

# Programm der KVHS NWM



## Gadebusch

Frühjahr 2023

Unsere Kurse und Veranstaltungen sind jederzeit online buchbar  
im Internet unter <https://kreisvolkshochschule-nwm.de/>

### Arbeitsstelle Gadebusch

#### Fachbereich Politik/Gesellschaft/Umwelt

3FC110S01 Permakultur Workshop 4: Ab ins Beet! –  
mit André Hamann  
**11.01.2023 / 17:00-20:15 Uhr**

3FC110S02 Permakultur Workshop 8: Selbstversorgung in der Permakultur –  
mit André Hamann  
**25.01.2023 / 17:00-19:15 Uhr**

#### Fachbereich Kultur und Gestalten

3FC205S02 Erlebnistanz - Bewegung für Jeden (SK)  
mit Astrid Straathof  
**21.02.-20.06.2023 / 19:15-20:45 Uhr**

3FC206A01 Gitarren - Grundkurs: "Einfache Liedbegleitung"  
mit Klaus Bernhard  
**23.03.-08.06.2023 / 19:00-20:30 Uhr**

#### Fachbereich Gesundheit

3FC314F01 Aktiv und beweglich bleiben –  
Gesundheitsorientiertes Ganzkörpertraining –  
mit Heidelore Borgward  
**30.01.-08.05.2023 / 16:00-17:00 Uhr**

3FC303F01 Wirbelsäulengymnastik für Fortgeschrittene  
mit Heidelore Borgward  
**30.01.-08.05.2023 / 17:15-18:15 Uhr**

3FC301A01 Hatha-Yoga für Alle!  
mit Petra-Michaela Leitmann  
**30.01.-08.05.2023 / 18:30-20:00 Uhr**

- 3FC314F02 Aktiv und beweglich bleiben –  
Gesundheitsorientiertes Ganzkörpertraining –  
mit Heide Lore Borgward  
**31.01.-09.05.2023 / 10:00-11:00 Uhr**
- 3FC312E01 Fit und gesund: „Dein Wohlfühlgewicht ohne Tabus“  
mit Nadine Schulz  
**21.02.-23.05.2023 / 09:00-10:30Uhr**
- 3FC301A03 Breath Walk- Fit durch Atmung und Bewegung –  
mit Petra-Michaela Leitmann  
**28.04.-04.07.2023 / 17:00-18:30 Uhr**

### Fachbereich Sprachen

- 2HC402A1K2 Englisch (A1, Kompaktkurs)  
mit Charles Dix  
**23.01.-27.01.2023 / 09:00-14:15 Uhr**
- 3FC404A12 Französisch A1, 1. Semester  
mit Klaus Bernhard  
**23.02.-08.06.2023 / 17:00-18:30 Uhr**

### Fachbereich Arbeit und Beruf:

- 3FC503A1 „Einkommenssteuererklärung mit PC und mobilen Endgeräten“  
mit Stefan Zinke  
**03.03.-10.03.2023 / 17:30-20:45 Uhr**
- 3FC503A2 Smartphone, Tablet und PC: „Mein Endgerät und ich“  
(Kleingruppen-Kurs für Anfänger)  
mit Stefan Zinke  
**02.02.-11.05.2023 / 18:00-19:30 Uhr**
- 3FC503A3 "SCHAU HIN - was Dein Kind mit Medien macht"  
mit Stefan Zinke  
**07.04.-14.04.2023 / 17:30-20:45 Uhr**
- 3FC504A1 Smartphone und Tablet:  
„Das Internet und ich – Freund oder Feind?“ (für Anfänger)  
mit Stefan Zinke  
03.03.-09.06.2023 / 18:00-19:30 Uhr

Bitte beachten Sie: Der Kurs **3FC504A1**, beginnt am **3. März** und **14. April 2023** bereits um **16:00 Uhr!**

Ihre Platzreservierungen nehmen wir gern telefonisch entgegen.  
Anmeldungen können Sie per E-Mail ([gdb@vhs-nwm.de](mailto:gdb@vhs-nwm.de)), über unsere Webseite (<https://kreisvolkshochschule-nwm.de/>) oder schriftlich vornehmen.

Gerne unterstützen wir Sie telefonisch unter: **03886 7024 0**

Ihre Kreisvolkshochschule

-Arbeitsstelle Gadebusch-  
Agnes-Karll-Straße 20 • 19205 Gadebusch