

KURSE | JAN 20
FRÜHJAHR | MAI 20
BILLSTEDT/KALTENBERGEN

AKTIVE ÄLTERE IN BILLSTEDT

#WIEDERWASGELEHRT

HAMBURGER

VOLKSHOCHSCHULE



Hamburg

Herzlich willkommen bei den „Aktiven Älteren in Billstedt“!

Im VHS-Haus Billstedt und im Waschhaus Kaltenbergen bieten wir Ihnen interessante Themen und Aktivitäten an:

- Den offenen Computer-Treff
- Informationsveranstaltungen, diesmal schwerpunktmäßig in Zusammenarbeit mit der Stadtreinigung
- Selbstorganisierte Gruppen (Kino, Ausflüge, ...)
- und auch „normale“ Kurse.

Stöbern Sie in unserem kleinen Programmheft!

Ihr Team „Aktive Ältere“ in Billstedt

Anmeldung, Information und Beratung

Agnes Börger
040 - 427312082
a.boerger@vhs-hamburg.de

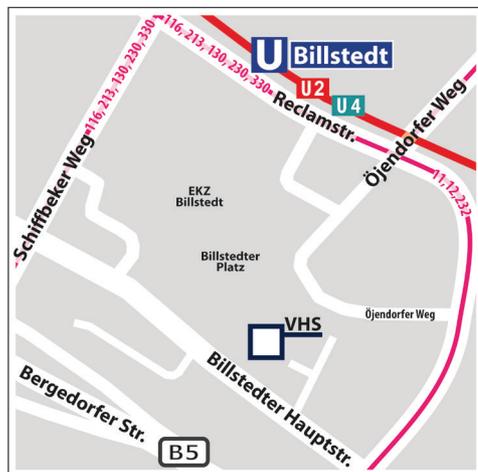
Jeanette Reetz
040 - 427312081
j.reetz@vhs-hamburg.de

Hamburger Volkshochschule
Zentrum für Drittmittel,
Auftragsmaßnahmen und Grundbildung
Billstedter Hauptstraße 69 a
22111 Hamburg

Weiterer Kursort:

Waschhaus Kaltenbergen
Kaltenbergen 22 a
22117 Hamburg

Nahe der U-Bahn Steinfurther Allee, U2 oder der Bushaltestelle Schlangenkoppel, Bus 133



INHALT

Computer-Treff für Ältere	4
10 Jahre Computer-Treff für Ältere	4
Computer, Smartphone & Co.	4

Ältere Menschen im Visier von Betrügern	5
Billstedt räumt auf	6
Vortrag Müllvermeidung	6
Rundgang mit dem Kümmerer	6

Ausflüge in und um Hamburg	7
Betriebserkundungen	7

Der Kino-Club	7
Doppelkopf	8
Spielenachmittag	8
Gedächtnistraining	8

Hockergymnastik	9
Nordic Walking	9
Faszien-Qi Gong	9
Qi Gong	9

Angebot im Waschhaus Kaltenbergen

Haltung und Bewegung	10
Hatha Yoga	11
Das Singende Waschhaus	11

Tanz-Fit 3	12
------------	----

Anmeldecoupon	14
---------------	----

Computer-Treff für Ältere

Mit dem Computer-Treff bieten wir Ihnen in entspannter Atmosphäre Hilfe bei Ihren Fragen zum Umgang mit dem Computer. Sie buchen keinen Kurs mit einem festen Lernprogramm, stattdessen stehen hier Ihre Fragen im Mittelpunkt. Mit Unterstützung durch erfahrene Kursleitende erarbeiten Sie Ihre nächsten Schritte in Ihrem eigenen Tempo. Kommen Sie einfach ohne Anmeldung vorbei.

Teilnahme pro Termin: 3,50 €

.....
→ **Billstedt**, VHS-Haus Billstedt,
Billstedter Hauptstraße 69a
4311GRB01, Lars Dietrich
Beginn 14.1.20, di., 11.00 - 13.00 Uhr

10 Jahre Computer-Treff für Ältere

Den Computer-Treff für Ältere gibt es seit 10 (!) Jahren. Feiern Sie mit uns dieses Jubiläum bei Kaffee und Kuchen! Es wird auch Gelegenheit sein, sich mit Fragen zum Umgang mit Computer, Internet und Co. zu beschäftigen. Kommen Sie einfach vorbei.

.....
→ **Billstedt**, VHS-Haus Billstedt,
Billstedter Hauptstraße 69a
4311GRB02, Agnes Börger
Mo., 23.3.20, 14.00 - 17.00 Uhr

Computer, Smartphone & Co.

„Digital“- Treff für Ältere
Haben Sie Fragen zum Umgang mit Ihrem Laptop, Tablet oder Smartphone? Benötigen Sie Hilfe bei der Benutzung von Apps z.B. Whatsapp? Möchten Sie Ihre Fotos vom Smartphone auf Ihrem Laptop speichern?

Erfahrene Kursleitende sind Ihnen behilflich bei der Bedienung Ihrer Geräte. Bei diesem offenen Treff gibt es kein festes Kursprogramm. Ihre persönlichen Fragen stehen im Vordergrund. Kommen Sie einfach ohne Anmeldung vorbei.

Teilnahme pro Termin: 4,- €

.....
→ **Billstedt**, VHS-Haus Billstedt,
Billstedter Hauptstraße 69a
4311GRB03, Lars Dietrich
Beginn 7.4.20, di., 11.00 - 13.00 Uhr



Betrüchern

Die Verbraucherzentrale Hamburg und die Stadtteilpolizisten informieren:

Ist ein am Telefon geschlossener Vertrag gültig? Wie schütze ich mich vor unerwünschter Telefonwerbung oder vor Abo-Fallen im Internet oder unberechtigten Inkassoforderungen? Um solche und weitere Rechtsfragen des Alltags geht es im Vortrag der Verbraucherzentrale.

Nach dem „Enkeltrick“ gibt es immer dreistere Betrugsvarianten, bei denen sich die Trickbetrüger als Kriminalbeamte, Sparkassenmitarbeiter o.ä. ausgeben und gezielt ältere Menschen zu überzeugen versuchen, ihnen ihr Hab und Gut anzuvertrauen.

Ihre (echten) Stadtteilpolizisten informieren Sie über die raffinierte Vorgehensweise der Betrüger und beraten Sie, wie Sie ggf. reagieren und sich schützen können.

Der Vortrag bei Kaffee und Keksen ist kostenlos. Anmeldung erforderlich!

.....
→ **Billstedt**, VHS-Haus Billstedt,
Billstedter Hauptstraße 69a
4312GRB01, Agnes Börger
Mo., 20.4.20, 14.00 - 15.30 Uhr



© Polizei Hamburg

Billstedt räumt auf - z.B. rund um das VHS-Haus

Gemeinsam mit der Stadtreinigung, wollen wir zwischen dem VHS-Haus und der U-Bahn Billstedt Müll von den Gehwegen und Grünflächen einsammeln. Greifzangen, Handschuhe und Müllbeutel werden bereitgestellt.

Für eine kleine Pause zwischendurch stehen Kaffee, Tee und Brötchen im VHS-Haus bereit.

Jeder ist herzlich eingeladen mitzumachen.

→ **Billstedt**, VHS-Haus Billstedt,
Billstedter Hauptstraße 69a
4312GRB02, Agnes Börger
Do., 14.05.20, 10.30 - 13.00 Uhr



Vortrag Müllvermeidung

Der beste Müll ist keiner. Experten der Stadtreinigung geben Tipps zur Müllvermeidung und zur richtigen Mülltrennung.

Anmeldung erforderlich!

→ **Billstedt**, VHS-Haus Billstedt,
Billstedter Hauptstraße 69a
4312GRB03, Agnes Börger
Mo., 25.5.20, 14.00 - 15.30 Uhr

Rundgang mit dem „Kümmerer“

Begleiten Sie den „Kümmerer“ der Stadtreinigung bei einem kurzen Rundgang rund um den Marktplatz und lernen Sie seinen Aufgabenbereich kennen.

→ **Billstedt**, VHS-Haus Billstedt,
Billstedter Hauptstraße 69a
4312GRB04, Agnes Börger
Mo., 28.5.20, 13.30 - 14.30 Uhr

Ausflugsguppe - Ausflüge in und um Hamburg

Gemeinsam planen und unternehmen wir interessante, möglichst kostengünstige Ausflüge. Das können gemütliche Spaziergänge an der Alster oder Elbe sein, Museumsbesuche, Besichtigungen und vieles mehr.

Jeden 2. Mittwoch im Monat:
Planungstreffen (VHS)

Jeden 4. Mittwoch im Monat:
Der Ausflug

→ **Billstedt**, VHS-Haus Billstedt,
Billstedter Hauptstraße 69a
4314GRB01, Werner Seelmann
10 €, 42 UStd., 12 Term.,
Beginn 8.1.20, 14 tägl. mi.,
14.00 - 15.30 Uhr

Gegebenenfalls entstehen Kosten für
Eintritt oder/und Fahrtkosten.

Betriebserkundungen

Möchten Sie bei einer Betriebsbesichtigung hinter die Kulissen schauen?

Bei Interesse informieren Sie sich bitte im VHS-Haus Billstedt über geplante Besichtigungen.

Die letzten Betriebsbesichtigungen waren z.B. Müllverbrennungsanlage, Feuerwehrinformationszentrum und DESY.

→ **Billstedt**, VHS-Haus Billstedt,
Billstedter Hauptstraße 69a
4314GRB02, Agnes Börger
Mi., 3.6.20, 13-16 Uhr

Gegebenenfalls entstehen Kosten für
Führung und Fahrtkosten.

Der Kino-Club

Alleine ins Kino? - In der Gruppe macht es mehr Spaß. Einmal im Monat wollen wir gemeinsam ins Kino gehen. Beim Treffen in der VHS wählen wir gemeinsam einen Film aus und in der darauffolgenden Woche geht es ins Kino.

→ **Billstedt**, VHS-Haus Billstedt,
Billstedter Hauptstraße 69a
4315GRB01, Agnes Börger
6 €
Fr., 31.1.20, 12-13 Uhr
Fr., 28.2.20, 12-13 Uhr
Fr., 27.3.20, 12-13 Uhr
Fr., 24.4.20, 12-13 Uhr
Fr., 29.5.20, 12-13 Uhr
Fr., 26.6.20, 12-13 Uhr

Es entstehen Kosten für Eintritt und ggf.
Fahrtkosten.

Doppelkopf - Mitspieler gesucht

Spielen Sie gerne Doppelkopf ?
Wir suchen Mitspieler für unsere neue Doppelkopf-Runde.

→ **Billstedt**, VHS-Haus Billstedt,
Billstedter Hauptstraße 69a
4316GRB02, Agnes Börger
6 €

Beginn 14.02.20, fr. 14.00 - 16.00 Uhr

Spielenachmittag

Spielen Sie gerne?
Lernen Sie in geselliger Runde andere
spielbegeisterte Leute und neue Spiele
kennen.
Bringen Sie gerne auch Ihr Lieblings-
spiel mit!

→ **Billstedt**, VHS-Haus Billstedt,
Billstedter Hauptstraße 69a
4316GRB01, Gabriele Seiler-Lübbecke
20 €
Beginn 9.1.20, do., 14.00 - 16.00 Uhr

Gedächtnstraining - mit viel Spaß!

Durch vielfältige Übungen werden die
Teilbereiche des Gedächtnstrainings
gefördert, z.B. Wahrnehmung und Kon-
zentration, Merkfähigkeit und logisches
Denken, Phantasie und Kreativität, Wort-
findung, Denkflexibilität, ... Und das mit
ganz viel Spaß!

Materialumlage: 4,-€, werden im Kurs
eingesammelt.

→ **Billstedt**, VHS-Haus Billstedt,
Billstedter Hauptstraße 69a

4313GRB09, Ingrid Scheer-Fränzel
57 €, 20 UStd., 10 Term.,
Beginn 16.1.20, do., 14.00 - 15.30 Uhr

4313GRB10, Ingrid Scheer-Fränzel
57 €, 20 UStd., 10 Term.,
Beginn 16.1.20, do., 15.45 - 17.15 Uhr

4313GRB11, Ingrid Scheer-Fränzel
57 €, 20 UStd., 10 Term.,
Beginn 9.4.20, do., 14.00 - 15.30 Uhr

4313GRB12, Ingrid Scheer-Fränzel
57 €, 20 UStd., 10 Term.,
Beginn 9.4.20, do., 15.45 - 17.15 Uhr



Hockergymnastik

Viele Bewegungsübungen lassen sich
auch im Sitzen (auf dem Hocker / Stuhl)
durchführen!

→ **Billstedt**, VHS-Haus Billstedt,
Billstedter Hauptstraße 69a
4313GRB03, Heike Heinrich
42 €, 13 UStd., 8 Term.,
Beginn 11.2.20, di., 14.15-15.30 Uhr

4313GRB04, Heike Heinrich
42 €, 13 UStd., 8 Term.,
Beginn 28.4.20, di., 14.15-15.30 Uhr

Nordic Walking

In Kooperation mit dem Gesundheits-
kiosk Billstedt

Nordic Walking bringt Menschen jeden
Alters so richtig in Schwung. Arm- und
Rumpfmuskulatur werden aktiviert und
die Koordination geschult. Die Bewe-
gung ist schwungvoll, aber nicht über-
anstrengend. Zudem hält man sich im
Grünen und an der frischen Luft auf.
Bitte wettergerechte (Sport-)kleidung
und Lauf-/Walkingschuhe anziehen und
Walking-Stöcke mitbringen, sofern vor-
handen.

→ **Gesundheitskiosk Billstedt**,
Möllner Landstraße 18, 22111 Hamburg
4313GRB05, Andrea Steube
kostenlos
Vorraussichtlicher Beginn 18.3.20,
mi., 13.30-15 Uhr

Genauen Termin des Kursbeginns bitte
nochmal erfragen!

Faszien-Qi Gong

Das Faszien-gewebe (Bindegewebe)
umhüllt netzartig sämtliche Organe,
Muskeln, Gefäße, Knochen, Sehnen
und Bänder. Es verbindet alles mitein-
ander, hält sämtliche Teile des Körpers
zusammen und fixiert sie am richtigen
Platz. Fehlhaltungen, Stress und Bewe-
gungsmangel führen langfristig zur
Verklebung der Faszien, was dann zu
Bewegungseinschränkungen und
Schmerzen führen kann.

→ **Billstedt**, VHS-Haus Billstedt,
Billstedter Hauptstraße 69a
4313GRB07, Birgit Schacht
25 €, 12 UStd., 6 Term.,
Beginn 27.2.20, do., 15.30-17 Uhr

Qi Gong

Bewegte und stille Qigong-Übungen mit
ihren fließenden, ruhigen Bewegungen
fördern das Bewusstsein für unseren
Körper und seine natürliche Beweglichkeit.
Probieren Sie die entspannende und
vitalisierende Wirkung von Qi Gong aus!

→ **Billstedt**, VHS-Haus Billstedt,
Billstedter Hauptstraße 69a
4313GRB01, Andrea Steube
52 €, 20 UStd., 10 Term.,
Beginn 15.1.20, mi., 10.00 - 11.30 Uhr
4313GRB02, Andrea Steube
52 €, 20 UStd., 10 Term.,
Beginn 1.4.20, mi., 10.00 - 11.30 Uhr

WASCHHAUS KALTENBERGEN

Das Singende Waschhaus

Singen macht Spaß!
Haben Sie Freude am gemeinsamen Singen?
Dann singen Sie mit uns bekannte und neue Lieder!

→ Waschhaus Kaltenbergen,

Kaltenbergen 22 a, 22117 Hamburg

4325GRB01, Sabine Kirjakov
45 €, 30 UStd., 15 Term.,
Beginn 20.1.20, mo., 10.30-12 Uhr



Haltung und Bewegung

Ziel dieses Kurses ist es, die Körperhaltung zu verbessern und die allgemeine Fitness zu fördern. Dazu werden Übungen zur Kräftigung, Mobilisierung und Dehnung des gesamten Körpers durchgeführt, Koordination und Ausdauer werden trainiert. Geübt wird mit Spiel, Spaß und Entspannung mit Musik.

Bitte lockere Kleidung anziehen.

→ Waschhaus Kaltenbergen,

Kaltenbergen 22 a, 22117 Hamburg

4323GRB01, Birgit Schacht
51 €, 20 UStd., 10 Term.,
Beginn 19.2.20, mi., 9-10.30 Uhr

4323GRB02, Birgit Schacht
61 €, 24 UStd., 12 Term.,
Beginn 19.2.20, mi., 10.30-12 Uhr

Hatha-Yoga

Yoga wirkt sich gleichermaßen auf Körper, Geist und Seele aus. Bewegungsfolgen, Körperhaltungen und Atemtechniken stärken die Muskulatur, fördern die Beweglichkeit und schulen das Körperbewusstsein. Darüber hinaus führt Yoga zur Konzentrationsfähigkeit, Ruhe und Ausgeglichenheit.

Bitte lockere Kleidung und eine Wolldecke mitbringen.

Krankenkassenförderung:

Die Hatha-Yoga Kurse sind Krankenkassen anerkannt.
Ihre Krankenkasse entscheidet über die tatsächliche Förderung. Bitte fragen Sie dort vor Kursbuchung nach.

→ Waschhaus Kaltenbergen,

Kaltenbergen 22 a, 22117 Hamburg

4323GRB03, Julia Janine Giemza
65 €, 20 UStd., 10 Term.,
Beginn 23.1.20, do., 9.30 - 11.00 Uhr

4323GRB04, Julia Janine Giemza
65 €, 20 UStd., 10 Term.,
Beginn 9.4.20, do., 9.30 - 11.00 Uhr



Tanz-Fit 3 - moves and grooves für Ältere

Sie lieben Musik und bewegen sich gerne? Dann sind Sie genau richtig in unserem „Tanzkurs“. Zur Musik der 1960er, 1970er und 1980er Jahre werden (kleine) Choreographien für die Tanzgruppe entwickelt.

-KEIN Paartanz und KEINE Standardtänze-
vorbehaltlich der Bewilligung von MüHoBi-

→ **Billstedt**, VHS-Haus Billstedt,
Billstedter Hauptstraße 69a

4313GRB06

kostenlos, 14 Term.,

Beginn 10.2.20, mo., 12:15-13:15 Uhr



© Nadine Tobien

„Tanz-Fit“ wird von „MüHoBi – immer in Bewegung“ gefördert (Projekt zur Prävention und Gesundheitsförderung in Billstedt / Horn / Mümmelmannsberg) und ist daher kostenlos.

Allgemeine Hinweise

Unsere Entgelte der selbstorganisierten Gruppen betragen 1 € pro Termin und sind in der Regel nicht ermäßigungsfähig. Gemäß unserem Motto „Bildung für alle!“, können Personen mit einer sehr geringen Rente prüfen lassen, ob eine Ermäßigung des Betrages infrage kommt.

Die vollständigen Teilnahmebedingungen der Hamburger Volkshochschule und alle Ermäßigungstatbestände finden Sie in unserem Gesamtprogramm auf unserer Internetseite www.vhs-hamburg.de.

Schulferien

Frühjahr 2.3.20 – 13.3.20

Pfingsten 18.5.20 – 22.5.20

Sommer 25.6.20 – 5.8.20

Impressum

Herausgeber: Hamburger Volkshochschule
Verantwortlich: Jan Nazim Karadas
Leitung des Zentrums für Drittmittel, Auftragsmaßnahmen und Grundbildung
Billstedter Hauptstraße 69a, 22111 Hamburg

Rückfragen an: Agnes Börger
Tel.: 427 31 20 82, Fax: 427 313 363
E-Mail: a.boerger@vhs-hamburg.de

Redaktionsschluss: 9.12.2019

Druck: **flyeralarm GmbH, Würzburg**

Titel- und Umschlaggestaltung: Jan Nazim Karadas
Titelfoto: © Rawpixel.com, Adobe Stock

VHS-ZENTREN IN HAMBURG

**Ganz gleich, wo Sie wohnen oder arbeiten:
Die Hamburger Volkshochschule ist immer in Ihrer Nähe.**

Information und Anmeldung: www.vhs-hamburg.de oder Hotline: 4284 1 4284

1 Region Bergedorf/Billstedt

VHS-Zentrum Bergedorf

Leuschnerstr. 21, 21031 Hamburg
Tel.: 040 427 31 20 50, Fax: 040 427 31 20 41
E-Mail: bergedorf@vhs-hamburg.de

VHS-Haus Billstedt (Hofgebäude)

Billstedter Hauptstr. 69 a,
22111 Hamburg
Tel.: 040 427 31 20 80, Fax: 040 427 31 33 63
E-Mail: billstedt@vhs-hamburg.de

2 Region Harburg/Finkenwerder

VHS-Zentrum Harburg

Harburg Carrée
Eddelbüttelstr. 47 a, 21073 Hamburg
Tel.: 040 42804 5840, Fax: 040 427 31 21 22
E-Mail: harburg@vhs-hamburg.de

VHS-Haus Rieckhof

HarAlt – Bildung und Älterwerden
Rieckhoffstr. 6, 21073 Hamburg
Tel.: 040 77 11 03 03, Fax: 040 427 31 21 22
E-Mail: haralt@vhs-hamburg.de

3 Region Mitte/Eimsbüttel

VHS-Zentrum Mitte

Schanzenstr. 75 – 77, 20357 Hamburg
Tel.: 040 428 41 27 52, Fax: 040 428 41 33 62
E-Mail: mitte@vhs-hamburg.de

VHS-Zentrum Innenstadt

Mönckebergstr. 17, 20095 Hamburg
Tel.: 040 209 42 10, Fax: 040 20 94 21 44
E-Mail: mitte@vhs-hamburg.de

Gedenkstätte Dr. Alberto-Jonas-Haus

Karolinenstr. 35, 20357 Hamburg
Tel.: 040 428 41 14 93, Fax: 040 428 41 28 54
E-Mail: e.hirsch@vhs-hamburg.de

VHS im Bildungszentrum Tor zur Welt

Krieterstr. 2 D (Torhaus)
21109 Hamburg
Tel.: 040 427 31 05 98, Fax: 040 427 31 03 43
E-Mail: wilhelmsburg@vhs-hamburg.de

4 Region Nord

VHS-Zentrum Nord

Poppenhusenstr. 12, 22305 Hamburg
Tel.: 040 427 31 20 20, Fax: 040 427 31 20 38
E-Mail: nord@vhs-hamburg.de

VHS-Zentrum

Deutsch als Fremdsprache Nord

Nur für Integrationskurse
Saarlandstr. 30, 22303 Hamburg
Tel.: 040 42841 – 3238
E-Mail: daf@vhs-hamburg.de

5 Region Ost

VHS-Zentrum Ost

Berner Heerweg 183, 22159 Hamburg
Tel.: 040 428 85 30, Fax: 040 428 85 32 84
E-Mail: ost@vhs-hamburg.de

VHS in Bramfeld

Fabriciusstr. 150, 22177 Hamburg
Zugang über Owiesenkehre
Tel.: 040 46 64 78 46
E-Mail: g.neumayer@vhs-hamburg.de

VHS-Haus im Alstertal

Rolfinckstr. 6a, 22391 Hamburg
Tel.: 040 53 69 39 84, Fax: 040 53 69 39 27
E-Mail: alstertal@vhs-hamburg.de

6 Region West

VHS-Zentrum West

Waitzstr. 31, 22607 Hamburg
Tel.: 040 890 59 10, Fax: 040 89 05 91 40
E-Mail: west@vhs-hamburg.de

BLIZ – „Borner lernen im Zentrum“

Bürgerhaus Bornheide 76
22549 Hamburg
Tel.: 040 484 05 88 21/22
E-Mail: bliz@vhs-hamburg.de

Überregionale VHS-Zentren

A VHS-Zentrum: Deutsch als Fremdsprache

Schanzenstr. 75 – 77, 20357 Hamburg
Tel.: 040 428 41 32 38, Fax: 040 428 41 30 33
E-Mail: daf@vhs-hamburg.de

B VHS-Zentrum

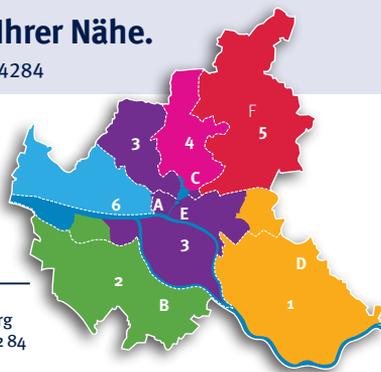
Deutsch als Fremdsprache in Harburg

Eddelbüttelstr. 47a, 21073 Hamburg
Tel.: 040 427 31 21 14, Fax: 040 427 31 21 22
E-Mail: daf@vhs-hamburg.de

C VHS-Zentrum

Deutsch als Fremdsprache in Nord

Nur für Integrationskurse
Saarlandstr. 30, 22303 Hamburg
Tel.: 040 42841 – 3238
E-Mail: daf@vhs-hamburg.de



D VHS-Zentrum Grundbildung und Drittittelprojekte

Billstedter Hauptstr. 69a,
22111 Hamburg
Tel.: 040 427 31 20 86, Fax: 427 31 33 63
grundbildung@vhs-hamburg.de

E Bildungskontor Hamburg

Mönckebergstr. 17,
20095 Hamburg
Tel.: 040 20 94 21 46, Fax: 20 94 21 47
bildungskontor@vhs-hamburg.de

F VHS im Campus Steilshoop

Gropiusring 43a, 22309 Hamburg
E-Mail: daf@vhs-hamburg.de
Öffnungszeiten: mo. 13 – 15 Uhr

Weitere Ansprechpartner

Geschäftsführung

Marlene Schnoor (Sprecherin),
Karlheinz Spreitzer

Sekretariat

Tel.: 040 428 41 27 87

Marketing

Jörg Gensel, Tel.: 040 428 41 18 43

Pressesprecherin

Dorothea Ölbertz, Tel.: 040 428 41 27 77

Drittittelprojekte

Jan Nazim Karadaş Tel.: 040 427 31 20 79

Auftragsmaßnahmen, Junge VHS,

Hochschulkooperationen

Jan Nazim Karadaş Tel.: 040 20 94 21 16

Beschwerdemanagement

Susanne Franke, Tel.: 040 428 41 30 73