

# vhs

*höhepunkte*



Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule Hannover

## Winter 2024/25

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

LANDESHAUPTSTADT  
HANNOVER

HAN  
NOV  
ER

# Spezielle Informationen

## **Titelbild**

*Auf dem Titelbild präsentieren sich dieses Mal Lucy Mangel und Timo Siebert. Lucy Mangel ist Auszubildende bei der Landeshauptstadt Hannover und war während ihres Praxisabschnittes vier Monate lang in der VHS Verwaltung eingesetzt.*

*Timo Siebert betreut seit 2023 die Geschäftsstelle der VHS Hannover und ist auch der Ansprechpartner für Bildungsurlaube.*



Unser abwechslungsreiches Programm finden Sie auf unserer Internetseite oder auch über diesen QR-Code.

Wenn Sie Fragen haben, können Sie uns selbstverständlich auch anrufen. Sollten Sie das klassische Erscheinungsbild bevorzugen, dann können wir Ihnen thematisch geordnete Teile oder das Gesamtkursangebot per E-Mail oder – wenn Sie lieber etwas in der Hand halten – auch gedruckt zusenden.

### **So finden Sie den Weg in die VHS Hannover:**

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

E-Mail: [info.vhs@hannover-stadt.de](mailto:info.vhs@hannover-stadt.de)

Burgstraße 14 · 30159 Hannover

Telefon: **(0511) 168-44783**



@vhs\_hannover

@vhs\_hannover\_insider

## **Inklusion**

Wir bemühen uns, unsere Angebote barrierefrei zu gestalten.

Aber wir können nicht auf alles vorbereitet sein.

Bitte sprechen Sie uns bei Bedarf gern an.

# Mensch und Gesellschaft

## **Philosophie und die Kunst des Lebens**

Aufgabe der Philosophie ist es, reflexiv den geschichtlichen Weltlauf zu analysieren sowie die Bedingungen eines „guten Lebens“ zu überdenken. Hier setzen tiefeschürfende philosophische Gedanken an, die die Abkehr von einem Sein fordern, das sich wesentlich dem Erfolg, der Konkurrenz und der Ausbeutung unterordnet und den Menschen unglücklich macht (Erich Fromm). Im Seminar werden wir die Grundlagen dieser philosophischen Gedanken an kleineren Originaltexten studieren und gemeinsam die Folgen für die moderne Gesellschaft erörtern.

**242EP23005**

**Peter Moritz**

**7. Dezember 2024**

Samstag, 9:45 bis 16:45 Uhr,  
8 Ustd.

Stadtteilzentrum KroKus

Thie 6, 30539 Hannover

53,20 € Kursentgelt +

10 € Bearbeitungsentgelt

**Gesamt: 63,20 €**

## **Philosophie kompakt – Bildungsurlaub**

Immanuel Kants berühmte Forderung: „Habe Mut, Dich Deines eigenen Verstandes zu bedienen“ gilt nicht nur als zentraler Punkt philosophischer Aufklärung, sondern auch als Wegweiser einer auf Solidarität und Humanität gründenden Gesellschaft. Während Kant jedoch noch an die Kraft der Vernunft glaubt, räumt Nietzsche mit dieser Haltung grundlegend auf und gelangt zu der Erkenntnis: „Gott ist tot.“ Im Seminar werden philosophische Grundfragen eingehend erläutert sowie die Aktualität der Philosophien anhand von Originaltexten kritisch erörtert. Das Seminar richtet sich besonders an Teilnehmende, die bislang noch keine oder erst wenig Berührung mit der Philosophie hatten. Bitte stimmen Sie sich vor Anmeldung mit Ihrem\*Ihrer Arbeitgeber\*in über Ihre Teilnahme am Bildungsurlaub ab und beachten Sie dabei die Anmeldefrist von 4 Wochen.

**251BP23901**

**Peter Moritz**

**12. – 14. März 2025**

Mittwoch bis Freitag,

9:00 bis 16:30 Uhr, jeweils 8 Ustd.

Stadtteilzentrum KroKus

Thie 6, 30539 Hannover

165,60 € Kursentgelt +

10 € Bearbeitungsentgelt +

14,50 € Zusatzentgelt

**Gesamt: 190,10 €**

# Ökologie und Bildung zur nachhaltigen Entwicklung

## **Luxus pur: – Ihr individuelles Naturparfüm aus naturreinen ätherischen Ölen**

Kostbare Pflanzendüfte wecken Erinnerungen und schenken uns Gefühle der Freude und des Wohlbefindens. Ein individueller Duft ist so einzigartig wie wir selbst und er verbindet sich auf wunderbare Weise mit unserem eigenen Hautgeruch.

Sie bekommen eine Einführung in die Parfümgeschichte und lernen die Regeln der Parfümherstellung kennen. Aus der Fülle kostbarer Naturdüfte mischen Sie sich anschließend Ihr persönliches Lieblings-Naturparfüm!

Hinweis: Vorkenntnisse im Umgang mit ätherischen Ölen sind wünschenswert. Kostenbeitrag für 30 ml Parfümflakon: 12 Euro.

Dorothea zum Eschenhoff ist Aromaexpertin.

**251KP99417**

**Dorothea zum Eschenhoff**

**14. Februar 2025**

Freitag, 17:30 bis 21:30 Uhr,  
1 x 5 UStd.

Haus der VHS Hannover

20 € Kursentgelt +

10 € Bearbeitungsentgelt

**Gesamt: 30 €**

## **Vogelkundliche Spaziergänge I – Outdoor**

Im Rahmen dieses Kurses lernen Sie in verschiedenen Lebensräumen wie Parks, Wäldern, Gärten und Feuchtgebieten die heimischen Vögel sowie ihre Stimmen und Verhaltensweisen kennen. Im zeitigen Frühjahr ist die Artenfülle noch „überschaubar“ und erleichtert Ihnen den Einstieg, besonders in puncto Vogelstimmen. Dieser Kurs richtet sich an interessierte Lai\*innen, erfordert keine Vorkenntnisse und ist als Einführung in die Ornithologie (Vogelkunde) gedacht. Dauer der Exkursionen jeweils 4 Ustd.. Die Treffpunkte aller fünf Exkursionen liegen an Haltestellen öffentlicher Verkehrsmittel.

## **Treffpunkte jeweils samstags, um 7:00 Uhr, an den Haltestellen der Stadtbahnen:**

8. März: Annastift (Linie 5)

15. März: Kantplatz (Linien 4, 5)

22. März: Leibniz-Universität  
(Linien 4, 5)

29. März: Bothmerstr.  
(Linien 1, 2, 8)

5. April: Anderten (Linie 5)

**251KP53403**

**Martin Lieber**

**8. März – 5. April 2025**

jeweils samstags,

7:00 bis 10:00 Uhr, 5 x 4 UStd.

Exkursion

80 € Kursentgelt +

10 € Bearbeitungsentgelt

**Gesamt: 90 €**

# Beruf

## **Kreativseminar: Ideen-Explosion**

Mit gezielter Kreativität zu besseren Ideen und Lösungen. Kreativität ist die Fähigkeit, etwas Neues und Nützliches zu entwickeln. Sie gehört damit zu den wichtigsten Softskills in der Berufswelt.

In diesem Seminar entdecken Sie, wie Sie Ihre eigene Kreativität freisetzen und Blockaden überwinden. Sie erlernen vielseitige und leicht anwendbare Techniken, mit denen Sie Ihre Ideen- und Lösungsfindung im Beruf und Alltag erfolgreich voranbringen können.

Die Kursleitung: Das Thema Kreativität begleitet Julia Velder in ihrer Marketing-Karriere seit über 20 Jahren – ob für die Werbung oder kreative Businesslösungen. Seit 2021 ist sie zertifizierte Trainerin und hat ihren Schwerpunkt auf Kreativität gelegt.

**251KP62031**

**Julia Velder**

**8. März 2025**

Samstag, 10:00 bis 16:00 Uhr,  
1 x 6 UStd.

Haus der VHS Hannover

50 € Kursentgelt +

10 € Bearbeitungsentgelt

**Gesamt: 60 €**

## **Freies Sprechen für Präsentationen – Souverän von der Uni hin zum Business**

Dieser kompakte Wochenendworkshop vermittelt Ihnen die Grundlagen des freien Sprechens für Präsentationen – ob im Studium oder im Beruf. Sie lernen, wie Sie Ihre Präsentationen sicher und überzeugend gestalten, Lampenfieber überwinden und Ihre Stimme sowie Körpersprache effektiv einsetzen.

Nach dem Workshop sind Sie in der Lage, frei und selbstbewusst zu präsentieren. Sie erhalten individuelles Feedback und praktische Tipps, die Ihnen helfen, Ihre Präsentationsfähigkeiten nachhaltig zu verbessern.

Die Kursleitung: Ilka Theurich, erfahrene Business-Coachin und Beraterin, bringt mehr als 35 Jahre Erfahrung in die Arbeit mit Menschen ein. Sie setzt sich dafür ein, dass andere erfolgreich sind.

**251KP67504**

**Ilka Theurich**

**22. – 23. März 2025**

Samstag, 10:00 bis 17:00 Uhr,  
1x 8 UStd.

Sonntag, 10:00 bis 13:30 Uhr,  
1x 4 UStd.

Haus der VHS Hannover

104 € Kursentgelt +

10 € Bearbeitungsentgelt

**Gesamt: 114 €**

# Schule für Erwachsene



## Schulabschluss nachholen?!

### Was?

Schulabschlussbezogene Kurse zur Vorbereitung auf die Prüfung zum Nachholen eines Haupt-/Realschulabschlusses (HSA/RSA)

### Wann?

Kursstart nach den niedersächsischen Sommerferien (Bewerbung bis 1. April) und Weihnachtsferien (Bewerbung bis 1. November)

### Dauer?

1 bis 2 Jahre

### Kosten?

40 € Kursgebühr pro Monat zzgl. 35 € Zusatzkosten pro Halbjahr (Ermäßigungen möglich)

### Must have's?

- Mindestalter 16 Jahre
- gesetzliche Schulpflicht des Landes Niedersachsen ist erfüllt
- fortgeschrittene Kenntnisse in der deutschen Sprache

### Wie?

Bewerbung online (PDF) an [schule.vhs@hannover-stadt.de](mailto:schule.vhs@hannover-stadt.de)

- Anschreiben
- Lebenslauf
- die letzten beiden Zeugnisse (inkl. BBS)
- ggf. B1-Sprachzert. (Ziel HSA); B2-Sprachzertifikat (Ziel RSA)

## Grundbildung:

## Lesen, Schreiben oder Rechnen lernen?!

### Was?

Verschiedene Grundbildungskurse wie zum Beispiel:

- Lesen und Schreiben auf unterschiedlichen Stufen
- Digitale Grundbildung am Computer oder am Smartphone (in einfacher Sprache)
- Rechnen von Anfang an

### Für wen?

Erwachsene mit Deutsch als Muttersprache oder die schon gut Deutsch sprechen (mündlich etwa Niveau A2), aber Schwierigkeiten beim Lesen und Schreiben haben.

### Wann?

- wöchentliche Kurstermine zu verschiedenen Zeiten
- Einstieg in laufende Kurse jederzeit möglich

### Kosten?

30 € pro Kurs zzgl.

10 € Bearbeitungsgebühr

### Wie?

Beratungstermin vereinbaren unter **0511 168-44773**

(Sprechzeiten siehe unten)

oder per Mail an

[grundbildung.vhs@hannover-stadt.de](mailto:grundbildung.vhs@hannover-stadt.de)

Sie möchten direkt mit uns Kontakt aufnehmen oder haben Fragen zu unseren weiteren Angeboten in den Bereichen **Zweiter Bildungsweg** oder **Grundbildung** und **Alphabetisierung**?

Dann schreiben Sie uns eine E-Mail s.o. oder rufen Sie uns an.

Sie erreichen uns montags bis mittwochs und freitags, 9:00 bis 12:00 Uhr sowie donnerstags, 13:00 bis 15:00 Uhr unter: **0511 168-44773**.

# Sprachen

## **B1 – C1 Power Workshop: Communicating better in international business situations**

Your Business English has already reached a B1 or higher level? Yet misunderstandings arise, and the atmosphere is suddenly taking a frosty turn? This power workshop is dedicated to typical traps in communication with business partners. We will look at written, oral and especially ad hoc situations in which a different choice of words or a different approach can help us to better achieve our goals.

The focus will be on raising awareness of how we communicate and what our approach to communication can trigger in the other person. We will talk about ways to stay authentic while maintaining effective discourse.

**251KP72613**

**Vera Babbitt**

**11., 18. + 25. Januar 2025**

Samstag, 9 bis 14 Uhr, 3 x 6 Ustd.

Haus der VHS Hannover

86,40 € Kursentgelt +

10 € Bearbeitungsentgelt

**Gesamt: 96,40 €**

## **Bildungsurlaub Französisch für Anfänger\*innen – A1**

Für Teilnehmer\*innen ohne Vorkenntnisse!

Vous ne parlez pas français? Dann ist dieser Bildungsurlaub genau das Richtige für Sie. Viel Spaß in Ihrem ersten Französischkurs!

Hinweis: Dieser Kurs eignet sich auch als Intensivkurs für Menschen, die keinen Anspruch auf einen Bildungsurlaub haben.

**251BP73911**

**Kursleiter\*innen-Team**

**20. – 24. Januar 2025**

Montag bis Freitag

8:30 bis 16 Uhr, 40 Ustd.

Haus der VHS Hannover

250 € Kursentgelt +

10 € Bearbeitungsentgelt

**Gesamt: 260 €**

# Kultur und Gestalten

## **Lerne Risodruck: Risografie Workshop**

In diesem Workshop lernen Sie, Ihr eigenes kleines Magazin, Karten oder Poster zu gestalten und am Risografen zu vervielfältigen. Risografie eignet sich perfekt, um nachhaltig und in Eigenregie superschnell verschiedenste Druckergebnisse zu produzieren. Wenn Sie Zeichnungen, Texte, Fotos oder andere visuelle Dinge zuhause haben, bring Sie diese analog oder digital zum Workshop mit.

**242KP81056**

**Simon Schirmer**

**14. – 15. Dezember 2024**

Samstag und Sonntag,  
10:00 bis 16:00 Uhr, 16 Ustd.

Kunstgalerie TANKE e.V.

Sonnenweg 25, 30171 Hannover

88,80 € Kursentgelt +

10 € Bearbeitungsentgelt

**Gesamt: 98,80 €**

## **Start ins Selfpublishing: Ein Querschnitt durch die Buchbranche**

In diesem VHS-Kurs erlernen Sie die Kunst des Selfpublishings und erfahren alles, was Sie wissen müssen, um Ihr Manuskript in ein professionelles Buch zu verwandeln und erfolgreich zu vermarkten: vom Korrektorat, Lektorat, Buchsatz bis Coverdesign. Sie lernen die Grundlagen der Buchherstellung und die rechtlichen Pflichten kennen und erhalten einen

Vergleich verschiedener Distributoren wie Amazon KDP und Books on Demand.

**251KP31551**

**Kia Kahawa**

**11. – 12. Januar 2025**

Samstag, 11:00 bis 15:30 Uhr und

Sonntag, 11:00 bis 14:45 Uhr,

11 Ustd.

Haus der VHS Hannover

77 € Kursentgelt +

10 € Bearbeitungsentgelt

**Gesamt: 87 €**

## **Modedesign: T-Shirt Upcycling**

In diesem Kurs lernen Sie eine Auswahl an Kreativtechniken kennen, ein eigenes Top oder eine Tasche mit Fransen zu gestalten. Allein mit Schere, Knoten und etwas Garn lassen sich tolle neue Modelle entwickeln. In diesem Kurs arbeiten Sie mit der sogenannten Cut & Knit- Technik. Es wird mit Schablonen, Farbe und Applikationen gearbeitet. Material und Werkzeug wird gestellt. Ganz nebenbei lernen Sie, was Upcycling mit Slow Fashion zu tun hat.

**251KP93540**

**Alexandra Weber**

**21. Januar – 18. Februar 2025**

Dienstags, 18:30 bis 20:00 Uhr,  
10 Ustd.

Huso Huso Studios

Helmkestraße 5A, 30165 Hannover

65 € Kursentgelt +

10 € Bearbeitungsentgelt

**Gesamt: 75 €**



# Integration

## **Neue Deutschkurse – Anmeldung ab Dezember 2024 möglich**

Sie wollen gerne Deutsch lernen oder Ihr Deutsch verbessern?

Wir bieten verschiedene Kurse für Deutsch als Fremdsprache an, von A1 bis C1. Neben Integrations- und Berufssprachkursen gibt es auch Kurse für unterschiedliche Kompetenzen, wie Grammatik und Schreiben oder Prüfungsvorbereitungskurse für alle.

Für die neuen Standardkurse im Frühjahr 2025 können Sie sich ab Dezember 2025 bei uns anmelden.

## **Neue Prüfung „telc Deutsch A2 Sprechen“**

Ab sofort können Menschen, die vom neuen Chancen-Aufenthaltsgesetz profitieren, die Prüfung „telc Deutsch A2 Sprechen“ bei uns ablegen. Die neue „telc Deutsch A2 Sprechen“ bestätigt offiziell die mündliche Sprachkompetenz auf dem Niveau A2.

Die Prüfung besteht nur aus dem mündlichen Prüfungsteil. Es ist eine Einzelprüfung und dauert ca. 15 Minuten.

Eine Anmeldung ist persönlich in den offenen Sprechzeiten möglich.

## **Unsere Prüfungen:**

Mit einer Prüfung können Sie offiziell Ihr Sprachniveau bescheinigen. Dazu bieten wir Prüfungen für Deutsch als Fremdsprache an.

Prüfungen von telc von A1 bis C1 und TestDaF und den OnSet können Sie bei uns ablegen.

Weitere Informationen zu den Prüfungen finden Sie hier:



---

## **Beratung und Anmeldung:**

### **Sprechstunde ohne Termin:**

donnerstags, 14:00 bis 16:00 Uhr  
im Haus der VHS, Raum E03

### **Telefon-Sprechstunde:**

dienstags und mittwochs, 14:00 bis 16:00 Uhr,  
freitags, 9:00 bis 13:00 Uhr  
Telefon: 0511 168-44787

**Per E-Mail** an [integration.vhs@hannover-stadt.de](mailto:integration.vhs@hannover-stadt.de)

# Gesundheit

## **Entspannungskurs**

1 x die Woche wieder herunterfahren und Kraft schöpfen für den Rest der Woche.

Verschiedene Entspannungsmethoden, wie Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Fantasiereisen und Atemtechniken bringen Sie zur Ruhe. Entspannen Sie sich in dieser Stunde, um gelassener in den Abend zu starten. Wir fördern den Ausgleich zum Stress und Sie haben die Möglichkeit verschiedene Methoden selbst zu erfahren und wirken zu lassen.

Manojela Karpe-Pavlovic ist Heilpraktikerin für Psychotherapie und Entspannungstrainerin.

**251KP95430**

**Manojela Karpe-Pavlovic**

**15. Januar – 5. März 2025**

jeweils mittwochs,

18:00 bis 19:00 Uhr,

8 x 1 Zeitstunde

Haus der VHS Hannover

53,60 € Kursentgelt +

10 € Bearbeitungsentgelt

**Gesamt: 63, 60 €**

## **Fitter Rücken & Nacken, entspannte Schultern**

In diesem Workshop geht es darum, sowohl dem Schulter-Nacken-Bereich als auch dem Rücken etwas Gutes zu tun. Entspannung, Kräftigung, Mobilisation und Prävention.

Bitte tragen Sie sportliche Kleidung.

Simone Paulyn ist Physiotherapeutin.

**251KP99425**

**Simone Paulyn**

**25. Januar 2025**

Samstag, 9:30 bis 12:45 Uhr,  
1 x 4 Ustd.

Haus der VHS Hannover

17,20 € Kursentgelt +

10 € Bearbeitungsentgelt

**Gesamt: 27, 20 €**

# Frühkindliche Bildung und Inklusion

## Was heißt hier „hochbegabtes Kind“? – Hochbegabung verstehen und fördern

Entdecken Sie die Welt hochbegabter Kinder und lernen Sie, ihre Potenziale zu erkennen und zu fördern.

In diesem Seminar entwickeln Sie ein tiefes Verständnis für die Merkmale von Hochbegabung. Sie werden mit den Herausforderungen sowie Chancen vertraut gemacht, die diese besondere Begabung mit sich bringt. Ziel ist es, hochbegabten Kindern eine optimale Umgebung zu bieten und sie effektiv zu unterstützen.

### Inhalte des Seminars:

- Definition von Hochbegabung
- Herausforderungen und Chancen: Verständnis für die speziellen Bedürfnisse hochbegabter Kinder entwickeln.
- Unterstützungssysteme und Ressourcen: Welche Hilfen gibt es für hochbegabte Kinder und ihre Familien?
- Bedeutung der Elternrolle
- Erfahrungsaustausch und Diskussion

**242KP21532**

**Nadine Weber**

**7. Dezember 2024**

Samstag, 9:00 bis 15:30 Uhr,  
1 x 8 Ustd.

Haus der VHS Hannover

56 € Kursentgelt +

10 € Bearbeitungsentgelt

**Gesamt: 66 €**

## Autismus-Spektrum und herausfordernde Situationen

Treffen Menschen im Autismus-Spektrum mit Menschen außerhalb des Autismus-Spektrums zusammen, kommt es immer wieder zu herausfordernden Situationen – für beide Seiten.

Diese Situationen können gut mit Hilfe des Low-Arousal-Ansatzes nach Dr. Andrew McDonnell fachlich gemeistert werden. In diesem Seminar erfahren Sie nicht nur Möglichkeiten zur Deeskalation und Intervention bei herausfordernden Situation, sondern auch Wege zur Prävention. Welche Rolle die eigene Haltung, die Beobachtung und die individuelle Anpassung dabei spielen, wird an Fallbeispielen verdeutlicht.

Dieses Seminar richtet sich an alle, die mehr zum Thema Autismus-Spektrum erfahren möchten – ganz unabhängig davon, ob Sie selbst betroffen, Bezugsperson, pädagogische Fachkraft oder einfach nur neugierig sind.

**242KP21526**

**Charlene Ottow**

**12. Dezember 2024**

Donnerstag, 17:00 bis 20:00 Uhr,  
1 x 4 Ustd.

Haus der VHS Hannover

32 € Kursentgelt +

10 € Bearbeitungsentgelt

**Gesamt: 42 €**

# Digital



## **Tastaturschreiben am PC – Multisensorisches Lernen – Grundlagen**

In diesem Seminar soll das Chaos mit den Fingern auf der Tastatur beendet werden!

Es ist nie zu spät, um die Computertastatur „blind“ zu erlernen. Unser Kurs basiert auf dem multisensorischen Lernen. Es werden dabei unterschiedliche Sinne angesprochen. So kann das Erlernen des 10-Finger-Schreibens zu einem stressfreien und erfolgreichen Erlebnis für Sie werden. In der neuen Trainingsmethode werden Sprache, Farben, Bilder, Entspannungs- und Visualisierungstechniken miteinander verknüpft und Trainingseinheiten integriert. Für eine schnellere Schreibgeschwindigkeit sind weitere Übungen erforderlich.

**242KP63002**

**Heidrun Pallagst**

**6. – 8. Dezember 2024**

Freitag, 17:30 bis 20:45 Uhr,

Samstag und Sonntag,

9:00 bis 14:00 Uhr,

1 x 4 Ustd. und 2 x 6 Ustd.

Haus der VHS Hannover

96 € Kursentgelt +

10 € Bearbeitungsentgelt +

15 € Bücher + 1 € Materialgeld +

6,40 € Zusatzentgelt

**Gesamt: 128,40 €**

## **Die eigene Website erstellen mit JIMDO – ONLINE**

Von Textgestaltung über Farbharmonie und Tipps zur Barrierefreiheit die eigene Internet-Präsenz erstellen.

Die Varianten JimdoPlay (Website-Baukasten mit intelligenter Assistenz) und JimdoFree (Creator) werden vorgestellt. Mit der JimdoFree Version erstellen Sie eine kleine Website nach Anleitung und lernen dadurch alle Grundfunktionen kennen. Ihre Übungswebsites können Sie am Ende des Kurses löschen oder kostenfrei weiter nutzen.

Voraussetzungen: Sehr guter Umgang mit Maus, Tastatur, MS Windows-Handhabung (Dateiverwaltung) und Internet. Aktuelles MS Windows Betriebssystem, aktuellen Browser, eigenes E-Mail-Konto.

**251KD54703**

**Bettina Breton**

**22. – 23. Februar 2025**

Samstag und Sonntag,

9:00 bis 14:00 Uhr, 2 x 6 Ustd.

**ONLINE**

80,40 € Kursentgelt +

10 € Bearbeitungsentgelt

**Gesamt: 90,40 €**

# Der VHS-Newsletter

## Wissen was los ist!

Egal ob ein Sprachkurs am Abend, ein Bildungsurlaub zur Geschichte der Philosophie, ein Gesundheitsseminar am Wochenende oder ein Kreativ-Workshop, im Newsletter informieren wir Sie monatlich über unsere interessanten Angebote in Themen wie Politik, Kultur, Sprachen, Technik, Gesundheit, Wirtschaft, Kunst, Ernährung und den Veränderungen im Sozialen.

Sie wollen nichts mehr verpassen, was in der VHS Hannover geschieht? Dann ist der Newsletter das Richtige.

Abonnieren Sie den Newsletter, in dem Sie einfach den QR-Code scannen.



Landeshauptstadt



## Herausgeber

Landeshauptstadt Hannover  
Fachbereich Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule  
Burgstraße 14  
30159 Hannover

## Redaktion

Mathias Linke

## Gestaltung

friedland-design, Hannover

## Titelbild

Siavash Moghimi

## Druck

dieUmweltDruckerei GmbH  
Lavesstraße 3, 30159 Hannover

Klimaneutral gedruckt auf FSC®-zertifiziertem Papier.  
Alle CO<sub>2</sub>-Emissionen, die bei der Produktion dieses  
Druckerzeugnisses entstehen, sind erfasst und durch die  
Unterstützung eines anerkannten Klimaschutzprojekts  
ausgeglichen. Für die Produktion dieses Druckerzeugnisses  
wurde nur Strom aus erneuerbaren Energien verwendet.

 Druckprodukt | CO<sub>2</sub>e-bilanziert und -ausgeglichen | [www.natureOffice.com/DE-275-NN7H5CB](http://www.natureOffice.com/DE-275-NN7H5CB)

## Auflage

5.000

*Änderungen vorbehalten,  
die nach Druck des Leporellos eintreten.*