



<https://biz.iiZove>

# FREIE PLÄTZE IN KURSEN DER VOLKSHOCHSCHULE OSTKREIS HANNOVER

Veröffentlicht am 05.03.2024 um 13:23 von Redaktion Burgwedel-Aktuell

Die Volkshochschule Ostkreis Hannover hat eine breite

Palette an neuen Kursen im Angebot, die für eine Vielzahl von Interessen geeignet sind. Unter den aktuellen Angeboten finden sich verschiedene Kurse zu kreativen Aktivitäten, körperlicher und geistiger Entspannung sowie zur Verbesserung digitaler Fähigkeiten. Ein Kurs, der sich an sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene richtet, ist der "Öl- und Acrylmalerei" Kurs unter der Leitung von Petra Matthaei. Dieser Kurs bietet den Teilnehmern die Möglichkeit, ihre künstlerischen Fähigkeiten in der Öl- und Acrylmalerei zu verbessern. Während des Kurses haben die Teilnehmenden die Freiheit, nach eigenen Themen zu arbeiten und dabei Unterstützung und Anleitung zu erhalten. Der Kurs findet dienstags von 09:30 bis 12:00 Uhr in der Begegnungsstätte in Isernhagen FB statt und läuft vom 23. April bis zum 25. Juni 2024. Für diejenigen, die nach körperlicher und geistiger Ausgeglichenheit streben, bietet Xin Schubert den Kurs "Qigong - Taiji Chi" an. Taiji Chi ist eine Praxis, die darauf abzielt, Körper und Geist von Blockaden zu befreien und eine innere Harmonie und Ruhe zu erreichen. Durch verschiedene Übungen und Techniken werden die inneren Energien aktiviert und der Körper gestärkt. Der Kurs findet freitags von 18:30 bis 20:00 Uhr im TuS-Mehrzweckraum, Seestraße 8 in Altwarmbüchen, statt und geht vom 5. April bis zum 24. Mai 2024. Musikliebhaber können bei Wolfgang Klebsch einen Gitarren-Schnupperkurs für Anfänger besuchen. In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden die Grundlagen des Gitarrenspiels und haben die Möglichkeit, bekannte Songs aus verschiedenen Stilrichtungen zu erlernen. Der Kurs findet am Sonnabend und Sonntag, 6. und 7. April 2024, im VHS-Gebäude in Altwarmbüchen statt. Für Frauen, die nach Entspannung und innerer Harmonie suchen, bietet Uschi Haber den Kurs "Qi Gong, Meditation und Energiearbeit für Frauen" an. Dieser Kurs konzentriert sich auf eine spezielle Qi Gong Form namens "Das Mädchen mit dem Jadekörper", die darauf abzielt, die energetische Situation im weiblichen Körper zu berücksichtigen und ein gestärktes Bewusstsein für die eigene Weiblichkeit zu vermitteln. Ergänzend dazu werden einfache Meditationsübungen aus dem Tao Yoga vermittelt. Der Kurs findet am Sonnabend, 13. April 2024, im Gymnastikraum des Gesundbrunnens in Isernhagen H.B. statt. Des Weiteren bietet Florian Hildebrandt einen Kurs zum Thema "Digital im Alltag - Online-Shopping" an. In diesem Kurs lernen die Teilnehmer, sicher und effizient online einzukaufen, von der Auswahl eines sicheren Online-Shops bis zur erfolgreichen Bestellung. Der Kurs findet am Mittwoch, 24. April 2024, im VHS-Gebäude in Altwarmbüchen statt. Florian Hildebrandt bietet auch den Kurs "ChatGPT - Faszination und Möglichkeiten" an. Dieser Kurs bietet eine Einführung in künstliche Intelligenzen (KI) wie ChatGPT. Die Teilnehmer erwerben grundlegende Kenntnisse über ChatGPT, lernen, wie es funktioniert, wie man es bedient und in verschiedenen Anwendungsgebieten einsetzen kann. Zudem werden die Möglichkeiten von ChatGPT, wie kreatives Schreiben, Textgenerierung, Frage-Antwort-Systeme, Übersetzungen und Zusammenfassungen, behandelt. Teilnehmer, die praktische Übungen durchführen möchten, sollten für die Registrierung bei ChatGPT ihr Mobiltelefon dabei haben und Zugriff auf ihre E-Mails haben. Ein PC steht vor Ort zur Verfügung. Der Kurs findet am Sonnabend, 27. April 2024, im EDV-Raum des VHS-Gebäudes in Altwarmbüchen statt. Interessierte können sich telefonisch unter der Nummer 0511/2208222 oder 05132/5000-0 anmelden oder dies online über die [Homepage der Volkshochschule Ostkreis Hannover](#) tun. Die Geschäftsstelle der Volkshochschule in Altwarmbüchen ist montags und mittwochs von 9 bis 12 Uhr geöffnet.