

Einzelveranstaltung < Kurs-Nr. 401

Werner Neumann
Mittwoch, 14.03.2018, 18:30-20:45 Uhr
VHS, Café/Bistro
€ 8,00 | 1 Termin | 3 UStd.
(keine Ermäßigung)
»Anmeldung bis 07. März 2018«

**Energieberatung der VZN – 14 täglich
in der Stadtbibliothek Cuxhaven**

**Beratungstermine und Anmeldung
auf Anfrage:**

Die Terminvergabe für ein Beratungsgespräch in der Stadtbibliothek erfolgt über die kostenfreie Telefonnummer 0800-809-802-400 oder direkt über den **Energieberater Stefan Müller** unter 0170-7181768 (kostenpflichtig).

**Bitte auch bei
Einzelveranstaltungen an die
ANMELDUNG denken!**

Einzelveranstaltung < Kurs-Nr. 402

Frank Schmitt
Mittwoch, 07.03.2018, 14:30-16:45 Uhr
Wasserwerk, Drangstweg
€ 8,00 | 1 Termin | 3 UStd.
(keine Ermäßigung)
»Anmeldung bis 28. Februar 2018«

Einzelveranstaltung < Kurs-Nr. 403

Bernward Kaltegärtner
Donnerstag, 19.04.2018, 15:30-17 Uhr
VHS, Café/Bistro
kostenfrei | 1 Termin | 3 UStd.
»Anmeldung bis 12. April 2018«

Einzelveranstaltung < Kurs-Nr. 404

Carsten Bode
Mittwoch, 14.03.2018, 15:30-17:45 Uhr
VHS, Café/Bistro
kostenfrei | 1 Termin | 3 UStd.
maximal 25 Teilnehmer/innen
»Anmeldung bis 07. März 2018«

Haus, Hof und Tier

Dem Schimmel auf der Spur

**Kurzseminar in Zusammenarbeit mit
der Verbraucherzentrale Stade/Buxtehude**

Jedes Jahr im Winter beklagen Mieter und Vermieter gleichermaßen Schimmelfall in Wohnräumen. Schimmelpilze können Schäden am Gebäude und Mobiliar verursachen, das Raumklima negativ beeinflussen und sogar die Gesundheit beeinträchtigen. Doch das muss nicht sein.

In diesem Kurzseminar werden die möglichen Ursachen des Entstehens von Schimmelpilzen und dessen Möglichkeiten der Bekämpfung durch den Dipl.-Ing. Werner Neumann von der Verbraucherzentrale Stade dargelegt.



Energieberatung

verbraucherzentrale
Niedersachsen

Beratungsstellen, Stützpunkte in:
Cuxhaven, Bremervörde, Buxtehude u. Stade

Wer energetische Sanierungsmaßnahmen an seinem Haus oder seiner Wohnung plant, steht häufig vor vielen Fragen. Der Berater Stefan Müller informiert unabhängig und kompetent über alle Sanierungsmöglichkeiten sowie zum Thema Stromsparen, Heiz- und Stromkostenabrechnungen und Anbieterwechsel.

Für die persönliche Beratung in den Räumen der Stadtbibliothek sind ca. 45 Minuten vorgesehen. Für ein Beratungsgespräch nur eine Eigenbeteiligung von € 5,00 erhoben. Für einkommensschwache Haushalte ist das Angebot kostenfrei.

Hilfreich ist es, aussagekräftige Unterlagen zu dem Haus oder der Wohnung mitzubringen.

Darüber hinaus bietet die Verbraucherzentrale verschiedene Energie-Checks vor Ort an, für die der Berater ins Haus oder in die Wohnung kommt. Bei den Checks wird unterschieden zwischen

- ▷ Basis-Check (Eigenbeteiligung € 10,00)
- ▷ Gebäude-Check (Eigenbeteiligung € 20,00)
- ▷ Heiz-Check (Eigenbeteiligung € 30,00)
- ▷ Detail-Check (Eigenbeteiligung € 40,00).

Auch hier gilt: Die Angebote sind für einkommensschwache Haushalte kostenfrei.

Wasserwerk Cuxhaven – Aufgabe und Funktionsweise

Eine funktionierende öffentliche Trinkwasserversorgung ist unverzichtbarer Bestandteil der Infrastruktur einer modernen Industriegesellschaft. Die Bereitstellung von Wasser in der erforderlichen Qualität und Menge ist Grundlage für die menschliche Gesundheit, die wirtschaftliche Entwicklung und unseren Wohlstand. Trinkwasser ist das wichtigste Lebensmittel und kann nicht durch andere Stoffe ersetzt werden.

In Großteilen von Cuxhaven versorgt die EWE NETZ GmbH im Auftrag der EWE AG die Einwohner mit jährlich rund 3 Mio. Kubikmetern Trinkwasser. Aber woher kommt das Trinkwasser in Cuxhaven eigentlich und wie wird es aufbereitet? Um diese und andere Fragen rund um das Thema Trinkwasser wird es direkt vor Ort im Wasserwerk 'Drangstweg' gehen.

So lange wie möglich zu Hause wohnen

**Veranstaltung in Zusammenarbeit mit dem Senioren- und Pflegestützpunkt
des Landkreises Cuxhaven**

Immer mehr Menschen machen sich Gedanken darüber, wie sie im Alter oder bei Behinderung leben möchten. Viele wollen in ihrer vertrauten Umgebung wohnen bleiben. Häufig ist die Umgestaltung der Wohnumgebung notwendig, um auch weiterhin bequem und sicher wohnen zu können. In dieser Veranstaltung in Zusammenarbeit mit dem Senioren- und Pflegestützpunkt des Landkreises Cuxhaven geht es hauptsächlich darum, wie man seine Wohnung an die veränderten Lebensbedingungen anpassen kann, welche Hilfsmittel es zur Unterstützung gibt und welche Finanzierungsmöglichkeiten es für all diese Dinge gibt. Und wir stellen Ihnen eine Möglichkeit vor, wie Sie Notfall- und Impfpass, Medikamentenplan, eine Patientenverfügung, usw. in der Wohnung aufbewahren können und jeder diese im Notfall auch finden kann.

Schutz vor Einbruchdiebstahl

**Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der
Kriminalpolizeilichen Beratungsstelle, Cuxhaven**

In Deutschland registrierte die Polizei im vergangenen Jahr rund 167.000 Wohnungseinbrüche und damit rund 10% mehr als im Jahr zuvor. Für die meisten Menschen sind diese Einbrüche eine Schock auslösende Erfahrung. Neben dem rein materiellen Verlust bedeutet gerade ein Einbruch eine erhebliche Beeinträchtigung des Sicherheitsgefühls. In dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie Sie Dieben und Einbrechern schon mit einfachen Vorsichtsmaßnahmen ein Schnippchen schlagen können. Darüber hinaus gibt es weitere vertiefende Hinweise, mit denen Sie Ihr Eigentum noch zuverlässiger sichern können.

Motorsägenführerschein Zertifiziertes Kursangebot 'Arbeitssicherheit im Wald'

Die Nachfrage nach Brennholz hält unvermindert stark an. Und viele greifen selbst zur Motorsäge, um in den Wäldern Holz zu gewinnen. Doch aufgepaßt: besonders für Leute, die nur gelegentlich mit der Motorsäge umgehen und daher wenig Übung haben, gilt hohe Unfallträchtigkeit! Deshalb werden ausschließlich Brennholzaufarbeiter in den Wald gelassen, die eine Motorsägenberechtigung vorweisen können.

In diesem Kurs werden die Grundbegriffe der Arbeit mit der Motorsäge vermittelt. Unter Leitung von Forstoberinspektor Axel Hartge finden am 2. Tag – nach einer Theorievermittlung am 1. Tag – praktische Vorführungen und Übungen im Wald statt.



Tierphysiotherapie (I) Tagesseminar für Hundehalter/innen

Vierorts gehört Tierphysiotherapie zum Behandlungsstandard nach Operationen und Verletzungen sowie bei alten Tieren zur Erhaltung der Beweglichkeit. Die meisten zu behandelnden Erkrankungen betreffen Muskeln, Gelenke, Knochen oder die Wirbelsäule und die von dort verursachten Schmerzen, die sich in Lahmheiten äußern können. Mit Hilfe von Massage können gezielt Erkrankungen und Schmerzen in diesen Bereichen behandelt werden. Auch Schonhaltungen der Tiere nach Lahmheiten und Operationen lassen sich mit Hilfe von individuellen Übungen und manuellen Techniken wieder lösen.

Auf dem Programm des Tagesseminars für Hundehalter/innen stehen:

- ▷ Indikationen und Kontraindikationen der Massage
- ▷ Welche Muskeln sind bei meinem Hund verspannt und wie fühlt sich das an?
- ▷ Erlernen verschiedener Massagegriffe aus der klassischen Hundemassage
- ▷ Bürsten- und Igelballmassage
- ▷ Wellnessmassage/Entspannungsmassage.

Tierphysiotherapie (II) Tagesseminar für Hundehalter/innen

Im Seminar Tierphysiotherapie I haben Sie die grundlegenden Techniken der klassischen Massage kennengelernt. Jetzt wenden wir uns ausgewählten speziellen Techniken hauptsächlich aus dem Bereich der TCM (Traditionelle Chinesische Medizin) zu. Unter anderem:

- ▷ Atemtherapie, d.h. Techniken zur Verbesserung der Atmung und Lockerung der Atemmuskulatur
- ▷ Reflexzonenmassage
- ▷ Akupressur

Schule, Lernen und danach

Babysitter-Kurs

Du kommst mit Kindern gut zurecht und hast Lust, Dich in Deiner Freizeit neben der Schule oder Ausbildung als Babysitter zu betätigen? Für diesen anspruchsvollen und manchmal auch anstrengenden Job bekommst Du in diesem Kurs die notwendigen Kenntnisse und Fertigkeiten vermittelt.

Themen werden u.a. sein:

- ▷ Entwicklung und Pflege des Kleinkinds
- ▷ Beschäftigungsmöglichkeiten für Kinder verschiedenen Alters
- ▷ Tipps rund um die Erziehung
- ▷ Rechte und Pflichten als Babysitter
- ▷ Unfallverhütung und Erste Hilfe am Kind.

Zeichnen & Experiment

Wie zeichne ich ein Pferd? Oder, wie kann man 3D zeichnen? Oder, wie möchte ich aussehen als Top-Model oder Fighter?

Hast Du Lust, zu zeichnen, Träume und Geschichten zu erzählen? Alles kannst Du mit Deiner Hand erfinden! Dazu erproben wir verschiedene Stifte, Kohle, Pastell und Ölkreiden.

Kurs-Nr. 405

Axel Hartge
Dienstag, 15.05.2018, 9-14 Uhr
Mittwoch, 16.05.18, 9-16 Uhr
VHS, Raum 003
€ 165,00 | 2 Termine | 16 UStd.
(keine Ermäßigung)
maximal 8 Teilnehmer/innen
»Anmeldung bis 02. Mai 2018«

Mitzubringen ist die persönliche Schutzausrüstung (Helm mit Visier und Gehörschutz, Schnittschutzhose, Handschuhe und Sicherheitsschuhe mit Schnittschutz).
Säge und Werkzeuge sind nicht mitzubringen.
Teilnehmermindestalter: 18 Jahre

Kurs-Nr. 406 > Wochenendseminar

Anke Aschhoff
Samstag, 07.04.2018, 10-14:15 Uhr
30 Min. Mittagspause
VHS, Werkraum I
€ 18,50 | 1 Termin | 5 UStd.
(keine Ermäßigung)
maximal 8 Teilnehmer/innen
»Anmeldung bis 29. März 2018«

Bitte bringen Sie für Ihren Hund eine rutschfeste Unterlage bzw. eine Decke mit. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie mit oder ohne Hund teilnehmen.

Ausgenommen von diesem Seminar sind läufige und trächtige Hündinnen, Hunde mit bekannter Tumorerkrankung und Hunde mit nicht eingestellten Herzproblemen. Sollte Ihr Hund sich nicht gerne in einem Raum mit anderen Hunden aufhalten, können Sie auch ohne Hund an diesem Seminar teilnehmen.

Kurs-Nr. 407 > Wochenendseminar

Anke Aschhoff
Sonntag, 08.04.2018, 10-14:15 Uhr
30 Min. Mittagspause
VHS, Werkraum I
€ 18,50 | 1 Termin | 5 UStd.
(keine Ermäßigung)
maximal 8 Teilnehmer/innen
»Anmeldung bis 29. März 2018«

Kurs-Nr. J01 > Wochenendseminar

Nicole Nübel
Freitag, 02.03.2018, 16-18 Uhr
Samstag, 03.03.2018, 10-15 Uhr, Freitag, 09.03.2018, 16-18 Uhr, Samstag, 10.03.2018, 10-15 Uhr
VHS, Raum 205
€ 10,00 | 4 Termine | 14 UStd.
(keine Ermäßigung)
maximal 15 Teilnehmer/innen
»Anmeldung bis 23. Februar 2018«
Mindestalter: 14 Jahre (bis max. 25 Jahre)

ab 14
Jahren

Kurs-Nr. J02

Gabriele R. Luetgebrune
Freitag, 09.03.2018, 16-18 Uhr
VHS, Werkraum I
€ 9,00 | 1 Termin | 2 ZStd.
(keine Ermäßigung)
maximal 10 Teilnehmer/innen
»Anmeldung bis 01. März 2018«

Kosten für Verbrauchsmaterial (€ 2,00) sind direkt an die Dozentin zu zahlen.

6-14
Jahre