

# Nicht nur auf der faulen Haut liegen

Die Volkshochschule in Salzgitter lädt Interessierte ein zu ihrer ersten „Sommerakademie“

**Salzgitter.** Premiere in der Volkshochschule (VHS) der Stadt: Um bis zum Beginn des Herbst- und Wintersemesters nicht nur auf der faulen Haut zu liegen und um die Wartezeit zu überbrücken, gibt es im August eine „Sommerakademie“ für Erwachsene, aber auch für Kinder und Jugendliche. Außerdem sind viele ein- oder zweitägige sowie mehrtägige Kurse geplant rund um Gesundheit, Kulinarisches, Sprachen, Kreativität zum Kennenlernen. Die VHS lädt Interessierte ein auf eine „Entdeckungsreise“.

Kulinarisch? Obstkuchen zur Sommerernte; vegetarisch kochen für Anfängerinnen und Anfänger oder leckere Gerichte mit dem Apfel? Im August star-



Faulenzen macht Spaß, aber Lernen auch: In der Sommerakademie der VHS Salzgitter gibt es viele Angebote. FOTO: PANTHERMEDIA

ten drei Kochkurse, für die es noch freie Plätze gibt.

Sportlich? Dann ist vielleicht der Schnupperkurs „Yoga und

Tanz“ das Thema. Wer unter Schmerzen leidet, kann „durch Yoga leichter mit Schmerzen“ leben kennenlernen, so der Titel des Programm. Mit Yoga den Atem spüren oder Lach-Yoga sind weitere Angebote im Sommer.

Kreativ? Wer lieber kreativ sein möchte, kann sich ebenfalls freuen: ein Aquarell-Malerei mit einem Künstler, die japanische Papierfaltkunst Origami, die Grundlagen der digitalen Fotografie oder ein Nähkurs für Fortgeschrittene sind im August buchbar.

Sprachlich? Wer eine Sprache für Reisen, Beruf oder privat probieren möchte, kann zwischen einigen Angeboten wählen: ob Dänisch kompakt, den Bildungsurlaub in Italienisch, Französisch zum Kennenlernen oder ein Schnupperkurs Afrikaans gehören dazu.

Beruflich? Wer etwas für den Job tun möchte, wird ebenfalls fündig. „10-Fingersystem am PC in 3 Lektionen“ lautet ein Crash-

kurs für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren, es gibt „die genetische Persönlichkeit: Meine Reaktion und die Bedürfnisse des anderen besser verstehen!“ oder den „Internetführerschein mit der Familie“.

Für Jugendliche gibt es ebenfalls tolle Schnupperangebote: Kreuzstich für Kids und Teens, Excel für Abiturienten, Pen and Paper oder kreative Fotografie mit dem Smartphone? Wer mag, kann einfach online in das Heft schauen und den passenden Kurs gleich buchen. Ausführliche Informationen gibt es auf der Internetseite der Volkshochschule über die Adresse <https://www.salzgitter.de/bildung/vhs/VHS.php> sowie im Heft unter „Sommerakademie“.

Eine Anmeldung ist für alle Kurse erforderlich und ausschließlich schriftlich möglich unter anderem per E-Mail an [vhs@stadt.salzgitter.de](mailto:vhs@stadt.salzgitter.de). Wer Fragen hat, kann sich in der VHS melden unter Tel. (05341) 839-3604.

**JETZT ONLINE: NEUE FOLGE, NEUER YOUTUBE-KANAL**

## GESUND GEHÖRT

**EUER VIDEOPODCAST  
RUND UM DAS THEMA GESUNDHEIT**



## ANGST VERSTEHEN UND ÜBERWINDEN

**ARLETT DÜKER & NAIEL ARAFAT**



Jetzt auf unserem  
neuen YouTube-Kanal  
ansehen!

[www.youtube.com/  
@gesundgehoert](http://www.youtube.com/@gesundgehoert)

Mehr Infos:  
[www.paz-online.de/gesundgehoert](http://www.paz-online.de/gesundgehoert)

powered by



ApoStore

Südstadt Apotheke

## Geschichte und Geschichten

Salzgitters Touristinformation bietet am 20. Juli eine Führung durch die Altstadt an



Führen kostümiert durch die Altstadt: Ortsheimatpfleger Holger Rogge und dessen Frau Monika Rogge-Czernek verkörpern historische Persönlichkeiten in Salzgitter. FOTO: TOURIST-INFORMATION SALZGITTER

**Salzgitter.** Das könnte Einheimische, aber auch Gäste interessieren. Salzgitter-Bad blickt als staatlich anerkannter Ort mit Solekurbetrieb auf eine lange Tradition zurück. Viele historische Plätze gibt es zu entdecken, jedes Gebäude erzählt zudem seine eigene Geschichte. Bei einem Bummel durch die von Fachwerk gesäumten Gassen der Altstadt rund um den Marktplatz berichtet Ortsheimatpfleger Holger Rogge über interessante Begebenheiten aus vergangener und heutiger Zeit. Dafür verkörpern seine Frau Monika Rogge-Czernek

und er historische Persönlichkeiten der Stadtgeschichte.

Die in Zusammenarbeit mit der Tourist-Information kostenfrei angebotene Stadtführung dauert etwa zwei Stunden. Treffpunkt ist am Samstag, 20. Juli, um 14 Uhr vor der Vöppstedter Ruine. Das Ziel ist der „Ratskeller“ am Marktplatz. Wegen der besseren Planung wird um Anmeldung bei der Tourist-Information gebeten unter Telefon (05341) 9009940 oder per E-Mail an die Adresse [info@tourismus-salzgitter.de](mailto:info@tourismus-salzgitter.de). Dort sind auch weitere Informationen erhältlich.