

Gymnasiasten besuchen die Jugend-Uni: „Wir erklär’n der Welt das Geld“

Ein großer Teil der Klasse 7a des Bergkamener Gymnasiums nahm am Mittwochnachmittag an einem Seminar der Jugend-Uni des Kreises Unna im Capitol Kino Lünen teil. Der Besuch bildete den Abschluss der Unterrichtsreihe rund um Verbraucherrechte von Jugendlichen im Fach Politik/Wirtschaft bei ihrem Lehrer Matthias Fahling.

Unter dem Motto „Wir erklär’n der Welt“ referierten Mitarbeiter des Projekts „Funny Money“ der Technischen Universität Dortmund im Kinosaal 2 über den richtigen Umgang mit den eigenen Finanzen. Die anschauliche Präsentation war kombiniert mit „Mitmach“-Phasen, in denen die Schülerinnen und Schüler der 7a mit ihren Beiträgen glänzen konnten. Für jede Antwort gab es als Belohnung einen kleinen „Anti-Stress“-Ball und davon sammelten die Siebtklässler reichlich. Im Anschluss an den rund 60-minütigen Vortrag folgte der Film „Money Monster“, in dem auf höchstspannende Weise deutlich gemacht wurde, wie wichtig der umsichtige Umgang mit dem eigenen Geld ist.

Die begleitenden Lehrer Herr Siebeneicher, Herr Fahling und Frau Gartmann sowie die Schülerinnen und Schüler waren sich am Ende einig: Der Besuch der Jugend-Uni des Kreises Unna hat sich gelohnt. Die nächste „Vorlesung“ im November im Fach Physik ist daher bereits vorgemerkt.

„Komm auf Tour“ mit dem Jahrgang 7 der Realschule Oberaden

Wie und wann, in welchem Rahmen soll Lebens- und Berufsorientierung in der Schule beginnen?



Komm auf Tour: Der 7. Jahrgang der Realschule Oberaden. Foto: RS0

Das Projekt „Komm auf Tour“ hat darauf eine handlungsorientierte, motivierende, kurzweilige und höchst effektive Antwort. Unterstützt durch die Bundesagentur für Arbeit und die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung finden sich bei „Komm auf Tour“ vier Stationen mit hohem Aufforderungscharakter. Ein Zeittunnel spiegelt den Teilnehmern mögliche Zukunftssituationen, die Sturmfreie Bude macht darauf aufmerksam, was der ganz normale Wahnsinn zuhause an Überraschungen und täglichen Aufgaben zu bieten hat, die Theaterbühne stellt kleine Dialoge als Aufgabe und im

Labyrinth stellt man fest, dass Neuorientierung immer wieder auf der Tagesordnung stehen wird.

Der 7. Jahrgang der Realschule Oberaden hat an dem Projekt teilgenommen. Während einige der rund 85 Schülerinnen und Schüler sich mit einem Fragezeichen auf den Weg zum Schacht III in Bergkamen – Rünthe aufmachten, erlebten die Klassenlehrerinnen und Klassenlehrer eine engagierte Beteiligung ihrer Jugendlichen. Auf der Rückfahrt war vielen Teilnehmern das Ausrufezeichen im Kopf anzumerken.

Dabei ging es bei „Komm auf Tour“ zunächst um das Herausfinden der eigenen Stärken, die auf dem Weg ins Leben und in einen möglichen Beruf notwendig und hilfreich sein werden. Die eigentliche Berufsorientierung wird dann in den kommenden Jahrgängen durch die Potentialanalyse, die Berufsfelderkundung und insbesondere durch sinnvoll gewählte Praktika intensiviert.

Die Schülerinnen und Schüler konnten sich über eine ausgesprochen positive Rückmeldung der Teamer von „Komm auf Tour“ freuen. Ebenso erfreulich war eine rege Teilnahme der Eltern am Elternabend, bei dem die Erziehungsberechtigten über das Projekt und die örtlichen Informations- und Anlaufstellen informiert wurde, damit die Tour ihrer Kinder „Fahrt aufnehmen“ kann.

Klasse 9d des Gymnasiums besucht Atomkraftwerk Lingen

Einen außergewöhnlichen Ausflug unternahm jetzt die Klasse 9d des Städtischen Gymnasiums Bergkamen. Zum Auftakt der Unterrichtsreihe „Kernphysik“ besuchten die Schülerinnen und

Schüler gemeinsam mit ihren Lehrkräften Manuel Reschke und Monja Schottstädt das Atomkraftwerk Emsland in Lingen.



Die Klasse 9d mit Lehrerin Monja Schottstädt (links) und Klassenlehrer Manuel Reschke (rechts) vor dem Kernkraftwerk Emsland in Lingen. Foto: SGB

Nach einem Vortrag im Informationszentrum des Kraftwerksgeländes durchliefen die Schülerinnen und Schüler zunächst einen Sicherheitscheck, vergleichbar mit denen an Flughäfen. Diesen müssen auch alle Mitarbeiter täglich bestehen. Zudem wurde jeder Teilnehmer vor und nach dem Betreten der Anlage auf radioaktive Kontamination gescannt. Dann folgte eine 90-minütige Führung über das riesige Kernkraftwerksgelände. Besonderen Eindruck hinterließ bei den Jugendlichen das Turbinenhaus, in das der heiße Dampf aus dem Kernreaktor gelangt. Eine Leistung von 1,92 Millionen PS wird darin über eine Welle in den Generator übertragen, der dann

die Power in Strom für ca. 350000 Haushalte umwandelt.

Besonderes Augenmerk wurde im AKW Emsland auf die Sicherheit gelegt – das Betreten des Reaktorgebäudes war mit einer Gruppe in Klassenstärke daher nicht möglich. Eine Begutachtung des mächtigen Kühlturms bildete schließlich den Abschluss der beeindruckenden Besichtigung.

Vier Bergkamener Sprachkitas erhalten jetzt Fördermittel vom Bund

Das Sprachförderprogramm des Bundes für den Vorschulbereich geht jetzt in die zweite Runde. Zu den drei Kitas in Bergkamen, die schon Bundesmittel erhalten haben, kommt so eine weitere Kindertagesstätte hinzu. Das teilt Bundestagsabgeordneter Oliver Kaczmarek mit.

Durch die Sprache eignen sich Menschen Wissen an und kommen miteinander in Kontakt. Mithilfe der Sprache erfahren bereits die Kleinsten die Welt. Das sieht auch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend so und hat das Programm „Sprach-Kitas: Weil Sprache der Schlüssel zur Welt ist“ auf den Weg gebracht. Anfang 2017 startete bereits die zweite Förderwelle, in der weitere Mittel für die frühkindliche Sprachförderung bereitgestellt wurden. Durch das Bundesprogramm wird es den Kitas ermöglicht, eine halbe Stelle für eine zusätzliche Fachkraft einzurichten, die bei der Erstellung eines Förderprogramms unterstützt und dieses gemeinsam mit den Erzieherinnen und Erziehern weiterentwickelt. Zusätzlich werden mehrere Einrichtungen einer Region durch eine zusätzliche Fachberatung betreut.

Im Zuge der zweiten Förderwelle kann die Zahl der rund 3 500 Sprachkitas verdoppelt werden. Dabei richtet sich das Angebot insbesondere an solche Kitas, die von einem hohen Anteil von Kindern mit besonderem sprachlichem Förderbedarf besucht werden. Auch im Kreis Unna profitieren mehrere Einrichtungen von der Förderung des Bundes. Ganze neun Einrichtungen aus dem Kreis haben während der ersten Förderwelle bereits Mittel aus dem Programm erhalten. Mit der zweiten Förderwelle können nun alle Einrichtungen ihre gute Arbeit fortsetzen. Außerdem wurden fünf weitere Kitas in den Förderpool aufgenommen. Insgesamt erhalten damit 14 Einrichtungen im Kreis Unna Mittel aus dem Bundesprogramm, darunter vier Einrichtungen in Bergkamen, drei in Kamen und Unna, zwei in Fröndenberg und jeweils eine Kita in Bönen und Schwerte.

„Kinder sind neugierig und wollen die Welt kennenlernen. Die Sprache ist eine Voraussetzung dafür, dass Kinder ihre Umwelt entdecken können. Mit dem Programm sorgen wir dafür, dass alle Kinder unabhängig von ihrem sozialen Hintergrund die Möglichkeit bekommen, durch Sprache an der Gesellschaft teilzuhaben. Damit erfüllen wir nicht nur einen Bildungsauftrag. Gleichzeitig leisten wir auch einen nachhaltigen Beitrag zur sozialen Gerechtigkeit in unserem Land, der insbesondere durch die Integration geflüchteter Kinder neue Dringlichkeit erfahren hat“, so der Bundestagsabgeordnete Oliver Kaczmarek.

**Abiturjahrgang 2017 des
Gymnasiums besucht
Düsseldorfer Landtag und die**

Kunstsammlung NRW

Eine eintägige Studienfahrt führte am vergangenen Donnerstag 70 Abiturienten der Geschichts- und Kunstkurse des Städtischen Gymnasiums Bergkamen in die Landeshauptstadt.



Der Abiturjahrgang 2017 des Gymnasiums wurde im Landtag vom Landtagsabgeordneten Rüdiger Weiß empfangen.

Die Schülerinnen und Schüler hatten sich zuvor im Unterricht mit den verschiedenen Kunstepochen und der von Krieg, Diktatur und demokratischem Neuanfang geprägten, wechselvollen Geschichte Deutschlands im 20. Jahrhundert beschäftigt.

Bei einem Besuch des Landtages wurden sie vom heimischen Abgeordneten Rüdiger Weiß empfangen, der sie über die Arbeit des Parlaments und seine Tätigkeit informierte und mit ihnen über aktuelle politische Fragen diskutierte.

Anschließend besuchten die Kurse die Ausstellung „Otto Dix – Der böse Blick“ in der Kunstsammlung NRW. Otto Dix zeichnete in seinen Bildern ein schonungsloses Bild des 1. Weltkrieges wie auch vom Glanz und Elend der 1920er Jahre. Den Nationalsozialisten galt sein Werk als

„entartete Kunst“.

Die Pausen wurden von den Schülerinnen und Schülern genutzt, die wohlmeinende Sonne bei einem Spaziergang an der Rheinpromenade zu nutzen oder auch die Düsseldorfer Altstadt zu erkunden.

Jugend-Uni in der Cineworld Lünen: FunnyMoney präsentiert Money Monsters

Unter dem Motto „Wir erklär’n der Welt das Geld“ dreht sich die nächste Jugend-Uni-Vorlesung am Mittwoch, 5. April um 16.30 Uhr in der Cineworld, Im Hagen 3 in Lünen.

„Du willst dein Geld im Griff haben? Und du willst mehr über Geld wissen, um dir deine Wünsche schneller erfüllen zu können? Dann bist du bei uns richtig!“, sagt das Team von FunnyMoney. Die Finanz-Profis – bei der KT Capital GmbH handelt es sich um eine Ausgründung aus der Fachhochschule Dortmund – erklären den Jugend-Uni-Teilnehmern finanzielle Zusammenhänge so, dass sie sie verstehen. Das gibt Sicherheit, bringt bares Geld und das Wichtigste: Es macht Spaß.

Zusammen mit dem FunnyMoney-Team schauen die Jugendlichen nach einem unterhaltsamen Vortrag den spannenden Film „Money Monster“. In dem Film verliert der junge Kyle all sein Erspartes an der Börse und greift im Anschluss zu drastischen Maßnahmen, um zu verstehen, was genau mit seinem Geld passiert ist. Doch muss es überhaupt so weit kommen?

„Wir von FunnyMoney finden, dass das Problem ganz woanders

liegt, nämlich bei der fehlenden Finanzbildung“, erklärt Prof. Dr. Katrin Löhr von der Fachhochschule Dortmund. Hätte Kyle sich vorab ein bisschen mit dem Thema Finanzen auseinander gesetzt, hätte sein Leben sehr viel einfacher ablaufen können.

Kostenlose Tickets für Vortrag und Film sind ab sofort an der Kasse der Cineworld in Lünen oder unter www.cineworld-luenen.de erhältlich.

Weitere Informationen gibt es im Internet unter www.kreis-unna.de. Ansprechpartnerin ist Martina Bier von der Stabsstelle Planung und Mobilität des Kreises Unna, Tel. 0 23 03 / 27-24 61. PK | PKU

Erfolgreich die Deutschprüfung bei der VHS bestanden

Strahlende Gesichter gab es am Mittwochmorgen im Treffpunkt an der Lessingstraße: 13 erfolgreiche Teilnehmerinnen und Teilnehmer eines aktuellen Integrationskurses erhielten von der Leitung der Bergkamener Volkshochschule, Sabine Ostrowski und Manuela Sieland-Bortz, nach bestandener Prüfung der Niveaustufe B1.



Die erfolgreichen Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Deutschkurses der VHS für Migranten.

Sieben Teilnehmende haben die Niveaustufe A2 erreicht, die einen Anspruch auf 300 weitere Unterrichtsstunden haben, um bei einer Wiederholungsprüfung doch noch das B1 Niveau erreichen zu können. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer stammen aus den Herkunftsländern Syrien, Iran, Eritrea, Russland, Türkei, Bulgarien, Zimbabwe und Polen. Die meisten Personen verfügen über einen Aufenthaltstitel, einige befinden sich noch im Anerkennungsverfahren, haben dann aber eine gute Bleibeperspektive.

Die Zertifikate wurden den Teilnehmenden nun persönlich überreicht. Für einige geht es dann bei der Volkshochschule Bergkamen mit dem B2-Sprachkurs weiter, um gute sprachliche Voraussetzungen für den Einstieg in das Berufsleben zu erwerben.

Am 1. Januar 2005 trat das Zuwanderungsgesetz in Kraft. Durch das Gesetz wurden erstmalig staatliche Integrationsangebote für Zugewanderte gesetzlich geregelt. Den Kern staatlicher Integrationsmaßnahmen und -bemühungen bilden dabei die

Integrationskurse, bestehend aus einem Sprachkurs zur Vermittlung ausreichender Sprachkenntnisse mit 600 Unterrichtsstunden (6 Module à 100 Stunden) sowie einem Orientierungskurs mit 100 Unterrichtsstunden zur Vermittlung von Wissen zur Rechtsordnung, Geschichte und Kultur in Deutschland.

Im Anschluss an den Sprachkurs münden die Teilnehmenden in den Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) und der Orientierungskurs endet mit dem Test „Leben in Deutschland“ (Einbürgerungstest). Werden beide Prüfungen bestanden, erhalten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer das Gesamtzertifikat „Integration“. Dieses Zertifikat ist Grundlage für das Einbürgerungsverfahren. Ziel des Integrationskurses ist die Förderung der Integration von Migrantinnen und Migranten im Sinne der gesellschaftlichen Teilhabe und Chancengleichheit.

Gesamtschule und Barmer machen Schüler fit für den Arbeitsmarkt

Die Willy-Brandt-Gesamtschule Bergkamen und die BARMER unterstützen die Schülerinnen und Schüler des 12. Jahrgangs bei ihrem Berufsorientierungsprozess. An zwei Projekttagen am kommenden Mittwoch und Donnerstag hält die BARMER als Kooperationspartner der WBGE ein Kombiprogramm aus Assessment-Center und Bewerbertraining ab und gibt aktuelle Infos zum Arbeitsmarkt, um ganz gezielt für den Arbeitsmarkt fit zu machen.

Ziel ist es, die Teilnehmer frühzeitig auf den beruflichen Einstieg vorzubereiten und auf mögliche „Fallen“ und

„Gefahren“ hinzuweisen. Dabei sollen die Schülerinnen und Schülern vor allem davon profitieren, dass ihnen hier der Weg zur erfolgreichen Bewerbung aus Arbeitgebersicht präsentiert wird. Die Schülerinnen und Schüler sollen sich somit selbst einmal in die Rolle eines Arbeitgebers/einer Firma versetzen und ihre Stärken und Schwächen dementsprechend reflektieren. Das Programm ist offen und interaktiv gestaltet, so dass sich den Schülerinnen und Schüler über eine Selbsteinschätzung, Verkaufssimulationen oder auch Gruppendiskussionen genügend Möglichkeiten bieten, sich aktiv einzubringen und zu erproben.

Erste Schritte zum richtigen Beruf – 2500 Schüler lernen im Schacht III ihre Stärken kennen

Der Schacht III in Rünthe ist bis Ende März das Ziel von 2500 Schülerinnen und Schüler aus 24 Schulen des Kreises Unna. Die Siebtklässler erhalten durch den Erlebnisparkours „Komm auf Tour – meine Stärken, meine Zukunft“ wichtige Hilfen für die Suche nach einem Beruf oder einem Studienfach. Aus Bergkamen sind die Realschule Oberaden und die Willy-Brandt-Gesamtschule dabei.



Zum Auftakt der dreiwöchigen „Komm auf Tour“ durften Schüler der Käthe-Kollwitz-Gesamtschule Lünen im Terminal Platz nehmen. Hierbei ging es sofort um ihre Stärken.

Die Berufsorientierung sollte bei den jungen Leuten möglichst früh einsetzen und nicht erst in der 10. Klassen, betonten am Dienstag Claudia Hermsen von der Agentur für Arbeit Hamm und Landrat Michael Makiolla. Arbeitsagentur und der Kreis finanzieren das dreiwöchige Findungsangebot im Schacht III, das in dieser Form zum zweiten Mal stattfindet. Eine Förderung gibt es auch von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, weil insbesondere die Mädchen zum Thema „Frühschwangerschaften“ sensibilisiert werden sollen.



Bei seinem Besuch der Veranstaltung verriet

Landrat Michael Makiolla
seine Stärken.
Handwerkliche sind es
übrigens nicht, wie er
gestand.

Zusammen mit anderen berufsvorbereitenden Maßnahmen wie die Potenzialanalyse mit dem anschließenden dreitägigen Betriebspraktikum sollen die Jugendlichen das breite Spektrum von Berufen kennenlernen und herausfinden, welche Berufen ihnen liegen und Spaßmachen. Hier will der Kreis Unna die Basis der Betriebe verbreitern, die solche Praktikumsplätze zur Verfügung stellen. Der Kreis möchte es den Schülern zudem einfacher machen, einen geeigneten Praktikumsplatz zu finden.



(Von links): Monika Lewek-Althoff vom Kreis Unna
Claudias Hermsen und Dirk Mahltig.

Wie der Sachgebietsleiter Dienstleistungszentrum Bildung des Kreises Unna Dirk Mahltig erklärte, habe der Kreis seit einige Zeit dafür eine Internet-Plattform installiert, in die sich Betriebe mit Praktikumsplätzen eintragen und Schüler auswählen können. Diese Plattform ist unter dieser Adresse zu finden: <https://berufsfelderkundung-kreis-unna.ontavio.de/login.php>.

Rund 60 Firmen haben sich bereits in diese Plattform eingetragen. Sie stellen damit 900 Praktikumsplätze zur

Verfügung. Dirk Mahltig lud dazu ein, dass noch mehr Unternehmen sich daran beteiligen.

Und was passiert auf dem Erlebnisparcours „Komm auf Tour – meine Stärken, meine Zukunft“?

Im Abflugterminal begrüßt die Reiseleitung die Jugendlichen und lädt sie ein, mit ihr auf Entdeckungsreise zu gehen. Der Rap „2030“ macht Mut für die ersten Schritte in eine noch vage Zukunft. Er handelt von Wünschen wie Ängsten und öffnet den Blick für ungewohnte Lebens- und Berufswelten: „Wohin die Reise geht, kann heut’ noch keiner sagen. Aber du sagst wo es lang geht...“



Bei Loveline-TV geht es um eine Beratung in Liebesfragen.

In vier Überraschungsstationen müssen sich die Schülerinnen und Schüler spontan entscheiden, welche Aufgaben sie lösen. Zu bewältigen sind komplexe Alltagssituationen. Wer möchte in der „Loveline – TV-Beratung“ Tipps zu Liebesfragen in allen Lebenslagen geben? Wer baut die Betten? Wer will die Pizzabestellung übernehmen, verrückte Blumenkreationen zusammenstellen, Ordnung ins Chaos bringen oder einen coolen Tanz hinlegen? Plötzlich wird bekannt, dass es im Schlafzimmer einen „Zwischenfall“ gab. Was ist nach Meinung der Jugendlichen der „richtige“ Zeitpunkt für das „erste Mal“? Was wissen die Jugendlichen eigentlich bereits über die Pille, Kondome und den Umgang mit Verhütungsmitteln?



Ob Ordnung eine Stärke der Schüler ist, zeigt sich, wenn sie dieses Schlafzimmer aufgeräumt haben.

Für die Auswahl der Aufgaben und die mit ihnen verbundenen Anforderungen vergeben die Reisebegleiterinnen und -begleiter mehrere Stärken in Form von kleinen Aufklebern. Je nachdem, welche Stärken die Jugendlichen am meisten gesammelt haben, gehen sie zu dem entsprechenden Schrank mit spannenden Materialcollagen. Die Reiseleitung motiviert die Jugendlichen ausdrücklich zu prüfen, ob sie sich mit ihren spielerisch gesammelten Stärken identifizieren: „Arbeite ich wirklich gern mit meinen Händen?, Rede und berate ich gerne?, Hab ich's mit Zahlen?, Bin ich ein Ordnungsmensch?, Helfe ich gerne anderen Menschen?, Hab ich den tierisch-grünen Daumen?, Oder sprühe ich vor Fantasie?“ Hierzu können sie auch zu allen weiteren Schränken wechseln und sich informieren, welche beruflichen Möglichkeiten auf sie warten könnten.



Kind oder Beruf? Die für viele Mädchen wichtige Frage wurden in Spielszenen

auf der Bühne behandelt.

Der Erlebnisparcours ist kein diagnostisches Testverfahren, sondern regt an, die eigenen Interessen und Fähigkeiten für sich zu entdecken. Damit die persönliche Auseinandersetzung mit dem eigenen Ausbildungs- und Lebensweg nach dem Parcours kontinuierlich weitergeführt wird, erhalten alle Jugendlichen ihr persönliches „komm auf Tour-Logbuch“. Die Arbeitsbroschüre im Hosentaschenformat motiviert über Selbsttests, Fragebögen und Informationen die sukzessive Entwicklung eines realistischen Selbstbildes. Bis zum Schulabgang schließen sich die bewährten regionalen Angebote zur Berufsorientierung und Lebensplanung nahtlos an, zum Beispiel der Berufswahlpass, Betriebspraktika, Beratungsgespräche sowie der „Girls'Day“ und „BoysDay“

Weitere Informationen unter www.komm-auf-tour.de.

Hintergründe zu Berufsorientierung und Lebensplanung auch unter

www.planet-beruf.de

www.berufe-universum.de

www.loveline.de

www.schwanger-unter-20.de

Schultandems am Start: Qualifikation für Grundschul-

Pädagogen

Geschafft! Zehn Grundschulen haben sich mit ihren Kolleginnen und Kollegen aus dem Offenen Ganztage auf den Weg gemacht, um neu zugewanderte Kinder gemeinsam sprachlich fit zu machen.



Landrat Michael Makiolla überreichte die Zertifikate an die Schultandems. Foto: Ursula Nagel – Kreis Unna

Unter dem Motto „Spielend Sprache lernen“ trafen sich die so genannten Schul-Tandems an sechs Tagen und erwarben Kenntnisse in den Bereichen Migrationssensibilität, Traumata und Sprachbildung. Unter Federführung des Kommunalen Integrationszentrums Kreis Unna (KI) in Kooperation mit dem Schulamt für den Kreis Unna fand die Schulungsreihe für Lehrkräfte der Grundschule und pädagogische Fachkräfte des Offenen Ganztags statt.

Damit aber nicht genug: Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer entwickelten gemeinsam Projekte zu den Themenbereichen „Apfel“ und „Frühling“, die direkt in den Einrichtungen erprobt werden.

Das Stadtmuseum Werne, das Umweltzentrum Westfalen, die Jugendkunstschule Unna, die Waldschule Cappenberg, ARTMAL aus Bönen und das KI stellten praxisnahe Angebote vor, um die Bildungslandschaft des Kreises im Rahmen von außerschulischen Partnern zu skizzieren.

Ein weiterer Arbeitsschwerpunkt war, Know-how zu erwerben, um gewonnene Erkenntnisse an das jeweilige Kollegium zu vermitteln. Denn nur so kann eine gute Basis für eine kontinuierliche Zusammenarbeit im Rahmen der Offenen Ganztagschule gelegt werden.

Das Engagement der Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurde mit der Zertifikatsübergabe durch Landrat Michael Makiolla entsprechend gewürdigt. PK | PKU

VHS zeigt mit der Methode „The Work“ nach Byron Katie den Weg zum inneren Frieden

Sie haben einen Gedanken, eine Situation, die Sie furchtbar nervt, ärgert, stresst, enttäuscht oder traurig macht und Ihre Gefühle aus dem Gleichgewicht bringt! „Gedanken sind harmlos, es sei denn, wir glauben sie“, so die Dozentin Gaby Krain, die mit der Methode „THE WORK“ nach Byron Katie einen Weg aufzeigt, der zum inneren Frieden mit sich selbst und der Welt führt.

Die VHS Bergkamen stellt im Rahmen einer Abendveranstaltung diese Methode am Mittwoch den 15.03., 19.00 bis 20.30 Uhr vor. Anhand von Beispielen zeigt die Dozentin Gaby Krain, wie man einen belastenden Gedanken identifizieren und mit nur 4 Fragen

für sich selbst den Weg finden kann, stressigen Gedanken mit mehr Verständnis zu begegnen und zu verändern. Der Kurs mit der Nummer 1705 kostet 12€ und findet im VHS-Gebäude „Treffpunkt“, Lessingstr. 2 in Bergkamen statt. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Für die VHS-Kurse ist eine vorherige Anmeldung erforderlich. Anmeldungen nimmt das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 8.30 – 12.00 Uhr und montags, dienstags und donnerstags von 14.00 – 16.00 Uhr im Volkshochschulgebäude „Treffpunkt“, Lessingstr. 2, 59192 Bergkamen, entgegen. Eine Kursanmeldung per Telefon ist unter den Rufnummern 02307/284 952 und 284 954 möglich. Online können Interessierte sich jederzeit über www.bergkamen.de oder direkt über <http://vhs.bergkamen.de> anmelden oder auch im aktuellen Programm stöbern.