

**Einzelveranstaltung < Kurs-Nr. 401**

Michael Runge  
 Dienstag, 25.09.2018, 18-20:15 Uhr  
 VHS, Café/Bistro  
 € 5,00 | 1 Termin | 3 UStd.  
 (keine Ermäßigung)  
 »Anmeldung bis 18. September 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**

Werner Neumann  
 Mittwoch, 21.11.2018, 18:30 Uhr  
 VHS, Raum 302  
 € 8,00 | 1 Termin | 3 UStd.  
 (keine Ermäßigung)  
 »Anmeldung bis 14. November 2018«

**Einzelveranstaltung < Kurs-Nr. 403**

Holger Glaus  
 Donnerstag, 29.11.2018, 18:30 Uhr  
 VHS, Raum 302  
 € 8,00 | 1 Termin | 3 UStd.  
 (keine Ermäßigung)  
 »Anmeldung bis 22. November 2018«

**Einzelveranstaltung < Kurs-Nr. 404**

Michael Runge  
 Dienstag, 04.12.2018, 18-20:15 Uhr  
 VHS, Café/Bistro  
 € 5,00 | 1 Termin | 3 UStd.  
 (keine Ermäßigung)  
 »Anmeldung bis 27. November 2018«

**Einzelveranstaltung < Kurs-Nr. 405**

Carsten Bode  
 Mittwoch, 24.10.2018, 17-19:15 Uhr  
 VHS, Raum 302  
 kostenfrei | 1 Termin | 3 UStd.  
 »Anmeldung bis 17. Oktober 2018«

# Haus, Hof und Tier

## Energiesparen im Haushalt

Vortrag mit Diskussion in Kooperation mit dem Förderwerk Bremerhaven GmbH

Der Vortrag richtet sich an MieterInnen, die Nebenkosten einsparen wollen. Sie erhalten Erklärungen, wie dies mit ganz geringen Mitteln und ohne große Umbaumaßnahmen gelingt. Es können so bis ca. 30% Nebenkosten eingespart werden.



## 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.

## 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.

## Schimmelpilzbefall beseitigen und vermeiden

Kurzseminar in Zusammenarbeit mit der Verbraucherzentrale Stade/Buxtehude

Der Vortrag gibt einen Überblick über die Sanierung von Schimmelfall und zeigt die Möglichkeiten auf, Schimmel zu vermeiden.

- ▷ Was ist bei einer Schimmelpilzbeseitigung zu beachten?
- ▷ Was kann man selber machen, ab wann ist eine professionelle Sanierung durch eine Fachfirma ratsam?
- ▷ Welche Mittel zur Schimmelpilzbekämpfung gibt es und was ist in der Anwendung zu beachten? Was kann man tun, damit es gar nicht erst schimmelt?

In diesem Kurzseminar beantwortet Diplombiologe Dr. Holger Glaus diese Fragen.

## Neue Wohnung, was kommt auf mich zu

Vortrag mit Diskussion in Kooperation mit dem Förderwerk Bremerhaven GmbH

Bei Anmietung einer neuen Wohnung sind viele Dinge zu berücksichtigen, so dass man leicht etwas übersehen kann. In dieser Veranstaltung werden systematisch alle wesentlichen Punkte angesprochen, die bei einem Umzug in die eigene Wohnung nicht vergessen werden sollten und die Planung und Organisation erleichtern. Zum Beispiel wird erörtert, welche Verträge immer abgeschlossen werden müssen, welche Stellen eine Umzugsmittelteilung erhalten müssen und vieles mehr. Auch werden Sie Zeit für individuelle Fragen an den Referenten haben.

## Schutz vor Einbruchdiebstahl

Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der Kriminalpolizeilichen Beratungsstelle, Cuxhaven

Der Schaden, der bei Wohnungseinbrüchen entsteht, geht weit über den materiellen Schaden hinaus, denn für die meisten Menschen sind nicht die materiellen Schäden das Schock auslösende Moment, sondern die mit der Tat einhergehende 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.



### Kurs-Nr. 406

Axel Hartge  
Montag, 05.11.2018, 9-14 Uhr  
Dienstag, 06.11.2018, 9-16 Uhr  
VHS, Raum 003  
€ 165,00 | 2 Termine | 16 UStd.  
(keine Ermäßigung)  
maximal 8 Teilnehmer/innen  
»Anmeldung bis 29. Oktober 2018«  
Mitzubringen ist die persönliche Schutzausrüstung (Helm mit Visier und Gehörschutz, Schnittschutzhose, Handschuhe und Sicherheitsschuhe mit Schnittschutz).  
Säge und Werkzeuge sind nicht mitzubringen.  
Teilnehmendestalter: 18 Jahre

## 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 Vertrieb 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.

### Kurs-Nr. 407 > Einzelveranstaltung

Frank Schmitt  
Mittwoch, 18.10.2018, 15-17:15 Uhr  
Wasserwerk, Drangstweg  
€ 8,00 | 1 Termin | 3 UStd.  
(keine Ermäßigung)  
»Anmeldung bis 11. Oktober 2018«

## Tierphysiotherapie Basiskurs Hundemassage

Dieser Kurs eignet sich für alle HundebesitzerInnen, die lernen wollen, ihrem Hund ganz gezielt etwas Gutes zu tun. Die Massage gehört zu den ältesten Heilmethoden und hat auch im Veterinärbereich ihren festen Platz gefunden. Die regelmäßige Anwendung am Hund bringt viele positive Effekte mit sich. Kursinhalte sind u.a.:

- ▷ Wirkungsweisen, Indikationen und Kontraindikationen der klassischen Massage
- ▷ wie fühlt sich eine verspannte Muskulatur bei meinem Hund an?
- ▷ ausgewählte Massagegriffe und ihre Wirkungsweise
- ▷ Ablauf einer kompletten Hundemassage.

### Kurs-Nr. 408 > Wochenendseminar

Anke Aschhoff  
Samstag, 20.10.2018, 10-14:15 Uhr  
30 Min. Mittagspause  
VHS, Werkraum I  
€ 18,50 | 1 Termin | 5 UStd.  
(keine Ermäßigung)  
maximal 10 Teilnehmer/innen  
»Anmeldung bis 12. Oktober 2018«

Ausgenommen von diesem Seminar sind läufige und trüchtige 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. 409 > Wochenendseminar

Anke Aschhoff  
Sonntag, 21.10.2018, 10-14:15 Uhr  
30 Min. Mittagspause  
VHS, Werkraum I  
€ 18,50 | 1 Termin | 5 UStd.  
(keine Ermäßigung)  
maximal 10 Teilnehmer/innen  
»Anmeldung bis 12. Oktober 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.

## Schule, Lernen und danach

### Zuschneiden und Nähen – Alte Kleidung aufpeppen

Kreativität ist angesagt. Was trägt man denn, um aufzufallen? Oder, wie kann man dem Outfit das gewisse Etwas geben?

Wie kann ich Oberteile, Röcke oder Jeans bearbeiten oder aus einfachen Dingen etwas ganz besonderes machen? Oder, wie werden Taschen, Jacken oder Hosen aufgepeppt? Mit Nadel und Faden können Bänder, Perlen, schöne Broschen oder Tücher aufgenäht werden und einfachen Shirts können Strasssteine aufgebügelt werden.

### Häkeln, Sticken, Stricken, Batiken Ferienkurs

Wir wollen in der Gemeinschaft kreativ werden. Mit Wolle und Stoffen gibt es unendlich viele Möglichkeiten. So können kleine oder größere Tiere gehäkelt werden, eine große Decke mit Nadel 15 gestrickt werden, oder ein 'altes' Shirt neu verziert und mit Batikfarben verändert werden.

Nach vorheriger Absprache kann jede/r das gestalten, was er/sie gerne möchte. Material, Bücher und Vorlagen sind in großer Vielfalt vorhanden.

Bitte mit der Dozentin absprechen, was gewünscht wird (Tel.: 04721-7132237).

### Kurs-Nr. J01

Darinka Brauer  
Infoabend: Mittwoch, 26.09.2018, 18 Uhr  
Freitag, 28.09.2018, 15-20 Uhr  
Samstag, 29.09.2018, 13-18 Uhr  
Sonntag, 30.09.2018, 10-14 Uhr  
VHS, Raum 202  
€ 57,00 | 3 Termine | 14 ZStd.  
(keine Ermäßigung)  
maximal 10 Teilnehmer/innen  
»Anmeldung bis 21. September 2018«  
Bitte Stoff, Schere, Maßband, Steck- und Nähadeln sowie Kreide und Garn sowie einen Schnitt mitbringen.

ab 12 Jahren

### Kurs-Nr. J02

Gudrun Wäschchenbach  
Montag, 08.10.2018, 14-16 Uhr  
Dienstag, 09.10.2018, 14-16 Uhr  
Mittwoch, 10.10.2018, 14-16 Uhr  
VHS, Werkraum I  
€ 24,00 | 3 Termine | 6 ZStd.  
(keine Ermäßigung)  
maximal 15 Teilnehmer/innen  
»Anmeldung bis 01. Oktober 2018«  
Für Materialverbrauch entstehen Kosten, die direkt an die Dozentin zu zahlen sind (je nach Verbrauch € 3,00-€ 6,00).

ab 10 Jahren