VHS-Kurs: Flyer, Broschüren & Co. mit MS Word 2010

Flyer, Broschüren & Co. lassen sich einfach mit MS Word 2010 erstellen. Wie es geht, zeigt ein VHS-Kurs, der am 5. Juni startet.

Wer im Betrieb oder im Verein mit der Erstellung von eigenen Veröffentlichungen über das Textverarbeitungssystem MS Word 2010 betraut ist, der kann im Rahmen des VHS-Kurses 5207 „MS Word 2010 – Flyer, Broschüren & Co.“ am 5. und 12. Juni jeweils von 18:30 bis 20:00 Uhr im VHS-Gebäude „Treffpunkt“ die Tricks und Kniffe der gestalterischen Funktionen dieses Programms kennen lernen.

In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden verschiedene Formate kennen und einzusetzen sowie Grafiken, Bilder und Texte einzubinden. „Ganz intensiv beschäftigen wir uns auch mit den Möglichkeiten, die die Funktion WordArt bietet“, erläutert Dozent Markus Heinrich. „Es wäre hilfreich, wenn die Teilnehmenden einen eigenen USB-Stick mitbringen würden, um ihre Arbeitsergebnisse zu sichern, damit sie später zu Hause damit weiterarbeiten können.“

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollten über solide PC-Grundlagenkenntnisse und Grundlagen in der Anwendung von MS Word 2010 verfügen.

Der Kurs W5207 kostet 9,20 €. Eine vorherige Anmeldung ist zwingend erforderlich. Anmeldungen nimmt das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 08.30 – 12.00 Uhr und montags, dienstags und donnerstags von 14.00 – 16:00 Uhr im Volkshochschulgebäude „Treffpunkt“, Lessingstr. 2, 59192 Bergkamen, entgegen. Eine Anmeldung per Telefon ist unter der Rufnummer 02307 / 284952 oder 284954 möglich. Online können Interessierte sich jederzeit über

vhs.bergkamen.de oder www.bergkamen.de anmelden.

Kanal wird 100: Führung durch die Marina Rünthe

Das Jubiläum „100 Jahre Datteln Hamm-Kanal“ wird zwar während des kommenden Bergkamener Hafenfestes am Pfingstwochenende Anfang Juni durch eine Sonderausstellung des Wasser- und Schifffahrtsamtes Rheine im Sportboothafen Marina Rünthe gewürdigt, doch auch der Bergkamener Gästeführerring nimmt sich dieses Themas an.

Gästeführer Detlef Göke steht jedenfalls am kommenden Sonntag um 11 Uhr im Westen des Hafengebietes vor dem Restaurant „Am Yachthafen“ (California) am Hafenweg bereit, um alle interessierten Besucher und Besucherinnen von dort aus mit auf einen etwa zweistündigen Gang durch den Hafen mitzunehmen. Unter dem Motto „Lastkähne, Motoryachten, der Kanal und ein Hafen“ wird Detlef Göke, der selbst seit einigen Jahren in diesem Hafengebiet zu Hause ist, den weit über die Grenzen Bergkamen hinaus bekannten Marina Rünthe mit all seinen Einrichtungen und Angeboten genauer vorstellen.

Und da der 1995 eingeweihte Hafen ohne den Datteln-Hamm-Kanal nicht denkbar ist, wird Detlef Göke auch über diese wichtige künstliche Wasserstraße, die seit nunmehr genau 100 Jahren besteht, mancherlei Wissenswertes und bisher Unbekanntes erzählen.

Für die Teilnahme an dem etwa zweistündigen Rundgang ist pro Person ein Kostenbeitrag von drei Euro zu entrichten. Für Kinder bis zu zwölf Jahren ist die Teilnahme frei.

Führung über die Halde Großes Holz und durch den Korridorpark

Mit einer Wanderung über die Bergehalde Großes Holz und durch den so genannten „Korridorpark“ setzt der Bergkamener Gästeführerring am kommenden Samstag, 24. Mai, sein Veranstaltungsprogramm fort.

Um zehn Uhr startet die Tour an diesem Tag unter der Leitung von Gästeführerin Elke Böinghoff-Richter auf dem inzwischen ansprechend umgestalteten und deutlich vergrößerten Wanderparkplatz unterhalb der „Adener Höhe“ an der Erich-Ollenhauer-Straße in Bergkamen-Weddinghofen (Parkmöglichkeiten auch an der Straße Binsenheide).

Mit der Gästeführerin Elke Böinghoff-Richter steht den Wanderern eine ausgewiesene Kennerin des Haldengebietes zur Verfügung, denn sie hat sich im Laufe vieler Jahre intensiv mit der Bergkamener Halde beschäftigt, die Entwicklung dieser neuen Landschaft verfolgt und sie mit großem persönlichem Interesse begleitet.

Sie kann deshalb den Teilnehmerinnen und Teilnehmern an dieser Exkursion also nicht nur über die Entstehung der Halde und der dortigen Flora und Fauna berichten, sondern auch über den so genannten Korridorpark und die weiteren Zukunftspläne für den Ausbau der nördlichen und nordöstlichen Haldenbereiche im Zuge der Schaffung des so genannten „Kanal-Bandes“.

Und weil man von der Halde auch bei klarem Wetter einen sehenswerten Panoramarundblick über das Stadtgebiet genießen kann, wird Elke Böinghoff-Richter natürlich auch dazu einige Hinweise und Erläuterungen geben. Zugleich bietet sich allen Besuchern erstmalig die Gelegenheit, den Fortschritt der Umgestaltungsarbeiten auf der Haldenspitze vor Ort genauer in Augenschein zu nehmen.

Für die Teilnahme an der etwa zweieinhalbstündigen Rundwanderung ist pro Person ein Kostenbeitrag von drei Euro zu entrichten. Für Kinder bis zu zwölf Jahren ist die Teilnahme an der Wanderung kostenfrei. Wer mitwandern möchte, sollte in jedem Fall festes Schuhwerk anziehen und auf wetterangepasste Bekleidung achten.

Schüler der Freiherr-von-Ketteler-Schule lernen in der Waldschule Cappenberg

Einen Unterricht der besonderen Art erlebten Schülerinnen und Schüler Freiherr-von-Ketteler-Grundschule. Der Schulranzen blieb zu Hause, stattdessen ging es mit einem kleinen Rucksack in ein großes, grünes Klassenzimmer: Die Klassen 4 a und 3 c sowie die Klassen 4 b und 4 c besuchten mit ihren Klassenlehrerinnen die Waldschule Cappenberg. Gesponsert hat das Erlebnislernen die Abfallberatung der GWA – Gesellschaft für Wertstoff- und Abfallwirtschaft Kreis Unna mbH.



Die Klassen 4 a und 3 c sowie die Klassen 4 b und 4 c der Freiherr-von-Ketteler-Schule Rünthe besuchten mit ihren Klassenlehrerinnen die Waldschule Cappenberg.

Annette Graf, Oliver Belaire und Andreas Witte, Mitarbeiterinnen der Waldschule, führten die Klassen durch den Wald und durch das umweltpädagogische Programm. Trotz wechselhaftem Wetter hatten die Kinder sichtlich ihren Spaß bei der spielerischen Erforschung des Waldes. Ausgestattet mit Becherlupen schwärmten sie in kleinen Gruppen immer wieder aus. Die Erfolge ließen nicht lange auf sich warten: Spinnen, Riesenkäfer, Frösche, Erdkröten und sogar ein Lurch wurden bestaunt. Manches Wesen war den Kindern bisher höchstens aus dem Zoo bekannt, nun konnten sie die Tiere in den eigenen Händen halten und bewundern. Selbstverständlich wurden alle Tiere wieder frei gelassen. Aufmerksam wurden auch die Waldregeln befolgt. So wurde z. B. das Pausenbrot – umweltfreundlich, da Abfall sparend – in wiederverwendbaren

Brotdosen mitgebracht. Vereinzelt anfallende Verpackungsabfälle wurden eingepackt und mitgenommen, nichts blieb im Wald zurück.

Die Frage, was denn eigentlich mit den vielen Blättern im Wald geschieht, führte schließlich zum wichtigen Thema Kompostierung. So erfuhren die Kinder Wissenswertes über die im Waldboden lebenden Mikroorganismen, wie mit deren Hilfe das Laub kompostiert wird und daraus wertvoller Humus entsteht. Ein Vergleich mit der Kompostierung der in der Biotonne gesammelten organischen Abfälle aus Küche und Garten am Fröndenberger Kompostwerk rundete das Thema ab. Zur Vor- und Nachbereitung erhielten die Klassen von der GWA ein umfangreiches Paket mit Informations- und Arbeitsmaterialien. Bereits seit mehreren Jahren arbeitet die GWA-Abfallberatung mit der Waldschule zusammen, um das Thema den Schülern spielerisch zu vermitteln. Jährlich werde kreisweit bis zu 30 Schulklassen ein Besuch der Waldschule finanziert, erläutert Stefanie Lieg von der GWA.

Auch im nächsten Jahr bietet die GWA-Abfallberatung einen erlebnisreichen Besuch zum Thema „Kompostierung“ in der Waldschule für 30 Schulklassen an. Interessierte Schulen können sich bereits jetzt bei der GWA-Abfallberatung am Infotelefon unter (0 800 400 1 400 (gebührenfrei, im Kreis Unna) vormerken lassen.

VHS-Vortrag: Arthrose – Was tun gegen den

Gelenkverschleiß?

„Arthrose – Was tun gegen den Gelenkverschleiß?“ lautet der Titel eines aktuellen Angebot im Rahmen der naturheilkundlichen Vortragsreihe der VHS Bergkamen am 5. Juni.

Arthrose ist die häufigste Form aller Gelenkerkrankungen. Allein in Deutschland sind 5 bis 10 Millionen Menschen betroffen. Kennzeichen der Arthrose ist die immer dünner werdende und sich verändernde Knorpelschicht des betroffenen Gelenkes. Ist ein Umbau des Gelenkknorpels erst einmal vorhanden, so hilft vielfach nur noch die Einnahme von Schmerzmitteln oder eine Operation.

Das oberste Ziel einer Arthrose-Behandlung ist demnach, den Fortschritt des Knorpelabbaus zu stoppen. Welche Maßnahmen dazu geeignet sind, erfahren Interessierte in dem VHS-Vortrag „Arthrose – Was tun gegen den Gelenkverschleiß?“ der Heilpraktikerin Claudia Lindemann am Donnerstag, 5. Juni, von 19 bis 20:30 Uhr im VHS-Gebäude „Treffpunkt“. Darüber hinaus erhalten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer umfassende Einblicke in die Rolle der Ernährung bei Arthrose. Tipps aus der Naturheilkunde ergänzen das Thema.

Für die Teilnahme an dieser Veranstaltung Kurs mit Kursnummer 3426 ist ein Kursentgelt in Höhe von 9,00 € zu entrichten. Eine vorherige Anmeldung bei der VHS ist erforderlich. Anmeldungen nimmt das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 08.30 – 12.00 Uhr und montags, dienstags und donnerstags von 14.00 – 16:00 Uhr im Volkshochschulgebäude „Treffpunkt“, Lessingstr. 2, 59192 Bergkamen, entgegen. Eine Anmeldung per Telefon ist unter der Rufnummer 02307 / 284952 oder 284954 möglich. Online können Interessierte sich jederzeit online über http://vhs.bergkamen.de anmelden.

Mord am Hellweg: Bestseller-Autorin Petra Hammesfahr bringt das „Böse“ in die Ökologiestation

Eine der erfolgreichsten Krimi-Autorinnen Deutschlands liest am 30. September, 19.30 Uhr, für das „Mord am Hellweg“-Publikum in Bergkamen. Petra Hammesfahr, mehrfach ausgezeichnet für ihre Werke, wird ihren brandneuen Kriminalroman „An einem Tag im November“ in der Ökologiestation präsentieren.



Krimiautorin Petra Hammesfahr komm bei „Mord am Hellweg“ nach Bergkamen. Foto: Wilfried Hammesfahr

Als eine Fünfjährige spurlos verschwindet, muss Kommissar Klinkhammer ermitteln. Doch noch ahnt der Ermittler nicht, dass seit Monaten in der Nachbarschaft Dinge geschehen, die an jenem Tag im November unweigerlich zur Katastrophe führen … Die Autorin ist bekannt dafür, das Abgründige in ihre Romane einziehen zu lassen. Gänsehaut ist also garantiert!!!

Erster Roman mit 17

Petra Hammesfahr schrieb mit 17 ihren ersten Roman. Mit ihrem Buch „Der stille Herr Genardy“ kam der große Erfolg. Seitdem schreibt sie einen Bestseller nach dem anderen, u. a. „Die Sünderin“, „Die Mutter“ und „Erinnerungen an einen Mörder“. Die Autorin lebt in der Nähe von Köln.

Auch hier gilt: Früh Karten sichern! **Wer bereits jetzt bucht, zahlt statt des regulären VVK-Preises (13,90 Euro/ermäßigt 11,90 Euro) einen Frühbucherpreis. Tickets zum Frühbucherpreis sind erhältlich, bis das Kontingent erschöpft ist.**

Infos/Karten: Stadt Bergkamen, Kulturreferat (02307) 96 54 64 oder i-Punkt Unna (02303) 10 37 77 und unter www.mordamhellweg.de.

Public Viewing: Alle Spiele des DFB-Teams live im Martin-Luther-Zentrum

Zur FIFA Fußball-Weltmeisterschaft Brasilien 2014 hat die Ev. Martin-Luther-Kirchengemeinde Bergkamen über die EKD wieder

die Lizenz zum Public Viewing erworben.

Gezeigt werden alle Spiele mit deutscher Beteiligung im Martin-Luther-Zentrum an der Preinstraße in Oberaden. Der Eintritt ist frei. Einlass ist jeweils 30 Minuten vor Spielbeginn.

Die Termine:

Datum	Spielbeginn	Spielpaarung
Montag, 16. Juni 2014	18:00 Uhr	Deutschland – Portugal
Samstag, 21. Juni 2014	21:00 Uhr	Deutschland – Ghana
Donnerstag, 26. Juni 2014	18:00 Uhr	USA – Deutschland

Wenn die deutsche Mannschaft die Vorrunde übersteht, wird die WM etwas für Nachtschwärmer. „Aber warum nicht abends oder nachts im Gemeindehaus mit anderen bei den Spielen der deutschen Fußball Nationalmannschaft mitfiebern?“, meint die Martin-Luther-Kirchengemeinde.

Unterricht wie vor 100 Jahren… im Schulmuseum

Wie gut es Schülerinnen und Schüler heute eigentlich haben, konnten einige von ihnen von der Realschule Oberaden hautnah erleben: beim Unterricht wie vor 100 Jahren im Schulmuseum in Dortmund.



„Unterricht“ im Schulmuseum Dortmund.

Die Spannung war groß, als die Schüler das Schulmuseum betraten. Nach einer kleinen Einführung über das Leben und die Schule um 1900 sollte der Unterricht beginnen und die Regeln wurden noch einmal erläutert:

1. Meldet euch richtig! (linker Arm vor die Brust und rechter Arm senkrecht dazu nach oben)
2. Ihr sprecht nur, wenn ich euch aufrufe!
3. Wer dran ist, steht auf und spricht in ganzen Sätzen!

Die ersten Unsicherheiten und Unterschiede zu heute wurden deutlich: „Werden wir dann auch geschlagen?“ Und auch wenn sie keine körperliche Züchtigung fürchten mussten, waren sich die Schüler hinterher einig – Unterricht früher war hart. Noch bevor das Lesen, Schreiben und Rechnen begann, wurde kontrolliert – Sind die Finger sauber, die Haare ordentlich und die Kleidung anständig? Als I-Männchen schrieben sie im

Takt, im Rechnen wurde jeder überprüft – auch Frau Cordbrüning und Frau Raasch mussten hier mit die Schulbank drücken – und auch eines blieb nicht aus: einige Störenfriede mussten in die Ecke.

VHS-Kurs: Schöne Gesichtshaut – Ein ganzheitliches Kosmetikprogramm

Die Haut ist ein wichtiges Organ und stellt den sichtbaren Teil des menschlichen Körpers dar. „, damit sie gesund und vital strahlend aussieht“, sagt Dozentin Petra Lantin, die am Samstag, 14. Juni, von 10 bis 13:15 Uhr den Workshop „Schöne Haut“ bei der Volkshochschule Bergkamen im „Treffpunkt“ anbietet.

Sie vermittelt den Teilnehmenden in vier Unterrichtsstunden ein ganzheitliches Kosmetikprogramm, das diese nach Beendigung des Kurses ganz leicht im Alltag anwenden können. Der Einstieg in den Kurs erfolgt über Entspannungsübungen, mit deren Hilfe die Teilnehmenden lernen, den Alltag loszulassen. Anschließend geht es um die äußere Pflege der Haut. Themenschwerpunkte sind hier die Hautdiagnose, Gesichtsreinigung, Gesichtspeeling, Maske und Tagespflege. Zur Anwendung kommen ausschließlich Naturprodukte, die individuell abgestimmt eingesetzt werden. Einen weiteren Schwerpunkt bildet das „Facelifting“, das sich sowohl positiv nach innen und außen auswirkt. Dabei werden verschiedene Akupunkturpunkte des Gesichts aktiviert, um eine Tiefenentspannung im ganzen Körper herzustellen. „Der Workshop endet mit einer Fantasiereise, so dass die Teilnehmenden mit

einem entspannten Wohlgefühl den Heimweg antreten“, sagt Petra Lantin.

Anmeldungen für den Kurs Nr. 3502, für den eine Teilnahmegebühr in Höhe von 12,00 € zu entrichten ist, nimmt das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 08.30 – 12.00 Uhr und montags, dienstags und donnerstags von 14.00 – 16:00 Uhr im Volkshochschulgebäude „Treffpunkt“, Lessingstr. 2, 59192 Bergkamen, entgegen. Eine Anmeldung per Telefon ist unter der Rufnummer 02307 / 284 952 oder 284 954 möglich. Online können Interessierte sich jederzeit über vhs.bergkamen.de oder www.bergkamen.de anmelden.

Oberadener Realschüler werden zu Archäologen

Im MaxiPark in Hamm begann ein aufregender und lehrreicher Tag für die Schüler der Klasse 6c der Realschule Oberaden, als sie mit den Worten „Heute werdet ihr zu Forschern“ begrüßt wurden.



Wie funktioniert Archäologie? Antworten fanden Schüler der Realschule Oberaden im MaxiPark Hamm.

„Schätze des Bodens“ waren das Thema des Ausflugs und der Ausstellung, die erkundet wurde. Dabei haben wir Neues gelernt und Spannendes entdeckt, zum Beispiel folgendes: eine Zaubermaschine zeigte wie aus Steinen Erde wird –mit Hilfe von Holzstücken konnten die Kinder die Entstehungszeit bestimmen – am Mikroskop wurden Pollen untersucht – in der Ausgrabungsstätte fanden wir ein Maultierskelett – und noch vieles mehr.

Doch nicht nur das Finden von Bodenschätzen stand im Vordergrund, sondern auch das Reparieren: In einem Restaurationswettbewerb konnten die Schülergruppen zeigen, dass sie Tonscherben mit Klebstoff und Gips wieder zu einem Krug zusammen setzen können – oder wie schwierig das eigentlich ist.

Info-Abend für Eltern rund um Internet und Handy

Das Städt. Gymnasium Bergkamen lädt am Dienstag, 20. Mai, ab 19 Uhr zu einem Info-Abend für Eltern rund um die Themen Internet und Handy ins Pädagogische Zentrum ein.

Elektronische Medien sind ein fester Bestandteil im Leben unserer Kinder geworden, zu Hause und in der Schule. Die Familie ist dabei der wichtigste Ort, an dem die Weichen für die Mediennutzung gestellt werden. Das Städtische Gymnasium bietet einen Informationsabend an, zu dem die Eltern der Klassen 5-7 eingeladen sind. Sie erfahren, welche Chancen und Gefährdungen es im Internet gibt und wie sie ihre Kinder schützen können.

Der Elternabend findet statt im Rahmen der „Initiative Eltern+Medien“, eines Angebotes der Landesanstalt für Medien Nordrhein-Westfalen (LfM). Referentin wird Diplom-Psychologin Nadja U. Pesch sein.

Sie bietet Informationen zu folgenden Aspekten:

- Soziale Netzwerke/social media: was machen unsere Kinder da? Aktuelle Trends und Risiken
- Cybermobbing
- Mediensucht

Mit der „Initiative Eltern+Medien“ greift die Landesanstalt für Medien auch im Jahr 2014 den deutlich gestiegenen Orientierungs-, Beratungs- und Aufklärungsbedarf von Eltern in der Medienerziehung ihrer Kinder auf. Sie unterstützt Einrichtungen vor Ort bei der Planung und Organisation von Elternabenden zu Fragen der familiären Mediennutzung.

Mit der Durchführung der „Initiative Eltern + Medien“ wurde das renommierte Adolf-Grimme-Institut beauftragt.

Mehr Infos zur Initiative und weiterführende Links gibt es hier.