

Seniorenprogramm

Dezember 2024



PASSAU

Android Smartphone - Erste Schritte

Endlich haben Sie ein Smartphone und fühlen sich total überfordert? Dann ist dieser Kurs für absolute Anfänger:Innen genau richtig für Sie! Bitte bringen Sie Ihr aufgeladenes Android-Smartphone mit.

Passau, Nikolastraße 18
Kurs-Nr. 510061

Mo, 02.12.2024, 14:00 - 16:45 Uhr, 1 x
28,00 €, Daniel Tobisch, IT Techniker

Android Smartphone - Aufbaukurs

Bitte bringen Sie Ihr aufgeladenes Android-Smartphone mit.

Passau, Nikolastraße 18
Kurs-Nr. 510064

Do, 05.12.2024, 14:00 - 16:45 Uhr, 1 x
28,00 €, Daniel Tobisch, IT Techniker

Zwei unterschiedliche Frauentypen in Ephesus

Die antike Weltmetropole war ein Zentrum der Superlative: Prachtvolle Überreste zeugen noch in unseren Tagen von ihrer Bedeutung - und diese steht in direktem Zusammenhang mit zwei prominenten Damen, welche beide mit dem Göttlichen in enge Verbindung zu bringen sind und doch unterschiedlicher nicht sein können.

Passau, Neuburger Straße 60
Kurs-Nr. 206002

Mi, 04.12.2024, 18:00 - 19:30 Uhr, 1 x
10,00 €, Dr. Angela Häring, Buchautorin

AIDENBACH

Räuchern in den Raunächten

Mit alten Weisheiten und neuem Wissen den Jahreswechsel gestalten. Das Räuchern in den Raunächten unterstützt durch seine energetische Impulssetzung mit der Kraft der Natur den Prozess der bewussten Ausrichtung. Inkl. Handout über das Räuchern und Räucherprobe. Bitte Tasse für Tee mitbringen!

Aidenbach, Altes Krankenhaus, OG,
Vereinsraum 3 Multifunktion groß,
Krankenhausstr. 12
Kurs-Nr. 342404

Di, 10.12.2024, 19:00 - 20:30 Uhr, 1 x
15,00 €, Beate Quathamer-Gottschaller

BAD FÜSSING

Seniorengymnastik

Für Einheimische und Kurgäste, in Zusammenarbeit mit dem BRK-Kreisverband Passau, mit Rita Stinglhammer, zert. Übungsleiterin für Gymnastik.

Bad Füssing, Riedenburg, Inntalstr. 1
Kurs-Nr. 325383

Di, 03.12.2024, 10:15 - 11:15 Uhr, 3 x
2,50 € pro Kursstunde, Rita Stinglhammer,
zert. Übungsleiterin f. Gymnastik

Schreibwerkstatt für Literatur: „Umwege“

Am Anfang steht eine Idee. Doch wie gelangt man von dort zu einem fertigen literarischen Text? In unserer Schreibwerkstatt werden wir uns zunächst, in Form eines Impulsgesprächs, mit der Frage befassen, welche „Grundzutaten“ jede Geschichte braucht. Im weiteren Verlauf wird dann das eigene literarische Ausprobieren im Vordergrund stehen. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Bitte Papier und Stift mitbringen.

Passau, Neuburger Straße 60
Kurs-Nr. 211001

Sa, 07.12.2024, 09:30 - 16:00 Uhr, 1 x, 55,00€,
Dr. Moritz Hildt, Dr. phil., Philosoph, Autor

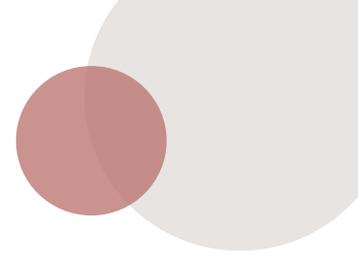
WhatsApp

In diesem Kurs lernen Sie mit WhatsApp umzugehen und die zahlreiche Funktionen und Möglichkeiten besser auszunutzen. Voraussetzung: Erfahrung im Umgang mit i. Smartphone. Aufgeladenes Smartphone mit installiertem WhatsApp mitbringen!

Passau, Nikolastraße 18
Kurs-Nr. 510066

Mi, 11.12.2024, 14:00 - 17:00 Uhr, 1 x
28,00 €, Daniel Tobisch, IT Techniker






Verschenken Sie doch mal Bildung mit unseren Geschenkgutscheinen!

GUTSCHEIN für eine Veranstaltung in Ihrer Volkshochschule

ORTENBURG

QiGong Abend: Herzübung - Mein liebes Herz, ich lächle dir zu!

Dieser Abend ist ein Geschenk an dich selbst. Eine wunderschöne Herzübung wird uns an diesem Abend zur Selbstliebe und zum eigenen Strahlen führen. Wir werden unser Herz wahrnehmen und es darf den Raum einnehmen, den es braucht, um uns sanft und kraftvoll zugleich im Alltag zu begleiten. Gefüllt mit Meditation und Musik auf Harfe, indianischen Flöten und anderen Klanginstrumenten, wird der Abend ein wahres Geschenk für deine Selbstliebe. Vorkenntnisse im QiGong sind nicht nötig. Bitte Turnschuhe, Sitzunterlage, Kissen, Decke und etwas zu trinken mitbringen!

Ortenburg, Schloss, Gräfinnenzimmer, 1. OG
Kurs-Nr. 314951
Fr, 13.12.2024, 18:30-20:00 Uhr, 1 x, 20,00€, Julia Marie Hofer, Yogalehrerin YSS

POCKING

iPhone, iPad Grundlagen

Lernen Sie unter anderem Ihr Gerät mit iTunes zu konfigurieren, souverän Texte zu bearbeiten, WLAN zu nutzen und vorinstallierte Apps nach Ihren Bedürfnissen auszuwählen. Bitte bringen Sie Ihr eigenes iPhone oder iPad mit.

Pocking, Würdinger Str. 20, EDV-Raum, EG
Kurs-Nr. 510358
Mi, 18.12.2024, 14:00 - 17:00 Uhr, 1 x, 28,00 €, Daniel Tobisch, IT Techniker

Mein Fotobuch

Ihre Digitalbilder schlummern auf der Festplatte: Erstellen Sie ein einzigartiges Fotobuch! CEWE-Fotobuch Gutschein über 21,95€ inkl. Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse Bitte eigene Digitalfotos auf USB-Stick u. Laptop mitbringen!

Pocking, Würdinger Str. 20, EDV-Raum, EG
Kurs-Nr. 510367
Mi, 04.12.2024, 14:00 - 17:00 Uhr, 1 x, 28,00€, Daniel Tobisch, IT Techniker

Computer Einsteigerkurs 2

Ein Kurs für alle, die noch ein bisschen mehr zum Computer wissen wollen. Danach erfahren Sie, wie man Ordner anlegt, Dateien und Ordner kopiert und verschiebt, Daten sichert, Programme installiert / deinstalliert uvm...

Pocking, Würdinger Str. 20, EDV-Raum, EG
Kurs-Nr. 510352
Di, 10.12.2024 - 19.12.2024,
18:00 - 21:00 Uhr, Di./Do., 4 x, 138,00 €, Daniel Tobisch, IT Techniker

TETTENWEIS

WhatsApp

In diesem Kurs lernen Sie mit WhatsApp umzugehen und die zahlreichen Funktionen und Möglichkeiten besser auszunutzen. Voraussetzung: Erfahrung im Umgang mit Ihrem Smartphone. Aufgeladenes Smartphone mit installiertem WhatsApp mitbringen!

Tettenweis, Hauptstr. 2, Parkwohnstift
Kurs-Nr. 510392
Di, 10.12.2024, 14:00 - 17:00 Uhr, 1 x 28,00 €, Daniel Tobisch, IT Techniker

Yoga und Meditation - Wohlfühltag im Advent

Gönnen Sie sich jetzt in der hektischen Vorweihnachtszeit einen Tag Auszeit von allen Verpflichtungen. Ein Yogatag als Geschenk an Sie selbst. Mit Yogastellungen lösen Sie aktiv Verspannungen. Durch Atemübungen tanken Sie frische Energie. Bitte bequeme Kleidung, Yogamatte evtl. Decke mitnehmen.

Tettenweis, Hauptstr. 2, Parkwohnstift
Kurs-Nr. 313392
So, 08.12.2024, 10:30 - 17:30 Uhr, 1 x 72,00 €, Margareta Doris Wießmeier, Yogalehrerin BYV, Fachkrankenschwester

Kontaktieren Sie uns!

Zweckverband Volkshochschule
für Stadt und Landkreis Passau
Nikolastraße 18 · 94032 Passau

Telefon-Nr.: 0851 95980-0
E-Mail: info@vhs-passau.de

www.vhs-passau.de