Nach den Ferien wird bei der VHS Bergkamen weitergelernt!

Nach den Osterferien beginnen bei der VHS Bergkamen noch einige Kurse, und es gibt auch noch freie Plätze dafür.

So findet am 11.04.2018 um 18.00 Uhr ein Grundlagen-Kurs zum Thema „W-LAN und Heimnetzwerke sicher und sinnvoll einrichten“ statt. Es werden Begriffe und Geräte erklärt und nötige Geräte und Hardware erläutert. Das Einrichten eines Netzwerkes mit W-LAN, D-LAN oder Kabel wird vorgestellt. Es geht aber auch um das Thema Sicherheit. Selbstverständlich werden auch Tipps und Tricks verraten.

Es gibt aber auch noch freie Plätze im „Android-Smartphone-Kurs“ am 13.04.2018 in der Zeit von 08.30 bis 11.45 Uhr.

Sie können auch noch etwas für Ihre Gesundheit tun. Das Angebot „Singen ist gesund!“ richtet sich natürlich in erster Linie an Menschen, die Freude am Singen haben. Aber die gesundheitlichen Vorteile, die sich daraus ergeben, wie die Vertiefung der Atmung, Blutdruck und Herzrhythmus harmonisieren sich, wecken vielleicht die Sangeslust. Die Dozentin ist ausgebildete Atem- und Entspannungslehrerin und rundet das Angebot mit einfachen Atem- und Entspannungsübungen ab.

Für das naturheilkundliche Angebot „Römische Wellness“, Samstag, 14.04.2018, 14.00 bis 17.00 im Stadtmuseum in Bergkamen, gibt es auch noch 2 freie Plätze.

Lassen Sie sich von wohlriechenden Salben und Düften in die Körperpflege und Kosmetik des antiken Rom verführen – ein entspanntes Loslassen vom Alltagsstress.

Am 17.04.2018 beginnt um 19.00 Uhr ein neuer Kurs mit dem Titel „Progressive Muskelentspannung“.

Die kulinarische Seite der VHS lädt am 17.04.2018 um 17.45 Uhr zum herzhaften Backen ein. Für die Liebhaber herzhafter Gebäckvarianten werden pikante Torten, Kuchen und Kleingepäck hergestellt und verkostet. Eine leckere Alternative zum Abendessen oder ein schönes Picknick oder Brunchangebot.

Sollte Ihr Interesse geweckt sein, melden Sie sich doch einfach beim Team der VHS Bergkamen an. Auch für eventuelle Rückfragen steht die VHS gerne zur Verfügung, entweder zu den bekannten Öffnungszeiten telefonisch unter 02307/284953 oder per E-Mail an: vhs@bergkamen.de