
Computer-Schulungen | Service | Vertrieb und mehr ...
Heike Brinkmann



Seminarprogramm

„Lernen ist wie Rudern gegen den Strom.

Hört man damit auf, treibt man zurück.“ *Laotse*

Frühjahr-Winter 2023

... Englischunterricht sowie Vortragsthemen aus dem Gesundheitsbereich

Heike Brinkmann
Stadtweg 1
49086 Osnabrück

Tel.: 0541-6688852
Mobil: 0170-3169958

mail@heike-brinkmann.de
www.heike-brinkmann.de



Inhaltsverzeichnis

Allgemeines

Was wir machen...	4
Keine Scheu vor Technik	6
Personal- und Einzeltraining sowie Service	7
Beratung und Verkauf	7
Digital-Forum Bitte vorher anmelden!	8
Meine Urlaubszeiten	8
Urlaubsvertretung	8
Unsere Englischdozentin Yvonne Dickinson	9
Gesundheitsvorträge durch Heilpraktiker und Physiotherapeuth Arnd Groeneveld	10
Gesundheitsvorträge durch Sport- und Rehatherapeut Philipp Brinkmann	11
Allgemeine Geschäftsbedingungen	12

Computerseminare

C1	Computer-Einsteigerseminar	13
C2	Computer-Aufbauseminar – Aktualisieren Sie Ihr Wissen	14
C3	Computer-Aufbauseminar – Aktualisieren Sie Ihr Wissen	15
C4	Computer-Aufbauseminar – Aktualisieren Sie Ihr Wissen - nachmittags	16
C5	Computer-Aufbauseminar – Aktualisieren Sie Ihr Wissen	17
C6	Computer-Aufbauseminar – Aktualisieren Sie Ihr Wissen - nachmittags	18
C7	Excel für Einsteiger – Aufbauseminar auf Anfrage	19
C8	Arbeiten mit dem kostenfreien Adobe Acrobat Reader	20

C9	Acronis True Image - Datensicherung.....	21
C10	Fotobuch-Erstellung mit der Software von CEWE	22
C11	Fotografieren und mehr – Kreatives Arbeiten.....	23
C12	Ordnung im Computer	24
C13	Internet - Kompakt.....	25
C14	Das Betriebssystem Windows 11	26
Mobilgeräteseminare		
M1	Smartphone/iPhone Führerschein – Erlernen der Grundlagen.....	27
M2	Smartphone/iPhone Aufbauseminar - auch Tablet/iPad	28
M3	Smartphone/iPhone Aufbauseminar - auch Tablet/iPad - Aktualisieren Sie Ihr Wissen.....	29
Englischseminare		
E1	Englisch-Einsteigerseminar	30
E2	Englisch-Aufbauseminar	31
E3	Englisch-Aufbauseminar	32
Vorträge aus dem Gesundheitsbereich.....		
V1	Gesunder Rücken - Zusammenhänge - Fakten - einfache praktische Übungen - Philipp Brinkmann	
V2	Die Schüsslersalze, Vorstellung der Salze - welche sind für wen richtig, oder auch nicht - Arnd Groeneveld	
V3	Meditation - verständlich, was passiert in unserem Körper, Anwendungsbeispiele - Philipp Brinkmann	
Anmeldung		34

Was wir machen...

Meine Firma besteht seit 20 Jahren. Ich freue mich über viele zufriedene Kunden aus Osnabrück und der Umgebung. Wir sind sehr engagiert, unseren Seminarteilnehmern den Lernstoff verständlich und mit großer Geduld zu vermitteln. Dieses wird uns immer wieder bestätigt.

Unser Steckenpferd ist das Gesamtkonzept. Ich berate Sie, wenn es um neue Hardware geht, biete diese zum Kauf an und weise Sie darin ein. In meinem Schulungsangebot finden Sie eine Vielfalt an Seminaren. Sie finden in meinem Seminarangebot Kurse rund um die Anwendung der Benutzeroberfläche des PC, Mobiltelefone und Tablets, Englischseminare sowie Vorträge aus verschiedenen Bereichen an.

Das Anfertigen von **Werbe- und Bewerbungsfotos** sowie die Hilfestellungen bei Bewerbungsmappen können Sie bei mir buchen. Ich erstelle Ihre **Homepage** und leite Sie zur weiteren Bearbeitung an.

Die Seminare richten sich an Einsteiger und Geübte jeder Altersstufe. In kleinen Gruppen erlernen und vertiefen Sie Ihr Wissen. Bringen Sie Ihre Geräte gerne zur Computerschulung mit, der Lernerfolg ist dann noch besser!

Ebenfalls erhalten Sie einen Computer- und Mobilgeräte Support.

Die Veranstaltungen finden in gut ausgestatteten Schulungsräumen in gemütlicher Atmosphäre statt. Ich schule in allen aktuellen Betriebssystemen und Microsoft-Office-Versionen.

Gern unterrichte ich Sie ebenfalls vor Ort in Ihrem Unternehmen oder zu Hause. Unterstützung finden Sie von mir über das Fernwartungsprogramm „TeamViewer“ sowie Online-Unterricht über „Teamviewer-Meeting“



Keine Scheu vor Technik

Die digitale Welt stoppt nicht vor unserer Haustür. Um vieles kommen wir nicht mehr herum. Die Sparkassen und Banken schließen einen Teil Ihrer Filialen. Rechnungen werden per Mail verschickt, der Zahlungsverkehr sowie das Buchen von Veranstaltungen funktionieren fast überall nur noch online.

Das große Thema ist die „Digitalisierung“.

Bei der Auswahl eines Smartphones, Tablets oder Laptops wird oft Hilfe benötigt. Pauschal kann man nicht sagen, dass ein Gerät für alle richtig ist. Jeder hat andere Vorstellungen, was er mit dem jeweiligen Gerät auf jeden Fall machen möchte. Manchmal weiß man nicht, welche Vielfalt an Anwendungen überhaupt auf einem dieser Geräte möglich ist.

Wer ungeübt ist oder auf dem digitalen Feld immer aktuell sein möchte, kann spezielle Kurse bei mir besuchen.

Ich berate Sie gerne, welches Seminar zu Ihnen passt.

DIGITALES WISSEN ERARBEITEN, steht auf dem Programm. Bei all diesem Abläufen finden Sie in meinem Unternehmen Hilfe.

Personal- und Einzeltraining sowie Service

Sie nennen mir das Thema - ich richte die Schulung auf Sie aus (Themen aus dem Standardprogramm). Bei besonderer Einarbeitung entsteht eine Zusatzpauschale.

TeamViewer-Einsätze sind ebenfalls kostenpflichtig und werden nach Aufwand berechnet.

60 Minuten	69,00 €
10 Stunden-Block	595,00 €

Weitere Themenfelder finden Sie in den Programmen **MS Outlook**, **MS PowerPoint**, **MS Access** und **MS Project** sowie **Adobe Photoshop**. Zum Datenschutz finden Sie in allen Computerseminaren interessante Anknüpfungen.

Beratung und Verkauf

Ich biete Ihnen den Kauf von Hard- und Software an. Aus Überzeugung verkaufe ich seit 20 Jahren die regionale Marke **TERRA**-Computer. (Fertigung in Hüllhorst/Minden)

Seit 2019 habe ich durch die Firma **WORTMANN - TELECOM** ebenfalls Mobiltelefone im Verkauf.

Ein Dankeschön!

Ich bedanke mich bei meinen Kunden für Ihre Treue. Es freut mich sehr, dass es Ihnen in unseren Schulungen gut gefällt. Mein Bestreben ist es, immer angelehnt an das aktuelle Zeitgeschehen in der IT - Welt, zu unterrichten.

Manchmal habe ich das Gefühl, die Zeit reicht nicht, um alles zu vermitteln. Danke für Ihr Interesse und ein immer wiederkehrendes angenehmes und herzliches Miteinander.

Durch meine Tätigkeit als freie Dozentin an der Hochschule in Osnabrück sowie in der Akademie am Klinikum Osnabrück und in vielen Firmen ist mir ständiges Lernen ein Selbstverständnis. Gerade dort wird der aktuelle Wissensstand gefordert.

Unsere Englischdozentin Yvonne Dickinson

Frau Dickinson ist seit 2016 als Englischdozentin in meinem Unternehmen tätig. Sie ist sehr erfahren. Das Lernen mit ihr bereitet viel Freude und ist erfolgsorientiert. Da Frau Dickinson viele Jahre in England gelebt hat, hat auch die englische Kultur einen Stellenwert. Einzelunterricht ist nach Absprache möglich. Nutzen Sie die günstigere Alternative und buchen einen 10er Block. Die Stunden finden nach Ihren Zeitwünschen im Rahmen unserer Möglichkeiten statt.



Seminare aus der Naturheilkunde von Arnd Groeneveld

„Von 1983 – 2022 praktizierte ich als Heilpraktiker in meiner eigenen Praxis. Über viele Jahre lag der Schwerpunkt meiner Arbeit in der Pflanzenheilkunde, der Homöopathie, der Ohrakupunktur und der Irisdiagnose sowie den klassischen Naturheilverfahren.



Ich absolvierte die Ausbildung in Medizinischer Heilhypnose sowie in Klinischer Hypnose am Milton-Erickson-Institut in Rottweil.

Daneben wendete ich aber nach wie vor die traditionellen Heilverfahren - wie die Homöopathie, Pflanzenheilkunde, Spagyrik, diverse Massageformen, Osteopathie, Chiropraktik und die klassischen Naturheilverfahren an.

Neben meiner therapeutischen Tätigkeit bildete ich außerdem Heilpraktiker und medizinisch Interessierte vor Ort aus. Das über Jahrtausende überlieferte Wissen der traditionellen westlichen Medizin sowie die Kenntnisse der Naturheilverfahren weiterzugeben und mit den Errungenschaften der modernen universitären Medizin zu verbinden ist eine der wichtigen Aufgaben neben der praktischen Ausübung der alternativen Medizin. In den 90er Jahren habe ich die Physiotherapie studiert, praktiziert und später an Teilnehmer vermittelt. Das Fernlerninstitut zur Ausbildung für den großen Heilpraktiker besteht weiterhin.“

Sport-, Reha- und Gesundheitstherapeut Philipp Brinkmann

„Schon während meiner Ausbildung zum Sport- und Fitnesskaufmann durfte ich neben organisatorischen Aufgaben Erfahrungen in der Betreuung von Patienten und Sportlern machen. In den folgenden Jahren habe ich mich viel mit der Betreuung von Athleten (Athletiktraining, Rehabilitation) unterschiedlichster Sportarten befasst, aber auch weiterhin Patienten und allgemeine Fitnessenthusiasten bei ihren Zielen unterstützt. Diverse Fortbildungen, das Studium der Sportwissenschaften und ein Selbststudium haben mein Wissen über die Jahre regelmäßig erweitert, um Sportlern, Kunden und Patienten bestmöglich zur Seite zu stehen.



Durch meinen eigenen kampfssportlichen Hintergrund (Sumo, Ringen, MMA) habe ich gelernt, was es heißt, viel Zeit, Energie und Leidenschaft für etwas zu investieren und habe die unterschiedlichen Facetten der Leistungsfähigkeit am eigenen Leib spüren.

Im Laufe der Jahre ist mir durch die Kombination aus Leistungssport und des beruflichen Coachings mehr und mehr bewusst geworden, wie fundamental wichtig die Erhaltung der Gesundheit und die Optimierung der Erholungsfähigkeit sind, insbesondere durch die hohen Anforderungen der heutigen Zeit. Momentan befinde ich mich neben meiner therapeutischen Tätigkeit in der Ausbildung zum großen Heilpraktiker.“

Allgemeine Geschäftsbedingungen

1. Die Teilnehmerzahl eines Kurses ist begrenzt auf maximal sieben Personen. Die Mindestteilnehmerzahl beträgt vier Personen. Nach Absprache und einer Gebührenerhöhung können auch kleinere Gruppen gebildet werden.
2. Bei Absage eines gebuchten Seminars sind ab zwei Wochen vor Seminarbeginn 30% des Seminarpreises zu leisten. Bei Absage weniger als fünf Tage vor Seminarbeginn wird die gesamte Seminargebühr fällig. In Einzelfällen kann eine Sonderregelung getroffen werden.
3. Die Seminargebühren sind spätestens zu Beginn des Seminars oder eines Unterrichtsblocks zu entrichten.
4. Zu 1. bis 3. gilt ebenfalls für den Englischunterricht und die Vorträge.
5. Bestellungen von Hard- und Software sind direkt bei der Auftragserteilung zu zahlen. Nach Absprache kann vereinbart werden, eine Anzahlung von 50% des Kaufpreises zu leisten und bei der Abholung den restlichen Betrag zu begleichen.
6. Versäumte Seminarzeiten könnten nach Absprache in laufenden Parallelkursen oder im Digitalforum nachgeholt werden.

Computerseminare

C1 Computer für Einsteiger und Ungeübte

Seminarbeschreibung

- Kennenlernen von Fachbegriffen
- Texteingabe und formatieren
- Speichern und Wiederfinden
- Bilder von CDs oder USB-Sticks betrachten
- Arbeiten in Suchmaschinen
- Emails schreiben und verwalten
- Bestellen im Internet sowie Onlinebanking



Gebühr: 180,00 €

Stundenumfang: 15,75 Zeitstunden / 15 Zeitstunden mit kl. Imbiss

Termine und Zeiten:

- a) Di., 23.05., 30.05., 06.06., 20.06., 27.06., 04.07., 11.07.23 10:00 - 12:15 Uhr
- b) Fr., 03.11., 15:00 – 18:00 Uhr, Sa., 04.11., 10:00 – 14:30 Uhr – samstags mit kl. Imbiss
Fr., 10.11., 15:00 – 18:00 Uhr, Sa., 11.11., 10:00 – 14:30 Uhr – samstags mit kl. Imbiss

Computerseminare

C2 Computer-Aufbauseminar – Aktualisieren Sie Ihr Wissen

Seminarbeschreibung

- So bleiben Sie und Ihr Computer auf dem neuesten Stand
- Übungen in Word
- Internes und Externes Speichern und Wiederfinden
- Systempflege und Arbeiten am aktuellen Geschehen in der IT-Welt
- Übungen im Internet
- Jeden Tag ein neues Thema – Sie dürfen Ihre Wünsche äußern

Gebühr: 140,00 €

Stundenumfang: 6 x 2 Zeitstunden

Termine und Zeiten: (überwiegend donnerstags) vormittags

- | | | |
|----|--|-------------------|
| a) | 20.04., 04.05., 11.05., 25.05., 08.06., 22.06.23 | 10:00 - 12:00 Uhr |
| b) | 17.08., 31.08., Fr. 08.09., 14.09., 21.09., 28.09.23 | 10:00 - 12:00 Uhr |
| c) | 02.11., 09.11., 16.11., 23.11., 30.11., 07.12.23 | 10:00 - 12:00 Uhr |

Computerseminare

C3 Computer-Aufbauseminar – Aktualisieren Sie Ihr Wissen

Seminarbeschreibung

- So bleiben Sie und Ihr Computer auf dem neuesten Stand
- Übungen in Word
- Internes und Externes Speichern und Wiederfinden
- Systempflege und Arbeiten am aktuellen Geschehen in der IT-Welt
- Übungen im Internet
- Jeden Tag ein neues Thema – Sie dürfen Ihre Wünsche äußern

Gebühr: 140,00 €

Stundenumfang: 6 x 2 Zeitstunden

Termine und Zeiten: (überwiegend montags) vormittags

- | | |
|---|-------------------|
| a) 17.04., 24.04., 08.05., 15.05., 05.06., 19.06.23 | 10:00 - 12:00 Uhr |
| b) 14.08., 21.08., 04.09., 11.09., 18.09., 25.09.23 | 10:00 - 12:00 Uhr |
| c) 30.10., 06.11., 13.11., 20.11., 27.11., 04.12.23 | 10:00 - 12:00 Uhr |

Computerseminare

C4 Computer-Aufbauseminar – Aktualisieren Sie Ihr Wissen

Seminarbeschreibung

- So bleiben Sie und Ihr Computer auf dem neuesten Stand
- Übungen in Word
- Internes und Externes Speichern und Wiederfinden
- Systempflege und Arbeiten am aktuellen Geschehen in der IT-Welt
- Übungen im Internet
- Jeden Tag ein neues Thema – Sie dürfen Ihre Wünsche äußern

Gebühr: 140,00 €

Stundenumfang: 6 x 2 Zeitstunden

Termine und Zeiten: (überwiegend montags) nachmittags

- | | |
|---|-------------------|
| a) 17.04., 24.04., 08.05., 15.05., 05.06., 19.06.23 | 15:00 - 17:00 Uhr |
| b) 14.08., 21.08., 04.09., 11.09., 18.09., 25.09.23 | 15:00 - 17:00 Uhr |
| c) 30.10., 06.11., 13.11., 20.11., 27.11., 04.12.23 | 15:00 - 17:00 Uhr |

Computerseminare

C5 Computer-Aufbauseminar – Aktualisieren Sie Ihr Wissen

Seminarbeschreibung

- So bleiben Sie und Ihr Computer auf dem neuesten Stand
- Übungen in Word
- Internes und Externes Speichern und Wiederfinden
- Systempflege und Arbeiten am aktuellen Geschehen in der IT-Welt
- Übungen im Internet
- Jeden Tag ein neues Thema – Sie dürfen Ihre Wünsche äußern

Gebühr: 140,00 €

Stundenumfang: 6 x 2 Zeitstunden

Termine und Zeiten: (überwiegend mittwochs) vormittags

- | | | |
|----|--|-------------------|
| a) | 26.04., 03.05., 10.05., 24.05., 07.06., 21.06.23 | 10:00 - 12:00 Uhr |
| b) | 16.08., 23.08., 30.08., 13.09., 20.09., 27.09.23 | 10:00 - 12:00 Uhr |
| c) | 01.11., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12.23 | 10:00 - 12:00 Uhr |

Computerseminare

C6 Computer-Aufbauseminar – Aktualisieren Sie Ihr Wissen

Seminarbeschreibung

- So bleiben Sie und Ihr Computer auf dem neuesten Stand
- Übungen in Word
- Internes und Externes Speichern und Wiederfinden
- Systempflege und Arbeiten am aktuellen Geschehen in der IT-Welt
- Übungen im Internet
- Jeden Tag ein neues Thema – Sie dürfen Ihre Wünsche äußern

Gebühr: 140,00 €

Stundenumfang: 6 x 2 Zeitstunden

Termine und Zeiten: (überwiegend mittwochs) nachmittags

- | | | |
|----|--|-------------------|
| a) | 19.04., 26.04., 03.05., 10.05., 24.05., 07.06.23 | 15:00 - 17:00 Uhr |
| b) | 16.08., 23.08., 30.08., 13.09., 20.09., 27.09.23 | 15:00 - 17:00 Uhr |
| c) | 01.11., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12.23 | 15:00 - 17:00 Uhr |

Computerseminare

C7 Excel - Einführungsseminar

Seminarbeschreibung

In diesem Seminar lernen Sie den Einstieg in das Tabellenkalkulationsprogramm „Excel“ von Microsoft

- Aufbau der Bearbeitungsmappe
- einfaches Rechnen und Formatierungen
- erste Funktionen
- viele Einsteiger Beispiele zum Berechnen und Formatieren (Rechnungsformulare, Mietabrechnungen, ...)

Gebühr: 90,00 €

Stundenumfang: 2 x 3 Zeitstunden

Termine und Zeiten:

Di. 15.08., 22.08.23 **09:00 - 12:00 Uhr**

Aufbauseminare auf Anfrage

Computerseminare

C8 Arbeiten im kostenfreien Adobe Acrobat Reader

Seminarbeschreibung

Sie bekommen PDF-Dokumente und müssen diese online ausfüllen und signieren, in diesem Seminar zeigen wir, wie es funktioniert.

- ggf. herunterladen des Programms
- Kennenlernen der verschiedenen kostenfreien Werkzeuge
- Übungen zum Schreiben und Dokumentieren in PDF-Dokumenten
- Signieren im PDF-Dokument
- Speichern und per Mail versenden

Gebühr: 45,00 €

Stundenumfang: 3 Zeitstunden

Termine und Zeiten:

- a) Di. 05.09.23 09:30 - 12:30 Uhr
- b) Mi. 04.10.23 15:00 - 18:00 Uhr

Computerseminare

C9 Acronis True Image – sicheres Speichern Ihrer Daten und Programme

Seminarbeschreibung

Acronis True Image erstellt ein Abbild Ihres Computers

- Erklärung der Benutzeroberfläche
- Installieren des Programms - ich bestelle es Ihnen gerne im Fachhandel
- Bringen Sie eine externe Festplatte mit genügend freiem Speicher mit - auch diese kann bei mir bestellt werden
- Gemeinsame erste Sicherung durchführen

Info: Bei einem Festplattenfehler können die Daten und Programme Ihres Rechners über eine Sicherung von True Image am Selben wieder hergestellt werden.

Gebühr: 55,00 €

Stundenumfang: 2 x 2 Zeitstunden

Di., 19.09., 26.09.23

14:30 - 16:30 Uhr

weitere Termine auf Anfrage

Computerseminare

C10 Fotobuch-Erstellung mit der Software von CEWE

Seminarbeschreibung

In diesem Seminar erlernen Sie den Umgang mit der Software am PC.

- Bringen Sie Ihre Bilder bitte vorsortiert mit
- Erklärung der Programmoberfläche
- Layoutmöglichkeiten
- Bildbearbeitung im CEWE-Programm
- Gestaltung und Versand

Gebühr: 55,00 €

Stundenumfang: 4 Zeitstunden

Termine und Zeiten:

- a) **Mi., 25.10.23** 14:00 - 18:00 Uhr
- b) **Di., 21.11.23** 14:00 - 18:00 Uhr

Computerseminare – Kreatives Arbeiten

C11 Fotografieren und mehr ...

Seminarbeschreibung

Ein Tag, ein Projekt! Es wird Ihnen Spaß machen!

- Kennenlernen einiger Kameraeinstellungen
- Spaziergang durch die Natur
- Gemeinsames Mittagessen
- Kennenlernen der Fotobuchsoftware von CEWE
- Gestalten eines Fotobuches bis zur Bestellung

Gebühr: 120,00 €

Stundenumfang: ca. 8 Zeitstunden

Termine und Zeiten:

Sa., 16.09.23 09:30 - 17:15 Uhr

weitere Termine auf Anfrage

Computerseminare

C12 Ordnung im Computer

Seminarbeschreibung

Wo finde ich die Datei wieder? Wie erstelle ich eine Datensicherung....

- Das Kennenlernen der verschiedenen Orte am Computer
- Externe Speichermedien kennenlernen
- Datensicherung durchführen
- Das Arbeiten im Windowsexplorer
- Speichern in Ordnern und Unterordnen
- Bilder vom Smartphone oder der Digitalkamera übertragen

Gebühr: 90,00 €

Stundenumfang: 2 x 3 Zeitstunden

Termine und Zeiten:

Di., 22.08., 29.08.23

14:00 - 17:00 Uhr

Computerseminare

C13 Internet - Kompakt

Seminarbeschreibung

In diesem Seminar lernen Sie den sicheren Umgang mit dem Internet

- Verschiedene Browser und die Sicherheitseinstellungen
- Arbeiten in Suchmaschinen
- Mailversand – Achtung bei Spam-/Junkmails
- Phishing und Cyberkriminalität
- Einkaufen im Internet
- Onlinebanking – sicheres Banking anhand eines Demokontos

Gebühr: 55,00 €

Stundenumfang: 2 x 2 Zeitstunden

Termine und Zeiten:

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------|
| a) Mi. 17.05. und Fr. 26.05.23 | 10:00 - 12:00 Uhr |
| b) Do. 21.09. und 28.09.23 | 14:00 - 16:00 Uhr |

Computerseminare

C14 Das Betriebssystem Windows 11

Seminarbeschreibung

In diesem Seminar lernen Sie den sicheren Umgang mit dem neuen Betriebssystem

- Allgemeine Einstellungen kennenlernen
- neue Apps installieren
- Arbeiten mit Suchfeldern
- Wie wichtig sind Updates?
- Datenschutz bei Windows 11
- Ihre Fragen

Gebühr: 45,00 €

Stundenumfang: 3 Zeitstunden

Termine und Zeiten:

- | | |
|------------------|-------------------|
| a) Do., 06.07.23 | 09:30 - 12:30 Uhr |
| b) Do., 26.10.23 | 09:30 - 12:30 Uhr |

Mobilfunk- Tablet Seminare

M1 Smartphone/iPhone-Führerschein - auch Tablet/iPad

Seminarbeschreibung

Lernen Sie den Umgang mit Ihrem Tablet oder Smartphone kennen

- Erläutern von Begrifflichkeiten – bringen Sie Ihre Zugangsdaten mit! (Die Ersteinrichtung Ihres Gerätes ist Voraussetzung)
- Anschlüsse und Einstellungen kennenlernen
- Allgemeine Kommunikations-Apps bedienen
- Herunterladen von zusätzlichen Apps
- Erläuterungen zum Datenschutz bei verschiedenen Anwendungen

Gebühr: 90,00 €

Stundenumfang: 2 x 3 Zeitstunden

Termine und Zeiten:

- | | |
|-----------------------------|-------------------|
| a) Mi. 17.05., Do. 25.05.23 | 14:00 - 17:00 Uhr |
| b) Mi. 25.10., Fr. 03.11.23 | 09:30 - 12:30 Uhr |

Mobilfunk- Tablet Seminare

M2 Smartphone/iPhone Aufbauseminar - auch Tablet/iPad

Seminarbeschreibung

Eine kleine Wiederholung der Grundlagen - Aufbauübungen

- Kennenlernen einiger Kameraeinstellungen
- Herunterladen von Apps
- Arbeiten mit dem Kalender und Adressbuch
- Bilder auf den Computer übertragen
- Ihre Wünsche, je nach Seminarablauf

(Bringen Sie Ihre Zugangsdaten der Apple-ID oder Ihres Google-Kontos mit)

Gebühr: 90,00 €

Stundenumfang: 2 x 3 Zeitstunden

Termine und Zeiten:

- | | |
|-----------------------------|-------------------|
| a) Mi. 21.06., Do. 29.06.23 | 14:00 - 17:00 Uhr |
| b) Do. 23.11., Do. 30.11.23 | 14:00 - 17:00 Uhr |

Mobilfunk- Tablet Seminare

M3 Smartphone/iPhone AufbauSeminar - auch Tablet/iPad – Dabeibleiben ist wichtig!

Seminarbeschreibung

- Wiederholen grundlegender Funktionen
- So bleiben Sie auf dem Laufenden
- Herunterladen von Apps
- Arbeiten mit dem Kalender und Adressbuch
- Fotografieren mit dem Smartphone und Bilder archivieren
- Sie dürfen Ihre Wünsche äußern

(Bringen Sie Ihre Zugangsdaten der Apple-ID oder Ihres Google-Kontos mit)

Gebühr: 140,00 €

Stundenumfang: 6 x 2 Zeitstunden

Termine und Zeiten:

- | | |
|---|-------------------|
| a) Di., 21.03., 28.03., 02.05., 23.05., 06.06. und 20.06.23 | 14:30 - 16:30 Uhr |
| b) Di., 12.09., 19.09., 26.09., 24.10., 14.11. und 21.11.23 | 10:00 - 12:00 Uhr |

Englischseminare

E1 Englisch-Einsteigerseminar

Seminarbeschreibung

- Englisch zum Auffrischen – an Schulenglisch kann sich jeder erinnern
- Die deutsche Sprache hat Wörter aus dem Englischen in ihren Wortschatz übernommen, einiges ist Ihnen schon geläufig.
- Das Ziel ist, die Grundlagen der Kommunikation kennen zu lernen/aufzufrischen
- Ausbauen des Wortschatzes
- Vokabel- und Grammatiktraining

Gebühr: 140,00

Stundenumfang: 6 x 2 Zeitstunden

Termine und Zeiten: (überwiegend freitags und überwiegend 14-tägig)

- | | | |
|----|--|-------------------|
| a) | 18.08., 01.09., 15.09., 22.09., 29.09., 13.10.23 | 10:00 - 12:00 Uhr |
| b) | 27.10., 10.11., 24.11., Di. 28.11., 08.12., 19.12.23 | 10:00 - 12:00 Uhr |

Englischseminare

E2 Englisch-Aufbauseminar

Seminarbeschreibung

- Sie haben schon Englischkenntnisse und möchten diese ausbauen
- Verfassen von eigenen kurzen Texten
- Smalltalk (Grundlagen der Kommunikation)
- Grammatische Übungen
- Aufbauen des Wortschatzes
- Vokabeltraining

Gebühr: 140,00 €

Stundenumfang: 6 x 2 Zeitstunden

Termine und Zeiten: (überwiegend dienstags und überwiegend 14-tägig)

- | | | |
|----|--|-------------------|
| a) | 02.05., 16.05., 30.05., 13.06., 27.06., 11.07.2023 | 17:30 - 19:30 Uhr |
| b) | 15.08., 29.08., 12.09., 26.09., 10.10., 24.10.2023 | 17:30 - 19:30 Uhr |
| c) | 07.11., 14.11., 28.11., 12.12., 09.01., 23.01.2024 | 17:30 - 19:30 Uhr |

Englischseminare

E3 Englisch-Aufbauseminar

Seminarbeschreibung

- Sie haben schon Englischkenntnisse und möchten diese ausbauen
- Smalltalk - auf der Privat- und Geschäftsebene
- Lesen von Artikeln mit anschließender Diskussion sowie Fragen zum Thema
- Grammatische Übungen
- Das Sprechen steht im Vordergrund
- Vokabeltraining

Gebühr: 140,00 €

Stundenumfang: 6 x 2 Zeitstunden

Termine und Zeiten: (überwiegend donnerstags)

- | | |
|---|-------------------|
| a) 20.04., 27.04., 11.05., 25.05., 01.06., 08.06.23 | 18:00 - 20:00 Uhr |
| b) 15.06., 22.06., 29.06., 06.07., 13.07., 20.07.23 | 18:00 - 20:00 Uhr |
| c) 31.08., 07.09., 14.09., 21.09., 28.09., 05.10.23 | 18:00 - 20:00 Uhr |
| d) 02.11., 09.11., 16.11., 23.11., 30.11., 07.12.23 | 18:00 - 20:00 Uhr |

Vorträge aus dem Gesundheitsbereich

Gebühr pro Vortrag: 20,00 €

V1 Gesunder Rücken

Termin: 05.06.2023

Uhrzeit: 18:30 – 21:00 Uhr

Wie kann man Rückenprobleme vorbeugen und was sind mögliche Ursachen von Rückenschmerzen? Neben einigen theoretischen Grundlagen werden in diesem Vortrag auch praktische Übung angeleitet und Empfehlungen gegeben.

Dozent: Philipp Brinkmann - siehe Seite 11

V2 Schüßler Salze

Termin: 04.09.2023

Uhrzeit: 18:30 – 21:00 Uhr

Dr. Schüßler stellte fest, dass im menschlichen Körper Mineralstoffe in unterschiedlicher Menge und Konzentration enthalten sind, die als Funktionsmittel eine zentrale Aufgabe für Gesundheit und Wachstum erfüllen. Lernen Sie an diesem Abend kennen, welche Salze es gibt, wie die Dosierung stattfindet und welche Salze für wen geeignet sind sowie auch die Grenzen der Therapie mit Schüßlersalzen.

Dozent: Arnd Groeneveld - siehe Seite 10

V3 Meditation

Termin: 06.11.2023

Uhrzeit: 18:30 – 21:00 Uhr

Meditation - eine uralte Wissenschaft

Was bedeutet Meditation eigentlich? Welche Arten der Meditation gibt es? Hintergründe, interessante Verknüpfungen zu unserer Gesundheit und praktische Übungen.

Dozent: Philipp Brinkmann

Geben Sie gerne Anregungen, für welche weiteren Themen Sie sich interessieren. Vielen Dank!

Anmeldung

Die Anmeldung zu den einzelnen Seminaren erfolgt entweder telefonisch oder per E-Mail.

Telefon | Heike Brinkmann - 0541 6688852 / 0170 3169958 – mail@heike-brinkmann.de

Falls Sie uns telefonisch nicht persönlich erreichen, sprechen Sie bitte Ihre Nachricht auf die Mailbox und hinterlassen Ihre Kontaktdaten. Wir melden uns bei Ihnen.

Vor den Seminaren bekommen Sie eine schriftliche Mitteilung, in der die Anmeldung zu Ihrem Seminar bestätigt wird. Die Seminargebühr ist vor dem jeweiligen Seminarstart per Überweisung zu entrichten.

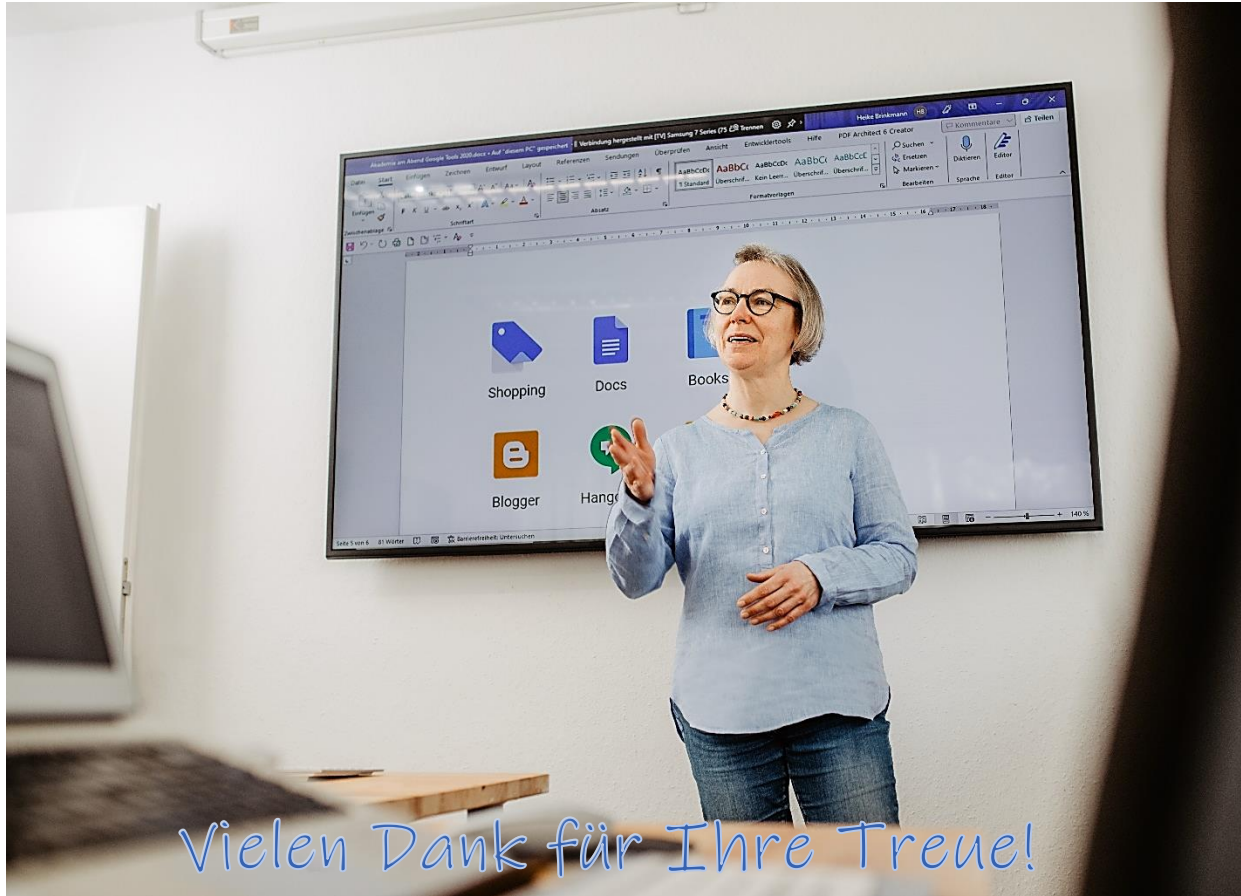
Für den Fall, dass das Seminar schon ausgebucht ist, vermerken wir Ihr Interesse und kontaktieren Sie, falls ein weiteres Seminar in Planung ist.

Unterlagen in unseren Seminaren unterliegen dem Urheberrecht. Ihre Anmeldeinformationen unterliegen der Datenschutzgrundverordnung.

Herzliche Grüße und vielen Dank für Ihr Interesse

Heike Brinkmann, Yvonne Dickinson, Arnd Groeneveld und Philipp Brinkmann

Irrtümer vorbehalten!



Vielen Dank für Ihre Treue!