - Vortrag und Diskussion zu wöchentlich wechselnden Themen. Buhrsche Stiftung, Am Ortfelde 74, Preis: 98,00 €, Kursnummer: 262100061

Aquarellmalerei für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

In diesem Kurs werden die wesentlichen Grundlagen des Aquarellierens vermittelt. Einen breiten Raum nehmen das Experimentieren mit den Farben und die eigene Ideenfindung ein.

Petra Matthaei
Fr 18.09.2026, 17:30 – 20:30 Uhr
und Sa 19.09.2026, 10:00 – 18:00 Uhr
Altwarmbüchen, VHS-Gebäude,
Hannoversche Str. 23,
Seminarraum 1
Preis: 78,00 €, Kursnummer: 262207121

Zeichnerische Grundlagen - perspektivisches Zeichnen und plastische Gestaltung

Die plastische Darstellung und das perspektivische Zeichnen sind Hauptinhalte dieses Kurses. Der Kurs bietet praktische Hilfen beim Skizzieren, der Erfassung von Proportionen und dem planvollen Vorgehen bei der Erarbeitung eines aufwendigeren Bildes

Petra Matthaei
Mi 09.09.2026 bis Mi 07.10.2026,
jeweils von 17:30 – 20:30 Uhr
Altwarmbüchen, VHS-Gebäude,
Hannoversche Str. 23,
Seminarraum 3
Preis: 100,00 €, Kursnummer: 262207141

Gitarre für Anfänger*innen - Schnupperkurs

Ohne Noten! Jetzt Gitarre lernen – ganz ohne Notenkenntnisse! In diesem Kurs brauchen wir keine Vorkenntnisse: Schritt für Schritt werden Akkorde, Liedbegleitung sowie rhythmisches und melodisches Spiel erklärt und gemeinsam geübt.

Wolfgang Klebsch
Sa 19.09.2026, 13:00 – 19:00 Uhr
und Sonntag, 10:00 – 17:00 Uhr
Altwarmbüchen, VHS-Gebäude,
Hannoversche Str. 23,
Dachgeschoss
Preis: 86,00 €, Kursnummer: 262213161

Das Faszientraining nach Liebscher und Bracht®

Wer möchte nicht schmerzfrei und beweglich älter werden? In diesem Kurs machen Sie den ersten Schritt dahin.

Edgar Job
Do 10.09.2026 bis Do 26.11.2026,
jeweils von 18:00 – 19:00 Uhr
Preis: 86,50 €, Kursnummer: 262302421

NEU! Wassergymnastik und Aquatraining

Wassergymnastik hat sich als Methode für viele Einsatzgebiete etabliert. Sie wird angewandt, als präventive Maßnahme, für den Erhalt der körperlichen Fitness (Kraft und Ausdauer), als effektive Ergänzung für Rehabilitation nach Unfällen und Operationen und als perfekter Ausgleich zum stressigen Alltag.

Bettina Laes
Di 01.09.2026 bis Di 19.01.2027,
jeweils von 11:10 – 11:55 Uhr
Isernhagen, AWB, Hallenbad,
Bernhard-Rehkopf-Str. 7
Preis: 205,00 €, Kursnummer: 262302691

NEU! Die Küche von Amalfi: von Pasta bis Polenta

Entdecken Sie in diesem Kurs die kulinarischen Schätze der Amalfi-Küste

Susanne Kahl
Di 08.09.2026, 18:00 – 21:45 Uhr
Altwarmbüchen, Schulcampus,
Helleweg 1, Schulküche
Preis: 57,00 €, Kursnummer: 262305401

NEU! Gemeinsam leichter leben – Austauschgruppe bei Histaminose MCAS

In dieser Gruppe findest Du einen geschützten Raum für ehrlichen Austausch, Verständnis und neue Impulse. Hier treffen sich Menschen, die ähnliche Erfahrungen machen – zum Zuhören, Teilen und gegenseitigen Stärken.

Program
September 2026 - Februar 2027
www.vhs-ostkreis-hannover.de

Burgdorf
Isernhagen
Lehrte
Sehnde
Uetze

Skobjin

Fr 11.09.2026, 18:00 – 21:45 Uhr
Altwarmbüchen, Schulcampus,
Helleweg 1, Schulküche
Preis: 46,00 €, Kursnummer: 262305421

NEU! Englisch von Anfang an - A1.1

Sie möchten endlich Englisch lernen, haben aber bisher keine Vorkenntnisse? Oder Ihr Englischunterricht an der Schule ist so weit weg, dass Sie gerne noch einmal von Anfang an beginnen möchten? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie! In einer entspannten, wertschätzenden Lernatmosphäre führen wir Sie Schritt für Schritt an die englische Sprache heran.

Johanna Malinowski
Mo 31.08.2026 bis Mo 25.01.2027,
jeweils von 17:00 – 18:30 Uhr
Altwarmbüchen, VHS-Gebäude,
Hannoversche Str. 23, Seminarraum 1
Preis: 130,00 €, Kursnummer: 262406231

NEU! Italienisch von Anfang an - A1.1.

Lust auf Italienisch? Entdecken Sie die Sprache des Dolce Vita! In unserem Anfängerkurs Italienisch lernen Sie auf abwechslungsreiche und praxisnahe Weise die Grundlagen dieser wunderschönen Sprache kennen. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Rossana Vecchio
Di 08.09.2026 bis Di 12.01.2027,
jeweils von 17:30 – 19:00 Uhr

Altwarmbüchen, VHS-Gebäude,
Hannoversche Str. 23, Seminarraum 3
Preis: 130,00 €, Kursnummer: 262409021

Smartphonecafé Android-Smartphones und-Tablets

In gemütlicher Runde bei Kaffee und Keksen treffen wir uns, um gemeinsam mehr über Android-Geräte zu erfahren.

Florian Hildebrandt
Mo 14.09.2026 bis Mo 07.12.2026,
jeweils von 14:30 – 16:30 Uhr
Altwarmbüchen, VHS-Gebäude,
Hannoversche Str. 23, EDV-Raum
Preis: 85,00 €, Kursnummer: 262511011

KI im Alltag: ChatGPT in der Praxis – Einführung für Alltag und Beruf

ChatGPT kann heute deutlich mehr als Texte schreiben. In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie das Tool sinnvoll für Ideenfindung, Formulierungen, Zusammenfassungen, Übersetzungen und strukturierte Aufgaben nutzen.

Florian Hildebrandt
Fr 11.09.2026, 17:00 – 21:00 Uhr
und Sa 12.09.2026, 09:00 – 13:00 Uhr
Altwarmbüchen, VHS-Gebäude,
Hannoversche Str. 23, EDV-Raum
Preis: 62,00 €, Kursnummer: 262540031

EMG
Ihr Spezialist für Elektromobile

6-15 km/h
Elektromobile Verkauf & Service
Jetzt Beratungstermin vereinbaren!

Grosse Elektromobile Ausstellung
Besuchen Sie uns!
Dorfstraße 53 – 30916 Isernhagen

Gatzemeier GbR
Elektromobile Niedersachsen
Telefon: 05139-9577722
www.elektromobile-direkt.de