

PRESSEMITTEILUNG - 293 -

22.09.2022

Weitere neue Kurse an der Kreisvolkshochschule Melden Sie sich an!

Kultur:

Hundehalterschulung zur gewaltfreien Hundeerziehung

Was erwartet der Hund von mir? Wie werden Kommandos aufgebaut? Perfekt ausgeführte Kommandos und doch kein entspanntes Team? Umgang mit ängstlichen Hunden. Die Kommunikation zwischen Hund und Halter/in. Warum orientiert sich der Hund nicht an mir, sondern regelt Dinge selbst - Symptom Leinenaggression. Wann und warum setzen Hunde aggressives Verhalten ein? Das Hundeverhalten in der Meute. Rasse- und wesensspezifische sinnvolle Auslastung und Haltung von Hunden.

Termine: 27.09.2022 – 25.10.2022 (Di) in Pritzwalk 17:30 – 20:30 Uhr

Häkeln von modischem Zubehör - Swirl Beanie/ Zweifarbig Beanie-Mütze

Häkeln einer Swirl Beanie-Mütze oder einer zweifarbig Beanie-Mütze. Die Teilnehmenden werden in die Häkeltechnik eingeführt. Grundkenntnisse im Häkeln sollten vorhanden sein.

Termin: 05.10.2022 (Mi) in Perleberg 17:00 – 19:15 Uhr

Gesundheit:

Wildkräuterspaziergang

Auf dem Weg durch die Natur begegnen uns zahlreiche Wildkräuter wie Schafgarbe, Brennnessel, Spitzwegerich & Co. In diesem Kurs werden sie botanisch vorgestellt, Unterscheidungsmerkmale verdeutlicht die Nutzung für den Menschen in den Bereichen der Küche, Kosmetik usw. erklärt. Das Hauptaugenmerk liegt darauf, das reiche Angebot der Natur zu erfahren und es im Alltag zu verwenden. Während des Spazierganges werden Wildkräuter gesammelt, die am Ende der Wanderung gemeinsam zubereitet werden. Das kann eine köstliche Brennnesselsuppe sein oder ein frischer Wildkräutersalat, eine Haarspülung oder eine Wundsalbe für die Haut. Freuen Sie sich auf das saisonale Angebot der Natur.

Der Kurs findet auf dem Gelände und in der Küche von der Schutzgemeinschaft Deutscher Wald (Waldschule) statt. Dadurch entstehen zusätzliche Gebühren in Höhe von 3,00 €, die bei der Dozentin vor Ort zu bezahlen sind.

Termine: 05.10.2022 (Mi) in Pritzwalk 15:00 – 18:00 Uhr

Hatha-Yoga – Pritzwalk

Es ist nie zu spät die positive Wirkung von Yoga für die eigene Gesunderhaltung zu nutzen. Eine ausgewogene Asanasreihe (Körperstellungen), Atemübungen und Meditation können in diesem Kurs erlernt werden. Sie werden nach einiger Zeit der Yoga-Praxis, Dinge tun können, die Sie nie für möglich gehalten haben.

Termine: 12.10.2022 – 07.12.2022 (Mi) in Pritzwalk 18:30 – 20:00 Uhr

Qigong für Rücken und Gelenke (Schnupperkurs)

In diesem Kurs erlernen die Teilnehmenden einzelne Übungen verschiedener Qigong-Stile für die Mobilisierung des Bewegungsapparates und zur Lockerung der Muskulatur.

Neben den sanften und langsamen bewegten Übungsabläufen werden auch Atemübungen und – in Abhängigkeit der Zusammensetzung der Gruppe - kleinere Meditationen durchgeführt.

In der Philosophie des Qigong wird davon ausgegangen, dass je häufiger eine Übung durchgeführt wird, desto intensiver wird das Erleben der Übung und desto tiefer kann die Entspannung gehen. Dies dient nicht nur der tieferen Entspannung, sondern soll den Teilnehmenden auch helfen, sich die Bewegungsabfolgen besser zu merken und ggf. auch zu Hause zu wiederholen.

Termine: 08.11.2022 – 06.12.2022 (Di) in Wittenberge

18:00 – 19:30 Uhr

Beruf:

Was ist bei der Nutzung eines Smartphone zu beachten?

Sie haben folgenden Fragen - Welche Apps sind sinnvoll, welche Gefahren lauern bei der Benutzung und wie schütze ich mich davor? Welche Daten werden bei der Nutzung des Smartphones grundsätzlich erfasst, wie kann ich die Übermittlung persönlicher Daten verhindern? Diese und weitere Fragen werden Ihnen in diesem Kurs beantwortet.

Termine: 14.11.2022 - 05.12.2022 (Mo) in Perleberg

15:00 – 16:30 Uhr

Das Betriebssystem Windows 10

Im Kurs werden die Unterschiede zu den bisherigen Benutzeroberflächen aufgezeigt und die Möglichkeiten von Windows 10 erläutert und Unterschiede zu den bisherigen Versionen aufgezeigt. Außerdem wird ein Ausblick auf das neue Windows 11 gegeben.

Als Teilnehmende können Sie direkt am eigenen Gerät arbeiten und machen sich so mit den Besonderheiten und Fähigkeiten Ihres Notebooks vertraut. Sie können aber auch an einem Notebook im Schulungsraum arbeiten.

Termine: 10.10.2022 – 07.11.2022 (Mo) in Perleberg

15:00 – 16:30 Uhr

Weitere Lehrgangsangebote der Kreisvolkshochschule Prignitz finden Sie auf der Internetseite der KVHS Prignitz unter: www.landkreis-prignitz.de.

Bei Interesse an Kursen oder Rückfragen erreichen Sie die Mitarbeiterinnen der KVHS Prignitz unter Tel. 03876/713754 oder 03876/713753. Sie können auch gerne eine E-Mail an kvhs@lkprignitz.de senden.