

**Von:** Volkshochschule Preetz <info@vhs-preetz.de>  
**Gesendet:** Mittwoch, 1. Januar 2025 19:19  
**An:** vhs-preetz@t-online.de  
**Betreff:** Mit der vhs ins neue Jahr!

Wenn dieser Newsletter nicht richtig angezeigt wird, klicken Sie bitte hier.

**Liebe/r !**

**Wie schön, dass Sie mit uns in das neue Jahr starten möchten! In unserem neuen Newsletter halten wir Sie zukünftig einmal im Monat auf dem Laufenden über unsere Kurse und besondere Veranstaltungen. So erfahren Sie nicht erst nachher, wo Sie gerne dabei gewesen wären.**

**Viel Freude mit unseren Kursen und diesem Newsletter.**

**Bleiben Sie neugierig**

ihre  
*Leonie Peters*

**... und wenn Sie jemanden kennen, der\*die diesen Newsletter unbedingt auch lesen sollte - dann freuen wir uns über eine Weiterleitung.**



**Zum Frühjahrsprogramm der vhs Preetz**

**Neue Kurse - Freie Plätze - Eine kleine Auswahl**



**Faszientraining und Gymnastik**



**Eine Tasse herstellen und gestalten - Keramik**

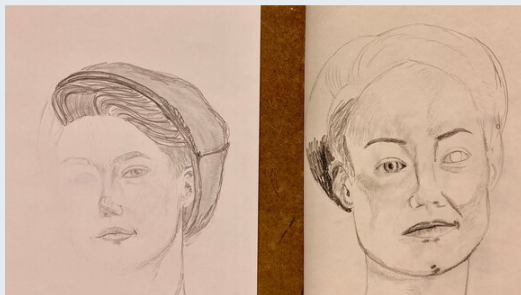
Faszientraining ist eine spezielle Form des

Trainings, die darauf abzielt, das Bindegewebe (Faszien) im Körper zu stärken, geschmeidig zu halten und Verklebungen zu lösen. Faszien sind ein Netzwerk aus elastischem Bindegewebe, das Muskeln, Organe und andere Strukturen umhüllt und miteinander verbindet. Sie spielen eine wichtige Rolle für Beweglichkeit, Stabilität und das allgemeine Wohlbefinden.

In unserem Kurs werden die Elemente des Faszientraining mit einfachen Gymnastikübungen verbunden.

Kursstart: Dienstag 14.Januar 10:30-11:30 25  
Kurstage kosten 130€

**Weitere Informationen und Anmeldung**



### Portraitzeichnen

Es wird ein Porträt nach Modell gezeichnet, um das Sehen von Proportionen zu üben (an der halb-, dreiviertel- und en face-Kopfhaltung), um die Verhältnisse von Nase, Mund, Augen zueinander einschätzen zu lernen und um den individuellen Ausdruck zu erfassen. Etwas zeichnerische Übung zu haben, wäre hilfreich und eine individuelle Herangehensweise und Interpretation des jeweiligen Kopfes ist willkommen. Der Kurs ist für Anfänger\*innen wie Fortgeschrittene geeignet, für Jugendliche und Erwachsene.

Kursstart: Dienstag 4.Februar 18:00-19:30 8  
Kurstage kosten 122€ (inklusive des Honorars für das Modell)

**Weitere Informationen und Anmeldung**

In drei Sitzungen können Sie aus einem Stück Ton eine Tasse herstellen und sie in Ihrem eigenen Stil bemalen. Kommen Sie mit Ihren kreativen Ideen zu uns!

Die Kosten für das Material sind bereits im Kurspreis inbegriffen.

Die Kursleiterin ist Keramikkünstlerin und kommt aus der Ukraine.

Kursstart: Mittwoch 15.Januar 16:00-18:00 3  
Kurstage kosten 41€; inkl. Materialkosten

Weitere Kurse im Verlauf der Frühjahrs sind ebenfalls im Angebot.

**Weitere Informationen und Anmeldung**



### Tapas, Fingerfood und Antipasti

Schon beim Gedanken an die kleinen Leckereien läuft mir das Wasser im Mund zusammen. Spanische Tapas wie wir Sie vom letzten Sommerurlaub kennen - Italienische Antipasti wie beim letzten romantischen Essen beim Italiener um die Ecke und die kleinen Häppchen für die Finger aus aller Welt. In diesem Kurs können Sie viele Ideen für die nächste Feier sammeln.

Kurstag: Montag 20.Januar 18:30-21:30 Der Abend kostet 20€ + 15€ Lebensmittelumlage

Dieser Kochkurs ist nur der Auftakt zu einer ganzen Reihe. In unserem Angebot ist für jeden Geschmack etwas dabei.

**Weitere Informationen und Anmeldung**

## Diese Veranstaltungen sollten Sie sich für 2025 bereits jetzt vormerken:

- 30.01.2025 Pizza & Politik - wir laden (gemeinsam mit dem Freiwilligenzentrum, der KVHS und dem Kreisjugendring) ein zu einem Speed-Dating mit den Bundestagskandidat\*innen - 18:00 Haus der Diakonie
- 21.02.2025 Kulturnacht in Preetz. - Natürlich mit Beteiligung der vhs
  - Singen mit AufTakt - 19:20 in der Volksbank
  - Kurzfilmbräusemix - 20:00-22:00 im Ratssaal
- 20.03.2025 Erzählabend zum Weltgeschichtentag 19:00 im Ratssaal
- 01.04.2025 Gefangen im Stein - Leben und Werk von Michelangelo - 19:00 Mensa, Schulen am Hufenweg
- 17.07.2025 Glücksorte in der Holsteinischen Schweiz - Lesung - 19:30 Ratssaal
- 19.-21.9.2025 38. Preetzer Papiertheatertreffen, Schulen am Hufenweg



Jeden Monat stellen wir Ihnen hier auch einen Raum oder einen Ort vor, der mit unserer vhs zusammenhängt. Beginnen möchte ich mit unserem eigenen Schulungsraum. Hier können Sie bequem sitzen und bestens ausgestattet lernen. Im Januar bieten wir beispielsweise die Möglichkeit hier die Online-**Vorträge zur Betreuungsverfügung (14.Januar) und zum Digitalen Nachlass (22.Januar)** der Verbraucherschutzzentrale mit uns gemeinsam zu schauen und anschließend in gemütlicher Runde zu diskutieren. Auch viele weitere Kurse finden regelmäßig in diesem Raum statt. Er trägt im Programm die Bezeichnung Raum 105 - Schulen am Hufenweg.



PS: Wussten Sie, dass die Volkshochschule Preetz ein gemeinnütziger Verein ist? Dies bedeutet: Sie können auch Mitglied werden! Als Mitglied der vhs Preetz e.V. können Sie 10% Ermäßigung für einen vhs Kurs pro Semester bekommen. Mit einem Jahresbeitrag von mindestens 15,00 € für Einzelpersonen, 20,- € für Ehepaare/ Partnerschaften unterstützen Sie die Arbeit der vhs und ermöglichen uns auch besondere Angebote umzusetzen, die ohne diesen Beitrag nicht möglich wären. Zudem erwerben Sie dadurch das Recht, an der jährlichen Mitgliederversammlung teilzunehmen und damit - wenn Sie möchten - aktiv die Arbeit der Volkshochschule mitzugestalten. Somit fördern Sie die örtliche Kultur und Weiterbildung.



An die  
Volkshochschule Preetz  
Hufenweg 5  
24211 Preetz

Volkshochschule  
Preetz e.V.

**Antrag auf Mitgliedschaft  
im Verein der Volkshochschule Preetz e.V.**

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Name Partner/\_In: \_\_\_\_\_ Vorname Partner/\_In: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_ PLZ /Ort: \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_ Email: \_\_\_\_\_

Geburtsjahr: \_\_\_\_\_

Ich verpflichte mich zur Zahlung des jährlichen Mitgliedsbeitrages von  
 15,- € als Einzelperson,  
 20,- € für Ehepaare/ Partnerschaften jeweils zum 01.06. jeden Jahres.

**SEPA-Lastschriftmandat  
Gläubiger – Identifikationsnummer: DE56VHS0000922595**

Hiermit ermächtige ich die vhs Preetz, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der vhs Preetz auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Bankinstitut: \_\_\_\_\_

Kontoinhaber: \_\_\_\_\_

BIC: \_\_\_\_\_

IBAN: \_\_\_\_\_

Mit meiner Unterschrift gebe ich meine Einwilligung zur Datenschutzerklärung der vhs Preetz e.V.. Mir ist die Verwendung u. Speicherung meiner personenbezogenen Daten bekannt und auch die Möglichkeit auf Auskunft, Berichtigung, Löschung, Sperrung und des Widerrufs.

Datum / Unterschrift \_\_\_\_\_

Geschäftsstelle vhs Preetz e.V., Hufenweg 5, 24211 Preetz, Telefon 04342 / 719803  
Geschäftszeiten: Mo, Di, 10.00 – 13.00, Do, 10.00 – 18.00 [gsa.vhs@vhs.de](mailto:gsa.vhs@vhs.de), [vhs-preetz@vhs.de](mailto:vhs-preetz@vhs.de)

Klicken Sie hier um sich aus dem Verteiler abzumelden.