

Außenstelle Eschershausen

Beratung und schriftliche Anmeldung:

Außenstellenleiterin

Ute Kroll

Angerweg 7

37632 Eschershausen

Tel.: (0 55 34) 8 76 ab 15.00 Uhr



Regionales

Führung durch die Fertigungshallen der DSB Deutsche Schlauchboot

Sie erhalten einen Einblick in die Produktion der DSB Deutsche Schlauchboot GmbH. Die Führung dauert etwa eineinhalb Stunden. Sie besichtigen die Herstellung von Schlauchbooten, Rettungsflößen und vielen aufblasbaren Spezialprodukten. Anschließend besteht die Gelegenheit einer Frage- und Diskussionsrunde. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, eine **Anmeldung ist erforderlich**.

Anmeldung: Frau Kroll, Tel. 0 55 34 / 876 (ab 15:00 Uhr)

Frank Giesemann

Treffpunkt:

Dienstag, 08.05.2012, 13:00 Uhr

DSB Deutsche Schlauchboot GmbH

Angerweg 5, Haupttor

gebührenfrei!

Sprachen

Spanisch - Einführungskurs

Lehrbuch: "El curso en vivo A1"

1356301

Mayeline Wollenweber

ab 07.02.2012, dienstags, 19:00-20:30 Uhr (10x)

Schulzentrum, Jahnstraße, Raum 201

52,00 EUR (20 UStd.)

Spanisch A2

Nuestro curso de español bietet Ihnen einen abwechslungsreichen Weg, um tiefer in die spanische Sprache und in die Kultur der spanischsprachigen Länder einzutauchen.

Lehrbuch: "El curso en vivo A2", ab Lektion 9.

1356302

Mayeline Wollenweber

ab 08.02.2012, mittwochs, 19:00-20:30 Uhr (10x)

Schulzentrum, Jahnstraße, Raum 201

65,00 EUR (20 UStd.)

Computerschule

Keine Angst vor dem Computer

Einführung in die Arbeit am Computer

Der Computer bietet ungeahnte Möglichkeiten! Wenn Sie sie gerne entdecken möchten, bislang aber über keinerlei Computer-Erfahrung verfügen, dann können Sie in diesem Kurs die ersten Schritte wagen. Unsere Einführungskurse vermitteln Ihnen Grundlagen und bereiten Sie auf weiterführende Kurse vor. In ruhiger Atmosphäre machen Sie sich nach und nach mit dem Computer vertraut, auf individuelle Wünsche wird dabei gerne eingegangen.

4156301

Horst Schmidt

ab 08.02.2012, Mo und Mi, 18:30-20:45 Uhr (5x)

Schulzentrum, Jahnstraße, EDV-Raum

59,00 EUR (15 UStd.)

Texte gestalten mit „Word“

Ein Kurs über und mit Format

Eine große rote Überschrift, darunter ein Bild des Geburtstagskindes, dann ein schwarzer Fließtext mit den Infos und ganz unten fünf gelbe Sterne in einem Halbkreis. Sie glauben, es sei übermäßig schwer, eine solche Einladungskarte herzustellen? Ist es nicht – wenn man mit „Word“ vertraut ist! Dieser Kurs vermittelt Ihnen zunächst die Grundlagen der Textverarbeitung, etwa die Formatierung (Zeichen, Schriften, Farben, Absätze und Tabulatoren). Weitere Themen sind eine ansprechende Gestaltung von Dokumenten unter Einbeziehung von Grafiken, das Erstellen von Tabellen, Karten und Faltblättern.

4156302

Horst Schmidt

ab 29.02.2012, Mo und Mi, 18:30-20:45 Uhr (5x)

Schulzentrum, Jahnstraße, EDV-Raum

59,00 EUR (15 UStd.)

Gesundheit

Wirbelsäulengymnastik

Dieser Kurs richtet sich an alle, die ein Bedürfnis nach Bewegung, Fitness und Spiel haben. Wirbelsäulengerechtes Herz-Kreislauf-Training zur Erwärmung und gezielte Wirbelsäulengymnastik bilden die perfekte Kombination für einen gesunden Körper.

1196302

Ute Kroll

ab 07.02.2012, dienstags, 19:30-21:00 Uhr (6x)

Grundschule, Aula

50,00 EUR (12 UStd.)

Wirbelsäulengymnastik ab 65

1196301

Ute Kroll

ab 07.02.2012, dienstags, 17:30-19:00 Uhr (6x)

Grundschule, Aula

50,00 EUR (12 UStd.)



Yoga

Hatha Yoga für jeden

Entspannungs-, Atem- und Körperübungen - Zeit für sich nehmen und das eigene einmalige Körpersystem kennenlernen, weiterentwickeln und auf sich wirken lassen.

1196305*Edelgard Meyer-Brand**ab 06.02.2012, montags, 19:30-21:00 Uhr (10x)**Schulzentrum, Jahnstraße, Musikraum**53,00 EUR (20 UStd.)***Yoga**

Hatha Yoga für jeden

1196306*Edelgard Meyer-Brand**ab 07.02.2012, dienstags, 18:00-19:30 Uhr (10x)**Schulzentrum, Jahnstraße, Musikraum**53,00 EUR (20 UStd.)***Kinesiologie: Gesund durch Berühren**

Angst - Erschöpfung - Entspannung

An diesem Abend erlernen Sie kinesiologische Übungen, die Sie unterstützen können, mit den Themen Angst, Erschöpfung und Nackenverspannungen besser umzugehen. Die Übungen sind leicht zu erlernen und praktisch anzuwenden. Nach einer kurzen Einführung in die kinesiologische Arbeit unterstützt die Kursleiterin Sie bei der Anwendung der Techniken in der Praxis. Die Mitmachübungen sind unabhängig vom ersten Kurs. Der kinesiologische Muskeltest ist nicht Bestandteil des Kurses.

1196303*Petra Müller**Mittwoch, 18.04.2012, 19:00 Uhr**Schulzentrum, Jahnstraße, Musikraum**9,00 EUR*

Die folgenden drei Veranstaltungen finden in Kooperation mit der Wilhelm-Raabe-Residenz Eschershausen statt.

Strahlende Augen und lebendiges Sehen

Im Zeitalter der Informations- und Kommunikationstechnik ist die Sehfunktion zur zentralen Sinnesleistung des Menschen geworden. 80 bis 90 % aller Informationen nehmen wir mit den Augen auf. Die Seminarteilnehmenden lernen Übungen aus dem ganzheitlichen Sehtraining kennen, die entspannen, die Augenbeweglichkeit und

Akkommodation fördern, das beidäugige Sehen aktivieren und die Sehzellen beleben. Durch Sehtraining und Augenentspannung können die Augenfunktionen verbessert und einseitige Belastungen z. B. durch Bildschirmarbeit ausgeglichen werden. Unser Ziel ist eine dauerhafte Verbesserung, Wiedererlangung und Erhaltung der Sehfähigkeit. Das ganzheitliche Sehtraining ist für Menschen jeden Alters geeignet, ob Fehlsichtige oder Normalsichtige. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und ggfs. einen Container für Kontaktlinsen.

1196304*Bernd Hollstein**Freitag, 16.03.2012, 15:00-18:00 Uhr**Wilhelm-Raabe-Residenz, Otto-Elster-Platz 2,**Café des Hauses**19,00 EUR (4 UStd.) Eine Seminarmappe ist für 2,00 EUR beim Dozenten erhältlich.***Betreuungsverfügung / Vorsorgevollmacht**

In Kooperation mit der Betreuungsstelle des Landkreises Holzminden

1326301*Regina Fricke**Wilhelm-Raabe-Residenz, Otto-Elster-Platz 2,**Café des Hauses**Donnerstag, 01.03.2012, 19:00-21:15 Uhr gebührenfrei!***Senioren stricken mit Herz**

... heißt eine im November 2011 in Alfeld gestartete Initiative. Regelmäßig treffen sich Senioren zum gemeinsamen Handarbeiten. Die Handarbeiten werden an gemeinnützige Organisationen gespendet. So wurden z. B. gestrickte Handgymnastikbälle (Trösterle) und Handpuppen für Krankenhausclowns angefertigt und damit kranken Kindern eine Freude bereitet.

Ab Februar haben Strickfreudige auch in Eschershausen die Möglichkeit, bei einem Stricktreff gemeinsam zu stricken, sich auszutauschen und zu fachsimpeln. Hand- und Fingerpuppen, Socken, Mützen, Schals und vieles mehr können für einen guten Zweck gestrickt werden. Strickgeübte und -ungeübte sind gleichermaßen eingeladen. Bringen Sie Wolle und Stricknadeln mit, falls vorhanden.

1326302*Sabine Baraniak**montags, 13.02., 12.03., 16.04., 14.05.2012**jeweils 10:00-11:00 Uhr**Wilhelm-Raabe-Residenz, Otto-Elster-Platz 2, Gute Stube gebührenfrei*