

# **Volkshochschule Bergkamen bietet vielfältige Weiterbildungsangebote im ersten Halbjahr 2025**

Mehr Vielfalt geht kaum: Das Programm der Volkshochschule (VHS) Bergkamen für das am 27. Januar beginnende 1. Halbjahr 2025 bietet auf 102 Seiten eine bunte Mischung aus 158 Kurs- und Vortragsangeboten – sowohl in Präsenz als auch online. Die breite Palette der behandelten Wissens- und Themengebiete spricht Menschen unterschiedlichster Neigungen und Interessen an und lädt zum ausführlichen Stöbern ein. Gelegenheit dazu bietet das neue Programmheft, das ab sofort an den bekannten Stellen im Stadtgebiet ausliegt, unter anderem im VHS-Gebäude „Treffpunkt“ in der Lessingstraße. Zusätzlich ist es online unter [www.vhs.bergkamen.de](http://www.vhs.bergkamen.de) verfügbar.

Wie Bürgermeister Bernd Schäfer im Vorwort betont, fördert die VHS mit ihrem Angebot den Dialog über Demokratie, Toleranz und den Erhalt eines friedlichen Miteinanders und nimmt damit auf dem Gebiet der politischen Bildung eine Schlüsselrolle ein – ein wichtiger Aspekt in Zeiten politischer Veränderungen und gesellschaftlicher Umbrüche. Besonders hervorzuheben sind eine Ausstellung und ein Vortrag über „Frauen im Widerstand gegen den Nationalsozialismus“, die in Zusammenarbeit mit der kommunalen Gleichstellungsstelle durchgeführt werden.

Ein weiterer inhaltlicher Schwerpunkt liegt im kommenden Halbjahr auf dem Kommunizieren und Kooperieren im Internet. Hierzu finden sich im VHS-Programm vielfach bewährte Angebote wie zum Beispiel „Zoom für Teilnehmende – Professionelles Auftreten“, „Die eigene Homepage erstellen“ oder auch „Digitales Marketing“, welche sowohl Firmen als auch Vereine unterstützen, sich online zu präsentieren.

Noch recht neu, doch ebenfalls bereits sehr beliebt ist „vhs.wissen.live“ – das digitale Wissenschaftsprogramm der VHS, das im kommenden Halbjahr 18 spannende Veranstaltungen mit renommierten Fachleuten aus Wissenschaft und Gesellschaft streamt. Um daran bequem von zu Hause teilzunehmen, sind lediglich ein PC, Notebook, Tablet oder Smartphone erforderlich. Wer sich mit Online-Bildungsveranstaltungen noch nicht auskennt und Unterstützung benötigt, kann sich gerne an das Team der Bergkamener VHS wenden.

Ganz neu im Programm ist die „vhs.KinderUni“, die in Kooperation mit der VHS Böblingen-Sindelfingen angeboten wird. Diese richtet sich an Kinder von 8 bis 12 Jahren und widmet sich unter anderem Fragen wie „Warum kann man mit Bildern im Kopf super Vokabeln lernen?“ oder „Warum essen wir täglich so viel Plastik?“. Diese kinderfreundlichen Online-Vorträge finden sonntagvormittags statt und können auch gemeinsam mit den Eltern verfolgt werden.

### **Vielfältiges Angebot zu Gesundheit, Ernährung und Sprachen**

Wie in jedem Halbjahr bietet die VHS unter der Überschrift „VHS macht gesünder“ wieder eine Vielzahl von Entspannungskursen über Feldenkrais, „Singen ist gesund“, Qi Gong, Yoga (Hatha Yoga, Yoga für den Rücken) Progressive Muskelentspannung und Lach-Yoga an. Zur Steigerung der Fitness- und Beweglichkeit sind Pilates, Fit-Mix, Zumba, Zumba Gold und Pound-Fitness sowie spezielle Bewegungsangebote für Ältere und Diabetiker zu empfehlen.

Wie gewohnt wird in der VHS auch gekocht und gebacken – seit Kurzem in der neuen Lehrküche. Appetit machen schon jetzt zu „Österreichischen Spezialitäten“ mit Raphael Platzer und „Indische Spezialitäten“ mit Regina Gurram, sowie das „Kochen für den 1-Personen-Haushalt“ – ideal für 30 bis 40-jährige Singles“.

Auch für Whisky- und Wein-Freunde ist etwas dabei. Vom

„Schottischen Einsteiger-Tasting“ und „Whisky – Around the World“ bis zum „Basiswissen Weinland Deutschland – ein Wein-Einmaleins mit Weinverkostung“ wird Wissen rund um diese edlen Getränke, deren Herstellung und die Besonderheiten der Anbaugebiete vermittelt.

Wer eine neue Sprache erlernen oder bestehende Kenntnisse auffrischen möchte, kann bei der VHS Englisch-, Französisch-, Italienisch- und Spanisch-Kurse belegen. Hilfreich sind zudem der Spanisch-Anfängerkurs, um sich ein wenig auf die nächste Reise vorzubereiten und sowie die Fortgeschrittenen-Kurse für Seiteneinsteiger.

Ähnlich breit ist der Fachbereich EDV und Berufliche Bildung aufgestellt. Anfänger und Fortgeschrittene finden dort Angebote für den PC wie die klassischen Office-Anwendungen Word, Excel und Outlook. Wer über keine digitalen Kenntnisse verfügt, kann mit dem Kurs „Erste Schritte in die digitale Welt“ Erfahrung mit unterschiedlichen Geräten sammeln, welche die VHS zur Verfügung stellt.

### **Kaufmännische Online-Weiterbildungen, Umwelt, Religion und Schulabschlüsse**

Für die kaufmännische Weiterbildung gibt es Webinare, die in Kooperation mit dem Xpert-Lernetz durchgeführt werden. Hierbei handelt es sich um ein bundeseinheitliches Kurs- und Zertifikatssystem für kaufmännische Weiterbildung an Volkshochschulen. Xpert-Kurse vermitteln fundierte kaufmännische Kenntnisse und betriebswirtschaftliche Kompetenzen vom Einstieg bis zum Hochschulniveau.

Weiterhin haben Umweltthemen einen festen Platz im VHS-Programm. Dafür stehen exemplarisch die Kurse „Wie heize ich mein Haus?“ oder „Sonnenstrom vom Dach“. Hinzu kommt die Themenreihe „Weltreligionen“ mit Alexander Jasczyk, die Themen wie „Was ist eigentlich Sünde?“ oder „Krieg und Frieden“ aufgreift. Für die Schulabschlusslehrgänge können sich

Interessierte ab Ende Januar 2025 persönlich bei der Lehrgangsunterleitung anmelden. Weitere Informationen und Terminvereinbarungen sind unter der Telefonnummer 02307/28 49 50 erhältlich.

---

## Weiterführende Schulen in Bergkamen: Tage der offenen Tür und Anmeldetermine

Die weiterführenden Schulen der Stadt Bergkamen laden interessierte Grundschülerinnen und Grundschüler sowie deren Eltern herzlich dazu ein, die Schulen im Rahmen der „Tage der offenen Tür“ kennenzulernen. Diese Veranstaltungen bieten die Möglichkeit, einen Einblick in das Schulleben, die Unterrichtsinhalte und die Schwerpunkte der einzelnen Schulen zu gewinnen.

Die Termine für die „Tage der offenen Tür“ sind wie folgt:

- **Städtisches Gymnasium Bergkamen:** Samstag, 23. November 2024, ab 10:00 Uhr.
- **Realschule Oberaden:** Freitag, 10. Januar 2025, 14:30–17:30 Uhr.
- **Freiherr-vom-Stein-Realschule:** Freitag, 17. Januar 2025, 15:00–18:00 Uhr.
- **Willy-Brandt-Gesamtschule:** Samstag, 18. Januar 2025, 10:00–14:00 Uhr.

Neben den „Tagen der offenen Tür“ bietet das städtische Gymnasium auch einen Schnupperunterricht an. Termine hierfür und für die Anmeldewoche im Februar 2025 können online, auf der Website des Gymnasiums gebucht werden.

Die Anmeldungen zu allen weiterführenden Schulen finden in der Woche von Montag, 24.02.2025 – Freitag, 28.02.2025 statt. Die genauen Zeiten variieren wie folgt:

Schule	Vormittags	Nachmittags
Städt. Gymnasium Hubert-Biernat-Str. 1 59192 Bergkamen	Montag - Freitag 08.30 Uhr - 14.00 Uhr	Montag, Dienstag und Donnerstag 15.00 Uhr - 18.00 Uhr
Willy-Brandt-Gesamtschule Am Friedrichsberg 30 59192 Bergkamen	Montag - Donnerstag 08.00 Uhr – 12.00 Uhr  Freitag <b>keine</b> Anmeldung!	Montag 14.00 Uhr – 18.00 Uhr Donnerstag 14.00 Uhr – 18.00 Uhr
Freiherr-vom-Stein-Realschule Hochstr. 54 a 59192 Bergkamen	Montag - Freitag 08.30 Uhr - 12.00 Uhr	Montag 14.00 Uhr - 16.00 Uhr
Realschule Oberaden <u>Pantenweg 12</u> 59192 Bergkamen	Montag - Freitag 08.00 Uhr - 12.00 Uhr	Donnerstag 13.30 Uhr – 15.30 Uhr

---

**Die Räuber: Klasse 10a des Gymnasiums besucht das Düsseldorfer Jugendtheater**



Klasse 10a im Düsseldorfer Jugendtheater. Fotos: Monja Schottstädt und Victoria Paul

Wofür stehen wir heutzutage ein? Friedrich Schillers Kultdrama „Die Räuber“ stellte der Klasse 10a des Bergkamener Gymnasiums in Felix Krakaus Inszenierung im Düsseldorfer Jugendtheater ganz grundsätzliche Fragen.

Wer verstaubte Kostüme, Perücken und abgehobene Sprache erwartete, wurde enttäuscht: In Düsseldorf inszeniert Regisseur Felix Krakau Friedrich Schillers Drama zeitgemäßer. Dafür hat er den Text umgeschrieben, gekürzt und pointiert, um die seines Erachtens brennenden Fragen nach unseren (gesellschaftlichen) Werten, aber auch nach den Grenzen von Engagement und Protest zu stellen und „das Publikum aufzurütteln“.



Der Stoff über einen scheinbar verstoßenen Grafensohn, der sich durch die Intrige seines Bruders animiert fühlt, sich mit Freunden zum Kampf gegen die Missstände zu einer Räuberbande zusammenschließt, dann aber im Alltag erkennen muss, dass er nicht nur sein privates Glück verraten, sondern sich vor allem auch mit Gräueltaten seiner Bande verrannt hat, trägt den Schwung des Aufbegehrens der Sturm-und Drang-Zeit.

Vor der Inszenierung konnten die Schülerinnen und mit der Theaterpädagogin Lena Hilberger arbeiten, sich auf das Stück einzustimmen und auf der kleinen Theaterbühne selbst geschriebene Reden wie ein zorniger „Räuber“ vorzutragen. Reden schwangen dann auch die Figuren auf der Bühne. Die Düsseldorfer Inszenierung konzentriert sich nämlich ganz auf diese Räuberhandlung, blendet den Familienkonflikt und die Liebesgeschichte darüber fast ganz aus. Die Fragen eines Einzelnen, der Hauptfigur Karl von Moor, ob es noch richtig ist, was er tut, werden zu Fragen der Gruppe. Die überlegt am Ende, einen neuen Weg einzuschlagen, und es dieses Mal etwas besser zu machen.



Um die Zuschauer anzusprechen, wurde auch aus dem Zuschauerraum heraus gespielt, wurden viele veraltete Formulierungen modernisiert, dafür zentrale Sätze einprägsam im Chor rhythmisch gesprochen und sogar Lieder wie von den Backstreet Boys gesungen. Es schien fast, als müssten die Schauspieler dabei selber lachen. Ganz anders dann, als sie in der brennenden Stadt spielten – durch ein Bühnenbild

unterstrichen, das auch aus herabhängenden und rot leuchtenden Leuchtstäben besteht, die das Feuer zeigen sollten.

Insgesamt: Ein spannender Tag im Zeichen der Kultur!

---

# **VHS Bergkamen bietet an: Kurs für Neueinsteiger in der digitalen Welt**

Der Kurs „Erste Schritte in die digitale Welt“ der VHS Bergkamen ist für Personen gedacht, die keinerlei Vorkenntnisse über digitale Technologien haben und die die Bedienung kennenlernen möchten.

Das Angebot umfasst die Bereitstellung der digitalen Geräte (Android-Tablets, iPads, Notebooks) und gibt Einblicke in deren Einsatzmöglichkeiten. Die Teilnehmenden werden mit den Unterschieden der verschiedenen Geräte vertraut gemacht und können das Gerät in Ruhe ausprobieren. Sie erfahren, wie sie eine Internetseite besuchen und Fotos machen können. Was ist eine App und wo ist sie zu finden? Und welche App kann vielleicht helfen? So können erste Erfahrungen im Umgang mit den Geräten in einer kleinen Gruppe gemacht werden. Der Kurs beginnt am 07.11. und findet dreimal donnerstags in der Zeit von 10:45 bis 12:45 Uhr im VHS Gebäude „Treffpunkt“ statt. Der Kurs wird vom Land NRW gefördert und kann daher kostenfrei angeboten werden. Eine Anmeldung ist zwingend erforderlich.

Gerne nimmt das VHS-Team auch persönlich Ihre Anmeldungen während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 8.30 – 12.00 Uhr und montags und donnerstags von 14.00 – 16:00 Uhr oder telefonisch unter den Rufnummern 02307/284 952 und 284

# Praxistag Technik: freigeschaltet

# Perspektive Anmeldetool



Freuen sich auf viele interessierte Jugendliche: Stefan Schmidt, Schulleiter des HBU (v.l.n.r.), Maike Augustin, Matthias Müller (beide WFG) und Marcus Humm, stellvertretender Schulleiter des HBU. Foto: WFG

Knochenbrüche mithilfe modernster Technik versorgen, einen

Linienbus auf Sicherheitsmängel überprüfen oder eine Alarmanlage bauen: Im Rahmen des Praxistages Perspektive Technik, zu dem die Wirtschaftsförderungsgesellschaft für den Kreis Unna mbH (WFG) in Kooperation mit dem Hellweg Berufskolleg Unna für Freitag, 8. November von 8:15 bis 13:00 Uhr in das Naturwissenschaftlichen Zentrum (NTZ) des Hellweg Berufskollegs Unna einlädt, können sich Schülerinnen und Schüler ab der Jahrgangsstufe neun in technischen und naturwissenschaftlichen Berufen ausprobieren.

Seit heute ist auch das Anmeldetool unter <https://www.perspektive-technik.de/projekte/zdi-netzwerk-perspektive-technik/praxistag-2024/> freigeschaltet. Schnell sein lohnt sich, denn die Plätze in den 62 Mitmach-Workshops der Unternehmen, Hochschulen und Schulen der Region sind begrenzt. „Mit dem Praxistag Perspektive Technik verfolgen wir als WFG verschiedene Ziele: Wir geben den Betrieben einerseits die Möglichkeit, junge Talente kennenzulernen und über ihre Ausbildungsangebote zu informieren. Zudem haben die Unternehmen die Gelegenheit, sich beim Praxistag als attraktiver Arbeitgeber zu präsentieren. Damit unterstützen wir die Betriebe bei der mittelfristigen Sicherung des Nachwuchses“, erklärt WFG- Geschäftsführer Sascha Dorday.

Natürlich profitieren auch die Jugendlichen von einer praxisnahen Möglichkeit der Berufsorientierung. „Im Gegensatz zu einer klassischen Ausbildungsmesse geht es beim Praxistag Perspektive Technik für die Schülerinnen und Schüler darum, selbst

aktiv zu werden und sich in unterschiedlichen Berufsfeldern auszuprobieren“, erklärt Matthias Müller, der die Veranstaltung gemeinsam mit Maike Augustin von Seiten der WFG organisiert. Er freut sich über viele Anmeldungen und steht für Rückfragen unter 0 23 03/27-39 90 zur Verfügung.

Folgende Betriebe und Institutionen beteiligen sich mit einem oder mehreren Workshops:

- Bayer AG

- Brillux GmbH & Co. KG
  - Brockhaus AG
  - DHL Solutions GmbH
  - Diagramm Halbach GmbH & Co.KG
  - Fachhochschule Dortmund
  
  - Fiege Unna GmbH & Co. KG
  - Vermessungsbüro Gadziak
  - GEA Farm Technologies GmbH
  - Hellweg-Berufskolleg Unna
  - Hochschule Hamm-Lippstadt
  - Kommunix GmbH
  - Montanhydraulik GmbH
  - REMONDIS Industrie Service GmbH & Co. KG
  - REMONDIS business IT solutions GmbH
  - REMONDIS IT Services GmbH
  - Rhenus Warehousing Solutions Services GmbH & Co. KG
  - Rössel-Messtechnik GmbH
  - RWE Generation SE
  - 3M Healthcare Germany GmbH / Solventum GmbH
  - Katholische St. Paulus Gesellschaft / Marienkrankenhaus Schwerte
  - K LW St. Paulus GmbH Klinikum Lünen Werne
  - Verkehrsgesellschaft Kreis Unna mbH
- 

**Fünftklässler:innen des  
Gymnasiums nehmen an  
multimedialer**

# Schulbibliotheksführung der Lesescouts teil



Am Dienstag und Mittwoch, dem 24./25.09. haben die 5c und die 5a den Anfang gemacht und an der Schulbüchereiführung der Lesescouts des Bergkamener Gymnasiums teilgenommen. Damit die Fünftklässler:innen die Bücherei auf spannende und kreative Weise kennenlernen können, haben die Lesescouts des SGB ein Biparcours-gestütztes Quiz entwickelt, bei dem die Schüler:innen der fünften Klassen Fragen beantworten und Aufgaben lösen müssen: „Wie lautet der Name des Autors der Reihe „Gregs Tagebuch“? Und unter welcher Rubrik findet man die Bücher? Welche Buchreihen mit Satzzeichen im Titel kann man in der Schulbücherei ausleihen? Notiere den Standort und die Signatur! Finde das Buch „Fußball – Auf- und Abwärmen“ und führe die Übung auf S. 37 durch“. Das sind nur einige der Aufgaben rund um den Bestand, die Ausleihe und die Regeln in der Bücherei, die gelöst werden wollen. Am Ende dieser multimedialen Führung erhalten die Schüler:innen ihren eigenen Büchereiausweis, den sie sowohl für die Ausleihe in der

Schulbücherei des SGB als auch in der Stadtbibliothek Bergkamen nutzen können. Nun steht dem Schmökern in und dem Ausleihen von Büchern nichts mehr im Wege!

Wer sind die Lesescouts? Die Lesescouts sind Schüler:innen der Jahrgangsstufen 6-10, die mit kreativen Aktionen Bücher und das Lesen in den Fokus rücken und dabei den Spaß- und Spannungsfaktor beim Lesen an ihre Mitschüler:innen weitergeben möchten. Die Lesescouts planen und organisieren im Team eigene Aktionen rund um das Lesen: Ob die selbst entwickelte Büchereiführung, winterliche Vorlesepausen in der Schulbücherei, Buchrezensionen zu Lieblingsbüchern oder die Unterstützung der Lesenacht einer 5'ten und 7'ten Klasse – die Lesescouts möchten ihren Mitschüler:innen zeigen, wie viel Spaß und Spannung in Geschichten stecken. Begleitet werden sie dabei von Anja Ganster, die die AG seit Beginn des letzten Schuljahres leitet.

---

## **Volkshochschule Bergkamen bietet im September noch viele interessante Vorträge und Kurse an**

Los geht es am 23.09.2024 mit dem Thema „Deals mit Diktaturen: Eine andere Geschichte der Bundesrepublik“. Der Online-Vortrag zeigt die Herausforderungen der bundesdeutschen Demokratie im Umgang mit Diktatoren auf.

Weiter geht es mit dem Vortrag „25 Jahre Euro: Was lehrt die Vergangenheit unserer Währung für die Zukunft?“ Mit ihrer gemeinsamen Währung wagen die europäischen Nationen seit 1999

ein Experiment, das in der Währungsgeschichte einmalig ist. Der Vortrag am 24.09.2024 beleuchtet die Vorgeschichte, stellt Stärken und Schwächen des Euro heraus und gibt einen Ausblick auf die nächsten 25 Jahre.

Am gleichen Tag kann von Interessierten der Beitrag „Keine Angst vor der Wärmepumpe“ gebucht werden.

Archäologie Begeisterte können sich für den Vortrag “Stonehenge: Archäologie, Geschichte und Mythos“ anmelden. Es geht um die Erbauer, die Geheimnisse und vieles mehr.

Ebenfalls zu empfehlen ist das Angebot „Geld anlegen mit ETF für Einsteigerinnen und Einsteiger“ von Holger Jünke, Diplom-Kaufmann und freiberuflicher Finanztutor. Er erklärt Ihnen am 19.09.2024 auf einfache Art und Weise, wie Sie mit ETF von langfristigen Börsenanstiegen profitieren können.

Wenn Sie sich für eines dieser Online-Angebote interessieren, erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung den entsprechenden Zugangscode. Haben Sie weitergehende Fragen, steht Ihnen das VHS-Team gerne hilfreich zur Seite.

Freie Plätze gibt es außerdem noch im Kurs „Achtsamkeit-Entspannung-Freudige Bewegung“. In dem Kurs lernt man dem Alltag zu entfliehen, im Augenblick anzukommen, den Moment zu genießen, die verschiedenen Phasen des Lebens anzunehmen und akzeptieren. Mit Achtsamkeits-, Entspannungs-, Atem-, Dehn-, Lach- und freudigen Bewegungsübungen kommen Sie diesem Ziel immer näher.

Ab 19.09.2024 besteht wieder die Chance, zur EDV-Fragestunde zu kommen. Hier kann alles zum Thema EDV gefragt werden. Fragen, die nicht sofort beantwortet werden können, bleiben aber nicht unbeantwortet. Als Ansprechpartner steht Ihnen der qualifizierte EDV-Dozent Sascha Gottwald zur Verfügung.

Sascha Gottwald bietet zudem ab 24.09.2024 den Kurs Word 2021-Grundlagen und ab 30.09.2024 den Kurs Excel 2021-Aufbaukurs 1

an.

Neugierig geworden? Interesse geweckt? Dann melden Sie sich einfach bei der Volkshochschule der Stadt Bergkamen. Online geht das über die Homepage der VHS Bergkamen <https://vhs.bergkamen.de>. Ansonsten nimmt das VHS-Team gerne persönlich Ihre Anmeldungen während der Öffnungszeiten

montags bis freitags von 8.30 – 12.00 Uhr und montags und donnerstags von 14.00 – 16:00 Uhr oder telefonisch unter den Rufnummern 02307/284 952 und 284 954 entgegen.

---

# **Digitaler Elternabend Erste Schritte in der Berufsorientierung**

Für Eltern, deren Nachwuchs in der achten Klasse ist, ist dieser Elternabend interessant: Denn ab Klasse 8 beginnt für alle Schülerinnen und Schüler in NRW das landesweite Projekt „Kein Abschluss ohne Anschluss“, kurz KAOA. Infos gibt es auf dem digitalen Elternabend am Mittwoch, 11. September um 18 Uhr.

„Die Schülerinnen und Schüler sollen sich schon früh mit ihren eigenen Stärken und Potenzialen auseinandersetzen und in Betriebe und Berufe hineinschnuppern“, so Madeleine John vom KAOA-Team.

## **Infos für Eltern**

Der digitale Elternabend am 11. September um 18 Uhr informiert die Eltern über dieses Projekt. Durchgeführt wird der Elternabend von der „Kommunalen Koordinierung Übergang Schule

Beruf Kreis Unna“. Die Werkstatt im Kreis Unna erklärt den Eltern zudem, wie sie ihr Kind in den nächsten Jahren bei der Berufsorientierung unterstützen können. Außerdem werden schulische Unterstützungsangebote vorgestellt wie die Berufsberatung der Arbeitsagentur Hamm und die Koordinatoren für Berufliche Orientierung.

### **Einfach von Zuhause aus reinklicken**

Um am kostenlosen Angebot teilzunehmen, brauchen Eltern lediglich ein digitales Endgerät z.B. Smartphone oder Laptop. Den Link zur Veranstaltung finden sie auf der neuen Website für Berufsorientierung UNITED unter [www.united.nrw/veranstaltungen/informationen/35](http://www.united.nrw/veranstaltungen/informationen/35) . PK | PKU

---

# **Bautrailer NRW besucht die Realschule Oberaden: Einblick in Berufe des Baugewerbes**



Im Rahmen der Berufsorientierung hatten die Schüler\*innen der Realschule Oberaden nun erstmals die Möglichkeit, den Bautrailer NRW direkt vor Ort zu nutzen.

Der Bautrailer NRW ermöglicht Schüler\*innen den Einblick in Berufe des Baugewerbes. Dabei können die Jugendlichen sowohl digital als auch haptisch in verschiedene Bereiche eintauchen und erste Eindrücke sammeln. Im Rahmen eines Parcours gibt es einen kleinen, motivierenden Wettbewerb, der in einer digitalen Baustelle endet.

Die Schüler\*innen konnten vor Ort zudem Antworten auf diverse Fragen zu Berufen aus der Baubranche erhalten. An der RSO nahmen die Jahrgänge 9/10 an der Aktion teil. Zwei Tage lang stand der wandlungsfähige Trailer auf dem Schulhof und beeindruckte die Schüler\*innen.

---

## **Gute Stimme – Gute Laune mit der VHS Bergkamen**

Wir alle möchten am liebsten „gut gestimmt“ durch den Alltag gehen. Wenn wir uns wie ein Instrument sorgfältig einstimmen, können wir mit wenig Aufwand ein großes Plus für unser Wohlbefinden erreichen. Die VHS Bergkamen bietet dazu den Workshop „Gute Stimme -Gute Laune“ an.

Der Workshop bietet einen lockeren Einstieg in die Welt des gesunden Atmens und Stimmgebrauchs mit Übungen, die Körper und Geist vitalisieren und gute Laune machen. Ziele sind eine ausdrucksstarke Stimme und ein „gut gestimmter Mensch“. Der Workshop, der am Samstag, 14. September, stattfindet, ist gleichermaßen für Vielredner als auch gesangsinteressierte und gesundheitsbewusste Menschen geeignet.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Mit alltagstauglichen Übungen werden Grundlagen zu Atmung, Stimmklang und Präsenz vermittelt. Der Nutzen zeigt sich schnell, denn über eine gute Stimmbildung gelingt es uns, auch unsere Stimmung zu verbessern und mehr in die Balance zu kommen. „Gute Stimme – gute Laune “ zeigt leicht durchführbare Übungen zur Vitalisierung von Stimme und Person, die garantiert Freude machen und nachhaltige Erfolge bringen. Außer gemütlicher Kleidung und Neugier brauchen die Teilnehmer an diesem Tag

nichts mitzubringen.

Die Dozentin Daniela Bianca Gierok ist anerkannte Stimmexpertin, Diplom-Sängerin in Klassik und Jazz und Trainerin für Stimme, Sprache und Präsenz in Politik und Wirtschaft. Der Workshop findet von 10.00 – 16.00 Uhr im VHS Gebäude „Treffpunkt“ statt und kostet 50,- EURO.

---

## **Grundlagenkurs der VHS startet Donnerstag: Endlich komme ich mit meinem PC gut zurecht**

Bei der VHS Bergkamen startet ab 29. August ein neuer PC-Grundlagen-Kursus. Die Teilnehmer lernen Schritt für Schritt den Umgang mit ihrem PC bis hin zur Bedienung des Internets kennen und können die Vielfalt eines heutigen Computers entdecken. Bei der Themenauswahl werden selbstverständlich die Interessen der Kursteilnehmer berücksichtigt.

Der Kursus findet 11 x donnerstags von 9.00 bis 10.30 Uhr in der VHS „Treffpunkt“ statt und kostet 55,- Euro. Interessenten sollten sich kurzfristig telefonisch unter 02307/284954 oder persönlich anmelden.