



Ludgerus-Werk e.V. Lohne  
Volkshochschule · Familienbildungsstätte

[Newsletter empfehlen](#)

Wenn diese Nachricht nicht korrekt angezeigt wird, klicken Sie bitte [hier](#)

## Die Höhepunkte des zweiten Halbjahrs



[Ludgerus-Werk.de](#) → [News](#) → [Freiwilligenbörse](#) → [Presse](#) → [Kontakt](#) →

Moin ,

so langsam normalisiert sich das Leben wieder. Und damit auch unser Kursprogramm. Wir haben für das zweite Halbjahr einige tolle Höhepunkte, jede Menge verlässliche Dauerbrenner und ein paar Neuheiten für Sie parat. Selbstverständlich alles vereinbar mit den Hygiene- und Abstandsregeln.

Dieser Newsletter gibt Ihnen einen kleinen Überblick. Noch viel mehr Kurse finden Sie unter [www.ludgerus-werk.de](http://www.ludgerus-werk.de).

**Ihr Team des Ludgerus-Werks Lohne**



**Familie, Kids und Co**

## Themenabende für Eltern

Nach der Corona-Zwangspause setzen wir unsere beliebten Themenabende für Eltern fort. Die Themen reichen von Geburtsvorbereitung über Zahngesundheit, Kinderkrankheiten, die Vorschulzeit, gesund und lecker Kochen bis zu Erster Hilfe und der Vorbereitung auf Weihnachten.

➔ [mehr dazu](#)



Foto: Fotolia

## Kinderbetreuung startet wieder

Juhu! Astrid ist wieder da. Unsere Erzieherin darf endlich wieder starten mit der offenen Kinderbetreuung am Dienstag und Donnerstag sowie der Kreativgruppe am Freitag. Das Angebot eignet sich ideal zur Vorbereitung auf den Kindergarten.

➔ [mehr dazu](#)



Foto: Stefan Freiwald

## Selbstverteidigung für Kinder

Sich verbal und körperlich gegen tätliche Angriffe zu verteidigen: Das vermittelt Taekwon-Do-Trainer Waldemar Eichhorst den Mädchen und Jungen in diesem Kurs. Ziele dieses Kurses sind auch Mut zur Selbstbehauptung, Gestärktes Selbstbewusstsein, Opferrollen verlassen können und und und.

➔ [mehr dazu](#)



Foto: pixabay

## Kochen und Backen wie bei Harry Potter

Von Kesselkuchen bis Pudding: Spürt die Magie beim Backen und Kochen, begleitet durch kleine Geschichten aus dem Harry Potter Buch.

➔ [mehr dazu](#)



Foto: Stefan Freiwald



[weitere Kurse aus dem Bereich Familie, Kids und Co](#)



Gesundheit, Bewegung, Entspannung

## Wie fit ist Ihr Immunsystem?

In diesem Vortrag wird der Fokus auf die Betrachtung unseres Immunsystems gelegt und was wir tun können, um dauerhaft gesund zu werden und zu bleiben. Viele Beschwerden können mittels der Blut- und Darmdiagnostik gelindert oder behoben werden.



Foto: pixabay

➔ mehr dazu

## Wohlfühl-Workshop für Frauen

In diesem Workshop erleben die Teilnehmerinnen eine wohltuende Mischung aus Entspannungs- und Bewegungsübungen, einer Fantasiereise mit musikalischem Ausklang und einem Kreativteil, in dem sie mit Ölpastellkreiden und Buntstiften arbeiten.



Foto: Pixabay

➔ mehr dazu

## Pilates am Morgen

Zahlreiche Lohnerinnen und Lohner lernen derzeit in unseren voll ausgebuchten Ferienkursen das wunderbare Training Pilates kennen. Im September geht es gleich mit einem Morgenkurs weiter.



Foto: Pixabay

➔ mehr dazu

## Yoga-Einheiten online mitmachen

Unsere Yoga-Lehrerin Claudia Büssing macht per Video kleine Yoga-Einheiten für zu Hause vor. Also, Matte raus und mitmachen. Hier geht's zu den Videos...



Foto: Stefan Freiwald

➔ mehr dazu

➔ [weitere Kurse aus dem Bereich Gesundheit, Bewegung, Entspannung](#)



**Berufliche Bildung, Schulabschlüsse. u. Lehrgänge**

## Auffrischung in Naturwissenschaft und Technik

Dieser Lehrgang dient zur Auffrischung und Vorbereitung im Bereich naturwissenschaftlicher und technischer Gesetzmäßigkeiten (insbesondere Mathematik) für die Teilnahme am Vorbereitungslehrgang zum anerkannten Abschluss Geprüfter Industriemeister Kunststoff/Kautschuk.

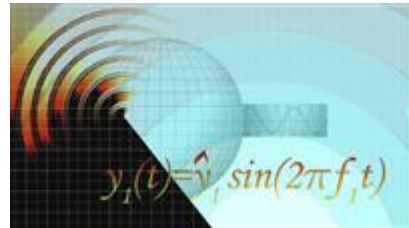


Foto: pixabay

➔ mehr dazu

## Finanzbuchhalter/-in werden

In diesem Kurs lernen Sie alles über Buchführung, Bilanzierung, Kosten- und Leistungsrechnung. Ideal für Leute, die die Durchblick in Sachen Buchhaltung suchen.



Foto: Fotolia

➔ mehr dazu

## Kaufleute starten beruflich durch

Besonders während oder nach einer Krise ist Weiterbildung ein gutes Mittel, um beruflich nicht abgehängt zu werden. Dazu bieten wir den Lehrgang zum/zur Wirtschaftsfachwirt(in) an. Mithilfe von Aufstiegs-Bafög können Sie die zweijährige berufs begleitende Weiterbildung finanzieren.



Foto: Stefan Freiwald

➔ mehr dazu

➔ [weitere Kurse aus dem Bereich Berufliche Bildung, Schulabschlüsse. u. Lehrgänge](#) ⬆



## Kochen, Kultur, Kreatives

### Memorybox basteln - Die Box für alle Fälle

Eine Urlaubsbox, für die Erinnerungsstücke aus der schönsten Zeit des Jahres. Hochzeitsbox, für Karten

oder eine Kindergartenbox, für die Schätze, die während der Kindergartenzeit entstehen. Eine selbstgestaltete Box ist der ideale, dekorative Platz für vielerlei Dinge und Erinnerungsstücke, die unbedingt aufbewahrt werden sollten.

➔ [mehr dazu](#)



Foto: pixabay

➔ [weitere Kurse aus dem Bereich Kochen, Kultur, Kreatives](#)



## Mensch und Gesellschaft

### Heurigen-Lieder, Schlager und Chanson

Astrid Riese und Eberhard Ockel beehren uns im zweiten Halbjahr gleich zweimal in der Hofstelle. Es gibt einen schwungvollen Heurigen-Abend mit heiteren Liedern und eine Zeitreise durch Schlager und Chanson.



Foto: privat

➔ [mehr dazu](#)

### Ihr gutes Recht - Vortragsreihe

"Es kann der Frömmste nicht in Frieden leben, wenn es dem bösen Nachbarn nicht gefällt". Beim ersten Vortrag von Rechtsanwalt Dr. Jürgen Völkerding dreht sich alles um Nachbarschaftsstreit und wie man ihn wieder beilegt. Wie sich Forderungen erfolgreich und effektiv einziehen lassen, ist Thema eines weiteren Vortrags in unserer beliebten Reihe.



Foto: Pixabay

➔ [mehr dazu](#)

➔ [weitere Kurse aus dem Bereich Mensch und Gesellschaft](#)



## Älter und Aktiv

Lernen Sie ihr Smartphone kennen!

Mit unserem Computer-Experten Hans Hogeweg lernen Sie einfach und schnell alles über ihr Smartphone oder Tablet mit Android-Betriebssystem. Denn Smartphones können so viel mehr als nur telefonieren.

[➔ mehr dazu](#)



Foto: Stefan Freiwald

[➔ weitere Kurse aus dem Bereich Älter und Aktiv](#)



## EDV und Multimedia

### Office-Programme gut beherrschen

Die Office-Programme bestimmen heute den Büroalltag. Lernen Sie Word, Excel und Co. kennen oder vertiefen Sie ihre Kenntnisse. Vom Anfängerkurs bis zum Profi-Seminar ist alles dabei.

[➔ mehr dazu](#)



Foto: Fotolia

### Vom Digitalbild zum Fotobuch

Wir zeigen Ihnen einfach, wie sie aus Ihren schönsten Fotos ein Fotobuch, Kalender oder Poster machen können. Vom Anschluss der Kamera an den PC bis hin zur Bildbearbeitung.

[➔ mehr dazu](#)



Foto: Pixabay

[➔ weitere Kurse aus dem Bereich EDV und Multimedia](#)



## Sprachen lernen

### Englisch in Beruf und Alltag

Erweitern Sie ihre Sprech- und Kommunikationsfähigkeiten in Beruf und Alltag. Wir üben das freie Sprechen und frischen Ihre Grammatikkenntnisse auf.

➔ mehr dazu



Foto: shutterstock

## Spanisch für Anfänger

Lernen Sie Spanisch. Nicht mit einer App sondern in einer Gruppe. Das macht viel mehr Spaß und gibt tolle Erfolgserlebnisse.



Foto: pixabay

➔ mehr dazu



[weitere Kurse aus dem Bereich Sprachen lernen](#)



## Weitere Kurse in den nächsten Wochen

### [Rückenfit für Männer](#)

Di. 28.07.2020

### [Hatha Yoga für Anfänger](#)

Mo. 24.08.2020

### [Einführung in die Bildbearbeitung mit GIMP](#)

Do. 27.08.2020

### [Babysitterkurs für Jungen und Mädchen](#)

Fr. 28.08.2020

### [Entdeckungstour für Kinder \(5 - 8 Jahre\)](#)

Fr. 28.08.2020

### [Babymassage nach Leboyer](#)

Di. 01.09.2020



## Hinweise zum Newsletter

Bitte klicken Sie in Ihrem E-Mail-Programm NICHT auf "Antworten". Wenn Sie auf diesen Newsletter antworten wollen, verwenden Sie einen der Kontaktlinks in diesem Newsletter.

Sie haben technische Fragen oder Probleme mit der Seite? [Informieren Sie uns!](#)

Um die Bilder und Infografiken unseres Newsletters direkt angezeigt zu bekommen, fügen Sie die Absender-Adresse zu Ihren Kontakten hinzu.

Dieser Newsletter wird im Multipart-Format verschickt. Wenn Sie ihn lieber in reiner Textform lesen wollen,

müssen Sie dafür nur die Anzeige Ihres E-Mail-Programms auf "nur Text" umstellen.

Sie erhalten unseren Newsletter, weil Sie ihn auf unserer Internetseite abonniert haben.

**Wenn Sie den Newsletter nicht mehr erhalten wollen, klicken Sie [hier](#).**

Das Ludgerus-Werk respektiert Ihre Privatsphäre. Bitte lesen Sie unsere online [Datenschutzbestimmungen](#).

Ludgerus-Werk e.V. Lohne  
Mühlenstraße 2  
49393 Lohne (Oldenburg)

Inhaltlich Verantwortliche gemäß § 55 Abs. 2 RStV: Jens Fischer, Werner Becker (Anschrift wie oben)  
Alle Rechte vorbehalten. Jegliche Vervielfältigung oder Weiterverbreitung ist erwünscht.



Redaktion: Freiwald Kommunikation - Büro für Journalismus, PR & Marketing

Web: [freiwald-kommunikation.de](http://freiwald-kommunikation.de)

Facebook: [facebook.com/Freiwald.Kommunikation](https://facebook.com/Freiwald.Kommunikation)