

vhs

Volkshochschule
Bosau

PROGRAMMHEFT

20**24**
1. HALBJAHR



**Internet kann
jeder, wir können
auch Mensch.**

**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

Wir nutzen unser innovativstes Tool schon seit 70 Jahren: echte Nähe. Denn nichts geht über persönlichen Kontakt vor Ort. Okay, wir bieten natürlich auch Online- und Mobile Banking, Apps sowie mobiles Bezahlen mit unseren Digitalen Karten. Wir sind ja nicht von gestern.

Liebe Interessierte an der VHS Bosau,

Ihnen wieder ein interessantes Angebot an Kursen und Einzelveranstaltungen zu unterbreiten, war uns in den letzten Wochen Ansporn und Motivation. Den Bereich der Sprachen zu beleben, ist uns auch diesmal nicht gelungen. Haben Sie eine Idee? Neben diesem gedruckten Programm finden Sie die Kurse auch im Internet unter www.vhs-bosau.

Wenn Sie uns auch weiterhin unterstützen möchten, können Sie dies auf vielfältige Weise tun. Als Kursleitung, als Ideengeber für neue Kurse, durch Einbringen im Beirat der VHS, als Hilfe bei der Programmgestaltung und natürlich als Mitglied im Verein.

Teilnahmebedingungen

Anmeldung:

Bitte unbedingt vor Kursbeginn bei der VHS Bosau **0 45 55-7146 188** oder **0178 - 444 8883**, bzw. per E-Mail an hagen.vhs@gmail.com oder der benannten Person anmelden. Eine Anmeldebestätigung erfolgt nicht. Wir informieren Sie jedoch, falls der Kurs oder die Einzelveranstaltung nicht stattfinden kann.
Eine Unterrichtseinheit (UE) dauert 45 Minuten.

Mit der Anmeldung erkennen Sie folgende Bedingungen an.

Bezahlung:

Entrichten Sie die Kursgebühr bitte bargeldlos unter Angabe der **Kursnummer (KN) und des Titels**. Die Zahlung ist nach der ersten UE in einer Summe fällig. Vorauszahlungen bitte nur bei bestätigter Durchführung eines Kurses. Nichterscheinen während eines Kurses berechtigt nicht zum anteiligen Abzug.

Bankverbindung:

IBAN DE51 2139 2218 0000 3784 02
BIC GENODEF1EUT Volksbank Eutin eG

Mahnungen müssen wir mit 5 € pro Mahnung berechnen.

Bei zu geringer Teilnehmerzahl (weniger als 8 Personen) findet der jeweilige Kurs nur statt, wenn die Teilnehmenden bereit sind, eine angepasste, höhere Gebühr zu leisten. Die höhere Gebühr ist bei der VHS-Leitung zu erfragen.

Bei weniger als 6 Teilnehmenden findet der angebotene Kurs nur nach Rücksprache der Kursleitung mit der VHS-Leitung statt.

Teilnehmerentgelterstattung:

Die Teilnehmerentgelte werden nur in begründeten Fällen (z.B. Kursausfall) und auf schriftlichen Antrag (unter Angabe Ihrer aktuellen Bankverbindung) erstattet.

Teilnahmebescheinigung:

Nach Beendigung des Kurses kann auf Wunsch eine Teilnahmebescheinigung ausgestellt werden. Sie ist bei der Leitung der VHS anzufordern.

Haftung:

Für Unfälle, Verluste oder Sachschäden übernimmt die VHS Bosau keine Haftung gegenüber Teilnehmenden oder Kursleitenden.

Datenschutz:

Sämtliche Daten werden nach den Bestimmungen des Datenschutzes nur für interne Zwecke verwendet.

Ihre VHS Bosau

Volkshochschule Bosau e.V.

Bischof-Vicelin-Damm 4 - 23715 Bosau

Telefon: 0 45 55 - 71 46 188

VR 4559 HL

Klaus Schröder - Vereinsvorsitzender

Yvonne Hagen - Leitung

Angela Dietrich - Kassenführung



Titelfoto

Druck & Layout

*Mit Dank für die Genehmigung
zum Abdruck an Frank W. Braun.*



Erlebnis Natur e.V.	6
Vogelekkursion am Kleinen Warder.....	7
Vogelekkursion zwischen Plöner See und Viersee	7
Sense dängeln, mähen.....	8
Hofbesichtigung Biohof Wöbbs mit Ezra Lehmann	8
Gibt es stichhaltige Gründe für bzw. gegen neue Energien?	9
Bumerang bei Hinwendung zur E-Mobilität	9
Einstieg in die Körpersprache.....	10
Führung durch einen naturnahen Garten	11
Hundefutter: Was ist drin im Napf?	11
Hundefutter: Barf – was ist das?	11
Obstgehölz-Schnitt.....	12
Faszination Klavier, Orgel und Cembalo	12
Lesenswert.....	12
Montagsmalen mit Pastellkreide	13
Pastellkreidemalerei	13
Aquarellmalerei.....	14
Wochenendworkshop Gelatinedruck.....	15
Hardanger- und Handarbeits-Treff.....	15
Urban Sketching	16
Weben auf Handwebstühlen und Webrahmen.....	16
Singen im Chor der VHS Bosau.....	16
Patchwork- und Quiltkurs.....	16
Kindernotfallkurs.....	17
Wiederbelebung für Laien	19
Hypnose	19
Rückenschmerzen verstehen.....	20
Aromatherapie – Düfte für die Sinne	21
Tanzen pur - Standard- und Latein-Paartänze	22
Discofox für Anfänger.....	22
Tanzen - folkloristisch, international	22
Modern Dance.....	23
Nordic Walking	23
Yoga Nidra meets Reiki.....	24
FITMIX Funktionsgymnastik.....	25
FITMIX Starker Rücken.....	25
Wirbelsäulengymnastik	26
Qigong	26
Yoga.....	27
Brotbacken im Holzbackofen.....	27
B(r)eikost – von der Milch an den Familientisch	27
Koch-Club am Montag	28
Indische Küche.....	28
Aufläufe für Frühling & Frühsommer	28
Australische Küche.....	29
Spargel – genial	29
Matjes!.....	29
Arbeiten mit dem Laptop / Notebook - Kleingruppe	30
Arbeiten mit dem Smartphone oder Tablet - Kleingruppe.....	30

Naturerlebnis der heimischen Tier- und Pflanzenwelt vom 1. bis zum 31. Mai 2024 mit Erlebnis Natur e.V. (ERNA)

Die Welt der Insekten

Insekten stellen nicht nur die mit großem Abstand größte und vielseitigste Tiergruppe auf unserem Planeten dar, sondern sie sind für das Überleben des Menschen auch zugleich die wichtigste. Über 30% unserer Lebensmittel sind auf die Bestäubung durch Insekten angewiesen. Es lohnt sich also, das Augenmerk auf diese so vielgestaltigen kleinen Mitbewohner zu richten, deren unglaubliche Anpassungsfähigkeit es ihnen ermöglichte, jeden Winkel unserer Erde zu besiedeln.

Datum und Uhrzeit

08.05.2024 16.00 – 18.30 Uhr

15.05.2024 09.00 – 11.30 Uhr

Treffpunkt: 23701 Eutin, Diekstauen 5 a
Hinter dem Eutiner Tierheim)

Teilnahmeentgelt:

Erwachsene 10,00 €, Kinder 5,00 €

Anmeldung erforderlich, unter:

0171-5270790



Für Kitas und Schulen bietet ERNA
folgende Veranstaltungen:

Wer war das? Spurensuche in Garten, Wald und Feld.

Nicht nur in freier Natur sondern auch in unmittelbarer Nähe von Menschen in Dörfern und Städten leben zahlreiche Wildtiere. Ihre oft verborgene Lebensweise entzieht sich unseren Blicken, so dass viele Menschen nur sehr wenig über ihre wilde Nachbarschaft wissen. ERNA bringt ihr Leben ans Licht.

Datum und Uhrzeit:

17.05.2024 9.00 - 11.30 Uhr und

20.05.2024 9.00 - 11.30 Uhr

Treffpunkt: 23701 Eutin, Diekstauen 5 a

Die Veranstaltung ist zu buchen unter:

Dr. Werner Sach, w.sach@gmx.de

Lebensraum Wasser- Mit Gewässerforschern unterwegs

Unsere heimische Landschaft ist durch zahlreiche Hinterlassenschaften der letzten Eiszeit geprägt. Dazu gehören viele kleine Bäche, Seen und Teiche, in denen sich vielfältige, oftmals nur wenig beachtete Lebensgemeinschaften entwickelt haben. Diese zu entdecken ist spannend und macht Spaß.

Datum und Uhrzeit:

06.05.2024 9.00 - 11.30 Uhr und

13.05.2024 9.00 - 11.30 Uhr

Treffpunkt: 23701 Eutin, Diekstauen 5 a

Die Veranstaltung ist zu buchen unter:

Dr. Werner Sach, w.sach@gmx.de



Vogelexkursion am Kleinen Warder

Das kleine Warder in Bosau bietet zahlreichen Vögeln einen Lebensraum. Es können nicht nur Singvögel in den Bäumen, sondern auch viele Wasservögel auf dem Großen Plöner See beobachtet und gehört werden. Sie sind herzlich eingeladen an einer Einführung in die Vogelbestimmung teilzunehmen. Wenn vorhanden, bitte Fernglas mitbringen. Für Kinder ab 6 Jahren geeignet.

KN 1.109.01

Leitung:

Vogelkundler Sönke Hagemann

Samstag, 04. Mai 2024

Zeit: 09.00 bis 12.00 Uhr

Treffpunkt: Eingang Kleines Warder, Plöner Straße

(Parkmöglichkeiten am Haus des Kurgastes, Bosau, Fußweg etwa 10 Minuten)

10 Euro, Kinder bis 16 Jahre frei

Vogelexkursion zwischen Plöner See und Vierersee

Auf den Gewässern rund um Bosau leben viele Wasservögel wie Graugänse, Haubentaucher und Lachmöwen. Die angrenzende Schilfvegetation dient vielen Vögeln wie dem Teichrohrsänger oder der Blässralle als Brutplatz und Nahrungsquelle. Anhand des Gefieders und der Stimmen werden die unterschiedlichen Arten bestimmt und eine Einführung in die typischen Verhaltensweisen der Vögel gegeben. Wenn vorhanden, bitte Fernglas mitbringen. Für Kinder ab 6 Jahren geeignet.

KN 1.109.02

Leitung:

Vogelkundler Sönke Hagemann

Samstag, 08. Juni 2024

Zeit: 09.00 bis 12.00 Uhr

Treffpunkt: Eingang Kleines Warder, Plöner Straße

(Parkmöglichkeiten am Haus des Kurgastes, Bosau, Fußweg etwa 10 Minuten)

10 Euro, Kinder bis 16 Jahre frei



BAUGESCHÄFT RENÉ BARSUHN
Maurer- u. Betonbaumeister

23715 Bosau • Eutiner Str. 21

Mobil: 01 74 - 64 82 919

baugeschaeft-barsuhn@gmx.net



Sense dängeln, mähen

Dängeln bedeutet, die vordere Kante des Sensenblattes so dünn zu klopfen, dass eine scharfe Schneide entsteht. Mitzubringen ist die eigenen Sense, gern auch den Vierkantschlüssel und Wetzstein. So werden alte bewährte Fertigkeiten neu erlernt.

KN 1.104.01

Leitung:
Conny Brandmeier

Samstag, 22. Juni 2024
Zeit: 10.00 bis 12.00 Uhr
Ort: Biohof Wöbs, Wöbs 49
23715 Bosau

Gebühr: 6 €

Hofbesichtigung Biohof Wöbs mit Ezra Lehmann

Dängeln bedeutet, die vordere Kante des Sensenblattes so dünn zu klopfen, dass eine scharfe Schneide entsteht. Mitzubringen ist die eigenen Sense, gern auch den Vierkantschlüssel und Wetzstein. So werden alte bewährte Fertigkeiten neu erlernt.

KN 1.104.02

Leitung:
Biobauer Ezra Lehmann

Samstag, 27. April 2024
Zeit: 10.00 bis 12.00 Uhr
Ort: Biohof Wöbs, Wöbs 49
23715 Bosau

Gebühr: 10 €



Lars Setter-Kasch

Kurt-Pause-Weg 19 •
23715 Bosau



Telefon: 04527 972138 • Fax: 04527 972115 • Mobil: 0173 2137405
E-Mail: info@hilfe-vor-ort24.de • Web: www.hilfe-vor-ort24.de



Gibt es stichhaltige Gründe für bzw. gegen neue Energien?

Ist es bei näherer Betrachtung nur ein „Mode-Gag“, sich von kohlenstoffbasierten Energien zu trennen? Ist es gut, sich voll auf elektrische Energien zu verlassen? Gibt es vielleicht doch darüber hinaus noch andere Alternativen, die weitere Vorteile haben?

KN 1.104.03

Leitung:

**Prof. Peter von Viebahn,
Dozent für Elektrotechnik
und Informatik**

Donnerstag, 11. Juli 2024

18.30 bis 20.00 Uhr

Ort: Haus des Kurgastes, Bosau

Gebühr: 6 €

Bumerang bei Hinwendung zur E-Mobilität

Mobilität in allen Varianten hat mehrere Gesichtspunkte: 1. Komfort, 2. Umweltfreundlichkeit und nicht zu vergessen 3. die Wirtschaftlichkeit. So liegt die Herausforderung nahe, dies alles unter einen Hut zu kriegen. Die physikalischen Gesetzmäßigkeiten stellen dabei harte Grenzen dar.

KN 1.104.04

Leitung:

**Prof. Peter von Viebahn,
Dozent für Elektrotechnik
und Informatik**

Donnerstag, 12. September 2024

18.30 bis 20.00 Uhr

Ort: Haus des Kurgastes, Bosau

Gebühr: 6 €



Pflanzenhandel - Baumschule

Bernd Abel

*Englische Rosen, Duftrosen,
alte Obstsorten, Ziergehölze,
Heckenpflanzen, Wildgehölze,
Koniferen, Alleebäume, Stauden,
und viele Raritäten*



gibt's in Ihrem Pflanzenfachmarkt

23823 Seekamp (zwischen Hutzfeld und Dorf Berlin)

Eutiner Straße 21 • Tel 0 45 55 / 246 • Fax 0 45 55 / 714 086



Einstieg in die Körpersprache

Der Kurs vermittelt, wie Körpersprache funktioniert, warum sie funktioniert und wie man sie sich dienstbar machen kann. Geeignet ist der Kurs grundsätzlich für Jedermann ab 16 Jahren.

KN 1.106.01

Leitung:

Alfred Höwer

Samstag, 13. April 2024

09.00 bis 13.00 Uhr

Ort: Haus des Kurgastes, Bosau

Gebühr: 35 €





Führung durch einen naturnahen Garten

Es erwartet Sie ein ca. 5000 qm großes naturnah gestaltetes Grundstück mit unterschiedlichen Gartenräumen auf verschiedenen Höhenebenen, eine Obstwiese mit biologischem Gemüseanbau, ein naturbelassener Waldbereich, vielseitige Fassadenbegrünung und eine große Artenvielfalt von Zier- und Wildpflanzen.

Die leidenschaftliche Hobbygärtnerin wird während der Führung u. a. auf Themen eingehen, wie Kompostwirtschaft, Wild- und Zierstauden, gemäßigte Pflegemaßnahmen zum Erhalt der Artenvielfalt, Anzucht im Gewächshaus sowie die Frage: „Muss ein Garten unbedingt ordentlich aussehen?“ Anschließend können Ableger aus dem Garten erworben werden.



Hundefutter: Was ist drin im Napf?

Was sind Rohproteine, Rohfaser und Rohasche? Was sagen die Inhaltsstoffe über das Futter aus? Was kann ich anhand der Nährwertangaben erfahren?

Ein Vortrag rund um das Thema „artgerechte Ernährung“ des Hundes mit anschließender Frageunde.

Hundefutter: Barf – was ist das?

Wissenschaft oder nicht?

Vor- und Nachteile des Barfens, was muss ich beachten.

Für wen ist es geeignet und für wen nicht?

Ein Vortrag rund um das Thema „Barfen“ des Hundes (und Katze) mit anschließender Frageunde.

KN 1.104.05

Leitung:

Katrin Heydemann

Samstag, 01. Juni 2024,

11.00 bis 13.00 Uhr

Ort: 24306 Plön,

Lütjenburgerstr. 33

Gebühr = 6 € max. 20 TN

Anmeldung: bis spätestens 1 Woche vor dem Führungstermin

KN 1.104.06

Leitung:

Katrin Heydemann

Samstag, 24. August 2024;

11.00 bis 19.30 Uhr

Ort: 24306 Plön,

Lütjenburgerstr. 33

Gebühr = 6 € max. 20 TN

Anmeldung: bis spätestens 1 Woche vor dem Führungstermin

KN 1.104.07

Dozentin:

**zertifizierte Ernährungsberaterin
Julia Wiegandt**

Dienstag, 19. März 2024

18.00 bis 19.30 Uhr

Ort: Haus des Kurgastes, Bosau

Gebühr: 10 €

KN 1.104.08

Dozentin:

**zertifizierte Ernährungsberaterin
Schwerpunkt BARF
Julia Wiegandt**

Dienstag, 20. Februar 2024

18.00 bis 19.30 Uhr

Ort: Haus des Kurgastes, Bosau

Gebühr: 10 €



GARTENREICH
Tel. 04527/972 44 06

✿ Baumpflege ✿ Baumfällung
✿ Obstgehölzschnitt
✿ Gutachten

Für ein unverbindliches
Beratungsgespräch/Angebot
rufen Sie uns einfach an:
Telefon 0 45 27 / 972 44 06
Mobil: 01 74 / 161 18 52

Klaus Gehrman-Claußen
Fachagrarwirt für Baumpflege und
Baumsanierung
Wöbs 53 • 23715 Bosau

Obstgehölz-Schnitt

Der Kurs richtet sich an alle Interessierte, die wissen wollen, wie sie ihre Obstbäume fachgerecht schneiden sollen. Wann ist der richtige Zeitpunkt? Schneide ich einen Apfel anders als eine Birne oder eine Pflaume? Wir werden genug Übungsmaterial auf einer Streuobstwiese vorfinden.

Bitte Rosenschere und Astsäge mitbringen.

KN 1.100.02

Anmeldung & Leitung:
Klaus Gehrman-Claußen
04527 9724406 oder
Gartenreich@t-online.de

Samstag, 02. März.2024
10.00 bis 15.00 Uhr
Ort: Wird bei der Anmeldung
bekannt gegeben.

Gebühr: 6 € / max. 10 Teilnehmer

Faszination Klavier, Orgel und Cembalo

Sergej Tcherepanov, Kirchenmusiker an der St. Petri Kirche Bosau und Dozent an der Musikhochschule Lübeck führt durch die Geschichte der Tasteninstrumente ab dem Mittelalter bis zur Gegenwart. Und er zeigt und vergleicht die Mechanik des Cembalos, der Orgel, des Flügels und des Klaviers. Es werden Musikwerke aus verschiedenen Stilepochen an diesen drei Instrumenten vorgespielt.

KN 1.206.01

Leitung:
Sergej Tcherepanov

Sonntag, 25. Februar 2024
16.00 bis 18.00 Uhr
2 Stunden mit Pause
Ort: Gemeindehaus, Bosau

Gebühr: 6 €

Lesenswert

In lockerer Atmosphäre wollen wir im Kaminzimmer über Bücher sprechen.

Wer möchte kann ein oder mehrere Bücher mitbringen, über diese(s) erzählen oder einfach nur zuhören und Anregungen finden. Vielleicht lesen wir auch ein Buch gemeinsam und tauschen uns darüber aus. Vieles ist möglich, Vorschläge sind gerne willkommen. Auch jugendliche Leser ab 16 Jahren sind sehr willkommen. Für sie wäre der Kurs kostenfrei.

KN 1.201.01

Leitung:
Angela Dietrich

Mittwochs: 24. Januar,
21. Februar und 27. März 2024,
18.30 bis 20.00 Uhr
Ort: Kaminzimmer im
Kirchen-Gemeindehaus, Bosau.

Gebührenfrei



Montagsmalen mit Pastellkreide

Dieser Kurs richtet sich besonders an Anfänger, die Schritt für Schritt an das Malen mit Pastellkreide herangeführt werden. Fortgeschrittene erhalten Hilfestellung bei der Gestaltung ihrer Bilder. Wer Freude beim Umgang mit den leuchtenden Farben der Pastellkreide und die Inspiration in der Gruppe erleben möchte, findet gleichzeitig zur inneren Ruhe und einigen Stunden „Auszeit“ vom Alltag.

KN 1.207.02

Anmeldung & Leitung:
Sabine zur Megede
01514/ 2850253

Beginn: 19. Februar 2024
Montags, 9.30 bis 11.45 Uhr
im Gemeinderaum der Kirchengemeinde Bosau, Helmold Platz 2

Gebühr: 43 € / 5 Termine

KN 1.207.03

Anmeldung & Leitung:
Sabine zur Megede
01514/ 2850253

Beginn: 29. April 2024
Montags, 9.30 bis 11.45 Uhr
im Gemeinderaum der Kirchengemeinde Bosau, Helmold Platz 2

Gebühr: 43 € / 5 Termine

KN 1.207.01

Anmeldung & Leitung:
Sabine zur Megede
01514/ 2850253

Beginn: 15. Januar 2024
Montags, 9.30 bis 11.45 Uhr
im Gemeinderaum der Kirchengemeinde Bosau, Helmold Platz 2

Gebühr: 43 € / 5 Termine

KN 1.207.04

Anmeldung & Leitung:
Sabine zur Megede
01514/ 2850253

Beginn: 10. Juni 2024
Montags, 9.30 bis 11.45 Uhr
im Gemeinderaum der Kirchengemeinde Bosau, Helmold Platz 2

Gebühr: 43 € / 5 Termine

Pastellkreidemalerei

Dieser Kurs richtet sich besonders an Anfänger, die Schritt für Schritt an das Malen mit Pastellkreide herangeführt werden. Fortgeschrittene erhalten Hilfestellung bei der Gestaltung ihrer Bilder. Wer Freude beim Umgang mit den leuchtenden Farben der Pastellkreide und die Inspiration in der Gruppe erleben möchte, findet gleichzeitig zur inneren Ruhe und einigen Stunden „Auszeit“ vom Alltag.

KN 1.207.06

Anmeldung & Leitung:
Sabine zur Megede
01514/ 2850253

Beginn: 20. Februar 2024
Dienstags, 9.00 bis 11.15 Uhr
im Gemeinderaum der Kirchengemeinde Bosau, Helmold Platz 2

Gebühr: 43 € / 5 Termine

KN 1.207.07

Anmeldung & Leitung:
Sabine zur Megede
01514/ 2850253

Beginn: 07. Mai 2024
Dienstags, 9.00 bis 11.15 Uhr
im Gemeinderaum der Kirchengemeinde Bosau, Helmold Platz 2

Gebühr: 43 € / 5 Termine

KN 1.207.05

Anmeldung & Leitung:
Sabine zur Megede
01514/ 2850253

Beginn: 16. Januar 2024
Dienstags, 9.00 bis 11.15 Uhr
im Gemeinderaum der Kirchengemeinde Bosau, Helmold Platz 2

Gebühr: 43 € / 5 Tage

KN 1.207.08

Anmeldung & Leitung:
Sabine zur Megede
01514/ 2850253

Beginn: 11. Juni 2024
Dienstags, 9.00 bis 11.15 Uhr
im Gemeinderaum der Kirchengemeinde Bosau, Helmold Platz 2

Gebühr: 43 € / 5 Termine



Aquarellmalerei

Dieses Angebot richtet sich an Anfänger, die jederzeit willkommen sind, wie auch an Teilnehmer mit Grundkenntnissen, die ihre Fertigkeiten erweitern und vertiefen wollen.

KN 1.207.10

Anmeldung & Leitung:
Sabine zur Megede
01514/ 2850253

Beginn: 21. Februar 2024
Mittwochs, 9.30 bis 11.45 Uhr
im Gemeinderaum der Kirchengemeinde Bosau, Helmold Platz 2

Gebühr: 43 € / 5 Termine

KN 1.207.11

Anmeldung & Leitung:
Sabine zur Megede
01514/ 2850253

Beginn: 8. Mai 2024
Mittwochs, 9.30 bis 11.45 Uhr
im Gemeinderaum der Kirchengemeinde Bosau, Helmold Platz 2

Gebühr: 43 € / 5 Termine

KN 1.207.09

Anmeldung & Leitung:
Sabine zur Megede
01514/ 2850253

Beginn: 17. Januar 2024
Mittwochs, 9.30 bis 11.45 Uhr
im Gemeinderaum der Kirchengemeinde Bosau, Helmold Platz 2

Gebühr: 43 € / 5 Tage

KN 1.207.12

Anmeldung & Leitung:
Sabine zur Megede
01514/ 2850253

Beginn: 12. Juni 2024
Mittwochs, 9.30 bis 11.45 Uhr
im Gemeinderaum der Kirchengemeinde Bosau, Helmold Platz 2

Gebühr: 43 € / 5 Termine

BOSAUER Sportverein von 1946

Der Bosauer SV hat für jeden etwas zu bieten!

Weitere Infos unter www.bosauer-sv.de



Wochenendworkshop Gelatinedruck

Am Samstag werden wir eine Gelatinedruckplatte, eine weiche, elastische Platte selbst herstellen und uns an die Grundlagen des Druckens herantasten. Mehrere Schichten werden übereinander gedruckt – so entstehen schnell sehr lebendige oft nicht planbare Bilder. Am Sonntag werden wir die ganze Vielfalt des Druckens mit der Gelatineplatte erkunden und ausprobieren. Gedruckt wird mit Acrylfarben. Wer eine Lieblingsfarbe hat – gerne mitbringen, ansonsten werden die Farben gestellt, wie auch das Papier.

Kleidung, die Farbflecke vertragen kann, wäre nicht schlecht, ein Baumwollappen und ein etwas größeres Brettchen... und etwas zum Essen und Trinken für die Mittagspause. Freuen Sie sich auf freies, lustvolles Gestalten.

KN 1.207.13

Leitung:

Künstlerin Uta Biehl

Samstag, 09. März 2024 und

Sonntag, 10. März 2024

jeweils von 10.00 bis 16.00 Uhr

Ort: Schule Hutzfeld,

Raum wird bei der Anmeldung

bekanntgegeben

Gebühr: 55 €

Materialkosten: 7 €

Hardanger- und Handarbeits-Treff

Wir vermitteln die norwegische Durchbruchtechnik mit ihren zeitlosen Mustern. Anfängern und Fortgeschrittenen wird bei der Gestaltung ihrer Arbeit kompetent geholfen. Der Neueinstieg ist jederzeit möglich und willkommen.

KN 1.209.01

Leitung:

Jutta Möller

Mittwochs, 14.30 bis 17.00 Uhr.

Beginn: 06. März 2024

im Haus des Kurgastes in Bosau.

Gebühr: 5 € pro Monat



Kursportal Schleswig-Holstein

www.sh-kursportal.de
Ihre Datenbank für Weiterbildung im Norden

- Den richtigen Kurs finden
- Informieren und vergleichen
- Über 1.000 Anbieter

Gefördert durch:




Schleswig-Holstein
Ministerium für Wirtschaft,
Verkehr, Arbeit, Technologie
und Tourismus



Urban Sketching

Urban Sketching ist die Kunst des direkt aus dem Leben Zeichnens, daher fast immer draußen und mit wenig Ausstattung, d.h. Kleiner Aquarellkasten, dicker Pinsel, Bleistift, Feinliner und Aquarellpapier.

Weben auf Handwebstühlen und Webrahmen

Anleitung zum Arbeiten in allen Techniken der Handweberei inklusive Spinntechnik. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Der Einstieg ist jederzeit möglich und willkommen

Singen im Chor der VHS Bosau

Der Chor der VHS Bosau ist das ganze Jahr aktiv. Notenkenntnisse wären von Vorteil, sind aber nicht erforderlich. Unabhängig vom Kursbeginn ist ein Neueinstieg jederzeit möglich. Neue Sängerinnen und Sänger sind herzlich willkommen.

Patchwork- und Quiltkurs

Patchwork und Quilten für Einsteiger und Fortgeschrittene. Einsteiger nähen einen schnellen Quilt im Blockhaus-Muster. Teilnehmen können alle, die eine funktionsfähige Nähmaschine besitzen.

KN 1.207.14

Leitung:
Angelika Schnibben

Mittwochs 17.00 bis 18.30
Beginn 20. März 2024

Treffpunkt:
Haus des Kurgastes, Bosau

Gebühr: 57 € / 8 Termine

KN 1.209.02

Leitung:
Manfred Ziech

Mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr
Beginn: 24. Januar 2024

Ort: in der Alten Schule, Bosau.

Gebühr: 72 € / 15 Termine

KN 1.213.01

Leitung:
Julia Rebecca Börger

Montags, 18.30 bis 20.30 Uhr
Beginn: 22. Januar 2024

Ort: Gemeinderaum
der Kirchengemeinde Bosau,
Helmoldplatz 2, Bosau.

Gebühr: 10 € pro Monat

KN 1.209.03

Anmeldung & Leitung:
Marlene Wolfert
Tel.: 0160 4567503

Mittwochs: 14.00 bis 17.00 Uhr
Beginn: Termine werden bei
Anmeldung mitgeteilt

Ort: Haus des Kurgastes, Bosau

Gebühr: 55 € / 5 Termine



Kindernotfallkurs

Der Albtraum vieler junger Eltern ist es wohl eine Notfallsituation mit dem eigenen Kind zu erleben.

Berufsfeuerwehrmann und Notfallsanitäter Elias Zipro, selbst Vater eines Sohnes, wird in diesem Vortrag u.a. folgende Fragen klären und anhand von Übungspuppen erklären, was zu tun ist. Wie erkenne ich eine Notfallsituation? Was mache ich bei Vergiftungen oder Verschlucken? Wie reagiere ich bei einem Fieberkrampf oder bei Pseudo Krupp? Auch Verbrennungen/ Verbrühungen werden ein Thema sein.

Kinder/Kleinkinder/Babys können gerne mitgebracht werden. Hierfür bitte eine Krabbeldecke und persönlichen Bedarf mitbringen, ggf. ein Kissen zum Sitzen.

KN 1.304.01

Leitung:
Elias Zipro

Samstag, 10. Februar 2024
9.30 bis 12.30 Uhr,
Ort: Haus des Kurgastes, Bosau.

Gebühr: 25 €

Das Gesundheitshaus



Alter Schulweg 6
23715 Hutfeld
Tel.: 0 45 27 - 97 29 05
Fax.: 0 45 27 - 972 45 44
gesundheitshaus-hutfeld@web.de

Praxis für Physiotherapie

Susanne Brüggmann
Tel.: 0 45 27 - 97 29 04
Ganzheitliche Krankengymnastik
Lymphdrainage, Manuelle Therapie, Taping

Praxis für Logopädie

Regina Martina Wolff
Tel.: 0 45 27 - 97 29 03
Behandlung aller Störungsbilder
Legasthenie Training

Fußpflege

Sigrid Halser
Tel.: 0 45 27 - 97 21 35
Mobil: 0162 - 24 76 839
Behandlung nach Vereinbarung
Hot Stone Massage

Die Gartenkralle



Dirk Ruge

Ihr Haus & Gartenservice

Dirk Ruge · 23823 Berlin/Seedorf
Tel/Fax.: 04555 - 714640 · Mobil: 0173 - 9542920

Ich erledige für Sie alle Arbeiten rund um
Haus & Garten, z.B.

- ✦ Beetneuanlage / -pflege
- ✦ Rasenpflege
- ✦ Vertikutieren
- ✦ Heckschnitt
- ✦ Laubbeseitigung
- ✦ (Obst-) Baumschnitt
- ✦ Baumfällung
- ✦ Häckseln von Schnittgut
- ✦ Pflasterarbeiten
- ✦ Abfuhr u. Entsorgung von (Garten-) Abfällen u. Kompost
- ✦ Hochdruckreinigung
- ✦ Entfernung von Grünbelag u. Moos
- ✦ Dachrinnenreinigung
- ✦ Teichneuanlage / -pflege
- ✦ Grabpflege
- ✦ Winterdienst
- ✦ Carportbau





Wiederbelebung für Laien

Wir alle hoffen, nie in eine Situation zu geraten, in der wir Wiederbelebungsmaßnahmen anwenden müssen, aber was, wenn doch? Dieser Kurs soll Ihnen die Angst vor der Reanimation nehmen und Ihnen die wichtigsten Grundlagen vermitteln, inklusive eines praktischen Übungsteils. Dies ist kein Erste-Hilfe-Kurs, da er einfachere Handlungen zur Lebensrettung bietet.

Hypnose

Showhypnosen und Massenhypnosen für Nicht-raucher haben das Bild der Hypnose verzerrt und hinsichtlich der Techniken einer Hypnoseeinleitung für unangebrachte Ängste gesorgt.

Es handelt sich bei der Hypnose selbst um ein grundsätzlich natürliches Phänomen. Erfahren Sie in diesem Workshop, wie und warum Hypnose funktioniert.

Lernen Sie das Gefühl der Entspannung kennen, das durch Hypnose bewirkt wird und erfahren Sie, sich diese Methode selbst nutzbar zu machen.

KN 1.304.02

Leitung:

Ärztin Sina Zimmermann

Freitag, 09. Februar 2024

16.00 bis 18.00 Uhr

Ort: Haus des Kurgastes, Bosau

Gebühr: Frei - Spende erbeten

KN 1.306.01

Leitung:

Alfred Höwer

Samstag, 02. März 2024

9.00 bis 13.00 Uhr

Haus des Kurgastes, Bosau.

Gebühr: 35 €

Verschenken

SIE BILDUNG



Nicht nur als Last-Minute-Geschenk eine gute Idee:
Ein Kursgutschein überrascht und kann viel Freude bereiten!

Oder verschenken Sie doch gleich einen Kursbesuch für zwei!

Kontakt unter
www.vhs-bosau.de





Rückenschmerzen verstehen

„Ich hab Rücken“ ist eine sehr ungenaue Aussage, die einer genaueren Abklärung bedarf. Welche Ursachen führen zu den Schmerzen. Häufiger Grund sind Verschleißerscheinungen. Aber nicht alle verursachen Probleme. Wir erkunden Fehlhaltungen und zu welchen Beschwerden sie führen können. Es wird dargestellt, ob und wie man seine Haltung verbessern kann.

An drei Abenden werden medizinische Hintergründe erläutert. Im Rahmen dieses Kurses können keine einzelnen Befunde oder Therapien der Teilnehmer erörtert werden.

KN 1.303.01

Leitung:

Dr. Christoph Schönle

Orthopädie, Physikalische und Rehabilitative Medizin, Sportmedizin, Osteopathie, Chirotherapie

Dienstag: 12. März.2024,
19. März 2024 und 26. März 2024
Beginn: 18.00 Uhr

Ort: Haus des Kurgastes, Bosau

Gebühr: 24 € / 3 Termine

Gasthaus Zum Frohsinn
Bischof-Vicelin-Damm 16-18, D 23715 Bosau

100
1910 2010
JAHRE
Familien-Tradition
in fünfter Generation

Tel. 04527/269
www.zum-frohsinn.de

Können Sie Kuchen?
... in den Kursen unserer
„Backschule Bosau“
können Sie das lernen.

Backschule Bosau
backschule-bosau.de



Aromatherapie – Düfte für die Sinne

Stellen Sie Ihr eigenes Parfüm ohne künstliche Aromen her. Lernen Sie Düfte und Ihre Wirkung kennen, erschnuppern Sie Ihr persönliches, individuelles Naturparfüm. Eine Handmassage und Duftreise als Entspannungsübung runden den Tag auf Wunsch ab.

Die Kursleiterin ist Gesundheits- und Krankenpflegerin, zertifizierte Entspannungspädagogin, Aroma- und Heilpflanzenpädagogin.

KN 1.301.01

Leitung:

Martina Wellssow

Samstag, 27. Januar 2024

10.30 bis 16.30 Uhr

Ort: Haus des Kurgastes, Bosau

Gebühr: 30 €

Materialkosten: 10 €

Ihr Elektropartner



- Fachbetrieb für Gebäudetechnik
- Neu- u. Altbauinstallation
- Hausgerätekundendienst
- TV - SAT - DVBT
- Steuerungs- u. Regeltechnik
- Hauswasserversorgung /
- Pumpentechnik
- Telekommunikation ISDN / DSL
- Wasserinstallation
im elektrischen Umfang
- Wärmepumpen
- Zentralstaubsaugeranlagen
- Photovoltaik - Solaranlagen
- Blitz- u. Überspannungsschutz
- Einbruchmeldeanlagen

TEL.: 04527 - 666

Ihr Elektropartner



Meisterbetrieb

Hutzfeld/Seedorf

Tel. 0 45 27-666

Fax 0 45 27 - 97 25 72

info@elektro-ulf-tewes.de

www.elektro-ulf-tewes.de



Tanzen pur - Standard- und Latein-Paartänze

Wenn Sie schon immer tanzen lernen wollten, dann ist jetzt der richtige Zeitpunkt – egal ob Anfänger, Wiedereinsteiger oder Fortgeschrittener.

Wir wecken die Lust an der Bewegung und üben Standard- (Foxtrott, Langsamer Walzer, etc.) und lateinamerikanische Tänze (Cha-cha-cha, Rumba, etc.) in geduldiger Atmosphäre. Auch der Discofox, einer der beliebtesten Gesellschaftstänze, steht auf dem Programm.

Flotte Schritte, schwungvolle Drehungen und Musik zum Abtanzen.

Discofox für Anfänger

„Tanzen macht Freude“. In heiterer Atmosphäre erlernt ihr Grundschrirte, die man auf jeder Feier braucht.

Tanzen - folkloristisch, international

Sich einfach nur mal bewegen oder sich richtig ausatoben, egal ob in Reihen, im Kreis oder im Quadrat – in diesem Kurs ist für jeden etwas dabei.

Vorkenntnisse und ein Tanzpartner müssen nicht mitgebracht werden.

KN 1.205.01

Anmeldung & Leitung:

Rainer und Traute Siemers:

04527/1310 oder

E-Mail: rainersiemers@web.de

Beginn: 24. Januar 2024

Mittwochs, vierzehntägig,

von 19.00 bis 20.30 Uhr

Ort: Fritz-Latendorf-Turnhalle
an der Schule Hutzfeld.

Gebühr: 30 € p.P. / 5 Termine

KN 1.205.02

Beginn: 24. April 2024

Mittwochs, vierzehntägig,

von 19.00 bis 20.30 Uhr

Ort: Fritz-Latendorf-Turnhalle
an der Schule Hutzfeld.

Gebühr: 35 € / 6 Termine

KN 1.205.03

Anmeldung & Leitung:

Rainer und Traute Siemers:

04527/1310 oder

E-Mail: rainersiemers@web.de

Beginn: 26. Januar 2024

Freitags, 18.00 bis 19.00 Uhr

Ort: Fritz-Latendorf-Turnhalle
an der Schule Hutzfeld.

Gebühr: 17 € p.P. / 4 Termine

KN 1.205.04

Leitung:

Britta Wullschläger

Beginn: 25. Januar 2024,

Donnerstags, vierzehntägig,

von 19.30 - 21.00 Uhr

Ort: Fritz-Latendorf-Turnhalle,
Hutzfeld

Gebühr: 20 € p.P. / 4 Abende



Modern Dance

Diese Tanzsportart drückt sich durch Kunst und Sport auf der Tanzfläche aus. Es erwartet dich ein Warm-Up mit Übungen zur Kräftigung und Dehnung, verschiedene Choreografien sowie ein Techniktraining.

KN 1.205.05

Leitung:

Katrin Rehorn

Beginn: 21. Februar 2024

Mittwochs, 19.00 bis 20.30 Uhr,

Ort: Fritz-Latendorf-Sporthalle,

Schule Hutzfeld,

(Raum: „die Bühne“).

Gebühr: 36 € / 6 Termine

KN 1.205.06

Beginn: 05. Juni 2024

Mittwochs, 19.00 bis 20.30 Uhr

Ort: Fritz-Latendorf-Sporthalle,

Schule Hutzfeld,

(Raum: „die Bühne“).

Gebühr: 36 € / 6 Termine

Nordic Walking

Durch die schöne Landschaft um Bosau. Einführung in die Walking-Technik für Neu-Interessierte, sowie Stretching-Übungen werden vor Laufbeginn angeboten.

KN 1.302.07

Anmeldung & Leitung:

Christina Pippert

Tel.: 0177 3573282

Beginn: 11. März 2024.

Montags, 09.30 bis 11.00 Uhr.

Ab dem Parkplatz am

Feuerwehrhaus, Bosau.

Gebühr: 15 € / 15 Termine

Tischlerei HAAS

- KÜCHEN
- BADMÖBEL
- EINBAUSCHRÄNKE
- BETTEN
- Garderoben
- INNENAUSBAU
- TREPPEN
- PARKETT
- FENSTER & TÜREN
- CARPORTS & TERRASSEN
- FASSADEN

Brackwade 11
23715 Bosau
Tel. 0 45 27 - 219
info@tischlerei-haas.de

Viele weitere Ideen unter:
www.tischlerei-haas.de



Yoga Nidra meets Reiki

Eine geführte Tiefenentspannung in Rückenlage, um die Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

Yoga Nidra führt auf körperlicher, geistiger und emotionaler Ebene zur Entspannung. 30 Minuten Yoga Nidra sind genauso erholsam wie 2 Stunden Schlaf. Außerdem können negative Denkmuster aufgelöst werden.

In Kombination mit Reiki erschaffe ich einen Raum der Entspannung und des Wohlfühlens. Durch Reiki können Blockaden in deinem Energiesystem, deinem Körper und auf mentaler Ebene gelöst werden.

Die Kursleiterin ist zertifizierte Yogalehrerin für Yoga Nidra, 2 Reiki Grad.

KN 1.301.02

Leitung:

Jana Westphal

Beginn: 22. Januar 2024

Montags, 18.00 bis 18.45 Uhr

Haus des Kurgastes in Bosau

Gebühr: 20 € / 6 Termine





FITMIX Funktionsgymnastik

Durch regelmäßige und gezielte Funktionsgymnastik haben wir ein gesünderes Herz, verbessern unsere Ausdauer, stärken unser Immunsystem, unsere Knochen und Muskeln. Und bekommen ein verbessertes Körpergefühl.

Der Schwerpunkt liegt in der Kräftigung und Dehnung des kompletten Körpers.

Die Übungen werden mit Hanteln, Tubs, Balance-Pads, Therabändern, Pilates-Ring u.v.m. und passender Musik unterstützt.

Auch für Anfänger geeignet!

Bitte mitbringen:

Sportkleidung/bequeme Kleidung, dicke Socken, Gymnastikmatte und ggf. ein kleines Kissen.

Ort: Haus des Kurgastes Bosau

FITMIX Starker Rücken

Die Rückengymnastik kombiniert gezielte Übungen für die Rücken- und Nackenmuskulatur mit Entspannungsübungen sowie die Körperwahrnehmung, Beweglichkeit, Koordination, Kraft und Ausdauer des Körpers und vor allem der Rumpfmuskulatur.

Auch die individuelle Körperhaltung sowie Bewegungsabläufe in Alltag, Beruf, Freizeit und Sport werden berücksichtigt.

Die Übungen werden mit Brasils, Therabändern, Gymnastikbällen, Balance-Pads, Hanteln v.m. und passender Musik unterstützt. Auch für Anfänger geeignet!

Bitte mitbringen:

Sportkleidung/bequeme Kleidung, dicke Socken, Gymnastikmatte und ggf. ein kleines Kissen.

Ort: Haus des Kurgastes Bosau

KN 1.302.01

Anmeldung & Leitung:

Regina Thiele

0 151 - 24 27 28 65 oder
0 45 27 - 79 19 107

Beginn: 25. Januar 2024

Donnerstags, 18.00 - 19.00 Uhr

Gebühr: 40 € / 10 Termine

KN 1.302.02

Beginn: 25. April 2024

Donnerstags, 18.00 - 19.00 Uhr

Gebühr: 40 € / 10 Termine

KN 1.302.03

Beginn 10. Oktober 2024

Donnerstags, 18.00 - 19.00 Uhr

Gebühr: 40 € / 10 Termine

KN 1.302.04

Anmeldung & Leitung:

Regina Thiele

0 151 - 24 27 28 65 oder
0 45 27 - 79 19 107

Beginn: 25. Januar 2024

Donnerstags, 18.00 - 19.00 Uhr

Gebühr: 40 € / 10 Termine

KN 1.302.05

Beginn: 25. April 2024

Donnerstags, 18.00 - 19.00 Uhr

Gebühr: 40 € / 10 Termine

KN 1.302.06

Beginn 10. Oktober 2024

Donnerstags, 18.00 - 19.00 Uhr

Gebühr: 40 € / 10 Termine



Wirbelsäulengymnastik

In diesem Kurs werden die Möglichkeiten einer wirbelsäulengerechten Belastung und funktioneller Muskelkräftigung gezeigt. Unsere Wirbelsäule wird täglich belastet. Bewegungsmangel und Fehlhaltungen führen zunehmend zu Rückenproblemen. Wir lernen Haltungsschäden vorzubeugen und geschwächte Muskulatur zu stärken.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eigene Decke/Matte und kleines Kissen.

KN 1.302.09

Leitung:

Ricardo Faßbender
Physiotherapeut

Beginn: 17. Januar 2024
Mittwochs, 18.00 bis 19.00 Uhr
Haus des Kurgastes in Bosau

Gebühr: 40 € / 10 Termine

KN 1.302.10

Leitung:

Ricardo Faßbender
Physiotherapeut

Beginn: 08. Mai 2024
Mittwochs, 17.00 bis 18.00 Uhr
Haus des Kurgastes in Bosau

Gebühr: 40 € / 10 Termine

KN 1.302.08

Leitung:

Ricardo Faßbender
Physiotherapeut

Beginn: 17. Januar 2024
Mittwochs, 17.00 bis 18.00 Uhr
Haus des Kurgastes in Bosau

Gebühr: 40 € / 10 Termine

KN 1.302.11

Leitung:

Ricardo Faßbender
Physiotherapeut

Beginn: 08. Mai 2024
Mittwochs, 18.00 bis 19.00 Uhr
Haus des Kurgastes in Bosau

Gebühr: 40 € / 10 Termine

Qigong

Qigong ist eine 4000 Jahre alte chinesische Bewegungskunst. Das wichtigste Unterscheidungsmerkmal zur allgemein ausgeübten sportlichen Betätigung, ist die Verbindung von Vorstellungskraft und Bewegung mit dem Erkennen und Beheben nicht nur körperlicher Fehlhaltungen.

Die Übungsstunde besteht aus Aufwärmen und Dehnung, dem schrittweisen Erlernen der ersten Übungsreihe der 15 Ausdrucksformen des Taiqi-Qigong und Standmeditation.

Unser Übungsleiter wurde bei der Medizinischen Gesellschaft für Qigong Yangsheng mit Sitz in Bonn ausgebildet, lehrt und praktiziert Qigong seit ca. 25 Jahren und lernt seit ca. 4 Jahren Taiqi.

Bequeme Kleidung und leichte Schuhe oder Stoppsocken genügen zum Üben.

KN 1.301.03

Leitung:

Heinz Georgi-Dittrich

Beginn: 27. Januar 2024
Sonnabend, 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort: Haus des Kurgastes, Bosau
Bei schönem Wetter:
auf der Wiese beim Gemeindehaus

Gebühr: 50 € / 10 Termine

KN 1.301.04

Leitung:

Heinz Georgi-Dittrich

Beginn: 04. Mai 2024
Sonnabend, 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort: Haus des Kurgastes, Bosau
Bei schönem Wetter:
auf der Wiese beim Gemeindehaus

Gebühr: 50 € / 10 Termine



Yoga

Yoga, der Weg zu mehr innerer Ruhe, Ausgeglichenheit und Körperbeweglichkeit. Durch bewusste Körperübungen, die mit Entspannungstechniken verbunden sind, erlangen wir körperliches Wohlbefinden. Die Übungen sind für jedes Alter geeignet, bei gesundheitlichen Einschränkungen sollte vorher Rücksprache mit ihrem Arzt gehalten werden.

Bitte eine eigene Yogamatte (wegen der Hygiene), Wolldecke und warme Socken mitbringen.

Brotbacken im Holzbackofen

Der Teig wird in der Schulküche in Hutzfeld vorbereitet, Weizen Vollkorn oder gemischt. Danach fahren wir zum Backen der Brote nach Bosau zu Dunkerschen Kate, wo der Ofen für uns schon geheizt ist. Ende des Backtages ca. 12.00.

B(r)eikost – von der Milch an den Familientisch

Wir sprechen über den passenden Zeitpunkt, um den Säugling nach und nach vom Stillen oder der Flasche an das Essen am Familientisch zu gewöhnen. Allgemeine Empfehlungen zum Stillen und zur Beikost werden ebenso thematisiert, wie individuelle Fragen der KursteilnehmerInnen.

KN 1.301.05

Leitung / Anmeldung:
Sylvia Theden
04556 981579

Beginn: 09. Januar 2024
Dienstags, 17.30 bis 18.45 Uhr
Haus des Kurgastes in Bosau

Gebühr: 68 € / 12 Termine

KN 1.301.06

Beginn: 09. Januar 2024
Dienstags, 19.00 bis 20.15 Uhr
Haus des Kurgastes in Bosau

Gebühr: 68 € / 12 Termine

KN 1.305.07

Leitung:
Conny Brandmeier

Samstag, 01. Juni 2024
09.00 bis 12.00 Uhr
Ort: Schulküche Hutzfeld

Gebühr: 12 €
Materialkosten: 3 €

KN 1.105.01

Leitung:
Nina Winterhoff
Hebamme

Samstag, 17. Februar 2024
10.00 bis 12.00 Uhr
Haus des Kurgastes in Bosau

Gebühr: 10 €

KN 1.105.02

Samstag, 15. Juni 2024
10.00 bis 12.00 Uhr
Haus des Kurgastes in Bosau

Gebühr: 10 €



Koch-Club am Montag

Wir kochen 14-tägig Menüs nach Absprache. Für Interessierte jeden Alters sind noch „Kochplätze“ frei. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Indische Küche

Eigentlich verbietet es sich von „der Indischen Küche“ zu sprechen. Mehr als 1 Milliarde Menschen und so viele unterschiedliche klimatische Regionen bringen unterschiedlichste kulinarische Folgen mit sich. So haben wir die sehr scharfen und würzigen Speisen des Südens im Gegensatz zu den milderen des Nordens - Reisgerichte und Curries; aber auch Kartoffeln - vegetarisch, vegan, mit Fleisch; aber immer mit einem Feuerwerk an Gewürzen.

Neubearbeitung des Kursabends.

Bitte scharfes Messer, Getränk, Trockentuch und Restebehälter für Kostproben mitbringen.

Aufläufe für Frühling & Frühsommer

Wunderbar, wie sich im Ofen die Aromen von Kartoffeln und frischen Gemüsen, oder Nudeln und Gewürzen mit Käsen oder Eiern oder Cremes oder Saucen mit Hackfleisch, Hühnchen, Fisch oder auch mal einfach ganz ohne Fleisch miteinander verbinden.

Bitte scharfes Messer, Getränk, Trockentuch mitbringen.

KN 1.305.01

Leitung:

Klaus Schröder

Beginn: 22. Januar 2024
Montags, 17.00 bis 21.00 Uhr
in der Schulküche Hutzfeld.

Gebühr: 5 € pro Monat

KN 1.305.02

Leitung:

André Weidtkamp

Dienstag, 06. Februar 2024
18.30 bis 21.30 Uhr
in der Schulküche Hutzfeld.

Gebühr: 15 €
Lebensmittelumlage: 15 €

KN 1.305.03

Leitung:

André Weidtkamp

Dienstag, 05. März 2024
18.30 bis 21.30 Uhr
in der Schulküche Hutzfeld.

Gebühr: 15 €
Lebensmittelumlage: 15 €



Australische Küche

Die australische Küche durchlebte in den letzten 20 Jahren einen Wandel, weg vom traditionellen hin zum Multikulturismus. Asiatische und europäische Einflüsse treffen auf australische Zutaten und polynesischen Gewürze. Känguru, Lachs, Lamm! Versuchen wir eine kulinarische Reise durch den roten Kontinent.

(Bitte scharfes Messer, Getränk und Restbehälter für Kostproben mitbringen)

Spargel – genial

Halbzeit der Spargelsaison 2024 ist überschritten! Es wird Zeit für die neuen, spannenden, verrückten Spargelrezepte. Daher hält die Königin des Gemüses heute Hofstaat in Bosau! Spargelrezepte wie sie mir meine Oma verraten hat und Spargelzubereitungen, die den Spargel noch aromatischer schmecken lässt. Kombinationen, auf die man nicht unbedingt sofort kommt ...

Bitte scharfes Messer, Spargelschäler, Getränk, Trockentuch und Restbehälter für Kostproben mitbringen.

Matjes!

Tolle Salate rund um den Matjes, verbunden mit der klassischen oder überraschenden Beilage. Herrlich maritim.

Bitte scharfes Messer, Getränk, Trockentuch und Restbehälter für Kostproben mitbringen.

KN 1.305.04

Leitung:

André Weidtkamp

Dienstag, 30. April 2024
18.30 bis 21.30 Uhr
in der Schulküche Hutzfeld.

Gebühr: 15 €
Lebensmittelumlage
(inkl. Känguru): 15 €

KN 1.305.05

Leitung:

André Weidtkamp

Dienstag, 4. Juni 2024
18.30 bis 21.30 Uhr
in der Schulküche Hutzfeld.

Gebühr: 15 €
Lebensmittelumlage
(wegen des Spargels): 18 €

KN 1.305.06

Leitung:

André Weidtkamp

Dienstag, 2. Juli 2024
18.30 bis 21.30 Uhr
in der Schulküche Hutzfeld.

Gebühr: 15 €
Lebensmittelumlage: 15 €



Arbeiten mit dem Laptop / Notebook - Kleingruppe

Dieser Kurs macht mit den wichtigsten Grundfunktionen des Laptops vertraut. Wegen des angenehmen Lerntempos und der persönlichen Betreuung ist er auch für ältere Menschen geeignet. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Notebook/Ihren Laptop mit Netzteil und bereits installiertem Betriebssystem Windows 10 (oder 11) mit.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Eine Internetverbindung via WLAN (Hotspot) ist vorhanden.

Arbeiten mit dem Smartphone oder Tablet - Kleingruppe

Sie lernen hier Ihr Smartphone/Tablet kennen und machen sich mit seinen Grundfunktionen vertraut. Plus: Sicherheitseinstellungen. Bringen Sie bitte Ihr aufgeladenes Smartphone bzw. Tablet mit (nur Android, kein Apple) und die Daten Ihres Benutzerkontos (Google-Konto inkl. Passwort), falls vorhanden.

Ein Hotspot/WLAN steht während des Kurses zur Verfügung.

KN 1.501.01

Leitung:

Dr. Udo Klussmann

Beginn: 10. Januar 2024
Mittwochs, 16.00 bis 17.30 Uhr
In der Schule in Hutzfeld

Gebühr: 54 € / 6 Termine
inkl. digitales Lernmaterial

KN 1.501.02

Beginn: 22. Mai 2024,
Mittwochs, 16.00 bis 17.30 Uhr
In der Schule in Hutzfeld

Gebühr: 54 € / 6 Termine
inkl. digitales Lernmaterial

KN 1.501.03

Leitung:

Dr. Udo Klussmann

Beginn: 11. Januar 2024,
Donnerstag, 16.00 bis 17.30 Uhr
In der Schule in Hutzfeld

Gebühr: 54 € / 6 Termine
inkl. digitales Lernmaterial

KN 1.501.04

Beginn: 23. Mai 2024
Donnerstag, 16.00 bis 17.30 Uhr
In der Schule in Hutzfeld

Gebühr: 54 € / 6 Termine
inkl. digitales Lernmaterial



Kunst & Kultur



Bildung & Natur



Soziales



Sport

**Wir fördern die
Gemeinschaft vor Ort.**

Als starker Partner an Ihrer Seite
setzen wir uns dafür ein, das Leben
besser zu gestalten.

[sparkasse-holstein.de](https://www.sparkasse-holstein.de)



**Sparkasse
Holstein**

Volkshochschule Bosau
Bischof-Vicelin-Damm 4
23715 Bosau

hagen.vhs@t-online.de
www.vhs-bosau

Für Infos
einfach den QR-Code
scannen:

