

Erben und Vererben nach der Erbschaftssteuerreform Vortrag mit Diskussion

Die Erbschaften in Deutschland erreichen in den letzten Jahren neue Rekorde und liegen derzeit mit einem jährlichen Gesamtvolumen von ca. 300 Milliarden Euro auf einem neuen Höhepunkt. 17 Prozent der niedersächsischen Erben erhalten mehr als 100.000 Euro.

Und damit möglichst viele der zu vererbenden Werte in der Familie verbleiben und nicht beim Fiskus landen, ist es wichtig, den 'richtigen' Weg beim Erben und Vererben zu gehen. Der Vortrag zeigt auf, welche Wege nach der Erbschaftssteuerreform möglich und sinnvoll sind; ein weiterer Schwerpunkt wird zudem die Problematik des Vererbens in sog. 'Patchwork'-Familien sein.

Beruf, Kommunikation

Ich habe die Wahl!?!

Ein anderer Blick auf das 100jährige Frauenwahlrecht Frauenfrühstück in Zusammenarbeit mit der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Cuxhaven

... eingeladen sind alle interessierten Frauen – besonders auch Frauen, die 'neu' in Cuxhaven sind – sich in lockerer Atmosphäre zum gemeinsamen Frühstück zu treffen. Jedes Frauenfrühstück steht unter einem bestimmten Thema, zu dem eine kompetente Referentin eingeladen ist. Nach einem Kurzreferat besteht ausreichend Gelegenheit zur Diskussion und um eigene Fragen zu stellen.

Wie sieht es aus mit unserem Recht auf Wahl? Lebe ich so, dass ich das Gefühl habe, ich habe die Wahl? Wie machtvoll und selbstbestimmt fühle ich mich in meinem Alltag, lebe ich in meiner Partnerschaft? Wie kann ich nach dem Gesetz der Resonanz die Ursache und Wirkung meines Denkens und Handelns so verändern, dass ich ein selbstbestimmtes glückliches Leben führe?

Unsere alten Muster und Prägungen, die uns oft gar nicht bewusst sind, sind der Zündstoff für unsere Paardynamiken. Wenn wir sie entlarven, erkennen wir, wieviel mehr Wahl wir haben. In diesem Vortrag erforschen wir auf humorvolle Art und Weise, wie wir die destruktiven Beziehungsdynamiken verwandeln können, um selbstbestimmter in Beziehungen (re-)agieren zu können.

Wie mache ich mich erfolgreich selbständig?

Kurs in Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle 'Frau und Wirtschaft' beim Landkreis Cuxhaven

Dieser Kurs wendet sich an Frauen, die ein eigenes Unternehmen gründen wollen.

Ob Ihre Geschäftsidee grundsätzlich tragfähig ist und welche Voraussetzungen Sie für eine Unternehmensgründung erfüllen müssen, klärt dieser Kurs mit Ihnen.

Themenschwerpunkte werden sein:

Rahmenbedingung der Existenzgründung:

- ▷ Voraussetzungen der Selbstständigkeit
- ▷ Finanzierung der Existenzgründung
- ▷ Gesellschaftsform (Haftung)

Das Geschäftskonzept:

- ▷ Businessplan (Inhalt, Umfang)
- ▷ Welche Qualifikation muss vorhanden sein?
- ▷ Wer sind die Kund(inn)en?
- ▷ Wie hoch muss der Umsatz sein u. welche Kosten fallen an?

Präsentation der Geschäftsidee:

- ▷ Anforderungen der Banken u. der Kunden
- ▷ Wie werden die Preise kalkuliert u.v.m.

Ziel ist die Feststellung, ob die Geschäftsidee zukunftsfähig ist und erfolgreich umgesetzt werden kann.

Ihr Sprungbrett zurück in den Beruf – Berufliches Comeback

Kurs in Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle 'Frau und Wirtschaft' beim Landkreis Cuxhaven

Sie möchten sich beruflich verändern, nach einer Pause wieder ins Berufsleben einsteigen, eine Ausbildung machen oder haben andere berufliche Pläne? Hier erhalten Sie die Gelegenheit, berufliche Perspektiven und Ihr persönliches Kompetenz- und Stärkenprofil unter professioneller Anleitung zu entwickeln. Auch die Rahmenbedingungen von Selbstständigkeit und Angestelltenstatus werden angesprochen.

Gleichzeitig bietet der Workshop Ihnen die Möglichkeit, Frauen in ähnlicher Lebenssituation kennenzulernen und sich auszutauschen.

Themen des Seminars:

- ▷ Auseinandersetzung mit der eigenen Situation, Klarheit über die eigenen Wünsche schaffen
- ▷ berufliche Orientierung, eigene Kompetenzen und Stärken entdecken und analysieren
- ▷ Abgleich des Stärkenprofils mit Berufsanforderungen
- ▷ Kommunikation und Präsentation; Zeitmanagement
- ▷ konkrete Planung, Ziele formulieren, individuelle Vorbereitung auf den Wiedereinstieg
- ▷ Gruppen- und Einzelcoaching; Netzwerke knüpfen.

Kurs-Nr. 222 ▶ Einzelveranstaltung

Peter K. Allmrodt

Donnerstag, 22.11.2018, 19:30-21:45 Uhr

VHS, Café/Bistro

€ 5,00 | 1 Termin | 3 UStd.

(keine Ermäßigung)

»Anmeldung bis 15. November 2018«

Kurs-Nr. 301 ▶ Einzelveranstaltung

Cordula Clausen

Samstag, 17.11.2018, 9-12 Uhr

VHS, Café/Bistro

€ 10,00 | 1 Termin | 4 UStd.

(keine Ermäßigung)

maximal 30 Teilnehmerinnen

»Anmeldung bis 09. November 2018«

Veranstaltungen zum Thema
100 Jahre Frauenwahlrecht
siehe Seite 37

Kurs-Nr. 302

Sibylle Denzinger

Dienstag, 16.10.2018

Mittwoch, 17.10.2018 und

Dienstag, 30.10.2018, jeweils 9-16 Uhr

VHS, Raum 201

3 Termine | 24 UStd.

maximal 8 Teilnehmerinnen

Bitte direkt anmelden bei der:

Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft

Kapitän-Alexander-Str. 1

27472 Cuxhaven

Telefon (0 47 21) 599-619

Kurs-Nr. 303

Christa Schöps

Dienstag, 16.10. bis Mittwoch, 24.10.2018,

Mittwoch 08.11.2018, jeweils 8:30-12 Uhr

VHS, Raum 201

7 Termine | 28 UStd.

maximal 8 Teilnehmerinnen

Bitte direkt anmelden bei der:

Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft

Telefon (0 47 21) 599-619



Weiterbildung in Zusammenarbeit
mit der Koordinierungsstelle
'Frau und Wirtschaft'
Agentur für Wirtschaftsförderung

Kapitän-Alexander-Str. 1

27472 Cuxhaven

Kurs-Nr. 304

Axel Junker
 Dienstag, 13.11.2018, 9-16 Uhr
 Donnerstag, 15.11.2018, 9-16 Uhr
 VHS, Raum 201
 2 Termine | 16 UStd.
 maximal 8 Teilnehmer/innen
 Bitte direkt anmelden bei der:
 Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft
 Telefon (0 47 21) 599-619

**Das Unternehmen im Griff! – Sortieren, dokumentieren, analysieren
 Kurs in Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle 'Frau und Wirtschaft'
 beim Landkreis Cuxhaven**

Das Unternehmen ist angemeldet, die Steuernummer erteilt, die ersten Aufträge eingegangen. Und nun? In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie die Anforderungen des Finanzamtes erfüllen und Ihre kaufmännischen Pflichten in der Startphase sicher meistern.

Themen des Seminars:

- Anforderungen des Finanzamtes:*
- ▷ steuerlicher Erfassungsbogen
 - ▷ Abgabefristen für Erklärungen
 - ▷ Umsatzsteuervoranmeldung

Aufbau der Buchhaltung:

- ▷ Grundsätze ordnungsgemäßer Buchführung
- ▷ Datenerfassung in der Einnahmen-Überschuss-Rechnung

Sicherung der Unternehmensliquidität:

- ▷ Rechnungsstellung
- ▷ Liquiditätsgänge erkennen
- ▷ Investieren und Finanzieren.

Kurs-Nr. 306

Petra Faust
 Mittwoch, 17.10.2018, 18-21 Uhr
 Mittwoch, 24.10.2018, 18-21 Uhr
 Mittwoch, 07.11.2018, 18-21 Uhr
 VHS, Raum 303
 € 48,00 | 3 Termine | 12 UStd.
 maximal 8 Teilnehmer/innen
 »Anmeldung bis 10. Oktober 2018«

Neue Wege gestalten leicht gemacht

Neue Wege entdecken, sehen und finden!

Es gibt viele Wegkreuzungen in unserem Leben, immer wieder Neuland in den unterschiedlichsten Bereichen unseres Lebens. Wir müssen Entscheidungen fällen und uns weiterentwickeln oder sogar ganz neu erfinden.

Wie soll ich meinen Weg vor mir gestalten? Was bietet sich mir alles, wenn ich meine Aufmerksamkeit neu ausrichte?

Anhand von Impulsen, Entspannungsübungen, Austauschrunden und Zweiergesprächen können Sie neue und alte Ziele finden und aufleben lassen. Ein Kurs der Begegnung, um sich selbst, seinen Wünschen und Träumen für ein bewusst gelebtes Leben ein Stück näher zu kommen.

Kurs-Nr. 307

Claudia Broadhurst
 Montag, 22.10.2018, 05.11.2018,
 19.11.2018, 03.12.2018,
 jeweils 18-20:30 Uhr
 VHS, Café/Bistro
 € 53,20 | 4 Termine | 10 ZStd.
 (keine Ermäßigung).
 maximal 20 Teilnehmer/innen
 »Anmeldung bis 15. Oktober 2018«

Mit Worten Brücken bauen

In Konfliktgesprächen geht es häufig darum, wer Recht hat, oder wessen Schuld es ist, wenn etwas schief gegangen ist. Viele Menschen hören nicht zu, um zu verstehen – sie hören zu, um zu antworten, ihre eigenen Urteile und Lösungen vorzubringen.

Mehr Miteinander ermöglicht die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Dr. Marshall Rosenberg. In klarer Sprache wollen wir den eigenen Bedürfnissen Ausdruck geben und die Bedürfnisse des Gegenübers im Auge behalten. An vier Abenden werden verschiedene Aspekte der GFK vorgestellt und geübt.

Bitte mitbringen: Stift, Papier, Ordner o. Schnellhefter Din A4. Für Informationsmaterial sind € 2,00 direkt an die Dozentin zu zahlen.

Resilienz: Gesunde Belastbarkeit – Bildungsurlaub 08.04. - 12.04.2019

Montag, 08.04.2019 bis Freitag, 12.04.2019, jeweils 9-16 Uhr, VHS, Raum 302
 € 260,00 | 5 Termine | 40 UStd.

Wochenendseminar < Kurs-Nr. 308

Cord Cordes
 Samstag, 27.10.2018, 10-17 Uhr
 VHS, Raum 302
 € 56,00 | 1 Termin | 8 UStd.
 »Anmeldung bis 19. Oktober 2018«
 Bitte Schreibutensilien mitbringen.

**Resilienz: Gesunde Belastbarkeit
 Grundlagen**

In diesem Seminar werden wir einen Überblick und Einstieg in die förderlichen Schritte zur gesunden Belastbarkeit bekommen. Es werden Prinzipien und Schritte zur täglichen Anwendung gelehrt und erste individuelle Lösungen gefunden, um leichter und gleichzeitig belastbarer leben zu können.

Dieses Seminar ist auch eine prima Vorbereitung für den Resilienz Bildungsurlaub vom 08.-12.04.2019.

Wochenendseminar < Kurs-Nr. 310

Stephanie Müller
 Samstag, 22.09.2018, 10-17 Uhr
 VHS, Raum 302
 € 95,00 ab 9 TN/€ 120,00 bei 6-8 TN
 1 Termin | 8 UStd.
 (keine Ermäßigung)
 maximal 20 Teilnehmer/innen
 »Anmeldung bis 14. September 2018«
 Bitte bequeme Kleidung tragen.

'Es singt in mir und klingt in mir' – Mit Kindern singen und musizieren

**Weiterbildung Musikalische Früherziehung
 für ErzieherInnen und Kindertagespflegepersonen**

Musik gehört ins Leben – gerade in das von Kindern. Da wird mit dem Körper gewippt, in die Hände geklatscht und mitgebrabbelt oder -gesungen. Nicht nur Kreativität und Phantasie werden dabei gefördert, sondern z.B. auch Feinmotorik, Koordination und soziale Verhaltensweisen sowie kognitive Fähigkeiten. Singen ist für Kinder ein elementares Bedürfnis, und ganz nebenbei stärkt es das Gemeinschaftsgefühl und hebt die Stimmung.

Grund genug, das Singen und Musizieren in den Mittelpunkt dieses Tagesseminars zu stellen! An diesem Tag geht es darum, den Spaß am Singen auszukosten und die Angst vor schiefen Tönen zu verlieren. Die Teilnehmer/innen bekommen Möglichkeiten des Singens und Musizierens mit Kindern im Alter von 4-7 an die Hand (in Theorie und Praxis) und lernen alte und neue Kinderlieder kennen. Auch leichte Formen der instrumentalen Liedbegleitung (rhythmisch und melodisch) werden erprobt.

Fachkraft Psychomotorik (VHS)**Berufsbegleitender Lehrgang 26.10.2018 bis 17.11.2019**

Psychomotorik bietet Kindern Raum für Bewegungs- und Wahrnehmungserfahrungen. Gefördert werden Schutzfaktoren wie Selbstvertrauen, körperliche Entwicklung, Sprache und Kommunikation, Konflikt- und Erlebnisfähigkeit. Die Stärken der Kinder stehen dabei im Mittelpunkt der weiteren Entwicklungsförderung.

In diesem berufsbegleitenden Lehrgang erhalten Mitarbeiter/-innen aus pädagogischen, sozialpädagogischen oder therapeutischen Bereichen eine ergänzende fachliche Qualifikation im Bereich Psychomotorik.

Der Lehrgang stützt sich dabei auf ein systemisches Verständnis von Entwicklung und Psychomotorik. Ziel ist die Integration von Psychomotorik als eigenständige Methode in den Alltag der Kinder umsetzen zu können. Neben der Vermittlung von Grundlagenwissen (Psychomotorik, Entwicklungspsychologie und Förderdiagnostik) steht daher die praktische Auseinandersetzung von Bewegung und Wahrnehmung sowohl mit der eigenen Person, als auch später mit Kindern während des Lehrgangs im Mittelpunkt. Der Lehrgang umfasst 190 Unterrichtsstunden, dazu kommt ein 16stündiges Praktikum, in dem die Teilnehmer/-innen ihre erworbenen Fähigkeiten umsetzen.

Inhalte des Lehrgangs u.a.:

- ▷ Grundlagen der Psychomotorik
- ▷ Grundlagen von Entwicklung, Motorik, Sensorik und Lernen
- ▷ Grundlagen der Diagnostik
- ▷ Kooperation und Zusammenarbeit
- ▷ Praktikum/Reflexion

Der Lehrgang schließt mit einer Prüfung von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen ab. Jede/-r Teilnehmer/-in erhält nach erfolgreicher Teilnahme ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V.

Freies Geschichtenerfinden mit der Nachtpeter Erzählwerkstatt**Weiterbildung im Bereich Erziehung, Sozialarbeit, Therapie**

Die Erzählwerkstatt ist eine Spiel-Methode, die einlädt, spontane und persönliche Ideen für Geschichten zu entwickeln. Sie macht den Reichtum der eigenen Innenwelt greifbar und erlebbar. So schult sie neben der Kreativität grundlegende Fertigkeiten, mit denen wir Andere sehen und verstehen und uns selbst sichtbar und verstehbar machen.

Ziele dieser Weiterbildung

- ▷ wir entwickeln Perspektiven für den praktischen und wirksamen Einsatz von Erzähltechniken in Bildung, Therapie und Sozialarbeit
- ▷ wir untersuchen die Spezifik der Begleitung und Anleitung kreativer Handlungen
- ▷ die Teilnehmer/-innen erweitern ihr Verständnis für Kommunikation und Sprache
- ▷ Sie lernen ein effektives Werkzeug kennen, mit dem sich spielerisch die Kreativität, Sprachkompetenz, soziale und emotionale Kompetenz fördern lassen und
- ▷ Sie kommen in praktischen Übungen auch der eigenen erzählerischen Persönlichkeit auf die Spur.

Zuhause bis zum Schluss des Lebens – hospizliche Begleitung am Lebensende**Vortrag mit Diskussion**

Die meisten Menschen möchten heute bis zum Lebensende in ihrem häuslichen, gewohnten Bereich verbleiben. Das dies heutzutage auch bei Schwersterkrankungen oder fortgeschrittener Altersschwäche mit einer hospizlichen Begleitung im Rahmen eines Netzwerks palliativer Versorgung möglich ist, zeigt die informative Vortragsveranstaltung durch den Leiter und Koordinator des ambulanten Hospiz- u. Palliativberatungsdienstes Jörg Peters (Hospizgruppe Cuxhaven) auf.

Es ist sinnvoll, sich rechtzeitig mit der Thematik und mit Möglichkeiten einer Versorgung, auch für Angehörige, vor Ort auseinanderzusetzen. Somit bietet der Vortrag neben grundlegenden Informationen umfassend Raum zur Aussprache und für Rückfragen.

Philosophie**Nicolaus Copernicus: Suche nach der Harmonie der Welt**

Durch die copernicanische Revolution sieht sich der Mensch altvertrauter Gewisheiten beraubt. Angestoßen hat diesen Prozeß ein Mann, der zutiefst davon bewegt war, die Harmonie der Welt als grundlegende Idee bewahren zu wollen. In diesem Ansinnen setzte er die Sonne in die Mitte des Kosmos. Von Stund an hat die Erde den Status eines Planeten, der Mensch findet sich in den Weiten des Kosmos als planetares Wesen wieder.

Thema des Kurses ist die Betrachtung des philosophischen Hintergrundes dieses Prozesses. Musikalisch begleitet wird die gedankliche Auseinandersetzung durch eine Symphonie von Paul Hindemith: Die Harmonie der Welt.

Kurs-Nr. 311**Ulrike Wolf und Dozententeam****Infoabend: Donnerstag, 27.09.2018, 19 Uhr VHS, Café/Bistro**

Beginn: Freitag, 26.10.2018, 15:30-19 Uhr
Der Lehrgang findet an 11 Wochenenden (jeweils Fr./Sa.) sowie einer Woche Bildungsurlaub (08.04.-12.04.2019) statt.
Prüfung voraussichtlich: 20./21.09.2019
 Die genauen Terminangaben finden Sie auf einem separaten Flyer (am Infoabend erhältlich).

€ 1.300,00 | 190 UStd.

maximal 18 Teilnehmer/innen

»Anmeldung bis 08. Oktober 2018«

Die Lehrgangskosten sind zahlbar in 10 Raten à € 130,00; zzgl. € 150,00 Prüfungsgebühr.

weitere Auskünfte:

Heike Uffenbrink, Tel. 04721-7352-20

heike.uffenbrink@vhs-cuxhaven.de

**Kurs-Nr. 312 > Wochenendseminar****Peter Dreißig****Samstag, 01.12.2018, 14-19 Uhr****VHS, Raum 302 (Aula)**

€ 56,00 ab 9 TN/€ 80,00 bei 6-8 TN

1 Termin | 6 UStd.

(keine Ermäßigung)

(keine Ermäßigung)

maximal 12 Teilnehmer/innen

»Anmeldung bis 23. November 2018«

Kurs-Nr. 313 > Einzelveranstaltung**Jörg Peters****Donnerstag, 08.11.2018, 18:30-20:45 Uhr**

Hospizgeschäftsstelle, Kasernenstr. 1, 27472 Cuxhaven

€ 5,00 | 1 Termin | 3 UStd.

(keine Ermäßigung)

maximal 40 Teilnehmer/innen

»Anmeldung bis 01. November 2018«

Bitte auch bei

Einzelveranstaltungen an die
ANMELDUNG denken!

Kurs-Nr. 316**Dieter Graen****VHS, Raum 305A****Mittwoch, 07.11.2018, 19-20:30 Uhr****Mittwoch, 14.11.2018, 19-20:30 Uhr****Mittwoch, 21.11.2018, 19-20:30 Uhr**

€ 19,50 | 3 Termine | 6 UStd.

(keine Ermäßigung)

maximal 16 Teilnehmer/innen

»Anmeldung bis 31. Oktober 2018«