

Bildungswerk Vechta e.V.

# PROGRAMM

## HERBST/WINTER 2022



Katholische  
Erwachsenen**bildung**

# VORTRÄGE



## MYTHOS HYPNOSE

### Möglichkeiten und Grenzen

Seit 2006 ist die Hypnose vom wissenschaftlichen Beirat Psychotherapie als wissenschaftliches Verfahren und als „großes“ Therapieverfahren in Deutschland anerkannt. Hypnose ist oft mit Vorurteilen behaftet, die von mangelndem Wissen oder Halbwahrheiten genährt werden und mit Ängsten vor Manipulation und Kontrollverlust verbunden sind.

In diesem Vortrag erfahren Sie, was Hypnose wirklich bedeutet und welche Möglichkeiten sie bietet, z.B. in den Bereichen Gewichtsreduktion, Raucherentwöhnung, Therapie und Coaching.

**Kursnummer:** 000501

**Termin:**

Do., 03.11.2022, 18:30 Uhr -  
20:00 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 1

**Leitung:** Renate Schick

**Kosten:** 8€

## DIE KRAFT DER SELBSTHEILUNG

### ERLEBNISVORTRAG

Wir leben in einer sehr intensiven Zeit. Beruf, Familie, Haus... überall herrscht Erwartungsdruck, alles soll perfekt sein. Dadurch haben viele Menschen den Kontakt zu sich selbst und ihrem Körper verloren, sie funktionieren nur noch. Freude und Lebensqualität sind nicht mehr spürbar, somit kann der Körper auch nicht gesund sein.

Da unser Organismus immer bestrebt ist, die Ordnung wiederherzustellen „so wie es sein soll“, fühlen viele Menschen sich durch dieses innere Bemühen oft müde und ausgelaugt. Der Körper zeigt erste Warnsignale, später kann es zu ernstesten Erkrankungen kommen.

Aus diesem Leidenskreislauf herauszukommen, dabei unterstützt die MatrixMoments Quantenheilung. Sie hilft die innere Ordnung wiederherzustellen. Sie öffnet Türen für inneres Wachstum, Wohlbefinden und Gesundheit für Körper Geist und Seele. Jeder Teilnehmer kann in den Genuss einer „Kostprobe“ kommen.

Freuen Sie sich auf einen erlebnisreichen Vortrag.

**Kursnummer:** 000502

**Termin:**

Mi., 21.09.2022, 19:00 Uhr -  
20:30 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 2

**Leitung:**

Andrea Diekmann

**Kosten:** 6€

[www.matrixmoments.de](http://www.matrixmoments.de)

## **WANN, WAS, WIE LANGE? Ideen für eine angemessene Medien- erziehung im Jahr 2022**

Wir befinden uns in einem „Neuen Medienzeitalter“. Aber was genau heißt das überhaupt? Sind die neuen Medien eher Fluch oder Segen? Mediensucht - gibt es das und wie sieht das aus?

Außerdem richtet dieser Vortrag sich an Eltern, die sich fragen: „Warum sitzt mein Kind die ganze Zeit vor dem DING?!“ Wie kann eine moderne Medienerziehung im Jahr 2022 aussehen und welche sinnvollen Regeln kann man innerhalb der Familie aufstellen?

**Kursnummer:** 000102

**Termin:**

Mi., 28.09.2022, 18:00 Uhr -  
19:30 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 2

**Leitung:** Christian Caselitz

**Kosten:** 12€

## **EXPERIMENTIERABEND ZUM THEMA PLASTIKMÜLL UND MIKROPLASTIK**

Jahrelang galt Plastik als Zeichen des Fortschrittes. Doch niemand kann mehr an Plastikmüll in den Meeren, Flüssen und an Stränden und Küsten vorbeischaun. Große Plastikteile bedrohen zahlreiche Tierarten und zerfallen in deutlich kleinere Plastikpartikel, das Mikroplastik. Überwiegen die Nachteile die Vorteile, aufgrund derer uns Kunststoffe den Alltag vielerorts erleichtern?

Wo steckt mittlerweile überall Plastik drin? Ist die Antwort auf eine nachhaltige Zukunft ein absoluter Verzicht auf Plastik und wie können Kunststoffe optimal recycelt werden? Das Kurzseminar liefert neben der Beantwortung der oben genannten Fragen einige grundlegende Informationen zum Thema Nachhaltigkeit und der Plastikmüll- und Mikroplastikproblematik. Danach dürfen Sie in einem praktischen Teil im Chemieraum der Liebfrauenschule selbst aktiv werden und einfache, aber eindrucksvolle Experimente durchführen. Neben Kosmetika werden auch Bodenproben genauer auf das Vorhandensein von Mikroplastik untersucht. Hier können Sie gerne eigene Proben von Zuhause mitbringen. Den Abschluss des experimentellen Kurzseminars bildet eine Diskussionsrunde, in der Handlungsoptionen entwickelt und noch offene Fragen geklärt werden. Wir freuen uns auf einen spannenden Abend mit Ihnen.

**Kursnummer:** 000100

**Termin:**

Di., 11.10.2022, 19:30 Uhr -  
21:45 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Chemieraum der  
Liebfrauenschule

**Leitung:** Nils Kreienhop

**Kosten:** 3€

## FEIERN, KIFFEN UND ZIEHEN

### Was sind aktuelle Drogentrends und wie schütze ich mein Kind am besten vor Sucht?

Was ist Sucht und wie entsteht sie? Was sind aktuelle Drogen und Suchtmitteltrends? Wie schütze ich mein Kind vor Sucht? Welche Ideen für einen zeitgerechten Umgang mit Suchtmitteln gibt es?

Diesen und vielen weiteren Fragen wollen wir in diesem Vortrag gemeinsam nachgehen. Dabei wird der Referent Ihnen außerdem das Suchthilfesystems in Deutschland vorstellen und erläutern, welche Hilfestellungen es für Betroffenen und Angehörige gibt, die oftmals hilflos und ohnmächtig daneben stehen.

**Kursnummer:** 000101

**Termin:**

Mi., 19.10.2022, 18:00 Uhr - 19:30 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 1

**Leitung:** Christian Caselitz

**Kosten:** 12€

## DIE LEBENDIGE SCHULE ASCHEN

### Vorstellung des pädagogischen Konzepts

In diesem Vortrag werden die Grundpfeiler des pädagogischen Konzepts der Lebendigen Schule und deren Umsetzung im Schulalltag vorgestellt. Wir befassen uns gemeinsam mit alternativen Lern- und Schulkonzepten sowie deren Chancen und Herausforderungen.

Anschließend haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, Fragen zu stellen und in die gemeinsame Diskussion zu gehen.

**Kursnummer:** 000300

**Termin:**

Do., 20.10.2022, 19:30 Uhr - 21:00 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 2

**Leitung:** Miriam Rehling

**Kosten:** 10€

## OSTEOPATHIE FÜR TIERE

### Was ist Osteopathie und wie funktioniert sie?

Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen erhalten einen kurzen Einblick in die Geschichte der Osteopathie und in die Techniken, mit denen sie angewendet werden kann.

Im Hauptteil des Kurses dürfen die Kursteilnehmer erfahren, wie Osteopathie arbeitet. Dies wird durch praktische Übungen und eigene Erfahrungen am Tier vermittelt.

**Kursnummer:** 000500

**Termin:**

Do., 17.11.2022, 19:30 Uhr - 21:00 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 1

**Leitung:** Denise Weier

**Kosten:** 15€

## **INFORMATIONSNABEND ÜBER HOSPIZARBEIT DAS STATIONÄRE HOSPIZ ST. ANNA**

Im Hospiz St. Anna werden schwerkranke Menschen auf ihrer letzten Wegstrecke fürsorglich begleitet. Die Einrichtung bietet Entlastung für Angehörige und Hilfe für Betroffene in dieser schweren Zeit. Bei soll die Lebensqualität verbessert und vor allem viel Zuwendung geschenkt werden.

An diesem Informationsabend erhalten Sie einen Einblick in die wertvolle Arbeit eines Hospizes. Falls Sie bereits betroffen sind oder auch nur aus Interesse, können Sie sich hier einen Eindruck darüber verschaffen, wie die Abläufe in dieser Einrichtung sind und welche große Hilfe diese für eine solche Lebenssituation darstellen kann.

Um auch einen Eindruck vom Haus St. Anna zu bekommen, findet dieser Kurs direkt vor Ort im Hospiz statt.

## **MEIN KIND IST „ANDERS“ Erziehung durch Berücksichtigung der Anlagen des Einzelnen**

Anders sein - Fluch und Segen zugleich, je nach Betrachtungsweise.

Welche Berücksichtigung findet das Kind mit seinen individuellen Anlagen in den Institutionen, insbesondere in der Schule? Wie kann ich mein Kind stärken? Welche Schulform ist für mein Kind die richtige?

Diesen und vielen weiteren Fragen wollen wir uns in diesem interaktiven Vortrag zuwenden. Denn was kann ich tun, wenn mein Kind einfach immer anders zu sein scheint als die anderen Kinder seines Alters? Muss ich überhaupt etwas tun? Oder wird sich alles schon von selbst finden, so wie alle sagen.

Martina Halbritter kennt die Fragen, die man sich als Eltern stellt gut und weiß viele von ihnen mit Herz und Verstand zu beantworten.

**Kursnummer:** 000200

**Termin:**

Mi., 16.11.2022, 17:30 Uhr -  
19:00 Uhr

**Kursort:**

Hospiz St. Anna Dinklage  
Clemens-August-Straße 12  
49413 Dinklage  
Hospiz St. Anna Dinklage

**Leitung:**

Ellen Meerjans-Eilers

**Kosten:** 5€

**Kursnummer:** 000310

**Termin:**

Do., 19.01.2023, 19:30 Uhr -  
21:00 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 2

**Leitung:**

Martina Halbritter

**Kosten:** 10€

# ZEITGESCHEHEN



## ÖKOLOGISCHE LANDWIRTSCHAFT UND NACHHALTIGE ERNÄHRUNG

Zusammenhänge zwischen der Landwirtschaft und den Klimaveränderungen, ein allgemeines Interesse an biologischen Lebensmitteln und der ökologischen Landwirtschaft sowie der Wunsch nach mehr Nachhaltigkeit im Alltag zu etablieren, werden immer deutlicher. Was bedeutet biologische Landwirtschaft aber überhaupt, wie finde ich mich zwischen den ganzen Bio-Siegeln zurecht, warum sind Bio-Lebensmittel teurer und was macht ein/e Bio-Landwirt\*in eigentlich genau?

In diesem Kurs bekommen Sie Antworten zu Fragen, die im Alltag zu nachhaltiger Ernährung auftauchen und bekommen einen Einblick in die biologische Landwirtschaft des Biohofs am Kolk.

**Kursnummer:** 010302

**Termin:**

Mo., 07.11.2022, 18:00 Uhr -  
19:30 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 2

**Leitung:** Sina Endres

**Kosten:** 15€

## BRIDGETREFF FÜR ANFÄNGER

Bridge (speziell Kontrakt-Bridge) ist ein Kartenspiel für vier Personen, das sich schon seit geraumer Zeit großer Beliebtheit erfreut. Allerdings ist es gar nicht so einfach eine Runde zusammenzukriegen, vor allem, wenn man selbst die Regeln noch nicht kennt.

Hier kommen wir ins Spiel! In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, den Einstieg in dieses großartige Hobby zu finden. In netter Atmosphäre und unter Gleichgesinnten lernen Sie die Regeln des Kartenspiels kennen und können sich außerdem ganz wunderbar mit den anderen Kursteilnehmern austauschen.

**Kursnummer:** 010000

**Termin:**

Mi., 05.10.2022, 19:00 Uhr -  
Mi., 30.11.2022, 21:00 Uhr  
(8 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 2

**Leitung:** Maria Hellmann

**Kosten:** 55€

## HOCHSENSITIVITÄT, ADS UND ADHS BEI KINDERN

Das Wahrnehmungsvermögen vieler Kinder ist heute in vielerlei Hinsicht anders. Wenn Menschen im Allgemeinen nur eine Antenne zur Sinneswahrnehmung haben, nehmen hochsensitive Kinder ihre Eindrücke mit mehreren sehr filigranen Antennen auf. Einige Kinder reagieren darauf mit starken Stimmungsschwankungen, andere mit Hyperaktivität und/oder Aufmerksamkeitsdefiziten, wiederum andere sind eher in sich gekehrt und verträumt.

In diesem Workshop wird aufgezeigt, wie man mit Hilfe der Kinesiologie die Energien und Ressourcen hochsensitiver Kinder in die richtigen Bahnen und in die Balance lenken und so das Wohlbefinden der Kinder fördern kann, besonders in der Schule und im Kindergarten.

Es geht darum, die Schwingungen und Frequenzen der Energien hyperaktiver Kinder mit oder ohne AD(H)S zu beruhigen und die Energien zu ruhiger und verträumter Kinder zu wecken und zu fördern.

Das ist möglich mit Brain Gym® (Gymnastik fürs Gehirn), Touch for Health (Gesunddurch Berühren), Bachblüten, Spagyrik Phylak, mit einer gezielten Ernährung und einer achtsamen, ganzheitlichen Unterstützung für Körper, Seele und Geist.

## DOPPELKOPF FÜR ANFÄNGER

Doppelkopf gehört im Oldenburger Münsterland zum Kulturgut! Wer dieses Spiel in ländlichen Regionen nicht beherrscht, erntet schon mal den ein oder anderen schrägen Blick. Wie also das Spiel lernen, ohne sich als Nichtspieler outen zu müssen? Da können wir Abhilfe schaffen!

Wer immer schon einmal Doppelkopf lernen wollte, ist hier richtig! In lockerer Runde werden wir Ihnen die Grundlagen dieses beliebten Kartenspiels vermitteln, sodass Sie nie wieder Ausreden erfinden müssen, warum Sie heute leider keine Zeit haben um mitzuspielen.

**Kursnummer:** 010200

**Termin:**

Fr., 14.10.2022, 19:30 Uhr - 21:45 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 2

**Leitung:** Helga Schwarte

**Kosten:** 10€

**Kursnummer:** 010100

**Termin:**

Mi., 02.11.2022, 17:00 Uhr -  
Mi., 23.11.2022, 18:30 Uhr  
(4 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 2

**Leitung:** Dr. Kai Bauche

**Kosten:** 40€

## BIO-SIEGEL - WIE BEKOMME ICH EINEN ÜBERBLICK?

Einen Überblick über die verschiedenen Siegel auf Lebensmittelverpackungen zu bekommen, scheint im Einkaufsalldag teilweise unmöglich. Wir möchten Ihnen in diesem Kurs einen Überblick über die verschiedenen Bio-Siegel geben, Grundlagen zur biologischen Landwirtschaft erläutern und praktische Tipps für den Alltag mitgeben, die Ihnen beim Einkauf ganz leicht Orientierung geben können.

**Kursnummer:** 010303

**Termin:**

Fr., 02.12.2022, 18:00 Uhr - 19:30 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 2

**Leitung:** Sina Endres

**Kosten:** 15€

## HOFFÜHRUNG MIT KLEINER VERKÖSTIGUNG

### Der Biohof am Kolk in Lönigen

Bekommen Sie bei einem Besuch auf unserem Hof einen Einblick in die biologische Landwirtschaft und nutzen Sie die Möglichkeit, Alltagsfragen zu Bio-Produkten und nachhaltigen Lebensmitteln zu stellen. Der Biohof am Kolk in Lönigen öffnet Ihnen die Hofstore. Neben einer Besichtigung der Nutztiere ist das Probieren der hofeigenen Produkte aus dem Gewächshaus und dem Freilandgemüse ein Highlight der Tour. Dieser Kurs ist **noch nicht terminiert**. Sollten Sie sich für diesen Kurs interessieren, können Sie sich vormerken lassen. Sobald ein Termin für diesen Kurs feststeht, werden Sie von uns informiert.

**Kursnummer:** 010300

**Termin:**

*auf Anfrage*

**Kursort:**

Biohof am Kolk  
49624 Lönigen  
Biohof am Kolk

**Leitung:**

Sina Endres

**Kosten:** 18€

## HOFFÜHRUNG

### Der Biohof am Kolk in Lönigen

Bekommen Sie bei einem Besuch auf unserem Hof einen Einblick in die biologische Landwirtschaft und nutzen Sie die Möglichkeit, Alltagsfragen zu Bio-Produkten und nachhaltigen Lebensmitteln zu stellen. Der Biohof am Kolk in Lönigen öffnet Ihnen die Hofstore. Neben einer Besichtigung der Mutterkuhherde und den Zweinutzungshühnern schauen wir uns den Gemüseanbau an. Über 40 verschiedene Kulturen werden im Gewächshaus und im Freiland auf dem Biohof am Kolk angebaut.

Dieser Kurs ist **noch nicht terminiert**. Sollten Sie sich für diesen Kurs interessieren, können Sie sich vormerken lassen. Sobald ein Termin für diesen Kurs feststeht, werden Sie von uns informiert.

**Kursnummer:** 010301

**Termin:**

*auf Anfrage*

**Kursort:**

Biohof am Kolk  
49624 Lönigen  
Biohof am Kolk

**Leitung:**

Sina Endres

**Kosten:** 14€

# FAMILIE, KINDER & JUGENDLICHE



## **TOLLE BILDERBÜCHER UND GESELLSCHAFTSSPIELE FÜR DIE GANZE FAMILIE**

Das Angebot an Bilderbüchern und Gesellschaftsspielen ist schier endlos. Aber welche sind wirklich gut, machen Spaß und sind vielleicht sogar noch pädagogisch wertvoll? Allein in der Buchhandlung oder gar vor dem Computer oder Smartphone, lässt sich diese Frage nur sehr schwer beantworten. Vor allem bei Spielen, wäre es eigentlich am besten, wenn man die mal ausprobieren könnte. Denn seien wir mal ehrlich, diese Boxen nehmen eine Menge Platz im Schrank ein, vor allem, wenn sie nie benutzt werden.

Hier schaffen wir gerne Abhilfe! An diesem geselligen Abend stellen Ihnen Silvia Dierken und Maike Neteler die schönsten Bilderbücher und Gesellschaftsspiele für die ganze Familie vor. Es darf geschmökert und vor allem auch gespielt werden! So steht den zukünftigen Lesenachmittagen und Spieleabenden alsbald nichts mehr im Wege.

**Kursnummer:** 030010

**Termin:**

Mi., 12.10.2022, 19:30 Uhr -  
21:00 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta

Seminarraum 1

**Leitung:** Silvia Dierken

**Kosten:** 12,50€

## **BAYO-MA**

### **BabyYoga mit Mama**

Leichtes Rückbildungsyoga wird spielerisch mit altersgerechten Übungen für das Baby kombiniert. Kleine Massagesequenzen, Fußreflexzonenmassagen, Bewegungslieder und Fingerspiele vertiefen die Mutter-Kind-Beziehung.

**Kursnummer:** 030130

**Termin:**

Di., 30.08.2022, 10:00 Uhr -  
Di., 06.09.2022, 11:30 Uhr  
(2 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 1

**Leitung:** Britta Schraad

**Kosten:** 30€

## **ZWERGENSPRACHE - MIT KINDERN AUF DEM WEG ZUR SPRACHE „ZWERGKANINCHEN“ (FÜR KINDER VON 6 BIS 8 MONATEN)**

Babys und Kleinkinder wollen kommunizieren, bevor sie sprechen können.

Kommunikation, der Austausch eigener Gedanken mit der Umwelt, ist schon sehr früh ein menschliches Grundbedürfnis. Bis zur verständlichen Lautsprache dienen die Babyzeichen Ihrem Kind als Brücke, seine Wünsche und Gedanken leichter auszudrücken.

Die einfachen Handzeichen der Zwergensprache öffnen ein Fenster in die Gedankenwelt ihres Kindes. Sie lassen uns als Eltern an seinen Empfindungen und Entdeckungen teilhaben. In diesem Eltern-Kind-Kurs lernen Sie und ihr Kind über 70 praxistaugliche Babyzeichen für den Alltag, zahlreiche Kinderlieder, Reime, Verse und Spiele. Ihr Baby erfreut sich am Singen, Tanzen und Begleiten von Liedern sowie an Musikinstrumenten und Spielzeug. Sie erhalten konkrete Tipps zum erfolgreichen Einführen der Zwergensprache, viele Spielideen und Anregungen für daheim. Der Kurs ist pädagogisch aufgebaut & babygerecht strukturiert.

Bitte bringen Sie für Ihr Kind eine Wickeltasche und einen kleinen Snack für die Kinder, da auch ein gemeinsames Picknick im Kursraum Bestandteil des Kurses ist. Schließlich kann man beim Essen viele Gebärden rund um das Essen einbringen und üben.

**Kursnummer:** 030110

**Termin:**

Do., 25.08.2022, 10:30 Uhr -

Do., 10.11.2022, 11:30 Uhr

(10 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Seminarraum 1

**Leitung:** Britta Schraad

**Kosten:** 65€

## **PARENS ANFÄNGERKURS**

PARENS ist ein Konzept der Katholischen Erwachsenenbildung, das Eltern mit ihren Kindern in den ersten Lebensjahren optimal begleiten will.

Dabei richtet sich PARENS an Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr. Die PARENS-Stunden bieten Eltern die Gelegenheit, die Bindung zu ihren Kleinstkindern zu intensivieren und unter pädagogischer Anleitung in geschützter Atmosphäre optimal zu fördern.

PARENS beinhaltet folgende Schwerpunkte:

- Soziale Kontakte herstellen bzw. stärken (Kontakte der Eltern untereinander sowie erste soziale Kontakte der Kinder zu Gleichaltrigen)
- Eltern lernen gemeinsam mit ihren Babys Sing- und Bewegungsspiele kennen
- Kennenlernen von gezielten Sinnesanregungen
- Einführung in Bewegungsanregungen und in Elemente der Babymassage
- Austausch und Begleitung durch eine PARENS-Referentin
- Wichtige Informationen im ersten Lebensjahr

Folgende Veranstaltung ist optional bei Anfänger- bzw. Fortsetzungskurs:

Ein gemeinsames Treffen der Eltern (Mutter und Vater) mit ihren Kindern.

Bitte bringen Sie für Ihr Kind eine Wickeltasche sowie eine Decke oder Yogamatte und Handtuch mit.

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 1

**Leitung:** Britta Schraad

**Kosten:** 75€

**Termine:** s.u.

**PARENS Anfängerkurs „Marienkäfer“** - Babys geboren April`22 - Mai`22

**Kursnummer:** 030100

**Termin:** Mo., 29.08.2022, 10:30 Uhr -Mo., 28.11.2022, 12:00 Uhr (10 Termine)

**PARENS Anfängerkurs „Bienenchen“** - Babys geboren Juni`22 - Juli`22

**Kursnummer:** 030101

**Termin:** Mi., 31.08.2022, 09:00 Uhr -Mi., 16.11.2022, 10:30 Uhr(10 Termine)

**PARENS Anfängerkurs „Kükenstall“** - Babys geboren August`22 - September`22

**Kursnummer:** 030102

**Termin:** Mi., 12.10.2022, 10:30 Uhr - Mi., 04.01.2023, 12:00 Uhr (10 Termine)

**PARENS-Anfängerkurs für die Geburtsmonate Oktober`22 bis Juli`23.**

**Bei Interesse gerne anmelden, die genauen Termine folgen.**

**PARENS Anfängerkurs „Tausendfüßler“** - Babys geboren Oktober`22 - November`22

**Kursnummer:** 030103

**Termin:** Termine stehen noch aus (10 Termine)

**PARENS Anfängerkurs „Spatzennest“** - Babys geboren Dezember`22 - Januar`23

**Kursnummer:** 030104

**Termin:** Termine stehen noch aus (10 Termine)

**PARENS Anfängerkurs „Grashüpfer“** - Babys geboren Februar`23 - März`23

**Kursnummer:** 030105

**Termin:** Termine stehen noch aus (10 Termine)

**PARENS Anfängerkurs „Raupen“** - Babys geboren April`23 - Mai`23

**Kursnummer:** 030106

**Termin:** Termine stehen noch aus (10 Termine)

**PARENS Anfängerkurs „Leuchtkäfer“** - Babys geboren Juni`23 - Juli`23

**Kursnummer:** 030107

**Termin:** Termine stehen noch aus (10 Termine)

## **KINDER-ATELIER**

### **Für Kinder von 8 bis 10 Jahren**

Dieser Kurs richtet sich an Kinder zwischen 8 und 10 Jahren, die Interesse haben sich malerisch und zeichnerisch auszuprobieren. Wir malen auf unterschiedlichen Mal- und Zeichenuntergründen wie Papier, Karton, Leinwand und nutzen verschiedene Zeichenmittel von deckenden Wasserfarben über Kreide, Kohle bis hin zu Acrylfarben. Die Kinder erstellen Bilder und Collagen und lernen dabei den Umgang mit Farbe, Farbkombinationen und Elementen des Bildaufbaus. Die Kinder können Bildideen mit in den Kurs bringen oder sich vor Ort inspirieren lassen. Dabei werden sie begleitet und in ihrer Kreativität individuell gefördert.

Mitzubringen ist ein Kittel oder altes Hemd, um die Kleidung zu schützen sowie Farbe, Pinsel und Leinwand. Weitere Informationen zu den Malutensilien gibt es im Kurs.

## **ERSTE HILFE AM KIND - CRASHKURS**

Der Erste-Hilfe Kurs am Kind wendet sich speziell an Eltern, Großeltern und an alle, die mit Kindern zu tun haben. Es wird das Verhalten bei häufigen und alltäglichen Gefahren für Kinder und in Notfallsituationen erlernt, um im Ernstfall schnell und richtig handeln zu können.

Nicht nur wenn der letzte Erste-Hilfe Kurs bereits eine Weile her ist, sondern auch, wenn man sich speziell für Situationen mit Kindern weiterbilden möchte, ist dieser Kurs geeignet. Denn Erste-Hilfe am Kind ist in einigen Bereichen anders, als am Erwachsenen und es gibt für den Ernstfall einiges zu beachten.

Themen sind unter anderem:

- Allgemeine Erste Hilfe
- Gefahren im Haushalt
- Verbrennungen
- Verschlucken
- Herz-Lungen-Wiederbelebung

Dieser Kurs findet in Kooperation mit dem DLRG Vechta statt.

**Kursnummer:** 030210

**Termin:**

Mo., 05.09.2022, 14:00 Uhr -

Mo., 10.10.2022, 15:30 Uhr

(5 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Atelier der Liebfrauenschule

**Leitung:** Birgit Heitmann

**Kosten:** 70€

**Kursnummer:** 030400

**Termin:**

Do., 08.09.2022, 18:30 Uhr -

Do., 15.09.2022, 21:00 Uhr

(2 Termine)

**Kursnummer:** 030401

**Termin:**

Do., 08.09.2022, 18:30 Uhr -

Do., 15.09.2022, 21:00 Uhr

(2 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Atelier der Liebfrauenschule

**Leitung:** Birgit Heitmann

**Kosten:** 35€

## **SPIELETRAINING**

### **Wie leite ich selbst ein Spiel an?**

Du wolltest deinen Freunden ein cooles neues Spiel erklären, aber sie haben es einfach nicht verstanden? Oder du würdest generell gerne Spiele für eine Gruppe von Kindern anleiten? Hier lernst du die Tipps und Tricks und darfst sie direkt anwenden. Also pack die Trinkflasche ein - heute wird gespielt!

**Kursnummer:** 030300

**Termin:**

Sa., 17.09.2022, 14:00 Uhr -  
17:00 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 1

**Leitung:** Lina Grabbe

**Kosten:** 7€

## **ACTIONSPIELETAG**

### **Dringen- und Draußenspiele zum Auspowern**

Heute wollen wir uns mal richtig auspowern und uns quer durch die große Welt der Actionspiele testen. Gemeinsam als Gruppe werden wir Klassiker und auch komplett neue Spiele ausprobieren und jede Menge Spaß haben. Also pack deine Wasserflasche ein und mach mit, denn wann kriegt man schon die Gelegenheit genug Leute für richtig coole Spiele zusammenzubekommen?!?

**Kursnummer:** 030301

**Termin:**

Sa., 24.09.2022, 14:00 Uhr -  
17:00 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 1

**Leitung:** Lina Grabbe

**Kosten:** 6,50€

## **KOCHEN MIT KINDERN**

### **Ein ganzes Menü kochen - das schaffe ich schon**

Du hilfst gerne in der Küche und wolltest immer schon mal lernen, wie du selbst ein ganzes Gericht kochen kannst? Du möchtest vielleicht sogar mal für dich und deine Freunde oder deine Familie etwas kochen? Dann bist du hier genau richtig!

In diesem Kurs lernst du von der Auswahl der Lebensmittel über die Vorbereitung bis hin zur Zubereitung alles, was man zum Kochen eines richtigen Menüs alles braucht. Zusammen werden wir alle Gänge zubereiten und anschließend dann natürlich auch gemeinsam genießen.

**Kursnummer:** 030000

**Termin:**

Sa., 29.10.2022, 10:30 Uhr -  
12:45 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Küche

**Leitung:** Maria Westendorf

**Kosten:** 17,50€

## **NÄHEN FÜR KINDER UND JUGENDLICHE**

### **Für Anfänger**

Die Nähbegeisterung ist auch bei Jugendlichen ungebrochen. Doch was kann man mit der Nähmaschine alles kreativ erschaffen? In einem Wochenendkurs lernen die jungen Teilnehmer, wie sie mit ihrer Maschine erste eigene Näharbeiten, z. B. Loops, Taschen, etc. zustande bringen.

Die Dozentin wird sich vor Kursbeginn telefonisch bei den Teilnehmer/innen melden. Im Gespräch wird geklärt, was die Teilnehmer nähen möchten und welche Materialien dafür benötigt werden. Dann kann am ersten Kurstag sofort mit dem Nähen losgelegt werden.

Mitzubringen ist: eine Nähmaschine.

Dieser Kurs ist momentan ausgebucht. Sollten Sie sich für diesen Kurs interessieren, können Sie sich vormerken lassen. Sie werden dann auf die Warteliste gesetzt. Sollte ein Platz frei werden oder ein weiterer Termin festgelegt werden, werden Sie von uns informiert.

**Mitzubringen ist: eine Nähmaschine.**

**Kursnummer:** 030200

**Termin:**

Fr., 14.10.2022, 15:00 Uhr -  
Sa., 15.10.2022, 13:30 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 2

**Leitung:** Elisabeth Kläne

**Kosten:** 45€

## **KOMPAKTKURS GEBURTSPREPARATION**

Du bekommst ein Baby? Erstmal Herzlichen Glückwunsch!

Wenn du dich auf die Geburt und die aufregende Zeit mit deinem Baby vorbereiten möchtest, dann komm gerne zu unserem Geburtsvorbereitungskurs.

Hebamme Anja Gerber steht dir bei all deinen Fragen gern zur Seite und folgende Themen stehen auf dem Programm:

- Vorbereitung auf die Geburt mit Atemübungen
- Beckenbodenübungen
- Entspannung
- Informationen über den Ablauf der Geburt
- Ernährung des Babys (Stillen/Flasche)
- Handling des Babys
- Entspanntes Einleben mit dem Baby zuhause

Das alles verpackt in einem Kompaktkurs (Do.-So.), sodass du in kurzer Zeit alles erfahren kannst, was du wissen möchtest. Und das Beste daran ist, dass dieser Kurs krankenkassenzertifiziert ist, sodass die Abrechnung

**Kursnummer:** 030410

**Termin:**

Do., 08.12.2022, 17:30 Uhr -  
So., 11.12.2022, 16:30 Uhr  
(4 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 1

**Leitung:** Anja Gerber

**Kosten:** -

vollständig über deine Krankenkasse läuft.

Am Sonntag besteht die Möglichkeit den Partner oder die Partnerin zum Kurs mitzubringen, um sich noch einmal gemeinsam auf die Geburt und die Zeit mit dem Baby vorzubereiten.

## **SPIELGRUPPE**

### **Austausch - Anregungen - neue Freunde**

Jede Woche gibt es neue Spielanregungen (Fingerspiele, Spiel- & Bewegungslieder) um die motorischen und kognitiven Fähigkeiten der Kinder zu fördern. Dabei steht der Spaß mit den Kindern jedoch im Vordergrund. Zudem gibt es natürlich die Möglichkeit sich in lockerer Atmosphäre mit den anderen Müttern über gemeinsame Themen auszutauschen.

*Dieser Kurs ist noch nicht terminiert. Sollten Sie sich für diesen Kurs interessieren, können Sie sich vormerken lassen. Sobald ein Termin für diesen Kurs feststeht, werden Sie von uns informiert.*

**Kursnummer:** 030120

**Termin:**

*noch ausstehend*

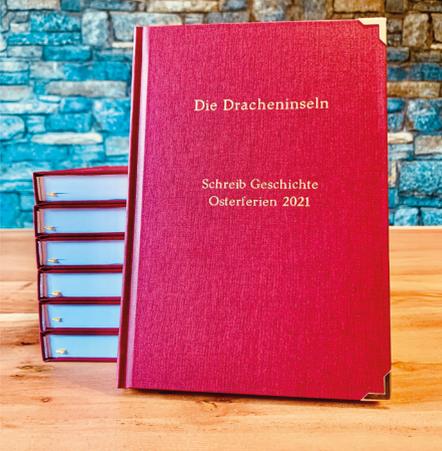
**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 1

**Leitung:** Britta Schraad

**Kosten:** 65€

# JUNGE ERWACHSENE



### FINANZEN UND VERSICHERUNGEN

...klingt langweilig, muss es aber nicht sein

Du bist gerade ausgezogen oder wirst das in absehbarer Zeit tun?

Du bist fertig mit der Schule und beginnst ein Studium oder eine Ausbildung?

Oder du steckst schon mittendrin und hast einfach keine Ahnung, wie dieser ganze Kram mit Finanzen, Versicherungen und Verträgen eigentlich funktioniert?

Du wüsstest nicht einmal, welche Fragen du stellen solltest oder wonach du googeln könntest?

Dann bist du hier genau richtig!

In diesem Kurs lernst du die wichtigsten Grundlagen zum Thema Finanzen und Versicherungen kennen. Was braucht man wirklich und was ist nicht unbedingt sinnvoll? Worauf sollte man achten und macht es Sinn, sich jetzt schon über seine Altersvorsorge Gedanken zu machen? All diese und viele weitere Fragen, werden hier beantwortet. Deine eigenen kannst du selbstverständlich auch stellen! Du benötigst keinerlei Vorwissen. Hier wird alles einfach und verständlich erklärt.

#### Finanzen und Versicherungen I

Kursnummer: 040600

Termin: Sa., 17.09.2022, 10:00 Uhr - 14:00 Uhr

#### Finanzen und Versicherungen II

Kursnummer: 040601

Termin: Do., 20.10.2022, 18:00 Uhr - 22:00 Uhr

#### Finanzen und Versicherungen III

Kursnummer: 040602

Termin: Sa., 12.11.2022, 10:00 Uhr - 14:00 Uhr

#### Kursort:

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Seminarraum 2

(1. Stock rechts)

#### Leitung:

Christian Bröer

### DIE DRACHENINSELN

### RASHARRS RÄCHER

#### Rollenspielkurs

Was wäre, wenn du das Geschehen einer ganzen Welt beeinflussen kannst?

Was wäre, wenn du Teil einer kleinen Gruppe wärst, von deren Entscheidungen viele Leben abhängig sind?

Was wäre, wenn du und dein Team mit vielen großen und kleinen Problemen konfrontiert werden würdet?

Bist du ein Teamplayer, kannst aber auch mal die Führung

übernehmen und die Verantwortung für deine Entscheidungen tragen?

Dies sind viele interessante Fragen, die du hier in einem spielerischen Rollenspiel auf den Grund gehen kannst. Du bekommst die Möglichkeit, dich in einem kleinen Team besser kennenzulernen, deine Gruppenmitglieder einzuschätzen und mit ihnen zusammen viele spannende Abenteuer zu erleben.

Dies findet alles in einer gemütlichen Runde am Tisch statt und wird von einem erfahrenen Spielleiter geleitet. Hierbei bietet die fiktive Welt der Dracheninseln noch die außergewöhnliche Möglichkeit eine Geschichte zu schreiben, die von mehreren Gruppen gleichzeitig beeinflusst wird. Dies bedeutet, dass jede Gruppe, die auf den Dracheninseln spielt, sich ungefähr im selben Zeitrahmen befindet und das deren Handlungen auch Einfluss haben kann auf das Geschehen in der eigenen Geschichte. Diese Besonderheit, in einer dynamischen, sich stetig weiterentwickelnden Welt zu agieren, macht den Kurs zu einem noch intensiveren Erlebnis!

## **DIE DRACHENINSELN DIE HÜTER DER DRACHENINSELN**

### **Rollenspielkurs**

Bei diesem Kurs handelt es sich um eine Pen&Paper-Kampagnengruppe zu Schulungszwecken für Rollenspiel-Leiter und -Leiterinnen.

Hier werden Dinge thematisiert wird:

„Warum ist die Sitz- und Tischordnung so enorm wichtig?“,  
„Worauf kommt es bei gutem Rollenspiel eigentlich an?“,  
„Welche Dinge gilt es als Spielleiter unbedingt zu beachten?“  
und „Wie entwickle ich gemeinsam mit meinen Spielern ihre Figuren?“

## **DIE DRACHENINSELN WÄCHTER DES WESTENS**

### **Rollenspielkurs**

Was wäre, wenn du das Geschehen einer ganzen Welt beeinflussen kannst?

Was wäre, wenn du Teil einer kleinen Gruppe wärst, von deren Entscheidungen viele Leben abhängig sind?

Was wäre, wenn du und dein Team mit vielen großen und kleinen Problemen konfrontiert werden würdet? Bist du ein

**Kursnummer:** 040222

**Termin:**

Sa., 06.08.2022, 17:00 Uhr -

So., 08.01.2023, 03:30 Uhr

(12 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Seminarraum 1

**Leitung:**

Michael Bröer

**Kosten:** 90€

**Kursnummer:** 040224

**Termin:**

So., 07.08.2022, 13:30 Uhr -

So., 01.01.2023, 18:30 Uhr

(6 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Seminarraum 2

**Leitung:** Marie Dierkes

**Kosten:** 30€

Teamplayer, kannst aber auch mal die Führung übernehmen und die Verantwortung für deine Entscheidungen tragen? Dies sind viele interessante Fragen, die du hier in einem spielerischen Rollenspiel auf den Grund gehen kannst. Du bekommst die Möglichkeit, dich in einem kleinen Team besser kennenzulernen, deine Gruppenmitglieder einzuschätzen und mit ihnen zusammen viele spannende Abenteuer zu erleben. Dies findet alles in einer gemütlichen Runde am Tisch statt und wird von einem erfahrenen Spielleiter geleitet. Hierbei bietet die fiktive Welt der Dracheninseln noch die außergewöhnliche Möglichkeit eine Geschichte zu schreiben, die von mehreren Gruppen gleichzeitig beeinflusst wird. Dies bedeutet, dass jede Gruppe, die auf den Dracheninseln spielt, sich ungefähr im selben Zeitrahmen befindet und das deren Handlungen auch Einfluss haben kann auf das Geschehen in der eigenen Geschichte. Diese Besonderheit, in einer dynamischen, sich stetig weiterentwickelnden Welt zu agieren, macht den Kurs zu einem noch intensiveren Erlebnis!

### **DIE DRACHENINSELN DIE GEHEIMEN HELDEN Rollenspiel und Schreibwerkstatt**

Wolltest du immer schon mal der Held in deiner eigenen Geschichte sein? Liebst du das Abenteuer und möchtest du mit deinen Gefährten eine sagemwobene Fantasywelt erkunden und deine Fußspuren hinterlassen? Willst du außerdem alles in Form einer richtigen Geschichte festhalten? Dann sei dabei!

Auf den geheimnisvollen Dracheninseln kannst du die Geschicke vieler Völker beeinflussen und dabei die unterschiedlichsten Kulturen kennenlernen. Erkunde mystische Orte, rette Dörfer vor den Angriffen marodierender Monster oder mische dich gar in die Geschicke der Götter ein. Das liegt ganz bei dir!

Mit Hilfe des Mediums Pen&Paper-Rollenspiel werden wir in diesem Kurs nicht nur in fremde Fantasy-Welten abtauchen, sondern außerdem an deiner Teamfähigkeit, Konzentrationsfähigkeit und deiner Fähigkeit dich auszudrücken arbeiten. Themen aus den Bereichen Geschichte, Politik und Geographie werden hier aufgegriffen und wir wollen uns gemeinsam im respektvollen Umgang mit den Mitspielern sowie Fremden aus anderen Kulturen üben. Zusätzlich wird die erlebte Geschichte in eine verschriftlichte Textform gebracht, sodass außerdem das Schreiben kreativer Texte und der schriftsprachliche Ausdruck gefördert werden.

**Kursnummer:** 040221

**Termin:**

Fr., 12.08.2022, 16:30 Uhr -  
Sa., 14.01.2023, 01:30 Uhr  
(12 Termine)

**Kursort:**

Michael Bröer & Marie  
Dierkes  
Heinrichstraße 73b  
49413 Dinklage

**Leitung:**

Michael Bröer

**Kosten:** 75,00 €

**Kursnummer:** 040230

**Termin:**

Fr., 26.08.2022, 15:00 Uhr -  
Fr., 27.01.2023, 19:00 Uhr  
(6 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 2

**Leitung:** Valentina Pille

**Kosten:** 75€

## **DIE DRACHENINSELN DIE DRAGONER**

### **Rollenspielkurs**

Was wäre, wenn du das Geschehen einer ganzen Welt beeinflussen kannst?

Was wäre, wenn du Teil einer kleinen Gruppe wärst, von deren Entscheidungen viele Leben abhängig sind?

Was wäre, wenn du und dein Team mit vielen großen und kleinen Problemen konfrontiert werden würdet?

Bist du ein Teamplayer, kannst aber auch mal die Führung übernehmen und die Verantwortung für deine Entscheidungen tragen?

Dies sind viele interessante Fragen, die du hier in einem spielerischen Rollenspiel auf den Grund gehen kannst. Du bekommst die Möglichkeit, dich in einem kleinen Team besser kennenzulernen, deine Gruppenmitglieder einzuschätzen und mit ihnen zusammen viele spannende Abenteuer zu erleben. Dies findet alles in einer gemütlichen Runde am Tisch statt und wird von einem erfahrenen Spielleiter geleitet. Hierbei bietet die fiktive Welt der Dracheninseln noch die außergewöhnliche Möglichkeit eine Geschichte zu schreiben, die von mehreren Gruppen gleichzeitig beeinflusst wird. Dies bedeutet, dass jede Gruppe, die auf den Dracheninseln spielt, sich ungefähr im selben Zeitrahmen befindet und das deren Handlungen auch Einfluss haben kann auf das Geschehen in der eigenen Geschichte. Diese Besonderheit, in einer dynamischen, sich stetig weiterentwickelnden Welt zu agieren, macht den Kurs zu einem noch intensiveren Erlebnis!

**Kursnummer:** 040223

**Termin:**

Sa., 17.09.2022, 17:00 Uhr -

So., 22.01.2023, 21:00 Uhr

(9 Termine)

**Kursort:**

Michael Bröer & Marie

Dierkes

Heinrichstraße 73b

49413 Dinklage

**Leitung:**

Michael Bröer

**Kosten:** 75€

## **DIE DRACHENINSELN DIE HELFENDEN ELFEN**

### **Rollenspiel und Schreibwerkstatt**

Wolltest du immer schon mal der Held in deiner eigenen Geschichte sein? Liebst du das Abenteuer und möchtest du mit deinen Gefährten eine sagenumwobene Fantasywelt erkunden und deine Fußspuren hinterlassen? Willst du außerdem alles in Form einer richtigen Geschichte festhalten? Dann sei dabei!

Auf den geheimnisvollen Dracheninseln kannst du die Geschicke vieler Völker beeinflussen und dabei die unterschiedlichsten Kulturen kennenlernen. Erkunde mystische Orte, rette Dörfer

**Kursnummer:** 040231

**Termin:**

Sa., 03.09.2022, 15:00 Uhr -

Fr., 03.02.2023, 19:00 Uhr

(6 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Seminarraum 2

**Leitung:**

Marie Dierkes

**Kosten:** 75€

vor den Angriffen marodierender Monster oder mische dich gar in die Geschicke der Götter ein. Das liegt ganz bei dir! Mit Hilfe des Mediums Pen&Paper-Rollenspiel werden wir in diesem Kurs nicht nur in fremde Fantasy-Welten abtauchen, sondern außerdem an deiner Teamfähigkeit, Konzentrationsfähigkeit und deiner Fähigkeit dich auszudrücken arbeiten. Themen aus den Bereichen Geschichte, Politik und Geographie werden hier aufgegriffen und wir wollen uns gemeinsam im respektvollen Umgang mit den Mitspielern sowie Fremden aus anderen Kulturen üben. Zusätzlich wird die erlebte Geschichte in eine verschriftlichte Textform gebracht, sodass außerdem das Schreiben kreativer Texte und der schriftsprachliche Ausdruck gefördert werden.

### **AUF DEN SPUREN VON SHERLOCK HOLMES**

#### **Ein Detektiv-Rollenspiel im viktorianischen Zeitalter**

Du liebst Krimis, löst gerne Rätsel und bist mindestens so clever wie der berühmte Meisterdetektiv Sherlock Holmes? Dann bist du hier genau richtig!

Schlüpf in die Rolle eines Ermittlers oder einer Ermittlerin und erforsche die Straßen des viktorianischen Londons. Lerne die dunklen Ecken der Stadt und finstere Gestalten kennen oder begib dich in die Londoner High Society und umgib dich mit den Reichen und Schönen. Egal wie du und deine Ermittlerkollegen euer Ziel erreicht, Hauptsache ist, dass ihr das Verbrechen aufklärt, wegen dem ihr gerufen wurdet!

Gemeinsam müsst ihr Spuren auswerten, Zeugen befragen und Beweise sammeln, um dem Täter auf die Schliche zu kommen und ihn dingfest zu machen. Dabei kommt es neben Ermittlungsgeschick und dem richtigen Riecher vor allem auch auf Teamarbeit an, denn jeder deiner Kollegen hat seine ganz eigenen Stärken und Schwächen.

Also werde ein Teil des Teams und mach die Straßen Londons ein kleines Bisschen sicherer!

### **HALLOWEEN HORROR**

#### **Ein Abend voller paranormaler Ermittlungen**

Du liebst Krimis, löst gerne Rätsel und bist mindestens so clever wie der berühmte Meisterdetektiv Sherlock Holmes? Dann bist du hier genau richtig!

Schlüpf in die Rolle eines Ermittlers oder einer Ermittlerin

**Kursnummer:** 040201

**Termin:**

Mi., 07.09.2022, 19:00 Uhr-  
22:00 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 2

**Leitung:**

Alexander Beisel

**Kosten:** 20€

und erforsche die Straßen des viktorianischen Londons. Lerne die dunklen Ecken der Stadt und finstere Gestalten kennen oder begib dich in die Londoner High Society und umgib dich mit den Reichen und Schönen. Egal wie du und deine Ermittlerkollegen euer Ziel erreicht, Hauptsache ist, dass ihr das Verbrechen aufklärt, wegen dem ihr gerufen wurdet!

Gemeinsam müsst ihr Spuren auswerten, Zeugen befragen und Beweise sammeln, um dem Täter auf die Schliche zu kommen und ihn dingfest zu machen. Dabei kommt es neben Ermittlungsgeschick und dem richtigen Riecher vor allem auch auf Teamarbeit an, denn jeder deiner Kollegen hat seine ganz eigenen Stärken und Schwächen.

Also werde ein Teil des Teams und mach die Straßen Londons ein kleines Bisschen sicherer!

**Kursnummer:** 040210

**Termin:**

Sa., 29.10.2022, 16:00 Uhr - 20:00 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Seminarraum 2

**Leitung:**

Marie Dierkes

**Kosten:** 15€

## **AUF DEN SPUREN VON SHERLOCK HOLMES - WEIHNACHTSSPECIAL**

### **Ein weihnachtliches Detektiv Rollenspiel im viktorianischen Zeitalter für ältere Rollenspieler\*innen**

Merry Christmas!

Es weihnachtet sehr im viktorianischen London. Wenn du immer schon einmal Teil eines weihnachtlichen Ermittlungsabenteuers zur Zeit des berühmten Meisterdetektivs Sherlock Holmes sein wolltest, dann ist das dein Kurs!

Schlüpf in die Rolle eines Ermittlers oder einer Ermittlerin und erforsche die verschneiten Straßen Londons. Lerne die dunklen Ecken der Stadt und Geister der vergangenen Weihnacht kennen oder begib dich in die Londoner High Society und feiere Weihnachtsparties mit jeder Menge Lametta. Egal wie du und deine Ermittlerkollegen euer Ziel erreicht, Hauptsache ist, dass ihr das Verbrechen aufklärt, wegen dem ihr gerufen wurdet!

Gemeinsam müsst ihr Spuren von Kekskrümeln auswerten, beschwipste Zeugen befragen und Beweise sammeln, um dem Täter (SPOILER: Es war nicht der Weihnachtsmann) auf die Schliche zu kommen und ihn dingfest zu machen. Dabei kommt es neben Ermittlungsgeschick, jeder Menge Lebkuchen und dem richtigen Riecher von Rudolfs roter Nase vor allem auch auf Teamarbeit an, denn jeder deiner Wichtel, äh Kollegen hat seine ganz eigenen Stärken und Schwächen.

Also werde ein Teil des Teams und rette das Weihnachtsfest!

**Kursnummer:** 040203

**Termin:**

Fr., 16.12.2022, 19:00 Uhr - 22:00 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Seminarraum 1

**Leitung:**

Alexander Beisel

**Kosten:** 25€

## **AUF DEN SPUREN VON SHERLOCK HOLMES**

### **Ein Detektiv-Rollenspiel im viktorianischen Zeitalter**

Du liebst Krimis, löst gerne Rätsel und bist mindestens so clever wie der berühmte Meisterdetektiv Sherlock Holmes? Dann bist du hier genau richtig!

Schlüpfe in die Rolle eines Ermittlers oder einer Ermittlerin und erforsche die Straßen des viktorianischen Londons. Lerne die dunklen Ecken der Stadt und finstere Gestalten kennen oder begib dich in die Londoner High Society und umgib dich mit den Reichen und Schönen. Egal wie du und deine Ermittlerkollegen euer Ziel erreicht, Hauptsache ist, dass ihr das Verbrechen aufklärt, wegen dem ihr gerufen wurdet!

Gemeinsam müsst ihr Spuren auswerten, Zeugen befragen und Beweise sammeln, um dem Täter auf die Schliche zu kommen und ihn dingfest zu machen. Dabei kommt es neben Ermittlungsgeschick und dem richtigen Riecher vor allem auch auf Teamarbeit an, denn jeder deiner Kollegen hat seine ganz eigenen Stärken und Schwächen.

Also werde ein Teil des Teams und mach die Straßen Londons ein kleines Bisschen sicherer!

**Kursnummer:** 040202

**Termin:**

Fr., 13.01.2023, 19:00 Uhr -  
22:00 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 2

**Leitung:**

Alexander Beisel

**Kosten:** 20€

# GESUNDHEIT & FITNESS



## **HIPHOP UND STRETDANCE**

### **Tanzworkshop für Anfänger**

Coole Moves, gute Musik und jede Menge Spaß!  
Dieser Tanzworkshop ist perfekt für alle, die Streetdance schon immer mal ausprobieren wollten, ohne sich direkt in einem Verein anmelden zu müssen. Wir lernen eine einfache, aber dennoch coole Choreografie und sorgen dafür, dass ihr eine richtig gute Figur auf dem Tanzboden macht. Dabei ist es nicht wichtig, ob ihr schon Tanzerfahrung mitbringt!

**Kursnummer:** 050300

**Termin:**

Sa., 08.10.2022, 16:00 Uhr -

Sa., 12.11.2022, 17:30 Uhr

(6 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Turnhalle der Liebfrauen-  
schule

**Leitung:**

Valentina Pille

**Kosten:** 30€

## **LUFTGEWEHR SCHIESSEN**

### **SCHNUPPERKURS**

#### **Kostenfreier Infotermin**

Wer immer schon einmal lernen wollte, wie man mit einem Luftgewehr umgeht, der ist hier genau richtig! Wir üben die sichere Handhabung des Gewehrs, sprechen über zu beachtende Gefahren und trainieren die Zielsicherheit beim Schießen. Dieser Kurs bietet eine hervorragende Möglichkeit diesen tollen Sport kennenzulernen und erste Erfahrungen am Gewehr zu sammeln, ohne direkt in einen Schützenverein eintreten zu müssen.

**Kursnummer:** 050000

**Termin:**

Mi., 31.08.2022, 19:00 Uhr -

21:00 Uhr

**Kursort:**

Schießstand Stoppelmarkt

Stoppelmarkt 27

49377 Vechta

**Leitung:** Paul Menke

**Kosten:** -

## **LUFTGEWEHR SCHIESSEN**

### **SCHNUPPERKURS**

Wer immer schon einmal lernen wollte, wie man mit einem Luftgewehr umgeht, der ist hier genau richtig! Wir üben die sichere Handhabung des Gewehrs, sprechen über zu beachtende Gefahren und trainieren die Zielsicherheit beim Schießen. Dieser Kurs bietet eine hervorragende Möglichkeit diesen tollen Sport kennenzulernen und erste Erfahrungen am Gewehr zu sammeln, ohne direkt in einen Schützenverein eintreten zu müssen.

**Kursnummer:** 050001

**Termin:**

Mi., 07.09.2022, 19:00 Uhr -

Mi., 12.10.2022, 21:00 Uhr

(6 Termine)

**Kursort:**

Schießstand Stoppelmarkt

Stoppelmarkt 27

49377 Vechta

**Leitung:** Paul Menke

**Kosten:** 30€

## **GESUNDHEIT - EINE HARMONIE ZWISCHEN KÖRPER UND GEIST**

### **Ausgeglichenheit, die beim Kind Lernen ermöglicht**

Das Gehirn ist die Brücke zwischen der inneren und der äußeren Welt. Nicht umsonst sagt man, dass ein gesunder Geist in einem gesunden Körper steckt und dies gilt auch umgekehrt.

Psychosomatische Zustände werden durch „Erfahrungsreize“ ausgelöst. Reizüberflutung kann daher krank machen. Wie kann ich mein Kind vor Reizüberflutung schützen, bzw. wie kann ich es stärken, um mit den Umweltreizen umgehen zu können? Welche Rolle kann dabei die Musik spielen?

Lehrerin Martina Halbritter kennt wichtige Tipps und Tricks und weiß die komplexen Sachverhalte in verständlicher Weise darzustellen. In diesem Vortrag sollen die wichtigsten Aspekte angesprochen werden, die das Lernen erschweren oder sogar gänzlich verhindern können. Wie kann eine gute Lernumgebung geschaffen werden, die es ermöglicht sich gut zu konzentrieren und worauf muss ich bei der Gestaltung von Lernphasen aber auch beim generellen Alltag meines Kindes achten.

**Kursnummer:** 050210

**Termin:**

Do., 17.11.2022, 19:30 Uhr -  
21:00 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 2

**Leitung:** Martina Halbritter

**Kosten:** 10,00€

# KOCHEN & BACKEN



## KOCHEN FÜR DEN FRIEDEN

Gemeinsames Kochen und gutes Essen in schöner Atmosphäre... es gibt wohl nichts, was Menschen besser miteinander in Verbindung bringen kann. Naja, außer vielleicht Fußball... Da es bei uns aber eine tolle neue Lehrküche und keinen Bolzplatz gibt, möchten wir mit Ihnen zusammen kochen, genießen und etwas über fremde Länder und ihre Küche lernen.

In diesem speziellen Fall möchten wir uns auf eine Reise ins ferne Russland und in die nicht so ganz so ferne Ukraine und in unser Nachbarland Frankreich machen, um gemeinsam die kulinarischen Seiten der drei Länder zu entdecken und sie besser kennenzulernen.

Die Referentin nimmt Sie mit auf eine kleine Expedition und wird mit Ihnen zusammen die köstlichen Spezialitäten der drei Länder zubereiten, sodass am Ende ein kleines Festessen in schönem Ambiente und gemütlicher Runde wartet.

Dieser Kurs besteht aus drei Terminen, zu denen man sich separat anmelden kann. Ein Teil der Kursgebühr wird an die Ukraine-Hilfe gespendet, um den Menschen vor Ort Unterstützung zukommen zu lassen. Zusätzliche Spenden werden gerne entgegengenommen und ebenfalls weitergegeben.

### Regionale Küche- von Paris bis Bordeaux

**Kursnummer:** 060201

**Termin:** Fr., 16.09.2022, 19:00 Uhr - 22:00 Uhr

### Regionale Küche - von Kiew bis Odessa

**Kursnummer:** 060202

**Termin:** Mo., 14.11.2022, 19:00 Uhr - 22:00 Uhr

### Regionale Küche - von St. Petersburg bis Sotschi

**Kursnummer:** 060203

**Termin:** Fr., 25.11.2022, 19:00 Uhr - 22:00 Uhr

### **Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Küche

**Leitung:** Olga Scheibler

**Kosten:** 25€

*zzgl. Lebensmittelumlage*

## IT'S BURGER TIME

### Kochen mit dem Thermomix

Selbstgemacht schmeckt es einfach am besten!

Es gibt wohl wenig Besseres, als einen saftigen Burger mit leckeren Fritten. Vor allem, wenn man Gäste mit unterschiedlichen Geschmäckern bewirten möchte, denn hier kann man frei nach Wahl variieren. Der Fantasie beim Belegen sind keine Grenzen gesetzt. Aber Augen auf beim Burgerbau, das ein oder andere gilt es dann doch zu beachten: Hackfleisch, Patties, Burgerbuns, Chutneys und Saucen, bei uns erfährst Du wie es geht! Und natürlich darf für den perfekten Burger auch das passende Grünzeug dazu nicht fehlen.

Also ran an die Bulette...äh... natürlich das Patty!

Also ran an die Bulette...äh... natürlich das Patty!

Thermomix-Erfahrung nicht nötig, jeder ist willkommen

**Kursnummer:** 060117

### **Termin:**

Mi., 07.09.2022, 18:30 Uhr - 21:30 Uhr

### **Kursort:**

Annes Kochwerkstatt

Am Markt 22

49413 Dinklage

Annes Kochwerkstatt

**Leitung:** Annegret Tepe-Niemann

**Kosten:** 25€

*zzgl. Lebensmittelumlage*

### **HEIMISCHE, HERBSTLICHE OBSTSORTEN - MAL SÜSS, MAL HERZHAFT**

#### **Äpfel, Birnen, Pflaume und Quitte vielseitig einzusetzen**

Herbstzeit ist Erntezeit und damit beschert uns diese tolle Jahreszeit zahlreiche Möglichkeiten mit leckeren heimischen Früchten tolle Gerichte zu zaubern. In diesem Kurs wollen wir gemeinsam kochen und backen und dabei Äpfel, Birnen und Pflaumen, aber auch weniger geläufige Obstsorten wie Quitten verarbeiten.

Denn was gibt es Besseres, als an einem stürmischen Herbstabend mit einem ofenwarmen Crumble auf dem Sofa zu sitzen oder gemeinsam mit Freunden einen Flammkuchen zu genießen? Außerdem werden wir lernen, wie wir schmackhafte Chutneys kochen können, die sich auch ganz wunderbar als kleines Mitbringsel eignen. Und habt ihr schon mal Gulasch mit Quittenmus probiert? Nein? Dann wird's aber Zeit!

**Kursnummer:** 060104

**Termin:**

Sa., 10.09.2022, 10:30 Uhr - 13:30 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Küche

**Leitung:**

Maria Westendorf

**Kosten:** 25€

*zzgl. Lebensmittelumlage*

### **WIR KOCHEN UNS LECKER DURCH DEN SOMMER!**

#### **Kochen mit dem Thermomix**

Der Sommer ist noch nicht vorbei!

Wir widmen uns der leichten Küche, frischen Salate und herrlicher Pasta. Außerdem stehen leckere Grill-Ideen und süße Früchte auf dem Programm.

Holt euch die Urlaubserinnerungen zurück! Genussvoll zelebrieren wir die letzten sommerlichen Tage.

Thermomix-Erfahrung nicht nötig, jeder ist willkommen.

**Kursnummer:** 060115

**Termin:**

Mi., 14.09.2022, 18:30 Uhr - 21:30 Uhr

**Kursort:**

Annes Kochwerkstatt  
Am Markt 22  
49413 Dinklage

Annes Kochwerkstatt

**Leitung:** Annegret Tepe-

Niemann

**Kosten:** 25€

*zzgl. Lebensmittelumlage*

## **BROT & BRÖTCHEN, DAS KÖNNEN WIR!**

### **Kochen mit dem Thermomix**

Frische Brötchen zum Frühstück? Oder ein ofenwarmes Brot zum Abendessen? Perfekt, vor allem, wenn es einfach und schnell geht und man dafür nicht zu m Bäcker muss!

Wir zeigen Euch, worauf es beim Backen ankommt, welche Materialien euch unterstützen, um grandiose Ergebnisse zu erzielen und wie vielfältig unsere Backkunst ist! Dabei lassen wir uns vom Thermomix helfen, damit es super schnell und einfach geht.

Thermomix-Erfahrung nicht nötig, jeder ist willkommen

**Kursnummer:** 060116

**Termin:**

Mi., 21.09.2022, 09:00 Uhr -  
12:00 Uhr

**Kursort:**

Annes Kochwerkstatt  
Am Markt 22  
49413 Dinklage

Annes Kochwerkstatt

**Leitung:** Annegret Tepe-  
Niemann

**Kosten:** 25€

*zzgl. Lebensmittelumlage*

## **HERBSTLICHE GEMÜSEKÜCHE**

### **Vegetarisch, vielseitig, günstig, regional**

Der Herbst bietet die perfekte Gelegenheit sich damit zu beschäftigen mal ein bisschen frischen Wind in die eigene Küche zu bringen. Es muss ja nicht gleich ein ganzer Herbststurm sein, aber es gibt viele einfache Möglichkeiten, wie man vielseitig, günstig und regional vegetarisch kochen kann. In diesem Kurs ist das Gemüse der Star, denn vegetarisch muss absolut nicht langweilig sein!

**Kursnummer:** 060103

**Termin:**

Mi., 21.09.2022, 19:00 Uhr -  
22:00 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Küche

**Leitung:** Maria Westendorf

**Kosten:** 25€

*zzgl. Lebensmittelumlage*

## **HEUTE BIN ICH SUPERFAUL...**

### **Kochen mit dem Thermomix**

„Mama, ich habe Huuunger!“ Kennt ihr das?

In diesem Kurs zeigen wir Euch leckere Familiengerichte, die sich prima vorbereiten lassen und daher superschnell sind. Stressfrei lautet das Motto!

Thermomix-Erfahrung nicht nötig, jeder ist willkommen.

**Kursnummer:** 060114

**Termin:**

Mi., 05.10.2022, 18:30 Uhr -  
21:30 Uhr

**Kursort:**

Annes Kochwerkstatt  
Am Markt 22  
49413 Dinklage

Annes Kochwerkstatt

**Leitung:** Annegret Tepe-  
Niemann

**Kosten:** 25€

*zzgl. Lebensmittelumlage*

## SÜSSES OLDENBURGER MÜNSTERLAND

### Dessertklassiker modern interpretiert

Herrencreme als Eis, Apfelküchlein in Form eines kleinen Kunstwerks oder rote Grütze als Pudding? Wer die leckersten Nachspeisen des Oldenburger Münsterlandes geschmacklich gleich aber doch ganz neu auf den Teller zaubern möchte, ist in diesem Kochkurs genau richtig. Die Teilnehmer\*innen lernen neben der Zubereitung der Speisen auch das kreative Anrichten.

**Kursnummer:** 060100

**Termin:**

Mi., 05.10.2022, 19:00 Uhr - 21:15 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Küche

**Leitung:** Sarah Bokop

**Kosten:** 20€

*zzgl. Lebensmittelumlage*

## SUPPEN, EINTÖPFE & LECKERE AUFLÄUFE

### Kochen mit dem Thermomix

Der Herbst kommt in großen Schritten in unsere Küchen und somit auch das wohlige Gefühl für deftigere Speisen. Bunte Blätter, pralle Kürbisse und regnerische Samstage, das alles gehört zum Herbst. Und was gibt es besseres als eine heiße Suppe nach einem langen Herbstspaziergang.

Wir nutzen die Saison und haben tolle Rezepte für Euch vorbereitet!

Thermomix-Erfahrung nicht nötig, jeder ist willkommen.

**Kursnummer:** 060113

**Termin:**

Mi., 12.10.2022, 18:30 Uhr - 21:30 Uhr

**Kursort:**

Annes Kochwerkstatt  
Am Markt 22  
49413 Dinklage  
Annes Kochwerkstatt

**Leitung:** Annegret Tepe-Niemann

**Kosten:** 25€

*zzgl. Lebensmittelumlage*

## SUPPengerichte von einfach bis fein

### Von Vorspeise bis sättigend

Suppen sind vielseitig, meist mit wenig Aufwand gemacht und vor allem eins: Lecker! Dabei sind der Fantasie nahezu keine Grenzen gesetzt, denn es gibt unzählige Variationsmöglichkeiten. Von Vorspeisen bis hin zu Suppen, die als Hauptgericht fungieren ist alles möglich. Und das beste daran eine Suppe zu kochen ist doch wirklich, dass am Ende meistens nur ein Topf schmutzig geworden ist!

**Kursnummer:** 060303

**Termin:**

Mi., 12.10.2022, 19:00 Uhr - 21:15 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Küche

**Leitung:** Maria Westendorf

**Kosten:** 21€

*zzgl. Lebensmittelumlage*

## **SOULFOOD FÜR DIE GANZE FAMILIE**

### **Kochen mit dem Thermomix**

Der Tag ist verregnet und grau? Es ist Montag? Das neue Lieblingsshirt ist in der Wäsche eingelaufen? Oder gleich alles zusammen? Manchmal braucht man einfach einen kulinarischen Seelentröster. Was richtig Leckeres, wenn das Leben mal wieder einfach nicht nach Plan funktioniert und nach dessen Genuss die Welt dann wieder gleich ganz anders aussieht. Am Ende ist dann alles wieder gut!

Thermomix-Erfahrung nicht nötig, jeder ist willkommen.

**Kursnummer:** 060112

**Termin:**

Mi., 19.10.2022, 18:30 Uhr - 21:30 Uhr

**Kursort:**

Annes Kochwerkstatt  
Am Markt 22  
49413 Dinklage

Annes Kochwerkstatt

**Leitung:** Annegret Tepe-Niemann

**Kosten:** 25€

*zzgl. Lebensmittelumlage*

## **ITALIENISCHE VORSPEISEN „VEGGIE“**

### **Zubereitung einer bunten Variation von italienischen Vorspeisen**

Ob Walnuss-Paprika-Pest, Kürbiscrème oder gefüllte Zucchini. Die kulinarische Bandbreite der italienischen Küche ist riesig. Die Ergebnisse eignen sich hervorragend, um Familie und Freunde bei einem netten Glas Wein zu beeindrucken und glücklich zu machen.

**Kursnummer:** 060200

**Termin:**

Mi., 02.11.2022, 18:30 Uhr - 21:30 Uhr

**Kursort:**

Annes Kochwerkstatt  
Am Markt 22  
49413 Dinklage

Annes Kochwerkstatt

**Leitung:** Annegret Tepe-Niemann

**Kosten:** 25€

*zzgl. Lebensmittelumlage*

## **HERZHAFT BACKEN & FINGERFOOD**

### **Kochen mit dem Thermomix**

Auch im Herbst und Winter sitzen wir doch gerne mit netten Gästen zusammen und lassen es uns gut gehen. Dabei dürfen neben guten Getränken leckere Köstlichkeiten auf dem Tisch natürlich nicht fehlen!

Hier bekommt ihr kulinarische Anregungen zum Verwöhnen eurer Gäste, damit diese noch lange von den legendären Abenden bei euch und vor allem von der großartigen Bewirtung reden werden.

Thermomix-Erfahrung nicht nötig, jeder ist willkommen.

**Kursnummer:** 060110

**Termin:**

Mi., 19.10.2022, 18:30 Uhr - 21:30 Uhr

**Kursort:**

Annes Kochwerkstatt  
Am Markt 22  
49413 Dinklage

Annes Kochwerkstatt

**Leitung:** Annegret Tepe-Niemann

**Kosten:** 25€

*zzgl. Lebensmittelumlage*

## KOCHEN FÜR STUDENTEN

### Vegetarisch, schnell und gut vorzubereiten

Als Student oder Studentin hat man es bekanntlich oft eilig, da es immer viel zu tun gibt. Zwischen Vorlesungen, Seminaren und Treffen in der BIB zur Referatsvorbereitung bleibt oft nur Zeit für einen Kaffee und einen Schokoriegel aus der Cafete. In der Mensa ist es zu Stoßzeiten voll und wenn man nur eine halbe Stunde zwischen den Veranstaltungen hat, reicht die Zeit oft nicht, um dort etwas zu essen. Außerdem möchte man ja auch einfach manchmal abends etwas Leckeres essen, während man bei Netflix prokrastiniert und einen das nicht gelesene Skript der Vorlesung oder die noch leere erste Seite der Hausarbeit vorwurfsvoll anschauen.

Dieser Kurs ist die Lösung all dieser Probleme! Naja gut, um euren Unikram müsst ihr euch schon noch selbst kümmern, aber wir sorgen dafür, dass ihr dabei nicht verhungern müsst! Wir wollen in diesem Kochkurs gemeinsam geniale Gerichte kennenlernen, die ihr auch mit kleinem Budget in eurer WG-Küche hinkommt und die außerdem super schnell gemacht und gut vorzubereiten sind.

**Kursnummer:** 060102

**Termin:**

Mi., 02.11.2022, 19:00 Uhr - 21:15 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Küche

**Leitung:** Maria Westendorf

**Kosten:** 21€

*zzgl. Lebensmittelumlage*

## BROT BACKEN MIT SAUERTEIG

Mehl, Wasser, Salz und Sauerteig sind die Zutaten, um Brot so zu backen, wie es seit Generationen üblich und notwendig war, als es noch keine Möglichkeit gab, Brot industriell herzustellen. Brot auf diese Art und Weise zu Hause selbst zu backen macht nicht nur Spaß, sondern liefert auch ein Brot mit unvergleichlichem Geschmack.

In diesem zweitägigen Workshop lernen alle Teilnehmenden, ihr eigenes Brot zu backen. Anschließend kann neben dem fertigen Brot auch der selbst hergestellte Sauerteig mit nach Hause genommen werden und dort kann es dann fleißig in der eigenen Backstube weitergehen. Es stehen drei Rezepte zur Auswahl und zwischen den einzelnen Arbeitsschritten gibt es jede Menge Informationen und Hintergrundwissen, damit die eigene Bäckerei auch weiterhin von Erfolg gekrönt ist.

**Kursnummer:** 060301

**Termin:**

So., 13.11.2022, 09:00 Uhr - 16:00 Uhr

**Kursnummer:** 060302

**Termin:**

So., 13.11.2022, 09:00 Uhr - 16:00 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Küche

**Leitung:** Dr. Klaus-Peter Schick

**Kosten:** 30€

*Zzgl. 12,00 € Material (10,00 € entfallen auf ein Gärkörbchen, das im Anschluss mit nach Hause genommen werden kann)*

## **WIR BACKEN EINE TORTE**

### **Wickeltorte für den Sonntagskaffee**

Ihr möchtet beim nächsten Sonntagskaffee mit einer tollen selbstgebackenen Torte glänzen? Gemeinsam werden in diesem Kurs alle Schritte zum Backen einer Wickeltorte bestritten. Dozent Heiko Feldhaus, bekannt aus der ersten Staffel „Allererste Sahne“ auf VOX und von seinem Instagram-Account, zeigt euch eines seiner liebsten Tortenrezepte. So steht dem nächsten gemütlichen Kaffeetrinken, egal ob in kleiner oder großer Runde nichts mehr im Weg.

**Kursnummer:** 060304

**Termin:**

Sa., 05.11.2022, 14:00 Uhr -  
17:00 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Küche

**Leitung:** Heiko Feldhaus

**Kosten:** 25€

*zzgl. Lebensmittelumlage*

## **AUF DIE SOSSE KOMMT ES AN**

### **Tipps und Tricks für die perfekte Sauce zu jedem Gericht**

Den Teilnehmer\*innen werden die Grundlagen der Zubereitung verschiedener Soßenklassiker beigebracht - von der dunklen Soße „wie bei Oma“, über eine leckere und schnelle Tomatensoße bis hin zur perfekten Weißweinsauce zu Pasta, Hähnchen oder Fisch. Im Anschluss werden die Soßen gemeinsam zusammen mit passenden Gerichten probiert.

**Kursnummer:** 060300

**Termin:**

Mi., 16.11.2022, 19:00 Uhr -  
21:15 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Küche

**Leitung:** Sarah Bokop

**Kosten:** 20€

*zzgl. Lebensmittelumlage*

## **MACARONS BACKEN**

Wer kennt sie nicht, die kleinen süßen Köstlichkeiten aus Mandelbaiser mit leckerer Füllung, die in bunten Farben die Kaffeetafel schmücken. Aber nicht ganz ohne Grund gilt die Herstellung der französischen Gebäckstücke als Königsdisziplin, denn es gibt unzählige verschiedene Rezepte, von denen einige wirklich kompliziert sind.

In diesem Kurs wollen wir uns gemeinsam an die Macarons heranwagen und lernen, wie man diese zuhause selbst backen kann.

**Kursnummer:** 060101

**Termin:**

Sa., 19.11.2022, 10:00 Uhr -  
14:00 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Küche

**Leitung:** Marie Dierkes

**Kosten:** 22€

*zzgl. Lebensmittelumlage*

# KREATIVES GESTALTEN & KULTUR



## BABYKLEIDUNG NÄHEN

### Schritt für Schritt zu den ersten Stücken

Du wolltest schon immer mal einen Nähkurs besuchen, um tolle Kleidung für die Kleinsten zu zaubern und sich kreativ auszutoben? Dann bist du hier absolut richtig!

In diesem Nähkurs lernst du, wie du Kleidung für Babys selbst nähen kannst. Dabei zeige ich dir anhand von mindestens drei verschiedenen Projekten ausführlich die einzelnen Schritte. Alle benötigten Schnittmuster erhältst du von mir. Mitbringen musst du nur eine Nähmaschine und die benötigten Nähutensilien wie Nähgarn, Markierstift, Stecknadeln usw. Eine vollständige Liste bekommst du auf Anfrage oder direkt zu deiner Anmeldung.

Außerdem solltest du einen Meter Jersey deiner Wahl mitbringen, wer man darf noch 25 cm andersfarbigen Jersey (aber passend zum Hauptstoff) mitbringen, um Variationsmöglichkeiten zu haben sowie einen Jersey-Druckknopf und 40 cm Bündchen, passend zu deinem Stoff.

**Kursnummer:** 070101

**Termin:**

Sa., 22.10.2022, 09:00 Uhr -

So., 23.10.2022, 13:30 Uhr

(2 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Seminarraum 2

**Leitung:**

Lena Dultmeyer

**Kosten:** 55€

## SNEAKER-DESIGN

### Individualisiere deine Schuhe!

In diesem Kurs wollen wir innerhalb von drei Stunden weiße Sneaker in individuelle und bunte Kunstwerke verwandeln. Dafür werden die Schuhe abgeklebt, mit Motiven bemalt und letztendlich mit einen speziellen ‚Finisher‘ haltbar gemacht. Wie eure ganz individuellen Designersneaker am Ende aussehen, ist dabei ganz euch überlassen.

**Kursnummer:** 070210

**Termin:**

Fr., 02.09.2022, 15:00 Uhr -

18:00 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Seminarraum 1

**Leitung:** Maren Tönjes

**Kosten:** 25€

## **MALREISE**

### **Meditatives Malen mit Acrylfarbe**

Du möchtest mehr Entspannung in deinen Alltag bringen und deinen Kopf mal frei bekommen? Du hast Lust dich mit Pinsel und Farbe auf eine spannende Reise zu begeben und deiner Intuition in deinem ganz eigenen Rhythmus zu folgen? Dann begib dich in dieses Abenteuer, das Mut und Vertrauen auf die Probe stellt. Wir lassen im Kurs konkrete Ideen und Vorstellungen, wie ein Bild zu sein hat, los. Du bekommst in jeder Stunde eine Methode an die Hand, mit der du dich auf eine bunte Wahrnehmungsreise begeben kannst. Du wirst erstaunt sein, wie das Malen deine Gefühle beeinflusst. Vielleicht entdeckst du den Künstler in dir, vielleicht findest du Ruhe und Entspannung. Im besten Fall begegnet dir beim Malen eine neue Leidenschaft.

Es sind keine Erfahrungen notwendig. Geeignet für alle, die bereit sind, sich auf eine intuitive, farbenfrohe Malreise einzulassen.

Mitzubringen ist ein Kittel oder altes Oberhemd, um die Kleidung zu schützen.

## **MALEN MIT ACRYLFARBEN - FORTGESCHRITTENENKURS**

„Malerei bedeutet Fantasie und Kreativität zum Ausdruck zu bringen“, weiß Dozentin Swetlana Masold. Sie hat genaue Vorstellungen, was die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in ihren Malkursen lernen können. „Auf spielerische Art und Weise möchte ich meine Schüler dazu motivieren, das Schöne am Malen zu entdecken. In meinem Unterricht werden die unterschiedlichen Techniken der Acrylmalerei praktisch und verständlich vermittelt. Ich freue mich, wenn es mir gelingt, meine Schüler für das Malen zu begeistern, so dass diese mit Freude ihre eigenen Meisterstücke erschaffen.“

Farben, Pinsel und Leinwände sollten mitgebracht werden.

**Kursnummer:** 070230

**Termin:**

Di., 06.09.2022, 19:00 Uhr -

Di., 27.09.2022, 21:15 Uhr

(4 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Atelier der Liebfrauenschule

**Leitung:** Birgit Heitmann

**Kosten:** 95€

**Kursnummer:** 070202

**Termin:**

Mo., 05.09.2022, 19:00 Uhr -

Mo., 07.11.2022, 21:15 Uhr

(10 Termine)

**Kursnummer:** 070201

**Termin:**

Mi., 07.09.2022, 19:00 Uhr -

Mi., 09.11.2022, 21:15 Uhr

(10 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Atelier der Liebfrauenschule

**Leitung:** Swetlana Masold

**Kosten:** 125€

## **MALREISE**

### **Meditatives Malen mit Acrylfarbe**

„Malerei bedeutet Fantasie und Kreativität zum Ausdruck zu bringen“, weiß Dozentin Swetlana Masold. Sie hat genaue Vorstellungen, was die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in ihren Malkursen lernen können. „Auf spielerische Art und Weise möchte ich meine Schüler dazu motivieren, das Schöne am Malen zu entdecken. In meinem Unterricht werden die unterschiedlichen Techniken der Acrylmalerei praktisch und verständlich vermittelt. Ich freue mich, wenn es mir gelingt, meine Schüler für das Malen zu begeistern, so dass diese mit Freude ihre eigenen Meisterstücke erschaffen.“

Farben, Pinsel und Leinwände sollten mitgebracht werden.

## **DIGITALER ZEICHENKURS FÜR ANFÄNGER**

### **Touchscreen und Apple-Pencil statt Papier**

Du möchtest deine Lernzettel verschönern, Visualisierungen, kleine Kunstprojekte, Geschenke und Einladungskarten gestalten oder wolltest generell schon immer einmal lernen, wie man auf einem Tablet zeichnen kann? Dann ist das der richtige Kurs für dich. Hier lernst du ein Zeichenprogramm und die Vorteile des digitalen Zeichnens kennen. Gemeinsam werden wir dann an deinen Projekten arbeiten.

Du musst kein eigenes iPad mitbringen! Wir stellen dir gerne eins zur Verfügung!

**Kursnummer:** 070200

**Termin:**

Do., 08.09.2022, 19:00 Uhr -

Do., 10.11.2022, 21:15 Uhr

(10 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Atelier der Liebfrauenschule

**Leitung:** Swetlana Masold

**Kosten:** 125€

**Kursnummer:** 070220

**Termin:**

So., 11.09.2022, 15:00 Uhr -

So., 18.09.2022, 17:15 Uhr

(3 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Seminarraum 2

**Leitung:** Janine Sieverding

**Kosten:** 30€

## **NÄHEN FÜR TEILNEHMERINNEN MIT UND OHNE KENNTNISSE**

TeilnehmerInnen mit und ohne Kenntnisse können ganz nach ihren Wünschen beliebige Kleidungsstücke (Hose, Rock, Bluse, Blazer, Tischdecken usw.) anfertigen, ausbessern oder ändern. Um sofort mit dem Nähen zu beginnen, überlegen Sie sich bitte schon vor Kursbeginn, für welches Teil Sie sich entscheiden möchten.

Die Kursleiterin wird sich vor Kursbeginn mit allen Teilnehmer/innen telefonisch in Verbindung setzen, um mit Ihnen abzusprechen, welche Materialien jeweils benötigt werden.

**Mitzubringen ist: eine Nähmaschine.**

**Kursnummer:** 070200

**Termin:**

Di., 13.09.2022, 19:00 Uhr -

Di., 29.11.2022, 21:15 Uhr

(10 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

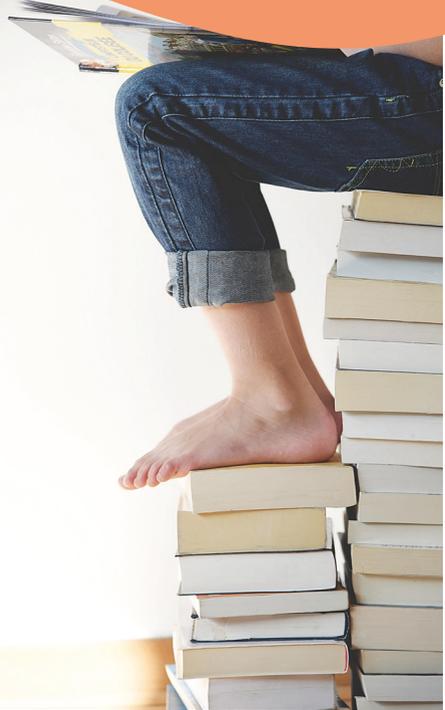
49377 Vechta

Seminarraum 2

**Leitung:** Elisabeth Kläne

**Kosten:** 100€

# LITERATUR & MUSIK



## **SCHÖNE BÜCHER FÜR DEN GABENTISCH**

### **Neues von der Buchmesse**

Noch ist es bis Weihnachten zwar noch ein Weilchen hin, aber trotzdem lohnt sich bereits der ein oder andere Blick in die Neuerscheinungen auf dem Buchmarkt, denn Bücher sind ein beliebtes und klassisches Weihnachtsgeschenk. Denn was gibt es Schöneres, als an einem optimalerweise verschneiten Weihnachtsmorgen das noch duftende neue Buch vom gestrigen Abend zu schnappen und mit einem heißen Kakao auf dem Sofa in fremde Welten, einen spannenden Krimi oder ein aufregendes Abenteuer einzutauchen.

Silvia Dierken, langjährige Inhaberin einer Buchhandlung in Dinklage und selbst absolute Büchernärrin, kennt die druckfrischen Neuerscheinungen von der Buchmesse und vor allem die Geheimtipps. Außerdem versteht sie es wie kaum eine andere anhand individueller Vorlieben die perfekten Vorschläge zu machen, sodass garantiert einige Highlights unter dem Weihnachtsbaum landen.

**Kursnummer:** 080000

**Termin:**

Mi., 09.11.2022, 19:30 Uhr -  
21:00 Uhr

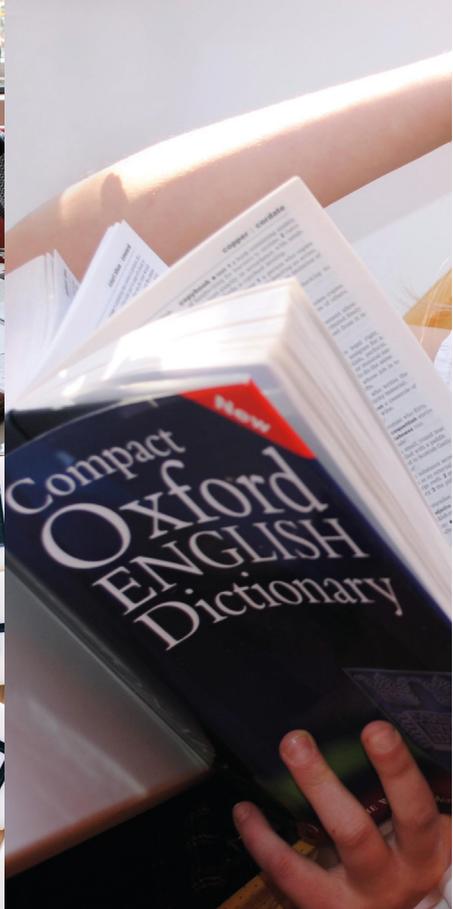
**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.  
Große Straße 6  
49377 Vechta  
Seminarraum 1

**Leitung:** Silvia Dierken

**Kosten:** 10€

# SPRACHEN



## **FIT FOR TRAVELLING AND THE EVERYDAY LIFE**

### **Englisch für Urlaub und Alltag**

Englisch ist eine Weltsprache, eine lingua franca, um die man in der heutigen globalisierten Welt nicht herumkommt. Die meisten Menschen sprechen Englisch als Erst-, Zweit- oder Drittsprache und somit kommt dieser Sprache gerade in fremden Ländern eine besondere Bedeutung zu.

In diesem Kurs sollen grundlegende Kenntnisse für Alltagssituationen, aber auch besonders für Reisen vermittelt werden. Weiterhin sollen bereits eventuell bekannte Englischkenntnisse (Niveau A1) ausgebaut und gefestigt werden.

**Kursnummer:** 090300

**Termin:**

Di., 13.09.2022, 18:00 Uhr -

Di., 29.11.2022, 19:30 Uhr

*(12 Termine)*

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Seminarraum 2

**Leitung:**

Julia Thadewaldt

**Kosten:** 110€

## **KEEP FIT IN ENGLISH**

In diesem Kurs steht das Sprechen der englischen Sprache im Vordergrund. Gemeinsam unterhalten wir uns in angenehmer Runde über aktuelle Themen und bleiben so im Training. Unseren Wortschatz erweitern wir mit situationsbezogenen neuen Vokabeln, Ausdrücken und Redewendungen.

**Kursnummer:** 090200

**Termin:**

Fr., 16.09.2022, 09:00 Uhr -

Fr., 02.12.2022, 10:30 Uhr

*(10 Termine)*

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Seminarraum 2

**Leitung:** Kathleen Bartels

**Kosten:** 65€

# ÄLTER & AKTIV



## **GESUNDHEITSSCHÜTZENDES QIGONG**

### **Eine 12-teilige Übungsreihe aus der chinesischen Heilgymnastik**

Daoyin QIGong ist eine Sammelbezeichnung für Übungen chinesischer Heilgymnastik, mit tiefen Wurzeln in der chinesischen Medizin. Sie sind hervorragend dafür geeignet, die eigene Beweglichkeit auch im höheren Alter zu erhalten und körperlich und geistig zur Ruhe zu kommen. Der Kurs vermittelt ausgewählte Übungstechniken zur Selbstregulation von Bewegung, Aufmerksamkeit und Atem. Die körperlichen Bewegungen werden meistens langsam und weich vollzogen. Die Übungen in diesem Kurs dienen insbesondere dazu, die Lungenfunktionen zu stärken und die Atemmuskulatur zu kräftigen.

Bitte mitbringen: Flache Hallenschuhe und bequeme Kleidung.

**Kursnummer:** 100200

**Termin:**

Mi., 05.10.2022, 18:30 Uhr -

Mi., 30.11.2022, 20:00 Uhr

(7 Termine)

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Turnhalle der

Liebfrauenschule

**Leitung:** Prof. Dr. Werner

Schreiber

**Kosten:** 70€

## **AUF DEN SPUREN VON SHERLOCK HOLMES**

### **Ein Detektiv-Rollenspiel im viktorianischen Zeitalter für ältere Rollenspiel-Einsteiger**

Filme, Bücher, Krimi-Dinner, das Genre der Kriminalgeschichten begeistert Jung und Alt gleichermaßen. Wenn Sie spannende Krimis und gute Unterhaltungen mögen, dann ist dieser Rollenspiel-Kurs genau das Richtige! In netter, atmosphärischer Runde schlüpfen Sie in die Rolle eines Ermittlers oder einer Ermittlerin und stehen vor der Aufgabe, einen komplexen Kriminalfall zu lösen.

Ein Rollenspiel ist ein kommunikatives, kooperatives Gesellschaftsspiel, bei dem mit Hilfe von Würfeln abenteuerliche, fantastische, aber auch ernste Geschichten entstehen. In diesem Kurs wird das Rollenspiel Private Eye genutzt, bei welchem Sie ins viktorianische London, in die Zeit des berühmten Meisterdetektivs Sherlock Holmes versetzt werden.

Sammeln Sie Beweise, befragen Sie Zeugen und machen Sie den Täter dingfest! Gemeinsam mit Ihren Detektivkollegen, müssen Sie Köpfe beweisen und die richtigen Schlüsse ziehen. Andernfalls bleibt der Fall möglicherweise ungelöst!

**Kursnummer:** 040200

**Termin:**

Fr., 11.11.2022, 19:00 Uhr -

21:15 Uhr

**Kursort:**

Bildungswerk Vechta e.V.

Große Straße 6

49377 Vechta

Seminarraum 2

**Leitung:**

Alexander Beisel

**Kosten:** 25€

# Das Bildungswerk Vechta e.V.

## Vorstand



Marie Dierkes  
Vorsitzende



Luca Meyer  
stellv. Vorsitzende



Michael Bröer  
Geschäftsführer



Florian Flachmeier  
Beisitzer



Rudolf Bröer  
Beisitzer

Büro im Kaiserlichen Postamt  
Große Straße 90, 49377 Vechta  
Tel.: 04441 99900 Fax.: 04441 999018  
[www.bw-vechta.de](http://www.bw-vechta.de)  
[info@bw-vechta.de](mailto:info@bw-vechta.de)

**Bankverbindung**  
Landessparkasse zu Oldenburg Vechta  
IBAN: DE98 2805 0100 0070 4203 85

**Öffnungszeiten**  
Montag, Dienstag, Donnerstag  
08:30 - 12:30 Uhr  
14:00 - 16:30 Uhr  
Mittwoch und Freitag  
08:30 - 12:00 Uhr