

**Betriebliche
Gesundheitsförderung
für die Mitarbeiter/innen
der Gemeinden**



**Programm
1/2019**

LIEBE KOLLEGINNEN UND KOLLEGEN,

*„Der Mensch muss zu seiner inneren Ruhe
gebildet werden“*

(Johann Heinrich Pestalozzi)

Durch die Kurse in der betrieblichen Gesundheitsförderung möchten wir dazu beitragen, dass Sie zur inneren Ruhe finden, trotz vieler Herausforderungen des Alltags. Gönnen Sie sich eine Auszeit mit Ruhe und Berührung bei den Massagen und im Feldenkrais. Oder poweren Sie sich im Fitnessangebot aus, haben Freude an der Bewegung.

Beginnen Sie den Frühling mit neuer Energie!

JUTTA RODENBURG

(Päd. Mitarbeiterin Gesundheit, vhs),
Telefon 04298 929235,
E-Mail: Jutta.Rodenburg@lilienthal.de

FITNESS

9801 | Helga Wottrich

Fit, flott, fetzig

Sie möchten Ihre Kondition verbessern und die Hauptmuskelgruppen kräftigen und dehnen. Mit einer etwa 40-minütigen Aerobic beginnt das Fitnessprogramm. Danach folgt ein Bodyshaping-Programm, insbesondere für die Bereiche Arme, Brust, Bauch-Beine-Po. Einige Übungen werden mit Handgeräten, z. B. Pezzi-Ball, Hanteln, Physio-Band, Schwingstäbe, Noppenbälle u. a. durchgeführt. Bitte mitbringen: Iso-Matte und rutschfeste saubere Turnschuhe! Kostenfreie Abmeldung bis 10 Tage vor Beginn möglich! Dieses Angebot richtet sich an Bedienstete der Gemeinden Lilienthal, Grasberg, Ritterhude und Worpswede! Für Außenstehende gerne auf Anfrage.

➡ **Mittwoch, 03.04.2019, 16.00 – 18.15 Uhr**
Gebühr: 15,75 €

WORPSWEDE: Feldstr. 24 (Ortschaft Hüttenbusch)





FELDENKRAIS

9805 | Ute Sander

Aufrecht sitzen und trotzdem bequem – ein Widerspruch?

Feldenkrais-Methode

Die gute Nachricht für alle, die viel am PC oder am Schreibtisch sitzen müssen: Freies, aufrechtes Sitzen muss nicht anstrengend sein. Wenn Rücken- und Bauchmuskeln in Balance sind, trägt uns das Skelett mit einem Minimum an Kraftaufwand. Die Bandscheiben werden geschont und die Atmung kann fließen. Zum äußeren kommt das innere Gleichgewicht. Mit der Feldenkrais-Methode erforschen wir mit viel Aufmerksamkeit und wenig Anstrengung das Zusammenspiel unserer Körperteile zueinander. Wir arbeiten auf dem Boden liegend und im Sitzen mit sanften Bewegungen, die jede/r nach ihrem/seinem Maß und aktueller Verfassung gestaltet.

Bitte mitbringen: dickes Badetuch, warme, bequeme Kleidung, dicke Socken und die Bereitschaft, sich auf etwas Neues einzulassen.

Kostenfreie Abmeldung bis 10 Tage vor Beginn möglich!

➔ Montag, 20.05.2019, 15.00 – 18.00 Uhr

Gebühr: 16,00 €

GRASBERG: Rathaus, Speckmannstraße 30

RÜCKENMESSUNG

Rückenmessung MediMouse

Rückenschmerzen sind das Volksleiden Nummer eins. Jetzt gibt es ein neues Rückenmessverfahren ohne Röntgenstrahlen, ohne Beeinträchtigungen: Mit der MediMouse wird die Wirbelsäule von außen völlig schmerzfrei, unkompliziert und zuverlässig vermessen.

Neben dem Befund bekommt man Trainingspläne an die Hand. Das handliche Messgerät wird an der Wirbelsäule entlang nach unten geführt.

Die individuelle Vermessung dauert nur wenige Minuten, ist strahlenfrei und risikolos. Es gibt keine Erkrankung, bei der man die MediMouse nicht einsetzen kann. Das ist besonders wichtig für die regelmäßigen Verlaufskontrollen von Therapien oder von fortschreitenden Wirbelsäulenleiden wie beispielsweise Skoliosen.

Kostenfreie Abmeldung bis 10 Tage vor Beginn möglich!
Dieses Angebot richtet sich an Bedienstete der Gemeinden Lilienthal, Grasberg, Ritterhude und Worpswede!
Für Außenstehende gerne auf Anfrage.

9871 | Maike Pröpping-Böthgen

➔ Dienstag, 22.01.2019, 09.00 – 12.00 Uhr

Gebühr: 33,00 €

LILIENTHAL: Murkens Hof – Raum Seebergen, Klosterstr. 25

9872 | Maike Pröpping-Böthgen

➔ Dienstag, 12.02.2019, 09.00 – 12.00 Uhr

Gebühr: 33,00 €

GRASBERG: Rathaus, Speckmannstraße 30

9873 | Maike Pröpping-Böthgen

➔ Montag, 04.03.2019, 09.00 – 12.00 Uhr

Gebühr: 33,00 €

WORPSWEDE: Rathaus

9874 | Maike Pröpping-Böthgen

➔ Montag, 01.04.2019, 09.00 – 12.00 Uhr

Gebühr: 33,00 €

RITTERHUDE: Rathaus, Raum 25, Riesstr. 40

MASSAGE AM ARBEITSPLATZ

Massage am Arbeitsplatz

Etwa 90% der Rückenschmerzen sind auf Muskelverspannungen zurückzuführen, die durch Haltungsfehler mit Fehlbelastungen der Wirbelsäule zustande kommen. Hier kann regelmäßige Massage schnell und gezielt lindern. Es erwartet Sie eine Einzelbetreuung inkl. Rückenmassage, Entspannungsmusik und bei Bedarf präventiver Rückengymnastik für individuelle Problemzonen. Die klassische und beliebte Rückenmassage dauert 20 Minuten und umfasst Ihren gesamten Rücken, einschließlich Lendenwirbelsäule und Nacken. Sie wird mit hochwertigem Öl ausgeführt. Sie können Ihren Rücken entkleiden und es sich auf der Massage liege in der Bauchlage bequem machen.

Bitte mitbringen: Großes Handtuch.

Kostenfreie Abmeldung bis 10 Tage vor Beginn möglich!

Dieses Angebot richtet sich an Bedienstete der Gemeinden Lilienthal, Grasberg, Ritterhude und Worpswede! Für Außenstehende gerne auf Anfrage.

LILIENTHAL

9810 | Andrea Barth

➔ Donnerstag, 24.01.2019, 08.30 – 13.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €

LILIENTHAL: Murkens Hof – Raum St. Jürgen, Klosterstr. 25

9811 | Doris Thiel

➔ Donnerstag, 14.02.2019, 09.30 – 12.30 Uhr
Gebühr: 18,00 €

LILIENTHAL: Murkens Hof – Schroeter Saal, Klosterstr. 25

9812 | Doris Thiel

➔ Donnerstag, 14.03.2019, 09.30 – 12.30 Uhr
Gebühr: 18,00 €

LILIENTHAL: Murkens Hof – Schroeter Saal, Klosterstr. 25

9813 | Andrea Barth

➔ Donnerstag, 28.03.2019, 16.00 – 18.30 Uhr
Gebühr: 18,00 €

LILIENTHAL: Murkens Hof – Raum Worphausen, Klosterstr. 25

9814 | Doris Thiel

➔ Donnerstag, 04.04.2019, 09.30 – 12.30 Uhr
Gebühr: 18,00 €

LILIENTHAL: Murkens Hof – Schroeter Saal, Klosterstr. 25

9815 | Andrea Barth

➔ Donnerstag, 02.05.2019, 08.30 – 13.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €

LILIENTHAL: Murkens Hof – Schroeter Saal, Klosterstr. 25

9816 | Doris Thiel

➔ Donnerstag, 09.05.2019, 09.30 – 12.30 Uhr
Gebühr: 18,00 €

LILIENTHAL: Murkens Hof – Schroeter Saal, Klosterstr. 25

9817 | Doris Thiel

➔ Donnerstag, 06.06.2019, 09.30 – 12.30 Uhr
Gebühr: 18,00 €

LILIENTHAL: Murkens Hof – Schroeter Saal, Klosterstr. 25

9818 | Doris Thiel

➔ Donnerstag, 27.06.2019, 09.30 – 12.30 Uhr
Gebühr: 18,00 €

LILIENTHAL: Murkens Hof – Schroeter Saal, Klosterstr. 25

Kindergarten

9821 | Andrea Barth

➔ Dienstag, 22.01.2019, 14.00 – 18.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €

LILIENTHAL: Kindergarten Trupermoor, Trupermoorer Landstr. 17

9822 | Doris Thiel

➔ Dienstag, 05.03.2019, 13.00 – 17.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €

LILIENTHAL: Kindergarten Trupermoor, Trupermoorer Landstr. 17

9823 | Andrea Barth

➔ Dienstag, 30.04.2019, 14.00 – 18.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €

LILIENTHAL: Kindergarten Trupermoor, Trupermoorer Landstr. 17

9824 | Doris Thiel

➔ Dienstag, 14.05.2019, 13.00 – 17.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €

LILIENTHAL: Kindergarten Trupermoor, Trupermoorer Landstr. 17

9825 | Andrea Barth

➔ Dienstag, 28.05.2019, 14.30 – 18.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €
LILIENTHAL: Kindergarten Trupermoor, Trupermoorer Landstr. 17

9826 | Andrea Barth

➔ Montag, 21.01.2019, 13.00 – 18.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €
LILIENTHAL: Kindergarten Wiesenbuttjer, Würden 17

9827 | Andrea Barth

➔ Montag, 25.02.2019, 15.00 – 18.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €
LILIENTHAL: Kindergarten Wiesenbuttjer, Würden 17

9828 | Doris Thiel

➔ Dienstag, 26.03.2019, 14.00 – 17.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €
LILIENTHAL: Kindergarten Wiesenbuttjer, Würden 17

9829 | Andrea Barth

➔ Montag, 15.04.2019, 14.00 – 18.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €
LILIENTHAL: Kindergarten Wiesenbuttjer, Würden 17

9830 | Andrea Barth

➔ Montag, 29.04.2019, 14.00 – 18.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €
LILIENTHAL: Kindergarten Wiesenbuttjer, Würden 17

9831 | Andrea Barth

➔ Montag, 27.05.2019, 13.30 – 18.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €
LILIENTHAL: Kindergarten Wiesenbuttjer, Würden 17

9832 | Doris Thiel

➔ Dienstag, 28.05.2019, 14.00 – 17.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €
LILIENTHAL: Kindergarten Wiesenbuttjer, Würden 17

9833 | Andrea Barth

➔ Mittwoch, 23.01.2019, 14.30 – 18.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €
LILIENTHAL: Kindergarten Frankenburg, Hinter dem Berg 8

9834 | Andrea Barth

➔ Mittwoch, 10.04.2019, 16.00 – 18.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €
LILIENTHAL: Kindergarten Frankenburg, Hinter dem Berg 8

9835 | Andrea Barth

➔ Mittwoch, 29.05.2019, 15.00 – 18.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €
LILIENTHAL: Kindergarten Frankenburg, Hinter dem Berg 8

GRASBERG

9836 | Andrea Barth

➔ Donnerstag, 24.01.2019, 14.30 – 18.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €
GRASBERG: Rathaus, Speckmannstraße 30

9837 | Andrea Barth

➔ Montag, 15.04.2019, 08.30 – 13.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €
GRASBERG: Rathaus, Speckmannstraße 30

9838 | Doris Thiel

➔ Mittwoch, 24.04.2019, 09.30 – 12.30 Uhr
Gebühr: 18,00 €
GRASBERG: Rathaus, Speckmannstraße 30

9839 | Andrea Barth

➔ Freitag, 03.05.2019, 08.30 – 13.00 Uhr
Gebühr: 18,00 €
GRASBERG: Rathaus, Speckmannstraße 30

9840 | Andrea Barth

➔ Dienstag, 14.05.2019, 08.30 – 12.30 Uhr
Gebühr: 18,00 €
GRASBERG: Rathaus, Speckmannstraße 30

9841 | Doris Thiel

➔ Mittwoch, 12.06.2019, 09.30 – 12.30 Uhr
Gebühr: 18,00 €
GRASBERG: Rathaus, Speckmannstraße 30

Kindergarten

9842 | Andrea Barth

➔ Dienstag, 22.01.2019, 08.30 – 13.00 Uhr

Gebühr: 18,00 €

GRASBERG: Kindergarten, Speckmannstr. 50

9843 | Andrea Barth

➔ Dienstag, 30.04.2019, 08.30 – 13.00 Uhr

Gebühr: 18,00 €

GRASBERG: Kindergarten, Speckmannstr. 50

WORPSWEDE

9845 | Andrea Barth

➔ Freitag, 25.01.2019, 08.30 – 13.00 Uhr

Gebühr: 18,00 €

WORPSWEDE: Rathaus

9847 | Doris Thiel

➔ Mittwoch, 20.02.2019, 09.30 – 12.30 Uhr

Gebühr: 18,00 €

WORPSWEDE: Rathaus

9848 | Doris Thiel

➔ Mittwoch, 20.03.2019, 09.30 – 12.30 Uhr

Gebühr: 18,00 €

WORPSWEDE: Rathaus

9849 | Andrea Barth

➔ Freitag, 26.04.2019, 08.30 – 13.00 Uhr

Gebühr: 18,00 €

WORPSWEDE: Rathaus

9850 | Andrea Barth

➔ Donnerstag, 02.05.2019, 14.30 – 18.00 Uhr

Gebühr: 18,00 €

WORPSWEDE: Rathaus

9851 | Doris Thiel

➔ Mittwoch, 22.05.2019, 09.30 – 12.30 Uhr

Gebühr: 18,00 €

WORPSWEDE: Rathaus

9852 | Andrea Barth

➔ Freitag, 31.05.2019, 09.00 – 12.00 Uhr

Gebühr: 18,00 €

WORPSWEDE: Rathaus

9856 | Andrea Barth

➔ Donnerstag, 20.06.2019, 15.00 – 18.00 Uhr

Gebühr: 18,00 €

WORPSWEDE: Rathaus

RITTERHUDE

9857 | Andrea Barth

➔ Mittwoch, 23.01.2019, 08.30 – 13.00 Uhr

Gebühr: 18,00 €

RITTERHUDE: Rathaus, Raum 25, Riesstr. 40

9858 | Andrea Barth

➔ Donnerstag, 14.02.2019, 16.00 – 18.30 Uhr

Gebühr: 18,00 €

RITTERHUDE: Rathaus, Raum 25, Riesstr. 40

9859 | Doris Thiel

➔ Mittwoch, 27.02.2019, 09.30 – 12.30 Uhr

Gebühr: 18,00 €

RITTERHUDE: Rathaus, Raum 25, Riesstr. 40

9860 | Andrea Barth

➔ Montag, 29.04.2019, 08.30 – 13.00 Uhr

Gebühr: 18,00 €

RITTERHUDE: Rathaus, Raum 25, Riesstr. 40

9861 | Andrea Barth

➔ Mittwoch, 29.05.2019, 08.30 – 13.00 Uhr

Gebühr: 18,00 €

RITTERHUDE: Rathaus, Raum 25, Riesstr. 40

9855 | Doris Thiel

➔ Mittwoch, 19.06.2019, 09.30 – 12.30 Uhr

Gebühr: 18,00 €

RITTERHUDE: Rathaus, Raum 25, Riesstr. 40

9862 | Doris Thiel

➔ Mittwoch, 03.07.2019, 09.30 – 12.30 Uhr

Gebühr: 18,00 €

RITTERHUDE: Rathaus, Raum 25, Riesstr. 40

MASSAGE AUF DEM MASSAGESTUHL

Durch langes Arbeiten am Schreibtisch oder auch Arbeiten in nach vorn geneigten Körperhaltungen, entstehen häufig schmerzhafte Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich sowie im Bereich der Hals- und Brustwirbelsäule. Eine Massage am Arbeitsplatz soll hier für Entlastung und neue Energie sorgen. Ich bringe zur Massage einen speziellen Massagestuhl mit, auf dem Sie entspannt sitzen können (auch Arme und Kopf werden entspannt abgelegt). Sie erhalten eine intensive Massage, wobei der Schwerpunkt auf dem oberen Rücken liegt.

Diese Art der Büromassage ist sowohl auf Stoff (hier sollten Sie darauf achten, einfache Kleidung, z. B. ein T-Shirt, zu tragen), als auch mit einem Öl direkt auf der Haut möglich. Sie können sich vor Ort entscheiden.

Bringen Sie bitte ein kleines Handtuch mit!

Kostenfreie Abmeldung bis 10 Tage vor Beginn möglich!

Dieses Angebot richtet sich an Bedienstete der Gemeinden Lilienthal, Grasberg, Ritterhude und Worpswede! Für Außenstehende gerne auf Anfrage.

LILIENTHAL

9863 | Anja Schumacher

➔ Freitag, 15.02.2019, 08.30 – 11.30 Uhr

Gebühr: 18,00 €

LILIENTHAL: Murkens Hof – Schroeter Saal, Klosterstr. 25

9864 | Anja Schumacher

➔ Freitag, 10.05.2019, 08.30 – 11.30 Uhr

Gebühr: 18,00 €

LILIENTHAL: Murkens Hof – Schroeter Saal, Klosterstr. 25

GRASBERG

9865 | Anja Schumacher

➔ Donnerstag, 21.02.2019, 08.30 – 11.30 Uhr

Gebühr: 18,00 €

GRASBERG: Rathaus, Speckmannstraße 30

RITTERHUDE

9867 | Anja Schumacher

➔ Donnerstag, 14.02.2019, 08.30 – 11.30 Uhr

Gebühr: 18,00 €

RITTERHUDE: Rathaus, Raum 25, Riesstr. 40

9868 | Anja Schumacher

➔ Donnerstag, 23.05.2019, 08.30 – 11.30 Uhr

Gebühr: 18,00 €

RITTERHUDE: Rathaus, Raum 25, Riesstr. 40

WORPSWEDE

9869 | Anja Schumacher

➔ Donnerstag, 28.02.2019, 08.30 – 11.30 Uhr

Gebühr: 18,00 €

WORPSWEDE: Rathaus

9870 | Anja Schumacher

➔ Donnerstag, 16.05.2019, 08.30 – 11.30 Uhr

Gebühr: 18,00 €

WORPSWEDE: Rathaus

Beachten Sie bitte
auch unser umfangreiches
Bildungsurlaubsangebot
zu verschiedenen Themen
der Gesundheitsförderung!
www.vhs-Lilienthal.de

DATENSCHUTZBESTIMMUNGEN

1. VERANTWORTLICHKEIT FÜR DEN DATENSCHUTZ

Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts ist die Volkshochschule Lilienthal-Grasberg-Ritterhude-Worpswede, in Trägerschaft der Gemeinde Lilienthal, gesetzlich vertreten durch den Bürgermeister Kristian W. Tangermann, Klosterstraße 25, 28865 Lilienthal, 04298-929240, info@vhs-lilienthal.de (nachfolgend „wir“ genannt).

2. KURSANMELDUNG

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsjahr) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z.B. Babykurse, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Ist der Lastschriftmandatbogen abtrennbar, müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. WEITERGABE IHRER DATEN

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter nur weiter, wenn das zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses notwendig ist. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.



4. KONTAKTAUFNAHME

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

5. SPEICHERDAUER UND LÖSCHUNG

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

6. IHRE RECHTE

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten lauten:
datenschutz@lilienthal.de Tel: 04298 929-110

1. HALBJAHR 2019



WICHTIGER HINWEIS:
Sie erhalten keine
Anmeldebestätigung!

Anmeldung zu Kurs Nr.

Kurstitel

- Ich erkenne mit meiner Anmeldung die Teilnahmebedingungen der VHS an.
 - Ich willige ein, dass die Volkshochschule meine Kontaktdaten zum Zwecke der Kursanmeldung und Kommunikation speichert und verarbeitet.
- Die umseitige Datenschutzerklärung habe ich zur Kenntnis genommen.

Name

Vorname

Geburtsjahr

Straße

PLZ, Wohnort

Telefon (tagsüber)

Telefax

E-Mail (wenn vorhanden, bitte unbedingt angeben)

ERTEILUNG EINES SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT Unsere Gläubiger
Identifikationsnummer: DE 08 GEM 000 000 74709

SEPA-Lastschriftmandat für einmalige/wiederkehrende Zahlungen

Ich/wir ermächtige/n die Gemeinde Lilienthal, Zahlungen von meinem/unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise/n ich/wir mein/unser Kreditinstitut an, die von der Gemeinde Lilienthal auf mein/unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Mir/uns ist bekannt, dass ich/wir innerhalb von 8 Wochen – beginnend mit dem Belastungsdatum – die Erstattung des belasteten Betrages verlangen kann/können. Es gelten dabei die mit meinem / unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

* Pflichtfelder

Mandatsreferenz * (Wird von der VHS eingetragen!)

Name, Vorname Teilnehmer/in *

Name, Vorname Kontoinhaber * (wenn abweichend)

Straße, Nr. *

PLZ und Ort *

DE

IBAN *

BIC *

Kreditinstitut *

▶ Ort/Datum

Unterschrift

Wird die Lastschrift nicht eingelöst, gehen die Kosten zu Lasten des Kontoinhabers/der Kontoinhaberin, soweit die Rückbelastung nicht durch die Gemeinde Lilienthal zu vertreten ist. Die Gemeinde Lilienthal ist im Rückbelastungsfall berechtigt, von der Einzugsermächtigung/Lastschrift künftig keinen Gebrauch mehr zu machen.



ANMELDE- & TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Anmeldungen sind in folgender Form möglich:

1. **in der VHS** – Geschäftsstelle Lilienthal Murkens Hof
Klosterstr. 25, 28865 Lilienthal | Telefon 04298 9292-40/41
2. **per Post:** an die Geschäftsstelle
3. **per Fax:** 04298 929-293
04292 819-303 (Kurse in Ritterhude)
4. **per Internet:** www.vhs-lilienthal.de

Eine verbindliche und rechtzeitige Anmeldung vor Kursbeginn ist unbedingt erforderlich! **Eine Bestätigung der Anmeldung erfolgt nicht, gehen Sie bitte am Seminartermin zum Veranstaltungsort.**

Bezahlung

Die Anmeldung verpflichtet zur Zahlung der Seminargebühr, die in der Broschüre Betriebliche Gesundheitsförderung/vhs-Programmheft für jede Veranstaltung gesondert angegeben ist. Sie können durch Bankeinzug oder bar bezahlen (in der VHS Geschäftsstelle Lilienthal).

Abmeldung

Sollten Sie aus irgendeinem Grund an einem Seminar nicht teilnehmen können, muss eine Abmeldung spätestens 10 Tage vor Beginn in der Geschäftsstelle der VHS erfolgen. Eine Abmeldung außerhalb der Fristen verpflichtet zur Zahlung der vollen Teilnahmegebühr. **Das Fernbleiben vom Kurs oder die Abmeldung bei der Kursleitung gelten nicht als verbindliche Abmeldung!**

Seminarausfall

Sollte eine Veranstaltung ausfallen, benachrichtigen wir Sie und erstatten Ihnen bereits eingegangene Zahlungen.

Haftung

Die VHS haftet nicht für Schäden (Unfall, Sachschaden, Diebstahl), die bei den Veranstaltungen entstehen.

Zuschuss des Arbeitgebers

Sie erhalten nach Teilnahme an dem Kurs eine Teilnahmebescheinigung durch die Dozentin der VHS ausgehändigt. Diese reichen Sie bitte in der Personalabteilung Ihrer Gemeinde ein. Sie erhalten die Gebühr bis zu einem Betrag von 50,00 € im Jahr 2019 durch Ihren Arbeitgeber auf Ihr Konto erstattet. Die Gebühr wird für Seminare der Betrieblichen Gesundheitsförderung der Gemeinden und für Kurse der Gesundheitsbildung der vhs Lilienthal-Grasberg-Ritterhude-Worpswede erstattet.

Zeitkonto

Sie können im Jahr 2019 an Kursen der Betrieblichen Gesundheitsförderung teilnehmen, hierfür gewährt Ihnen Ihr Arbeitgeber bis zu 6 Zeitstunden (stempeln Sie die Zeiten im Zeiterfassungssystem bitte als „Pause“), die bei Teilnahme Ihrem Zeitkonto gutgeschrieben werden. Für die Teilnahme an Kursen der vhs – Gesundheitsbildung (vhs-Programmheft) erhalten Sie 10 Zeitstunden gutgeschrieben, lassen Sie sich bitte nach Kursende in der vhs eine Teilnahmebescheinigung ausstellen. Die Teilnahme an den Seminaren erfolgt unter Fortzahlung der Bezüge. Sollten dienstliche Belange gegen die Teilnahme an einem Seminar sprechen, haben diese Vorrang.

Kulturzentrum Murkens Hof, Klosterstraße 25, 28865 Lilienthal
Telefon 04298 9292-40/41, Telefax 04298 9292-93
Internet www.vhs-lilienthal.de, E-Mail vhs@lilienthal.de

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag, Dienstag: 8.00 – 12.30 Uhr, 14.00 – 16.00 Uhr
Donnerstag: 8.00 – 12.30 Uhr, 14.00 – 18.00 Uhr
Freitag: 8.00 – 12.30 Uhr

