

VHS Bergkamen: Anmeldungen laufen auf Hochtouren – Semesterstart am 20. Januar

Das neue Semester der Volkshochschule Bergkamen beginnt am 20. Januar. Die rund 150 Kurse verzeichnen schon viele Anmeldungen. „Dass unsere Angebote so gut ankommen, erfreut uns sehr“, so die VHS-Leiterin Sabine Ostrowski. Wer ins Programmheft schaut, findet ein interessantes und vielfältiges Kursangebot. Neben den bewährten Kursen, sind durch alle Programmbereiche hinweg auch viele neue Angebote zu finden.

Interessierte, die sich mit politischen, gesellschaftlichen oder ökologischen Fragen beschäftigen möchten, sind bei der VHS Bergkamen genau richtig. Vortragsabende und eine Ausstellung befassen sich mit demokratischen Werten und Menschenrechten oder auch mit dem Thema Nachhaltigkeit. An vier Abenden wird es daher um die Frage gehen „Was kann ich selber dafür tun Klima, Umwelt und Natur zu schützen?“.

Die neue technische Ausstattung der VHS bietet nun die Möglichkeit in allen Unterrichtsräumen EDV-gestützten Unterricht durchzuführen. Manuela Sieland-Bortz und Sabine Ostrowski wagen daher in diesem Semester ein Experiment: „Wir holen Professorinnen und Professoren sowie Mitarbeitende aus Universitäten in die Volkshochschule – über Online-Vorträge via Internet“, so Sabine Ostrowski. So können hochkarätige Wissenschaftler über „Tinyhäuser“ oder auch den „gläsernen Menschen im Internet“ berichten.

Aber auch die bewährten Angebote kommen nicht zu kurz. Im EDV-Bereich starten am 20.01. und 21.01. jeweils ein Excel bzw. ein Word- Kurs. In beiden Kursen erlangen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer grundlegende Kenntnisse für die Anwendung der Programme im Beruf. Für die Nutzer von Smartphones und iPhones gibt es wieder ein Einsteigerangebot, in denen mit praktischen

Übungen der Umgang mit den „nützlichen Helfern des Alltags“ erlernt werden kann.

Auch das Thema IT-Sicherheit kommt im neuen Semester nicht zu kurz. In Workshops und Vorträgen wird das aktuelle Thema aufgegriffen.

Im weiteren Semesterverlauf folgen EDV-Aufbaukurse, Kurse zur Bildbearbeitung, zur Einkommenssteuer und Steuertipps für Schüler, Studierende und Berufseinsteiger.

Im Programmbereich Fremdsprachen werden auch in diesem Semester wieder Anfängerkurse in den Sprachen Spanisch, Türkisch und Französisch angeboten. Und in den Fortsetzungskursen können auch Seiteneinsteiger ihre Fremdsprachenkenntnisse ausbauen. Zur Wahl des richtigen Kurses bietet die VHS auch hier persönliche und telefonische Beratungen an.

Für alle VHS-Kurse ist eine vorherige Anmeldung zwingend erforderlich. Anmeldungen nimmt das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 8.30 – 12.00 Uhr und montags 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 je-derzeit über www.bergkamen.de oder direkt über <http://vhs.bergkamen.de> anmelden.

Nach den Ferien wird bei der VHS Bergkamen weitergelernt!

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

So findet ab 30.10.2019 an vier Terminen jeweils von 9:00 – 11:30 Uhr der Kurs „Fotografieren mit dem Smartphone“ statt. Das Smartphone ist als „immer-Dabei-Kamera“ zu einem beliebten Fotoapparat geworden. Der Kurs zeigt, wie die Smartphone-Kamera individuell bedient werden kann, Fotos jenseits der Automatik gemacht werden können, um möglichst optimale Ergebnisse zu erzielen. Die Themen Foto-Apps, Bildgestaltung und Bildnachbearbeitung am Smartphone werden ebenfalls besprochen. Neben der theoretischen Wissensvermittlung wird aber auch praktisch geübt; anschließend werden die Fotos gemeinsam besprochen und optimiert. Zum Kurs sollte ein geladenes Smartphone und ein Ladekabel mitgebracht werden. Der Kurs mit dem Dozenten Bernd Falkenberg findet im VHS-Gebäude Treffpunkt statt und kostet 30,00 Euro.

Außerdem startet am 30.10.2019 der beliebte Kurs „Mein CEWE-Fotobuch“. Jetzt nach dem Urlaub können die Kursteilnehmer ihre schönen Erinnerungen vom letzten Urlaub oder auch von besonderen Anlässen z.B. als individuelles Geschenk in Form eines Fotobuchs gestalten. Im Kurs werden die Teilnehmer mit der Software CEWE-Fotobuch arbeiten. Sie lernen ihre Bilder zu arrangieren, zu verbessern und mit Texten zu versehen. Schritt für Schritt erstellen die Hobbyfotografen unter Anleitung ihr Fotobuch. Der Kurs kostet 30,00 Euro und beinhaltet einen Gutschein für ein Fotobuch. Die Kurstermine sind jeweils 3 Mal mittwochs von 18:00 bis 21:15 Uhr im VHS-Gebäude Treffpunkt an der Lessingstr.2 in Bergkamen.

Für die kleineren Probleme am PC, Laptop oder Tablet hat die VHS Bergkamen in diesem Semester die EDV-Fragestunde eingerichtet. Dozent Sascha Gottwald wird am 31.10.19 von 10:15 bis 11:45 Uhr wieder individuelle Fragen zum Windows Betriebssystem, zu Anwendungsprogrammen wie Office, der Internetnutzung und zur Absicherung durch Virens Scanner beantworten. In dieser Veranstaltung geben die Teilnehmer die Themen vor, damit Fragen und Probleme gezielt bearbeitet werden. Dieses Angebot ersetzt aber keinen kompletten EDV-

Kurs. Die EDV-Fragestunde kostet 5,00 Euro.

Eine vorherige Anmeldung ist für alle Kurse zwingend erforderlich und nimmt das VHS-Team auch in den Ferien persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 8.30 – 12.00 Uhr und montags 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 <http://vhs.bergkamen.de> anmelden.

VHS Bergkamen und kommunale Gleichstellungsstelle laden ein zum Dienstagsfilm

In der Reihe Dienstagsfilm zeigt die VHS Bergkamen in Kooperation mit der kommunalen Gleichstellungsstelle am 29.10.2019, um 19.00 Uhr, das vielfach ausgezeichnete Filmdrama „Mustang“. Dieser Film, der türkischen Regisseurin Deniz Gamze Ergüven, entstand im Jahr 2015 als türkisch-französisch-deutsche Koproduktion.

Geschildert wird das Leben fünf junger Schwestern, aus Sicht der jüngsten Schwester, die bei ihrer Großmutter in einem abgelegenen türkischen Dorf aufwachsen.

„Als Lale und ihre vier Schwestern beim unschuldigen Heruntollen mit ein paar Jungs im Meer beobachtet werden, lösen sie in ihrem türkischen Dorf einen Skandal aus. Ihr als schamlos wahrgenommenes Verhalten hat gravierende Folgen: Das Haus der Familie wird zum Gefängnis, Benimmunterricht ersetzt die Schule und Ehen werden arrangiert.“

Die Schwestern wollen sich aber nicht so einfach in ihr Schicksal fügen. Jedes einzelne Mädchen bäumt sich mit aller Macht gegen die archaischen Konventionen auf und setzt so ein Zeichen. Und so kommt es, dass sie in der sonst so ruhigen Gemeinde ganz schön für Aufruhr sorgen.“

Eine rechtzeitige Anmeldung ist erforderlich!

Dienstag, 29.10.19, 19.00 – 21.00 Uhr

VHS-Gebäude „Treffpunkt“; Eintritt: 3,00€

Eine vorherige Anmeldung ist für alle Kurse zwingend erforderlich und nimmt das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 8.30 – 12.00 Uhr und montags 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 <http://vhs.bergkamen.de> anmelden.

Mediterrane Sommerrezepte – Kalte Küche, einfach und köstlich bei der VHS Bergkamen

Jetzt in der warmen Jahreszeit möchte man leichte Gerichte essen, die schnell und einfach zuzubereiten sind und ohne lange Garzeiten auskommen. Spezialitäten der mediterranen Küche haben ein Aroma, das nach Sonne und Urlaub schmeckt. Im Kochkurs der VHS Bergkamen am kommenden Dienstag werden verschiedene kalte Vorspeisen, Salate, Hauptgerichte und

Desserts aus den typischen Zutaten der Mittelmeerländer zubereitet und bringen den Sommer auf den Tisch. Der Kurs findet am Dienstag, 2. Juli, ab 18.00 Uhr in der Lehrküche der Willy-Brandt-Gesamtschule statt und kostet 15 Euro zzgl. einer Lebensmittelumlage.

Eine vorherige Anmeldung ist zwingend erforderlich und nimmt das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 8.30 – 12.00 Uhr und montags 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 <http://vhs.bergkamen.de> anmelden.

**VHS-Programm 2019/1 mit 150
Kursen liegt vor: Anmeldungen
sind ab sofort möglich**



Die Vorstellung des neuen VHS-Programms nutzten am Dienstag Ausschussvorsitzender Rüdiger Weiß (stehend 2. v. l.) und Amtsleiter Andreas Kray (1. v. l.) für den Besuch eines Integrationskurses.

Am 20. November haben die Mitglieder des Ausschusses für Schule, Sport und Weiterbildung das neue VHS-Programm für das 1. Semester 2019 verabschiedet. Das neue Semester beginnt am 22. Januar und umfasst rund 150 Kurse. Das druckfrische Programmheft liegt ab Mittwoch, dem 12. Dezember an allen bekannten Stellen im Stadtgebiet aus. Anmeldungen werden ab sofort persönlich, schriftlich, telefonisch und online vom VHS-Team angenommen. Die Kontaktdaten können dem VHS-Programm entnommen werden.

Rüdiger Weiß, Vorsitzender des Ausschusses für Schule, Sport und Weiterbildung, freut sich über das attraktive Programm, das sich ebenso an den Bedürfnissen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer als auch an den bildungspolitischen Erfordernissen der Stadt Bergkamen orientiert. Er betont darüber hinaus, dass die VHS sowohl beim nachträglichen Erwerb von Schulabschlüssen als auch mit den Deutschkursen erfolgreich Daseinsfürsorge betreibt. Beide Bereiche werden gut nachgefragt. Bei seinem

Besuch in der VHS nutzte er die Gelegenheit, die Teilnehmer eines Integrationskurses zu besuchen und sich von der Qualität des Unterrichts zu überzeugen.

Ein Blick in die Kursstatistiken der letzten Semester zeigt, so Amtsleiter Andreas Kray, dass in den beiden Bereichen Sprachen und Gesundheitsbildung die Nachfrage bei der VHS Bergkamen im Laufe der letzten Jahre stetig zugenommen hat. „Es ist sehr erfreulich, dass die Bergkamener Bürgerinnen und Bürger so ein großes Interesse daran haben, sich in Vorträgen, Entspannungskursen und den Bewegungsangeboten um ihre Gesundheit zu kümmern.“

Manuela Sieland-Bortz und Sabine Ostrowski haben wieder ein breit gefächertes Programm zusammengestellt. Neben etablierten Angeboten ist auch wieder eine Vielzahl neuer Kurse und Einzelveranstaltungen zu finden. So widmet sich der Bereich Ernährung/ Kulinarisches im kommenden Semester u.a. den indischen und karibischen Genüssen sowie den bewährten Kochkursen der italienischen und mediterranen Küche mit neuen Rezepten und bringt wieder Abwechslung in die Lehrküche der Willy-Brandt-Gesamtschule. Und wer sich in die Kunst des Cocktails mixen einführen lassen möchte, wird ebenfalls bei der VHS fündig.

Der Programmbereich Politik, Gesellschaft und Ökologie widmet sich in diesem Semester dem Thema Demokratie sowie dem 100-jährigen Jubiläum der Volkshochschulen. Die Volkshochschule der Stadt Bergkamen wird sich im nächsten Jahr an den bundesweiten Aktivitäten mit verschiedenen Veranstaltungen beteiligen. Highlights werden die Veranstaltungen in Kooperation mit der Gleichstellungsstelle und dem Jugendamt sein. Zu nennen ist die Ausstellung „Es lebe die Weimarer Republik – Anfang und Ende der ersten deutschen Demokratie“, die am 18. März mit einem Vortrag von Dr. Torsten Reters eröffnet wird. Die Ausstellung ist 4 Wochen im VHS-Gebäude „Treffpunkt“ zu sehen. Und auch der in diesem Halbjahr neu eingeführte Dienstagsfilm wird wieder angeboten. Am 26.02.

wird der erfolgreiche Kinofilm, der die Geschichte dreier afroamerikanischer Mathematikerinnen zeigt, die in den 1950er und 60er Jahren hinter den Schirmen bei der NASA arbeiten, die sich mit der Sowjetunion einen Wettlauf um die erste Rakete im All liefert, gezeigt. In den USA herrscht zu dieser Zeit Rassentrennung und Geschlechtergleichheit existiert nicht. Diesen drei brillanten Frauen ist es zu verdanken, dass John Glenns Erdumrundung in einem Raumschiff im Jahr 1962 erfolgreich und sicher verläuft.

Eine weitere Veranstaltung wird die Arbeit des Popstars der Wissenschaft Stephen Hawking ins Zentrum rücken: Seine berührende Lebensgeschichte und tiefgründige Arbeit zu den Schwarzen Löchern und dem Ursprung des Kosmos werden am 25.06. von Dr. Peter Zinn vorgestellt.

Die bewährten Kooperationen mit dem Stadtarchiv und dem Stadtmuseum werden weitergeführt. Dazu wird die Qualifizierung zum Gästeführer erneut angeboten und der Zeitzeugenkreis beschäftigt sich mit Geschichten von Leid und Glück in Bergkamen.

Neu sind die Vorträge zur Heizkostensenkung und zu modernen Heiztechniken mit der Verbraucherzentrale NRW, die Interessierte anbieterneutral beraten wird und zu Fördermöglichkeiten informiert.

Im Programmbereich Kreatives wird neben Tanz und digitaler Fotografie auch wieder das Filzen gemeinsam mit der Ökologiestation im Programm sein.

Der Programmbereich Fremdsprachen bietet wie immer ein breites Spektrum auf unterschiedlichen Niveaustufen in den Sprachen Schwedisch, Französisch, Türkisch, Italienisch, Spanisch und Englisch sowohl vormittags, nachmittags und am Abend. Seiteneinsteiger sind in den Kursen willkommen.

Im Bereich EDV und berufliche Bildung wird es im neuen Semester wieder bewährte Angebote für den PC-Anwendungsbereich, digitale Bildbearbeitung, Office -Programme und Internetnutzung geben. Neu ist hier das Angebot „Word und

Excel für Schulabgänger und angehende Auszubildende“, in dem die Grundlagen dieser Programme mit Praxisbezug zur Ausbildung und Studium vermittelt werden. Außerdem wurden Angebote zur Nutzung von Musik und TV-Angeboten aus dem Internet neu aufgenommen. Eine besondere Veranstaltung beschäftigt sich mit dem „digitalen Nachlass“ und den Fragen „Was passiert mit meinen Fotos, Online-Profilen und Nutzerkonten nach meinem Tod? Was soll mit Profilen bei Facebook & Co. passieren?

Wo bewahre ich Zugangsdaten sicher und auffindbar auf? Welche Rechte und Pflichten habe ich als Erbe?

Es wird erläutert, was alles zum digitalen Nachlass gehört und warum es sinnvoll ist, sich frühzeitig darum zu kümmern.

Im Februar startet der Kurs zur Einkommenssteuererklärung. Speziell für Arbeitnehmer und Rentner werden die Besteuerungsgrundlagen vorgestellt und erläutert. In diesem Jahr können die Teilnehmer ihren eigenen Laptop mitbringen, um die elektronische Steuererklärung auf den Weg zu bringen.

Abgerundet wird das Programm im Bereich der beruflichen Bildung mit neuen Workshops zur Kommunikation, Berufswahl für Erwachsene und Beratungsangeboten zum beruflichen Wiedereinstieg für Frauen.

VHS hat frei Plätze: Lachyoga und „Bildbearbeitung mit GIMP“

Die Bergkamener Volkshochschule hat frei Plätze in zwei weiteren Kursen: Lachyoga und „Bildbearbeitung mit GIMP“. Hier sind die näheren Einzelheiten:

Lachyoga – Tanz des Zwerchfells (Kursnummer 3135)

Über die erholsame Wirkung des Lachens und Atmens

Ist es Ihnen auch schon mal so ergangen? Vieles läuft anders als geplant. Die Anforderungen werden immer mehr. Die Hauptsache ist, ich funktioniere! Kann ich aus diesem Kreislauf ausbrechen? Gibt es für mich eine Möglichkeit, die Dinge anders anzugehen oder anders zu sehen? Oder möchten Sie die bewusste Freude erleben?

Bei diesem Workshop erfahren die Teilnehmer, wie es gelingt, lachend bzw. mit einer heiteren Einstellung zu den Dingen, Ihres Glückes Schmied zu werden. Lassen Sie Ihr Zwerchfell tanzen: der Stressabbau ist garantiert, das Immunsystem wird angeregt, die Atmung verstärkt und Glückshormone gebildet. Muntere Bewegungselemente sowie Entspannungs-, Atem- und Dehnübungen sind Bestandteile dieses Kurses.

Die Dozentin, Frau Hedwig Koch-Münch, ist Er-Lebens-Expertin, Lachyoga-Lehrerin und Autorin.

2 x Mittwochs, 16.00 – 17.30 Uhr

Beginn: 21.11.18

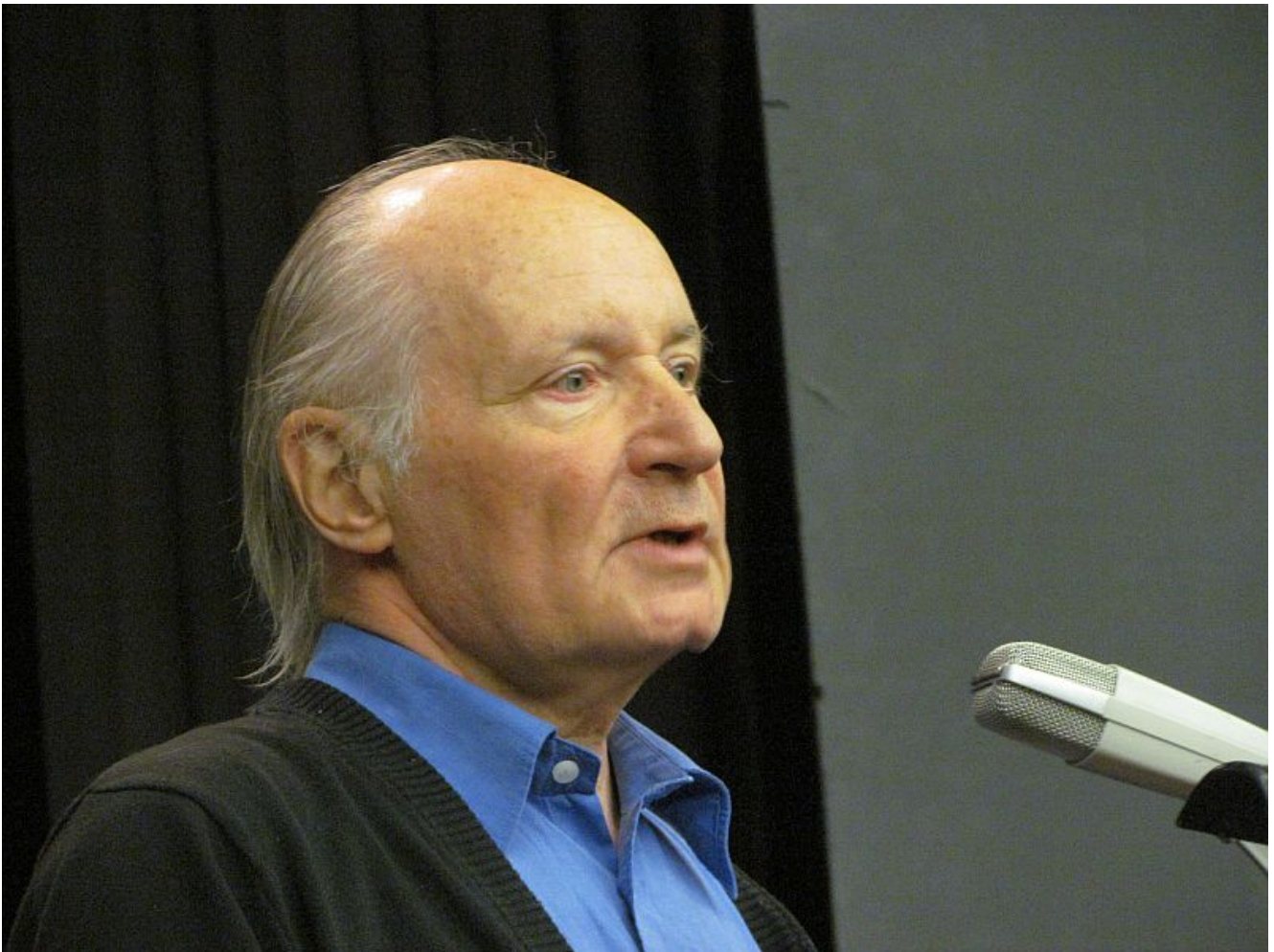
VHS Gebäude „Treffpunkt“, Gymnastikraum

Friedhelm Koch Präventionszentrum Kamen, 4 U.-Std, 24,- EURO

Bildbearbeitung mit Gimp (Kursnummer 5302)

Das kostenlose Bildbearbeitungsprogramm Gimp ist als Photoshop-Alternative in aller Munde und hat sich eine große Fangemeinde erobert. In diesem Kurs wird der Einstieg in Gimp vermittelt, sodass Sie bereits Korrekturen (Ausrichten, Skalieren sowie Belichtungs- und Farbkorrekturen) durchführen können. Die Benutzeroberfläche und die Werkzeuge von GIMP werden erklärt, Bildkorrekturen werden an Beispielbildern geübt. In diesem Kurs nutzen wir Gimp 2.8. Diese Techniken sind auch auf andere Bildbearbeitungsprogramme anwendbar. Nach Beendigung des Kurses können Sie die wichtigsten Werkzeuge bedienen und sinnvoll einsetzen.

Drewermann im studio theater: Wenn mir's nur gruselte! Von Angst und ihrer Bewältigung



Eugen Drewermann

Am Dienstag, 11. September, ist Dr. Eugen Drewermann zu Gast bei der Volkshochschule Bergkamen und referiert im studiotheater zum Thema „Wenn mir's nur gruselte! Von Angst und ihrer Bewältigung“.

In seiner neuen Veröffentlichung mit gleichem Titel deutet Dr. Drewermann Grimms Märchen, „Von einem, der auszog, das Fürchten zu lernen“, „Das tapfere Schneiderlein“ und „Die Eule“

tiefenpsychologisch.

Im Klappentext äußert sich Drewermann wie folgt: „Am tiefsten geht die Angst, die uns befällt, wenn wir bemerken, was es heißt, ein Mensch zu sein, – die Angst, geistig zu existieren: als Einzelner, in Freiheit, hinwandernd zwischen Zeit und Ewigkeit. (...) Im Grunde lässt sie sich nur lösen in Vertrauen, doch dazu brauchte es eines gewissermaßen religiösen Haltepunkts. Ein solcher Halt im Absoluten lässt sich nicht verordnen noch verfügen; es lässt sich freilich zeigen, was passiert, wenn er uns fehlt. Wir werden dann die Angst verdrängen oder anderen Angst machen oder die vermeintlichen Angstquellen auszuschalten suchen. In jedem Falle finden wir niemals uns selbst, gelangen wir nie wirklich zu den anderen und werden niemals Ruhe haben.

In seinem Vortrag wird sich Dr. Drewermann schwerpunktmäßig mit dem Märchen „Die Eule“ auseinandersetzen.

Wie immer wird für die Teilnahme an der Veranstaltung mit Eugen Drewermann kein Eintritt erhoben. Der gebürtige Bergkamener bittet aber zum Schluss um eine Spende für einen guten Zweck..

Das neue Programmheft der Volkshochschule Bergkamen ist da



Stellten das neue VHS-Programmheft vor (v. l.): der Vorsitzende des Ausschusses für Schule, Sport und Weiterbildung Rüdiger Weiß, VHS-Leiterin Sabine Ostrowski, die stellv. VHS-Leiterin Manuela Sieland-Bortz und der Leiter des Amts für Schule, Sport und Weiterbildung Andreas Kray.

Interessierte können sich ab sofort das neue Programmheft der VHS Bergkamen für das 2. Halbjahr 2018 an den bekannten Auslagestellen abholen und sich für Kurse anmelden. Neben altbewährten Kursen, die sich zu Dauerbrennern entwickelt haben, findet sich in allen Fachbereichen auch etwas Neues.

Am 11. September ist Dr. Eugen Drewermann zu Gast bei der Volkshochschule und trägt ab 19.30 Uhr im studio theater zum Thema „Wenn mir's nur gruselte!“ vor. Es geht um die Angst vor Märchen am Beispiel „Der Eule“, einem Märchen der Gebrüder Grimm. Aber es geht auch um die Bewältigung der Angst. Interessierte können sich auf einen spannenden Vortrag freuen. Erschienen ist das neue Buch mit drei Erstinterpretationen im Patmus-Verlag.

Dr. Torsten Reters zeigt Glücksstrategien für den Alltag auf. Beim Vortrag „Hetz mich nicht“ geht es darum, wie man entspannter mit den Schwierigkeiten des Alltags umgehen kann.

Ein humorvoller Beitrag des Soziologen und Publizisten Reters. Sie sollten sich den 05.10.2018 vormerken.

Spannend und aktuell ist auch der Vortrag des Politikwissenschaftlers Mike Karst zum Thema „Wahrheit, Lüge und Streit im Netz“.

Durch die Digitalisierung sind neue Formen der Öffentlichkeit entstanden – einerseits ein freier Austausch in der Weltgesellschaft und andererseits die Gefahr der Manipulation.

Ein weiterer Vortrag von Mike Karst beschäftigt sich mit dem Thema „Kapitalismus und Freiheit“.

Auch greift die VHS Bergkamen in Kooperation mit der Kommunalen Gleichstellungsbeauftragten, Frau Martina Bierkämper, das Thema „100 Jahre Frauenwahlrecht“ auf. Gezeigt wird vom 04.09.2018 bis 28.09.2018 die Wanderausstellung „100 Jahre Frauenwahlrecht in Deutschland“ des Frauenmuseums Bonn. Am 11.09.2018 gibt es als Premiere eine Filmvorführung zu diesem historisch bedeutsamen Ereignis.

Neu ist auch das Thema „Selbsthypnose“ in Form eines Tagesseminares. Ein stärkendes, wohltuendes und gesundheitsförderndes Verfahren, das von Jedem erlernt werden kann. Eine Anleitung dafür erhalten Sie von der zertifizierten Hypnosetherapeutin Rebecca Döhr.

Im Programmbereich 2 gibt es einen Line-Dance-Workshop, eine Art des Formationstanzes.

Selbstverständlich werden im Fachbereich 4 wieder Sprachkurse für Anfänger und Fortgeschrittene auf unterschiedlichen Niveaustufen angeboten.

Im Programmbereich 5 sind die Themen „Grundlagen der Moderation“, „Präsentations- und Vortragstechniken“ und das „Telefontaining“ neu hinzugekommen.

Last but not least der Hinweis auf die beginnenden Kurse zum

nachträglichen Erwerb von Schulabschlüssen der Sekundarstufe I im Abendbereich, „Lesen und Schreiben lernen“ für deutschsprachige Erwachsene, Integrationskurse, „Deutsch für berufstätige Neuzugewanderte“, Deutschkurs e-learning, Deutsch-Konversationskurs mit B1-Sprachzertifikat, B2- und C1-Prüfungen und Einbürgerungstests.

Eine vorherige Anmeldung ist für alle Kurse zwingend erforderlich und nimmt das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 8.30 – 12.00 Uhr und montags 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 <http://vhs.bergkamen.de> anmelden.

Noch Plätze frei in Kursen der Bergkamener Volkshochschule

Vor der Sommerpause hat die VHS Bergkamen noch einige interessante Kurse im Angebot.

So referiert Mike Karst, Politologe, am 07.06.2018, 19:00 Uhr, VHS Bergkamen, Lessingstr. 2, zum Thema „Digitale Öffentlichkeiten“.

Es geht schwerpunktmäßig um den Widerspruch zwischen den erfreulichen Möglichkeiten, das Handeln und die Aussagen von Staat, Medien und anderen Institutionen zu überprüfen und korrigieren zu können und den Gefahren, sich aus der Fülle an Angeboten genau die Sichtweisen heraus zu picken, die das

eigene Weltbild bestätigen.

Dr. Tom Fliege bietet Ihnen mit dem Kursangebot „Street Photography Dortmunder U und Westend“ einen interessanten fotografischen Streifzug an. Orte, Situationen und Momente des Alltagslebens können ungeschönt im Bild festgehalten werden.

Los geht es am Samstag, 09.06.2018, 11:00 Uhr. Treffpunkt ist der Haupteingang des Dortmunder U, Leonie-Reygers-Terrasse, 44137 Dortmund.

Im Gesundheitsbereich kann man noch „Entspannung lernen“ mit Gabriele Meinke, ab dem 04.06.2018, 18:30 Uhr, VHS-Gebäude „Treffpunkt“, Gymnastikraum.

Diplompsychologe Peter Bergholz, gründete und leitet ein Institut für Angst- und Stressbewältigung, zeigt Ihnen im Rahmen eines Wochenend-Workshops „Und plötzlich wird vieles leichter – Die Entdeckung der inneren Schalter“ einen einfachen Weg zu mehr Gelassenheit.

Samstag, 09.06.2018, 10:00 – 17:00 Uhr, VHS Bergkamen, Lessingstr. 2.

Und in Vorbereitung auf Ihren Italien-Urlaub oder, um einfach nur einen ersten Eindruck zu gewinnen, bietet sich der Besuch des Italienisch-„Schnupperkurses“ für Anfängerinnen und Anfänger an.

Die Kursleiterin Pia D’Andrea ist Muttersprachlerin und kann neben Anfängerkwissen auch viel zum Thema Land und Leute beitragen.

Der Samstagskurs findet am 09.06.2018 in der Zeit von 09:30 Uhr bis 14:30 Uhr in den Räumlichkeiten der VHS Bergkamen, Lessingstr. 2, statt.

Sollte Ihr Interesse an einem der Kursangebote geweckt worden sein, melden Sie sich doch einfach an. Anmeldungen nimmt das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 08:30 – 12:00 Uhr und montags 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 www.vhs.bergkamen.de anmelden.

Zeitzeugenkreis stelle sich am Dienstag im Treffpunkt vor

Am Dienstag, 20. März, ab 18.00 Uhr, wird sich der Zeitzeugenkreis in den Räumlichkeiten der Volkshochschule vorstellen. Gezeigt wird ein Film über die Arbeit des Zeitzeugenkreises, und es werden Auszüge aus den Veröffentlichungen gelesen.

Unter der Leitung von Gabriele Scholz trifft sich seit vielen Jahren eine größere Gruppe von interessierten und motivierten Personen, die sich für historische Themen begeistern und themenspezifisch an der Bergkamener Ortsgeschichte arbeiten. Der Zeitzeugenkreis ist eine Gemeinschaftsveranstaltung der Volkshochschule und des Stadtmuseums Bergkamen.

Ist ein Themenkomplex bearbeitet, werden die Arbeitsergebnisse im Themenheft „Bergkamen gestern und heute“ veröffentlicht. Dieses kann im Stadtmuseum käuflich erworben werden.

Seit Januar 2018 widmet sich der Zeitzeugenkreis dem Thema „Die verschwundenen Dinge – Informations.- und Kommunikationsmedien vor fünfzig Jahren“ -.

Bei Interesse sind Sie herzlich eingeladen, den Zeitzeugenkreis kennen zu lernen.