DRK-Landesverband
Niedersachsen e. V.

Deutsches Rotes Kreuz

Gesundheitsförderung Bildungsprogramm 2024

DRK-Landesverband Niedersachsen e. V.
Fachbereich III / 2

Gesundheitsprogramm im DRK
Durch die qualifizierte Gesundheitsförderung und Prävention können Gesundheit, Lebensqualität, Mobilität und Leistungsfähigkeit auch im Alter nachhaltig verbessert werden. Die dazugehörigen Gruppenangebote sind etwas für Jeden - sie ermöglichen den Einstieg in die „Bewegung“ zu jeder Zeit und in jedem Alter - und berücksichtigen (altersbedingte) körperliche Handikaps. Ein Baustein für den Alltag, den Anforderungen an die Beweglichkeit gut begegnen zu können.
Im Bereich des DRK-Landesverbandes Niedersachsen sind rund 500 Übungsleitungen in den Gesundheitsprogrammen engagiert vor Ort aktiv, so dass sich wöchentlich im Schnitt 20.000 Menschen in Niedersachsen regelmäßig in ihren Gruppen treffen und aktiv etwas für ihre Gesundheit tun.
Für die Qualifizierung als Übungsleitung bietet der DRK-Landesverband Niedersachsen zahlreiche Lehrgänge in der Aus- und Fortbildung verschiedener Gesundheitsprogramme an.

Werden Sie Übungsleitung
- Wenn Sie sich beim DRK als Übungsleitung engagieren möchten: Wenden Sie sich bitte an Ihren DRK-Kreisverband oder DRK-Ortsverein.
- Sind Sie in einer Einrichtung der Altenpflege tätig oder möchten Sie als Übungsleitung dort Aktivitäten anbieten: Wenden Sie sich bitte an die jeweilige Einrichtung oder den jeweiligen Dienst der Altenpflege.
- Sollten Sie privat - ohne Anbindung an das DRK - teilnehmen wollen: Auch das ist möglich, sofern wir Ihnen einen freien Platz im Lehrgang zur Verfügung stellen können.

Lehrgangsorte
Bitte achten Sie auf die Angaben zum Lehrgangsort in der jeweiligen Lehrgangsausschreibung!

Fortbildungsangebote in der Gymnastik
Seit 2022 bieten wir die Fortbildungslehrgänge in der Gymnastik an verschiedenen Orten mit einer unterschiedlichen Anzahl von Unterrichtseinheiten an. Sie können selbst entscheiden wie Sie Ihre Fortbildungseinheiten für die DRK-Lehrscheinverlängerung zusammenstellen: insgesamt sind 32 Unterrichtseinheiten innerhalb von drei Jahren zu absolvieren.

Anerkennung als Bildungsurlaub
Bitte beachten Sie: Nicht alle Lehrgänge haben die Anerkennung als Bildungsurlaub nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz. Das hängt mit der unterschiedlichen Länge der Lehrgänge zusammen.

Anmeldungen
Bitte verwenden Sie für Ihre Anmeldungen unser Informations- und Anmeldeportal (Online), bei technischen Problemen wenden Sie sich gerne an uns:
https://www.drklvnds.de/start/seminare/seminare/seminare-und-veranstaltungen/seminare-und-veranstaltungen/abteilung-iii/

Gesundheitsförderung

Ihre Fragen
beantworten wir Ihnen gern

- Ilona Voltmer: 0511/28000-326, ilona.voltmer@drklvnds.de
- Ingo Kuhtz: 0511/28000-311, seminare@drklvnds.de

Gesundheitsförderung

Inhaltsübersicht

Gymnastik

Gymnastik Ausbildung

22.01.-26.01.2024 Gymnastik Aufbaulehrgang (2023-2024). 4
22.04.-26.04.2024 Gymnastik Abschlusslehrgang (2023-2024)…… 5
11.11.-15.11.2024 Gymnastik Grundlehrgang (Ausbildung 2024-2025)…… 6

Gymnastik Fortbildung

23.02.-25.02.2024 Wochenendveranstaltung in Wolfenbüttel (16 UE):
Thema: Stundenbilder zu verschiedenen Themen…… 7
19.07.2024 Tagesveranstaltung in Hannover (8 UE): Thema: Bewegte Anatomie… 8
27.07.2024 Tagesveranstaltung in Lüneburg (8 UE):
Thema: Gymnastik mit Yoga- und Pilates-Elementen**……**..... 9
26.09.-29.09.2024 Kompaktseminar in Springe: Bewegte Anatomie (32 UE)……10

Gedächtnistraining

Gedächtnistraining Fortbildung

11.10. + 12.10.2024 Thema „Erzählen Sie mal…“..... 11

Seminar für die Arbeit mit Senioren

Seniorennachmittage attraktiv gestalten

18.10.2024 Teil 3 13

Yoga

Yoga Ausbildung

27.05.-31.05.2024 Ausbildung Teil I..... 14
25.11.-29.11.2024 Ausbildung Teil II…… 15

Yoga Fortbildung

26.04.-28.04.2024 (16 UE)
Thema: „Yoga im Flow: Bewegungsabläufe“ (16 UE)..... 16
27.09.-29.09.2024 (16 UE)
Thema: „Meditation und Entspannung: Zur Klarheit und Ruhe finden“..... 17
13.12.-15.12.2024 (16 UE)
Thema: „Yin Yoga - eine Reise zur tiefen Entspannung und Regeneration“..... 18

Tanzen

Tanzen-Fortbildung

06.12.-08.12.2024 Tanzen querbeet…… 19

Informations- und Anmeldeportal:
https://www.drklvnds.de/start/seminare/seminare/seminare-und-veranstaltungen/seminare-und-veranstaltungen/abteilung-iii/

Gesundheitsförderung

Titel:	**Gymnastik Aufbaulehrgang (Ausbildung 2023-2024)**
Datum:	**22.01. - 26.01.2024**
Beschreibung:	Gymnastik ist mehr als „nur“ körperliche Bewegung. Sie stärkt die Ausdauer und Koordination, unterstützt die Balance und Sturzprävention. Die Gymnastik trainiert für viele alltägliche Bewegungsabläufe und bringt die „Seele auf Trab“. Der Aufbaulehrgang baut auf den Lehrinhalten des Grundlehrgangs auf und ist der mittlere Teil in der 3-stufigen Ausbildung zur Übungsleitung für Gymnastik. Jeder Lehrgang umfasst jeweils 40 Unterrichtseinheiten. Die Ausbildung endet im Abschlusslehrgang (2024) mit einer praktischen und theoretischen Lehrprobe.
Zielgruppe:	Der Lehrgang richtet sich an alle interessierten haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitenden, die ein Gruppenangebot Gymnastik leiten möchten und bereits den Gymnastik-Grundlehrgang besucht haben.
Voraussetzungen:	Spaß an Bewegung und an der Arbeit mit Gruppen. Bis zum Abschlusslehrgang: Erste Hilfe Nachweis (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
Referentin:	Irene Buttler, DRK Lehrbeauftragte für Gymnastik und Wassergymnastik, Sport- und Gymnastiklehrerin
Kosten:	200,00 € incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahlende und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 380,00 € Teilnahmebeitrag incl. MwSt. Unterkunft und Verpflegung sind im Teilnahmebeitrag enthalten. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
Lehrgangsbeginn:	Anreise am 22.01.2024 bis 12.00 Uhr
Lehrgangsende:	Abreise am 26.01.2024 ca. 14.00 Uhr
Lehrgangsort:	**Heimvolkshochschule Springe** **Kurt-Schumacher-Str. 5, 31832 Springe**
Kontakt:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer/ Ingo Kuhtz Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de oder seminare@drklvnds.de Telefon: 0511 28000 Durchwahl -326 oder Durchwahl -311
Anmeldung:	Online (s. u.) bis spätestens vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Informations- und Anmeldeportal:
https://www.drklvnds.de/start/seminare/seminare/seminare-und-veranstaltungen/seminare-und-veranstaltungen/abteilung-iii/

Gesundheitsförderung

Titel:	**Gymnastik Abschlusslehrgang (Ausbildung 2023-2024)**
Datum:	**22.04. - 26.04.2024**
Beschreibung:	Gymnastik ist mehr als „nur“ körperliche Bewegung. Sie stärkt die Ausdauer und Koordination, unterstützt die Balance und Sturzprävention. Die Gymnastik trainiert für viele alltägliche Bewegungsabläufe und bringt die „Seele auf Trab“. In diesem letzten Teil der dreistufigen Ausbildung zur Übungsleitung in der Gymnastik ist eine praktische und theoretische Lehrprobe enthalten.
Zielgruppe:	Der Lehrgang richtet sich an alle interessierten haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitenden, die ein Gruppenangebot Gymnastik leiten möchten und bereits die Gymnastik-Lehrgänge Grund- und Aufbaulehrgang absolviert haben.
Voraussetzungen:	Spaß an Bewegung und an der Arbeit mit Gruppen. Bis zum Abschlusslehrgang: Erste Hilfe Nachweis (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
Referentin:	Irene Buttler, DRK Lehrbeauftragte für Gymnastik und Wassergymnastik, Sport- und Gymnastiklehrerin
Kosten:	200,00 € incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahlende und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 380,00 € Teilnahmebeitrag incl. MwSt. Unterkunft und Verpflegung sind im Teilnahmebeitrag enthalten. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
Lehrgangsbeginn:	Anreise am 22.04.2024 bis 12.00 Uhr
Lehrgangsende:	Abreise am 26.04.2024 ca. 14.00 Uhr
Lehrgangsort:	**Lutherheim Springe,** **Jägerallee 38, 31832 Springe**
Kontakt:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer/ Ingo Kuhtz Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de oder seminare@drklvnds.de Telefon: 0511 28000 Durchwahl -326 oder Durchwahl -311
Anmeldung:	Online (s. u.) bis spätestens vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Informations- und Anmeldeportal:
https://www.drklvnds.de/start/seminare/seminare/seminare-und-veranstaltungen/seminare-und-veranstaltungen/abteilung-iii/

Gesundheitsförderung

Titel:	**Gymnastik Grundlehrgang (Ausbildung 2024-2025)**
Datum:	**11.11. - 15.11.2024**
Beschreibung:	Start einer neuen Ausbildung. Gymnastik ist mehr als „nur“ körperliche Bewegung. Sie stärkt die Ausdauer und Koordination, unterstützt die Balance und Sturzprävention. Die Gymnastik trainiert für viele alltägliche Bewegungsabläufe und bringt die „Seele auf Trab“. Die Ausbildung umfasst drei Teile und geht 2025 weiter. Im letzten Teil der dreistufigen Ausbildung zur Übungsleitung in der Gymnastik ist eine praktische und theoretische Lehrprobe enthalten.
Zielgruppe:	Der Lehrgang richtet sich an alle interessierten haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitenden, die ein Gruppenangebot Gymnastik leiten möchten.
Voraussetzungen:	Spaß an Bewegung und an der Arbeit mit Gruppen. Bis zum Abschlusslehrgang: Erste Hilfe Nachweis (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
Referentin:	Irene Buttler, DRK Lehrbeauftragte für Gymnastik und Wassergymnastik, Sport- und Gymnastiklehrerin
Kosten:	200,00 € incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahlende und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 380,00 € Teilnahmebeitrag incl. MwSt. Unterkunft und Verpflegung sind im Teilnahmebeitrag enthalten. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
Lehrgangsbeginn:	Anreise am 11.11.2024 bis 12.00 Uhr
Lehrgangsende:	Abreise am 16.11.2024 ca. 14.00 Uhr
Lehrgangsort:	**Lutherheim Springe,** **Jägerallee 38, 31832 Springe**
Kontakt:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer/ Ingo Kuhtz Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de oder seminare@drklvnds.de Telefon: 0511 28000 Durchwahl -326 oder Durchwahl -311
Anmeldung:	Online (s. u.) bis spätestens vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Informations- und Anmeldeportal:
https://www.drklvnds.de/start/seminare/seminare/seminare-und-veranstaltungen/seminare-und-veranstaltungen/abteilung-iii/

Gesundheitsförderung

Titel:	**Gymnastik Fortbildung am Wochenende in Wolfenbüttel** **(Ein Wochenendlehrgang mit insgesamt 16 Unterrichtseinheiten)**
Datum:	**23.02.-25.02.2024**
Beschreibung:	**Thema: Stundenbilder zu verschiedenen Themen** Die Fortbildung greift aktuelle Themen und Entwicklungen in der Gymnastik auf. Bei dieser Fortbildung handelt es um eine Wochenendveranstaltung mit insgesamt 16 Unterrichtseinheiten. Da für die DRK-Lehrschein- oder Zertifikatsverlängerung insgesamt 32 Unterrichtseinheiten Fortbildung innerhalb von drei Jahren notwendig sind, können Sie z.B. mit dem Besuch von zwei Wochenendveranstaltungen oder vier Tagesveranstaltungen die Unterrichtseinheiten sozusagen „sammeln“.
Zielgruppe:	Haupt- und ehrenamtliche Mitarbeitende, die als Gymnastik-Übungsleitung tätig sind. Interessenten und Interessentinnen, die den Lehrgang als „Schnupperangebot“ für die Ausbildung in der Gymnastik nutzen möchten: bitte anfragen!
Voraussetzungen:	Erste Hilfe Nachweis (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
Referentin:	Irene Buttler, DRK Lehrbeauftragte für Gymnastik und Wassergymnastik, Sport- und Gymnastiklehrerin
Kosten:	130,00 € incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahlende und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 180,00 € Teilnahmebeitrag incl. MwSt. Verpflegung ist im Teilnahmebeitrag enthalten. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt. **Bitte beachten: Keine Unterkunft/ nur jeweils Tagesverpflegung**
Lehrgangsbeginn/ Lehrgangsende:	Start am Freitag um 14.00 Uhr/ am Samstag von 9.00 Uhr bis 17.00 Uhr/ am Sonntag von 9.00 Uhr bis 12.00 Uhr
Lehrgangsort:	**Seminarräume im DRK-Kreisverband Wolfenbüttel, Solferino, Am Exer, 38300 Wolfenbüttel**
Kontakt:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer/ Ingo Kuhtz Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de oder seminare@drklvnds.de Telefon: 0511 28000 Durchwahl -326 oder Durchwahl -311
Anmeldung:	Online (s. u.) bis spätestens vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Informations- und Anmeldeportal:
https://www.drklvnds.de/start/seminare/seminare/seminare-und-veranstaltungen/seminare-und-veranstaltungen/abteilung-iii/

Gesundheitsförderung

Titel:	**Gymnastik Fortbildung als Tagesveranstaltung in Hannover** **(8 Unterrichtseinheiten)**
Datum:	**19.07.2024**
Beschreibung:	**Thema: Bewegte Anatomie** Die Fortbildung greift aktuelle Themen und Entwicklungen in der Gymnastik auf. Bei dieser Fortbildung handelt es um eine Tagesveranstaltung mit insgesamt 8 Unterrichtseinheiten. Da für die DRK-Lehrschein- oder Zertifikatsverlängerung insgesamt 32 Unterrichtseinheiten Fortbildung innerhalb von drei Jahren notwendig sind, können Sie z.B. mit dem Besuch von vier Tagesveranstaltungen oder mit einer Wochenendveranstaltung plus zwei Tagesveranstaltungen die Unterrichtseinheiten sozusagen „sammeln“.
Zielgruppe:	Haupt- und ehrenamtliche Mitarbeitende, die als Gymnastik-Übungsleitung tätig sind. Interessenten und Interessentinnen, die den Lehrgang als „Schnupperangebot“ für die Ausbildung in der Gymnastik nutzen möchten: bitte anfragen!
Voraussetzungen:	Erste Hilfe Nachweis (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
Referentin:	Irene Buttler, DRK Lehrbeauftragte für Gymnastik und Wassergymnastik, Sport- und Gymnastiklehrerin
Kosten:	90,00 € incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahlende und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 130,00 € Teilnahmebeitrag incl. MwSt. Verpflegung ist im Teilnahmebeitrag enthalten. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
Lehrgangsbeginn:	Anreise am Freitag, 19.07.2024 bis 10.00 Uhr
Lehrgangsende:	Abreise am Freitag, 19.07.2024 ca. 17.00 Uhr
Lehrgangsort:	**Veranstaltungsraum im Seminar- und Trainingszentrum des DRK-Landesverbandes Niedersachsen** **Buchholzer Str. 76 (Anfahrt über Straße „Am Nordfeld“), 30629 Hannover-Misburg**
Kontakt:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer/ Ingo Kuhtz Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de oder seminare@drklvnds.de Telefon: 0511 28000 Durchwahl -326 oder Durchwahl -311
Anmeldung:	Online (s. u.) bis spätestens vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Informations- und Anmeldeportal:
https://www.drklvnds.de/start/seminare/seminare/seminare-und-veranstaltungen/seminare-und-veranstaltungen/abteilung-iii/

Gesundheitsförderung

Titel:	**Gymnastik Fortbildung als Tagesveranstaltung in Lüneburg** **(8 Unterrichtseinheiten)**
Datum:	**27.07.2024**
Beschreibung:	**Thema: Gymnastik mit Yoga- und Pilates-Elementen** Die Fortbildung greift aktuelle Themen und Entwicklungen in der Gymnastik auf. Bei dieser Fortbildung handelt es um eine Tagesveranstaltung mit insgesamt 8 Unterrichtseinheiten. Da für die DRK-Lehrschein- oder Zertifikatsverlängerung insgesamt 32 Unterrichtseinheiten Fortbildung innerhalb von drei Jahren notwendig sind, können Sie z.B. mit dem Besuch von vier Tagesveranstaltungen oder einer Wochenend- und zwei Tagesveranstaltungen die Unterrichtseinheiten sozusagen „sammeln“.
Zielgruppe:	Haupt- und ehrenamtliche Mitarbeitende, die als Gymnastik-Übungsleitung tätig sind. Interessenten und Interessentinnen, die den Lehrgang als „Schnupperangebot“ für die Ausbildung in der Gymnastik nutzen möchten: bitte anfragen!
Voraussetzungen:	Erste Hilfe Nachweis (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
Referentin:	Irene Buttler, DRK Lehrbeauftragte für Gymnastik und Wassergymnastik, Sport- und Gymnastiklehrerin
Kosten:	90,00 € incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahlende und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 130,00 € Teilnahmebeitrag incl. MwSt. Verpflegung ist im Teilnahmebeitrag enthalten. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
Lehrgangsbeginn:	Anreise am Samstag, 27.07.2024 bis 10.00 Uhr
Lehrgangsende:	Abreise am Samstag, 27.07.2024 ca. 17.00 Uhr
Lehrgangsort:	Lüneburg – in den Räumen des DRK-Kreisverbandes Lüneburg
Kontakt:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer/ Ingo Kuhtz Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de oder seminare@drklvnds.de Telefon: 0511 28000 Durchwahl -326 oder Durchwahl -311
Anmeldung:	Online (s. u.) bis spätestens vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Informations- und Anmeldeportal:
https://www.drklvnds.de/start/seminare/seminare/seminare-und-veranstaltungen/seminare-und-veranstaltungen/abteilung-iii/

Gesundheitsförderung

Titel:	**Gymnastik Fortbildung** **(Kompaktlehrgang mit insgesamt 32 Unterrichtseinheiten)**
Datum:	**26.09.-29.09.2024**
Beschreibung:	**Thema: Bewegte Anatomie** Diese Fortbildung bietet für eine Verlängerung des DRK-Lehrscheins/ Zertifikats die volle Anzahl von Unterrichtseinheiten an einem Wochenende
Zielgruppe:	Haupt- und ehrenamtliche Mitarbeitende, die als Gymnastik-Übungsleitung tätig sind. Interessenten und Interessentinnen, die den Lehrgang als „Schnupperangebot“ für die Ausbildung in der Gymnastik nutzen möchten: bitte anfragen!
Voraussetzungen:	Erste Hilfe Nachweis (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
Referentin:	Irene Buttler, DRK Lehrbeauftragte für Gymnastik und Wassergymnastik, Sport- und Gymnastiklehrerin
Kosten:	210,00 € incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahlende und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 300,00 € Teilnahmebeitrag incl. MwSt. Unterkunft und Verpflegung sind im Teilnahmebeitrag enthalten. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
Lehrgangsbeginn:	Anreise am Donnerstag, 26.09.2024 bis 12.00 Uhr
Lehrgangsende:	Abreise am Sonntag, 29.09.2024 ca. 14.00 Uhr
Lehrgangsort:	**Heimvolkshochschule Springe.** **Kurt-Schumacher-Str. 5, 31832 Springe**
Kontakt:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer/ Ingo Kuhtz Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de oder seminare@drklvnds.de Telefon: 0511 28000 Durchwahl -326 oder Durchwahl -311
Anmeldung:	Online (s. u.) bis spätestens vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Informations- und Anmeldeportal:
https://www.drklvnds.de/start/seminare/seminare/seminare-und-veranstaltungen/seminare-und-veranstaltungen/abteilung-iii/

Gesundheitsförderung

Titel:	**Gedächtnistraining Fortbildung**
Datum:	**11. + 12.10.2024**
Beschreibung:	**Thema: Erzählen Sie mal…** Im ganzheitlichen Gedächtnistraining ist das Entwickeln von Geschichten, die „merk"-würdig sind, von großer Bedeutung; sie sind oft auch witzig oder mit einer Pointe am Schluss. Als Kursleitung bringe ich gern Geschichten oder Gedichte mit, die ich zu Beginn oder zum Ende der Stunde vorlese. In dieser Fortbildung soll es darum gehen, Geschichten „fesselnd" zu erzählen und dabei authentisch zu bleiben. Wie kann ich meine Stimme einsetzen, welche Techniken gibt es, um meinen Worten "Gewicht" zu verleihen? Inhalte der Fortbildung: • Textauswahl • Wie lese ich einen Text gut vor? • Welche Texte sind für den Start einer Stunde, welche für das Ende geeignet? • Übungseinheiten: Wie erzähle ich eine Geschichte? • Wie ermutige ich meine Teilnehmenden, eigene Geschichten zu erzählen? • Übungen im Gedächtnistraining, die aus Erzählsituationen entstehen. • Auflockerungsübungen für die Stimme • Bewegungsübungen
Zielgruppe:	Bereits tätige Gedächtnistrainer_innen. Mit dieser Fortbildung (12 UE) kann auch das BVGT-Zertifikat verlängert werden. Interessenten und Interessentinnen, die den Lehrgang als „Schnupperangebot" für die Ausbildung im Gedächtnistraining nutzen möchten: bitte anfragen!
Voraussetzungen:	DRK-Gedächtnistrainer_innen: Bitte gültigen Erste Hilfe Nachweis mitbringen (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
Referentin:	Margaretha Hunfeld Ausbilderin des Bundesverbandes Gedächtnistraining (BVGT), IHK-Trainerin
Kosten:	140,00 € incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahlende und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 280,00 € Teilnahmebeitrag incl. MwSt. Seminarerpflegung ist im Teilnahmebeitrag enthalten. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt. **Bitte beachten Sie: Das Seminarangebot enthält keine Unterbringung sowie keine Verpflegung außerhalb der Seminarzeiten - wir geben Ihnen gern Hoteltipps.**
Lehrgangsbeginn:	Anreise am Freitag, 11.10.2024: Seminarzeit von 9.45 Uhr -17.00 Uhr
Lehrgangsende:	Abreise am Samstag, 12.10.2024: Seminarzeit von 10 Uhr - 15.30 Uhr
Lehrgangsort:	**Veranstaltungsraum im Seminar- und Trainingszentrum des DRK-Landesverbandes Niedersachsen** **Buchholzer Str. 76 (Anfahrt über Straße „Am Nordfeld"), 30629 Hannover-Misburg**

Informations- und Anmeldeportal:
https://www.drklvnds.de/start/seminare/seminare/seminare-und-veranstaltungen/seminare-und-veranstaltungen/abteilung-iii/

Gesundheitsförderung

Kontakt:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer/ Ingo Kuhtz Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de oder seminare@drklvnds.de Telefon: 0511 28000 Durchwahl -326 oder Durchwahl -311
Anmeldung:	Online (s. u.) bis spätestens zwei Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Informations- und Anmeldeportal:
https://www.drklvnds.de/start/seminare/seminare/seminare-und-veranstaltungen/seminare-und-veranstaltungen/abteilung-iii/

Gesundheitsförderung

Titel:	**Seniorennachmittage attraktiver gestalten (3)** **(8 Unterrichtseinheiten)**
Datum:	**18.10.2024**
Beschreibung:	Wie gestalte ich Seniorennachmittage attraktiver, wenn mehr als Kaffee und Kuchen auf dem Programm stehen sollen? Auch, wenn Sie bereits in den Vorjahren schon am Teil 1 oder Teil 2 teilgenommen haben, finden Sie hier wieder ebenfalls viele neue Anregungen. Dieses Tagesseminar lädt Sie u.a. dazu ein, für Ihre Aktivitäten weitere interessante Anregungen mitzunehmen. Die in diesem Tagesseminar angebotenen Übungen eignen sich für Seniorennachmittage sowohl in der „kleinen Runde“ mit bis zu 20 Teilnehmern als auch für Seniorennachmittage in größeren Gruppen. Sie erhalten umfangreiches Material, mit dem Sie sofort starten können.
Zielgruppe:	Hauptamtliche und ehrenamtliche Mitarbeitende im Bereich der Seniorenarbeit (Seniorenheime, Tagesstätten, Seniorenbegegnungsstätten) sowie Aktive in Ortsvereinen.
Voraussetzungen:	Spaß an der Arbeit mit Gruppen
Referentin:	Margaretha Hunfeld Ausbilderin des Bundesverbandes Gedächtnistraining (BVGT), IHK-Trainerin
Kosten:	90,00 € incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahlende und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 120,00 € Teilnahmebeitrag incl. MwSt. Verpflegung ist im Teilnahmebeitrag enthalten. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
Lehrgangsbeginn:	Anreise am Freitag, 18.10.2024, bis 9.30 Uhr und Seminarbeginn um 10.00 Uhr
Lehrgangsende:	Abreise ca. 17.00 Uhr
Lehrgangsort:	**DRK-Seminar- und Tagungszentrum** **Buchholzer Straße 76/ Anfahrt über Am Nordfeld** **30629 Hannover-Misburg**
Kontakt:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer/ Ingo Kuhtz Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de oder seminare@drklvnds.de Telefon: 0511 28000 Durchwahl -326 oder Durchwahl -311
Anmeldung:	Online (s. u.) bis spätestens zwei Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Informations- und Anmeldeportal:
https://www.drklvnds.de/start/seminare/seminare/seminare-und-veranstaltungen/seminare-und-veranstaltungen/abteilung-iii/

Gesundheitsförderung

Titel:	**Yoga Ausbildung Teil 1** **Beginn einer vierteiligen Ausbildung (2024-2025)**
Datum:	**27.05.-31.05.2024**
Beschreibung:	Mit diesem Lehrgang startet eine neue Ausbildung zum DRK-Yoga-Lehrer oder zur Yoga-Lehrerin. Der Lehrgang erstreckt sich über ca. zwei Jahre und umfasst vier Ausbildungsabschnitte. Die Ausbildung zum Yoga-Lehrer/Yoga-Lehrerin ist eine vertiefte Einführung in die Köper-, Atem- und Entspannungstechniken des Hatha-Yoga. Es wird die Befähigung zur Leitung von Yogakursen nach dem DRK-Yoga-Stufenmodell vermittelt, einer schonenden Yoga-Form, die sich auch für ältere Menschen und Teilnehmende mit Einschränkungen eignet.
Zielgruppe:	Interessentinnen und Interessenten, die zukünftig Yogakurse leiten möchten.
Voraussetzungen:	Bis zum Abschluss der Yoga-Ausbildung: Erste Hilfe Nachweis (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
Referentin:	Dr. Melanie Thielking, DRK-Lehrbeauftragte Yoga
Kosten:	250,00 € incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahlende und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 500,00 € Teilnahmebeitrag incl. MwSt. Unterkunft und Verpflegung sind im Teilnahmebeitrag enthalten. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
Lehrgangsbeginn:	Anreise am Montag, 27.05.2024, bis 12.00 Uhr zum gemeinsamen Mittagessen
Lehrgangsende:	Abreise am Freitag, 31.05.2024, um ca. 14.00 Uhr
Lehrgangsort:	**Heimvolkshochschule Springe, Kurt-Schumacher-Str. 5, 31832 Springe**
Anmeldung an:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer/ Ingo Kuhtz Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de oder seminare@drklvnds.de Telefon: 0511 28000 Durchwahl -326 oder Durchwahl -311
Anmeldung bis:	Online (s. u.) bis spätestens vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Informations- und Anmeldeportal:
https://www.drklvnds.de/start/seminare/seminare/seminare-und-veranstaltungen/seminare-und-veranstaltungen/abteilung-iii/

Gesundheitsförderung

Titel:	**Yoga Ausbildung Teil 2**
Datum:	**25.11.-29.11.2024**
Beschreibung:	Dieser Lehrgang baut auf dem Lehrgangsstart Teil I auf. Die Ausbildung zum/zur Yoga-Lehrer/in ist eine vertiefte Einführung in die Körper-, Atem- und Entspannungstechniken des Hatha-Yoga. Es wird die Befähigung zur Leitung von Yogakursen nach dem DRK-Yoga-Stufenmodell vermittelt, einer schonende Yoga-Form, die sich auch für ältere Menschen und Teilnehmer mit Einschränkungen eignet.
Zielgruppe:	Interessentinnen und Interessenten, die zukünftig Yogakurse leiten möchten.
Voraussetzungen:	Yoga Teil 1 sollte bereits absolviert sein. Bis zum Abschluss der Yoga-Ausbildung: Erste Hilfe Nachweis (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
Referentin:	Dr. Melanie Thielking, DRK-Lehrbeauftragte für Yoga
Kosten:	250,00 € incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahlende und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 500,00 € Teilnahmebeitrag incl. MwSt. Unterkunft und Verpflegung sind im Teilnahmebeitrag enthalten. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
Lehrgangsbeginn:	Anreise am Montag, 25.11.2024 bis 12.00 Uhr zum gemeinsamen Mittagessen
Lehrgangsende:	Abreise am Freitag, 29.11.2024, um ca. 14.00 Uhr
Lehrgangsort:	**Heimvolkshochschule Springe, Kurt-Schumacher-Str. 5, 31832 Springe**
Kontakt:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer/ Ingo Kuhtz Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de oder seminare@drklvnds.de Telefon: 0511 28000 Durchwahl -326 oder Durchwahl -311
Anmeldung:	Online (s. u.) bis spätestens vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Informations- und Anmeldeportal:
https://www.drklvnds.de/start/seminare/seminare/seminare-und-veranstaltungen/seminare-und-veranstaltungen/abteilung-iii/

Gesundheitsförderung

Titel:	**Yoga Fortbildung** **(16 Unterrichtseinheiten)**
Datum:	**26.04. - 28.04.2024**
Beschreibung:	**Yoga im Flow: Bewegungsabläufe** „Asanas und Flows können Verspannungen, Blockaden oder Aufgestautes aufdecken. Fließender Atem, Achtsamkeit und gleitende Bewegungen sind ein wirksames Ventil, um neue Geschmeidigkeit zu kreieren und belastende Statik aufzugeben“, so Christiane Wolff in ihrem Buch „Yoga im Rhythmus der Jahreszeiten“. Fließende Yogastile wie Vinyasa-Yoga oder TriYoga-Flow spiegeln diese Erkenntnis wider. Aber auch der klassische Hatha-Yoga, der beim DRK unterrichtet wird, kennt eine Fülle von Bewegungsabläufen - allen voran der Sonnengruß. In dieser Fortbildung lernen wir die unterschiedlichsten Bewegungsabläufe kennen, erfahren die Besonderheiten, Möglichkeiten und Grenzen eines fließenden Yogastils und erarbeiten praktisch, wie wir feinfühlig und geschmeidig von einer Position in die nächste gleiten. So entsteht ein ganzes Repertoire an Möglichkeiten, Flows in den Yogaunterricht zu integrieren.
Zielgruppe:	Bereits tätige Yoga-Lehrerinnen und Yoga-Lehrer
Voraussetzungen:	Für die Verlängerung des Lehrscheins/Zertifikats sind 32 Unterrichtseinheiten notwendig. Mit dieser Fortbildung erhalten Sie die 16 UE. Bitte gültigen Erste Hilfe Nachweis mitbringen (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
Referentin:	Dr. Melanie Thielking, DRK-Lehrbeauftragte für Yoga
Kosten:	150,00 € incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahlende und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 270,00 € Teilnahmebeitrag incl. MwSt. Unterkunft und Verpflegung sind im Teilnahmebeitrag enthalten. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
Lehrgangsbeginn:	Anreise am Freitag, 26.04.2024 bis 12.00 Uhr zum gemeinsamen Mittagessen
Lehrgangsende:	Abreise am Sonntag, 28.04.2024, ca. 14.00 Uhr
Lehrgangsort:	**Heimvolkshochschule Springe, Kurt-Schumacher-Str. 5, 31832 Springe**
Kontakt:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer/ Ingo Kuhtz Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de oder seminare@drklvnds.de Telefon: 0511 28000 Durchwahl -326 oder Durchwahl -311
Anmeldung:	Online (s. u.) bis spätestens vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Informations- und Anmeldeportal:
https://www.drklvnds.de/start/seminare/seminare/seminare-und-veranstaltungen/seminare-und-veranstaltungen/abteilung-iii/

Gesundheitsförderung

Titel:	**Yoga Fortbildung** **(16 Unterrichtseinheiten)**
Datum:	**27.09. - 29.09.2024**
Beschreibung:	**Meditation und Entspannung: Zur Klarheit und Ruhe finden** Häufig werden die Begriffe „Meditation“ und „Entspannung“ in einem Atemzug genannt und meinen ganz pauschal das Zur-Ruhe-Kommen von Körper und Geist. Von der Grundidee und Technik her sind sie jedoch komplett verschieden und haben unterschiedliche Plätze in der Yogastunde: Die Meditation steht meistens am Anfang, findet im Sitzen statt und dient der Sammlung, dem Ankommen und der Konzentration - zum Beispiel auf den Fluss des Atems. Die Entspannung hat ihren Platz eher am Ende der Yogastunde, findet oft im Liegen statt und dient nach der geistigen Arbeit und den körperlichen Anstrengungen der Asanas dazu, ganz bewusst alles loszulassen und zu ruhen. In dieser Fortbildung schauen wir uns die Grundlagen und die Unterschiede zwischen der eher aktiven Meditation und der eher passiven Entspannung an, lernen traditionelle und moderne Techniken kennen und probieren sie praktisch aus. Und wir werfen einen Blick auf die moderne Hirnforschung und ihre erstaunlichen Entdeckungen, was die uralten Techniken der Meditation für unsere geistige und körperliche Gesundheit positiv bewirken können.
Zielgruppe:	Bereits tätige Yoga-Lehrerinnen und Yoga-Lehrer
Voraussetzungen:	Für die Verlängerung des Lehrscheins/Zertifikats sind 32 Unterrichtseinheiten notwendig. Mit dieser Fortbildung erhalten Sie die 16 UE. Bitte gültigen Erste Hilfe Nachweis mitbringen (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
Referentin:	Dr. Melanie Thielking, DRK-Lehrbeauftragte für Yoga
Kosten:	150,00 € incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahlende und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 270,00 € Teilnahmebeitrag incl. MwSt. Unterkunft und Verpflegung sind im Teilnahmebeitrag enthalten. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
Lehrgangsbeginn:	Anreise am Freitag, 27.09.2024, bis 12.00 Uhr zum gemeinsamen Mittagessen
Lehrgangsende:	Abreise am Sonntag, 29.09.2024, ca. 14.00 Uhr
Lehrgangsort:	**Heimvolkshochschule Springe, Kurt-Schumacher-Str. 5, 31832 Springe**
Kontakt:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer/ Ingo Kuhtz Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de oder seminare@drklvnds.de Telefon: 0511 28000 Durchwahl -326 oder Durchwahl -311
Anmeldung:	Online (s. u.) bis spätestens vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Informations- und Anmeldeportal:
https://www.drklvnds.de/start/seminare/seminare/seminare-und-veranstaltungen/seminare-und-veranstaltungen/abteilung-iii/

Gesundheitsförderung

Titel:	**Yoga Fortbildung** **(16 Unterrichtseinheiten)**
Datum:	**13.12. - 15.12.2024**
Beschreibung:	**Yin Yoga - eine Reise zur tiefen Entspannung und Regeneration** Diese Fortbildung lädt Sie ein, die entschleunigende Welt des Yin Yoga zu erkunden und die heilende Kraft dieser Yogaform kennenzulernen. Yin Yoga konzentriert sich auf ein längeres Halten der Asanas. Hierbei geht die Dehnung in die tiefen Körperschichten. Verklebte Faszien, die häufig eine Ursache für Schmerzen sowie Unbeweglichkeit in unserem Körper sind, können auf sanfte Art und Weise gelöst werden. Körperliche Verspannungen, Blockaden und Verkürzungen können sich lösen und heilen. 1. Faszienketten und Aufgaben der Faszien 2. Mögliche Wirkungen des Yin Yoga 3. Atmung im Yin Yoga 4. Wie lässt sich das Prana lenken? 5. Entspannungsübungen und Meditationen 6. Yin Yoga zur Stressbewältigung – als wertvolle Fähigkeit 7. Hilfsmittel 8. Üben und kennenlernen der Yin Haltungen 9. Yin-Flows- sie gehen fließend ineinander über und werden mit sanfter Kraftanstrengung ausgeführt 10. .Methodisch didaktische Hinweise
Zielgruppe:	Bereits tätige Yoga-Lehrerinnen und Yoga-Lehrer
Voraussetzungen:	Für die Verlängerung des Lehrscheins/Zertifikats sind 32 Unterrichtseinheiten notwendig. Mit dieser Fortbildung erhalten Sie die 16 UE. Bitte gültigen Erste Hilfe Nachweis mitbringen (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
Referentin:	Cornelia Knösel, DRK-Lehrbeauftragte für Yoga und Achtsamkeitstrainerin
Kosten:	150,00 € incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahlende und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 270,00 € Teilnahmebeitrag incl. MwSt. Unterkunft und Verpflegung sind im Teilnahmebeitrag enthalten. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
Lehrgangsbeginn:	Anreise am Freitag, 13.12.2024, bis 12.00 Uhr zum gemeinsamen Mittagessen
Lehrgangsende:	Abreise am Sonntag, 15.12.2024, ca. 14.00 Uhr
Lehrgangsort:	**Heimvolkshochschule Springe, Kurt-Schumacher-Str. 5, 31832 Springe**
Kontakt:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer/ Ingo Kuhtz Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de oder seminare@drklvnds.de Telefon: 0511 28000 Durchwahl -326 oder Durchwahl -311
Anmeldung:	Online (s. u.) bis spätestens vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Informations- und Anmeldeportal:
https://www.drklvnds.de/start/seminare/seminare/seminare-und-veranstaltungen/seminare-und-veranstaltungen/abteilung-iii/

Gesundheitsförderung

Titel:	**Tanzen Fortbildung** **(16 Unterrichtseinheiten)**
Datum:	**06.12.-08.12.2024**
Beschreibung:	**Tanzen querbeet** Fortbildung zur Verlängerung des DRK-Lehrscheins/Zertifikats.
Zielgruppe:	Bereits tätige Übungsleiterinnen und Übungsleiter im Tanzen
Voraussetzungen:	./.
Referentin:	N.N. und Ilona Voltmer
Kosten:	200,00 € incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahlende und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden der anderer Träger zahlen 380,00 € Teilnahmebeitrag incl. MwSt. Unterkunft und Verpflegung sind im Teilnahmebeitrag enthalten. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
Lehrgangsbeginn:	Anreise am Freitag, 06.12.2024, bis 12.00 Uhr zum gemeinsamen Mittagessen
Lehrgangsende:	Abreise am Sonntag, 08.12.2024, ca. 14.00 Uhr
Lehrgangsort:	**Heimvolkshochschule Springe, Kurt-Schumacher-Str. 5, 31832 Springe**
Kontakt:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer/ Ingo Kuhtz Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de oder seminare@drklvnds.de Telefon: 0511 28000 Durchwahl -326 oder Durchwahl -311
Anmeldung:	Online (s. u.) bis spätestens vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

Information zur Verarbeitung von personenbezogenen Daten
im Seminarmanagement
hier: Teilnehmer

Informationen zum Umgang mit Ihren Daten und Rechten nach Art. 13, 14 und 21 der Europäischen Datenschutz-Grundverordnung (DS-GVO).

Hiermit informieren wir Sie über die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten durch den DRK-Landesverband Niedersachsen e.V. und die Ihnen nach dem Datenschutzrecht zustehenden Rechte.

Für die Datenverarbeitung verantwortliche Stelle und Datenschutzbeauftragter

Verantwortlicher für die Datenverarbeitung ist

DRK-Landesverband Niedersachsen e. V.
Erwinstraße 7
30175 Hannover
Telefon: 0511-28000-0
Fax: 0511-28000-177
E-Mail-Adresse: info@drklvnds.de

Unseren **Datenschutzbeauftragten** (Rudolf Klotzbücher) erreichen Sie unter der o.g. Adresse oder unter: E-Mail-Adresse: datenschutz@drklvnds.de. Die Kontaktdaten sind darüber hinaus im Internet/Intranet unter www.drklvnds.de verfügbar.

Genutzte Datenkategorien und Quelle der Daten

Zu den verarbeiteten Kategorien personenbezogener Daten gehören insbesondere Vorname, Nachname, Funktion im DRK, E-Mail, Telefon, Fax, Anschrift Rechnungsempfänger, Anschrift entsendende Stelle und die bei der Nutzung der IT-Systeme anfallenden Protokolldaten.

Ihre personenbezogenen Daten senden Sie uns im Rahmen Ihrer Anmeldung und der Durchführung des Seminars oder einer Ausbildungsreihe mit einer Folge von bis zu vier Veranstaltungen zu. Daneben können wir Daten von Dritten (z. B. DRK-Kreisverbänden) erhalten haben.

Gesundheitsförderung

Zwecke und Rechtsgrundlage der Datenverarbeitung

Wir verarbeiten Ihre personenbezogenen Daten unter Beachtung der Bestimmungen der EU-Datenschutz-Grundverordnung (DS-GVO) und des Bundesdatenschutzgesetzes (BDSG).

Die Datenverarbeitung dient der Durchführung des Seminarmanagement. Mit der Einreichung Ihrer Teilnehmerdaten willigen Sie in die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten nach Art. 6 Abs. 1 b) DS-GVO ein.

Sollten wir beabsichtigen, Ihre personenbezogenen Daten für einen anderen Zweck zu verarbeiten, werden Sie im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen vorab darüber informiert.

Datenübermittlung

Innerhalb des DRK-Landesverbandes Niedersachsen e. V. erhalten nur die Personen und Stellen (z. B. Finanzbuchhaltung) Ihre personenbezogenen Daten, die diese zur Erfüllung unserer vertraglichen und gesetzlichen Pflichten am Seminarmanagement benötigen.

Zur Erfüllung unserer vertraglichen und gesetzlichen Pflichten bedienen wir uns zum Teil unterschiedlicher Dienstleister. Ihre personenbezogenen Daten werden wir ggf. an den in der Seminarausschreibung genannten Dozenten weiterleiten, soweit dies zur Durchführung des Seminars erforderlich ist.

Betroffenenrechte

Nach der Datenschutz-Grundverordnung stehen Ihnen folgende Rechte zu:

Werden Ihre personenbezogenen Daten verarbeitet, so haben Sie das Recht Auskunft über die zu Ihrer Person gespeicherten Daten zu erhalten (Art. 15 DSGVO).

Sollten unrichtige personenbezogene Daten verarbeitet werden, steht Ihnen ein Recht auf Berichtigung zu (Art. 16 DSGVO).

Liegen die gesetzlichen Voraussetzungen vor, so können Sie die Löschung oder Einschränkung der Verarbeitung verlangen sowie Widerspruch gegen die Verarbeitung einlegen (Art. 17, 18 und 21 DSGVO).

Wenn Sie in die Datenverarbeitung eingewilligt haben oder ein Vertrag zur Datenverarbeitung besteht und die Datenverarbeitung mithilfe automatisierter Verfahren durchgeführt wird, steht Ihnen gegebenenfalls ein Recht auf Datenübertragbarkeit zu (Art. 20 DSGVO).

Gesundheitsförderung

Sollten Sie von Ihren oben genannten Rechten Gebrauch machen, prüft der DRK-Landesverband e. V., ob die gesetzlichen Voraussetzungen hierfür erfüllt sind.

Beschwerderecht

Sie haben die Möglichkeit, sich mit einer Beschwerde an den oben genannten Datenschutzbeauftragten oder an unsere Datenschutzaufsichtsbehörde zu wenden. Unsere Datenschutzaufsichtsbehörde erreichen Sie unter:

Landesbeauftragte für den Datenschutz Niedersachsen
Prinzenstraße 5
30159 Hannover
Telefon 0511-120 4500

Dauer der Speicherung der personenbezogenen Daten

Sind Ihre Daten für die Erfüllung des Seminars oder einer Ausbildungsreihe mit einer Folge von bis zu vier Veranstaltungen oder gesetzlichen Pflichten nicht mehr erforderlich, werden wir diese umgehend löschen, es sei denn, ihre befristete Weiterverarbeitung ist zu folgenden Zwecken erforderlich:

- Erfüllung handels- und steuerrechtlichen Aufbewahrungsfristen. Zu nennen sind das Handelsgesetzbuch und die Abgabenordnung. Die dort vorgegebenen Fristen zur Aufbewahrung bzw. Dokumentation betragen bis zu zehn Jahre.
- Erhaltung von Beweismitteln im Rahmen der Verjährungsvorschriften. Nach den §§ 195 ff. des Bürgerlichen Gesetzbuches (BGB) können diese Verjährungsfristen bis zu 30 Jahren betragen, wobei die regelmäßige Verjährungsfrist drei Jahre beträgt.

Widerrufsrecht bei Einwilligung

Wenn Sie in die Verarbeitung durch den DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. durch eine entsprechende Erklärung eingewilligt haben, können Sie die Einwilligung jederzeit für die Zukunft widerrufen. Die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Datenverarbeitung wird durch diesen nicht berührt. In diesem Fall endet für uns die weitere die Nutzung Ihrer Daten für unser Seminarmanagement.

Pflicht zur Bereitstellung der Daten

Um an Seminaren teilzunehmen sind Sie verpflichtet, Ihre Daten anzugeben. Ihre Daten benötigen wir für die administrative Durchführung unseres Seminarmanagement. Wenn Sie die erforderlichen Daten nicht angeben, kann Ihre Anmeldung nicht berücksichtigt werden.