# Bürgermeister erläutert das Zusammenspiel zwischen Kommunalverwaltung und Kommunalpolitik

Bürgermeister Roland Schäfer erläutert in einer Veranstaltung der Arbeitsgemeinschaft „Arbeit und Leben“ von VHS und DGB am 25. Februar das Zusammenspiel zwischen Kommunalverwaltung und Kommunalpolitik.

Bürgermeister Roland Schäfer

Was ist eigentlich ein Stadtrat und welche Einflussmöglichkeiten hat er? Wie arbeiten Stadtrat und Kommunalverwaltung miteinander? Welche Möglichkeiten der Kontrolle bestehen? Diese und viele andere Fragen stellen sich politisch Interessierte häufiger.

Abhilfe schafft Bürgermeister Roland Schäfer am 25. Februar von 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr im Rahmen der Informationsveranstaltung „Bedeutung und Aufgaben des Stadtrates und der Kommunalverwaltung“ im VHS-Gebäude „Treffpunkt“, Lessingstr. 2, Bergkamen. Auf Einladung der Arbeitsgemeinschaft „Arbeit und Leben“ erläutert er umfassend die Funktion des Stadtrats als Organ der Gemeinde und als politische Vertretung der Bürgerinnen und Bürger. „Es geht darum, das Zusammenspiel zwischen Stadtrat und Stadtverwaltung, den Status, die Aufgaben und die Zusammensetzung zu erklären“, sagt Bürgermeister Roland Schäfer. „Diese Veranstaltung bietet genügend Raum für Fragen, die die Teilnehmenden beschäftigen. Diese Chance sollten Sie als Bürgerin oder Bürger nutzen.“

„Manche Wählerinnen und Wähler wissen gar nicht so genau, mit welchen Befugnissen die Ratsmitglieder ausgestattet sind, die sie regelmäßig bei der Kommunalwahl wählen“, sagt Heinz Mathwig, 1. Vorsitzender der Arbeitsgemeinschaft Arbeit und Leben. „Dabei entscheiden die Ratsmitglieder über die Verwaltung, soweit Angelegenheiten der örtlichen Gemeinschaft betroffen sind. Ich persönlich freue mich auf eine interessante Diskussion an diesem Abend mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern und insbesondere darüber, dass Herr Bürgermeister Roland Schäfer sich bereit erklärt hat, diesen Informationsabend zu leiten und für Fragen zur Verfügung zu stehen. Ich hoffe auf eine rege Teilnahme.“

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.

---

# VHS-Wochenendkurs „Digitale Fotografie und Bildbearbeitung mit GIMP 2.8“

Der ungebremste Boom der digitalen Fotografie hat zu einer wahren Bilderflut geführt. Die kostengünstige moderne Technik verleitet schnell dazu, deutlich Bilder mehr zu fotografieren als benötigt werden. Die tatsächliche Bildauswahl erfolgt dann

später am heimischen PC.

Um die individuellen Ergebnisse beim Fotografieren und späteren Bearbeiten der Bilder zu optimieren, werden in dem VHS-Kurs „Digitale Fotografie und Bildbearbeitung mit GIMP 2.8“, sowohl Grundlagen und Tipps zur digitalen Fotografie als auch erste Bildbearbeitungsmöglichkeiten mit GIMP 2.8 vermittelt. Der Kurs läuft am Freitag, den 28.02.2014, von 19.00 bis 21.30 Uhr und am Samstag, den 01.03.2014, von 9.00 bis 14.45 Uhr. „Von der Datenübertragung bis zum fertigen Bild erhalten die Teilnehmenden viele Informationen und Unterstützung in diesem Kurs“, erläutert Dozent Bernd Falkenberg.

GIMP ist ein Bildbearbeitungsprogramm, das als Freeware jedem zur Verfügung steht. Es bietet viele komfortable Möglichkeiten für Korrekturen und andere Bildbearbeitungen. Aus diesem Grund arbeitet die VHS Bergkamen im Bereich ‚Digitale Bildbearbeitung’ ausschließlich mit GIMP. „Wir werden das erworbene Wissen an Bildbeispielen anwenden und intensiv üben“, sagt Bernd Falkenberg. „Dafür ist es wichtig, dass die Teilnehmenden im Umgang mit dem PC und dem Windows Dateisystem einigermaßen sicher sind. Zudem sollte jeder seine eigene Digitalkamera zusammen mit der Bedienungsanleitung mitbringen.“

Dieser Kurs mit Kursnummer 5306 umfasst 10 Unterrichtsstunden und kostet 23,00 €. 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 www.bergkamen.de oder direkt über http://vhs.bergkamen.de anmelden.

# Im VHS-Kurs lernen, wie sich Familie und Karriere in Einklang bringen lassen

Am liebsten wollen wir alles zugleich: Erfolg im Beruf, Erfüllung in der Liebe, viele Freunde, eine abwechslungsreiche Freizeit. Die Realität sieht jedoch häufig anders aus. Stress, Frust und Zeitmangel machen sich breit. Helfen kann hier ein ausgewogenes Verhältnis von Beruf und Privatleben, „Work Life Balance“ genannt.

In einem Samstags-Workshop der Volkshochschule Bergkamen lernen die Teilnehmenden am Samstag, 1. März, von 9:30 bis 18:00 Uhr Strategien für eine bessere Work-Life-Balance kennen. Sie erhalten Tipps, wie sie ihre Zeit und Energie gezielter einsetzen können, und Ideen für ihre weitere Lebensplanung. Themen im Workshop sind unter anderem das eigene Zeitverhalten, Zeitmanagement, Arbeitsplatzgestaltung und das Einräumen von ausreichend „Ich-Zeit“. „Mein Ziel ist es, den Teilnehmenden zu helfen mehr Lebensqualität durch ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Arbeit und Privatleben zu erreichen“, sagt Dozentin Daniela Bextermöller, die den Workshop leitet. „Die richtige Balance zu finden verringert den Dauerfrust stark belasteter Personen und macht das Leben leichter. Dadurch wird man auch leistungsfähiger im Beruf.“

Dieser Workshop mit Kursnummer 5920 umfasst 10 Unterrichtsstunden und kostet 40,00 €. 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.

---

# VHS klärt auf: Was bringen soziale Netzwerke wie Facebook, Google + & Co.

**„Soziale Netzwerke – Was sind google+, Twitter, Xing und Facebook und was bringt es mir, mich dort anzumelden?“ Antworten auf diese spannende Fragen bringt** Expertin Karen Falkenberg in einem VHS-Kurs, der am 26. Februar startet.

Das Internet ist weltweit verfügbar und damit ein ideales Mittel, um mit Freunden, Verwandten, Bekannten oder auch Kunden in Kontakt zu bleiben und zu kommunizieren. Viele sprechen über Facebook, google+, Twitter und Xing. Aber was versteht man eigentlich genau darunter und auch unter dem Sammelbetriff „Social Media“? Welche Plattformen stehen zur Verfügung und was können sie im Einzelnen leisten? Was wird eher im privaten Bereich genutzt und was ist auch beruflich sinnvoll?

Antworten auf diese Fragen liefert Dozentin Karen Falkenberg im Rahmen eines VHS-Kurses ab dem 26. Februar zweimal mittwochsabends im VHS-Gebäude „Treffpunkt“.

# Freunde im Internet finden

„In diesem Einführungskurs in das Thema Social Media erläutere ich, für wen welche Plattform interessant und nützlich sein kann“, sagt Karen Falkenberg. „Es geht darum, wie man wo am besten Freunde finden, Nachrichten senden und empfangen, Informationen und Fotos verteilen oder in Echtzeit kommunizieren kann. Neben dem Nutzen zeige ich aber auch mögliche Gefahren und Stolpersteine dieser Plattformen auf. Wichtig sind in diesem Zusammenhang unter anderem die Regelungen zur Verwendung von Bildern und Urheberrechte. Auch darauf gehe ich in dem Kurs ein.“

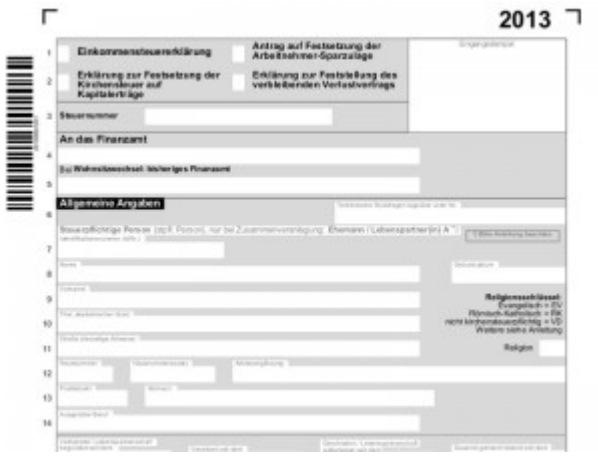
Dieser Kurs mit Kursnummer 5108 umfasst 8 Unterrichtsstunden und kostet 18,40 €. Eine vorherige Anmeldung ist zwingend erforderlich. Anmeldungen nimmt das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 08.30 – 12.00 Uhr und montags, dienstags und donnerstags von 14.00 – 16:00 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.

---

# VHS zeigt es: Einkommensteuererklärung 2013 selber machen

**Im VHS-Kurs lernen Arbeitnehmer/-innen und Rentner/-innen, wie es geht: Die Einkommensteuererklärung 2013 selber machen. Los geht es am 19. Februar. Der Kurs geht über vier**

**MIttwochabende.**




Jetzt ist der richtige Zeitpunkt, um die Einkommenssteuererklärung für das Jahr 2013 zu erstellen. Die Ermittlung der Besteuerungsgrundlagen für die Einkommenssteuer ist insbesondere in den letzten Jahren immer komplizierter und unverständlicher geworden. „Sogar hochrangige Politiker geben zu, dass sie ihre eigenen Steuerbescheide nicht mehr verstehen“, sagt Diplom-Finanzwirt Dietmar Kruschewski, der Interessierten ab dem 19. Februar an vier Mittwochabenden in der Volkshochschule Bergkamen das kleine Einmaleins der Einkommenssteuer beibringt.

Gerade auch im Bereich der Arbeitslohn- und Rentenbesteuerung ergeben sich durch Abzugsbeschränkungen von Kosten bzw. Erfassung von bisher steuerfreien Einnahmen immer höhere Steuerbelastungen. „In dem Kurs werde ich anhand der amtlichen Steuererklärungsvordrucke allgemein die Besteuerungsgrundlagen wie Einnahmen, Werbungskosten, Sonderausgaben oder außergewöhnliche Belastung speziell für Arbeitnehmer und Rentner erörtern“, sagt Kruschewski. „Mit dem im Kurs erworbenen Wissen können die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die noch vorhandenen Steuerentlastungsmöglichkeiten erkennen und gegebenenfalls geltend machen.“

Dieser Kurs mit Kursnummer 5600 umfasst 12 Unterrichtsstunden und kostet 27,60 €. 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.

---

# Vortrag bei der VHS Bergkamen: „Gute Fette – schlechte Fette“

„Gute Fette – schlechte Fette“ – so lautet der Titel des nächsten Vortrages im Rahmen der naturheilkundlichen Reihe der Volkshochschule Bergkamen. Heilpraktikerin Claudia Lindemann referiert am Mittwoch, 19. Februar, von 19 bis 20:30 Uhr im VHS-Gebäude „Treffpunkt“ über die Qualität der verschiedenen Fette und Öle, die wir üblicherweise in unserer Küche verwenden.

„Studien haben gezeigt, dass der Verzehr guter Öle und Fette die Entstehung vieler Erkrankungen, wie zum Beispiel Arteriosklerose, Herzerkrankungen und Rheuma günstig beeinflussen kann“, sagt Claudia Lindemann. „Nicht nur der Cholesterinspiegel lässt sich durch die Auswahl guter Fette beeinflussen, sondern auch die Tendenz zu entzündlichen Erkrankungen.“

Welche Fette und Öle unserer Gesundheit gut tun, wie diese in den täglichen Ernährungsplan eingebaut werden können und welche Rolle dabei die Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren spielen, erfahren Interessierte an diesem Abend. Für die Teilnahme an dieser Veranstaltung ist ein Kursentgelt in Höhe von 9,00 € zu entrichten.

Für diesen Kurs mit Kursnummer 3422 ist eine vorherige Anmeldung bei der VHS 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. Allerdings ist die VHS-Verwaltung auf Grund der Betriebsferien erst ab dem 8. Januar 2014 wieder erreichbar. Auch während der Betriebsferien können Interessierte sich jederzeit online über http://vhs.bergkamen.de anmelden.

---

# Kreativ sein am Wochenende: VHS-Kurs „Filzspaß – Basics“

Bei dem Tageskurs „Filzspaß – Basics“, der am Sonntag, 16. Februar, von 9:30 bis 17 Uhr in den Räumlichkeiten der Ökologiestation, Westenhellweg 110, in Bergkamen-Heil stattfindet, können filzbegeisterte Menschen ohne Vorkenntnisse einen Tag lang nach Herzenslust kreativ sein.

Hier kann das Filzen einmal gründlich ausprobiert werden. Das Grundprinzip ist einfach und doch braucht es einiges an Tipps, Gefühl und Erfahrung, um das individuelle Einzelstück nach eigenen Vorstellungen Schritt für Schritt zu gestalten.

Aus farbig feiner Wolle, Wasser und Seife filzen die Teilnehmenden unter der fachkundigen Leitung durch Dozentin Monika Ullherr-Lang Kugeln, Scheiben, Bänder und Flächen, aus denen kreative Schmuckstücke und dekorative Accessoires entstehen. „Filzen macht in der Gruppe noch mehr Spaß als

alleine zu Hause“, sagt Dozentin Ullherr-Lang. „Die Teilnehmenden nehmen anschließend ein Filzobjekt mit nach Hause und dazu das Know-How, um eigenständig weitere Filzexperimente durchführen zu können.“

## Stärkung bitte selbst mitbringen

Die Kursleiterin bringt Wolle und Hilfsmaterialien mit, die über einen Materialkostenbeitrag abgerechnet werden. Die Teilnehmenden sollten zwei bis drei Handtücher, Schreibzeug, Schere sowie Noppenfolie im Gepäck haben. Zudem können neben Filzwolle, Filzprodukten und Filzbüchern aus dem eigenen Haushalt weitere Gegenstände mitgebracht werden, die sich kreativ verarbeiten lassen, wie Perlen oder Steine. „Da wir uns in der Ökologiestation nicht verpflegen können, sollten die Teilnehmenden für den Tag zudem einen kleinen Imbiss und etwas zu Trinken dabei haben“, sagt Monika Ullherr-Lang.

„Filzspaß – Basics“ wird von der Volkshochschule Bergkamen in Kooperation mit dem Umweltzentrum Westfalen und der Naturförderungsgesellschaft für den Kreis Unna angeboten. Anmeldungen für den Kurs Nr. 2130, für den ein Kursentgelt in Höhe von 30,00 € sowie Materialkosten zu entrichten sind, 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.

# VHS zeigt’s: Kleider machen Leute – auch im Beruf

**Den persönlichen Auftritt im Beruf durch Harmonie von Kopf bis Fuß stärken, ist das Ziel des VHS-Kurses „Farb- und Stilberatung“ am Samstag, 15. September. Er** zeigt auf, wie man durch die richtige Kleidungswahl sicher und kompetent wirkt.

Ein gelungener persönlicher Auftritt kann den beruflichen Erfolg stützen. „Sicherheit und Erfolg beim Auftreten im Berufs- und Privatleben entsteht durch Harmonie von Kopf bis Fuß. Das richtige Kombinieren von Farben und Stil bringt Ihre Persönlichkeit noch besser zur Geltung“, sagt Dozentin Karin Hartig, die Inhaberin der Firma „Imageberatung und Coaching Karin Hartig“ ist. Am Samstag, den 15.02.14, bietet sie bei der VHS Bergkamen von 10.00 bis 17.00 Uhr im Volkshochschulgebäude „Treffpunkt“ den Kurs 5912 „Farb- und Stilberatung“ an.

„Die Gruppengröße ist auf 6 Personen begrenzt“, sagt Patricia Höchst, die den Fachbereich EDV und beruflich Bildung bei der VHS Bergkamen verantwortet. „Damit kann die Dozentin auf jede einzelne Person gezielt eingehen und diese individuell beraten.“

Die Typberatung, zu der Farbharmonie, Stil, Make-up und Frisur gehören, ist als Grundlage enorm wichtig. In der Kleingruppe analysiert die Dozentin den jeweiligen Hautunterton der Teilnehmenden, um daraufhin die idealen Farben für Garderobe, Make-up, Haare und Accessoires festzustellen. „Denn die richtigen Farben unterstreichen die Persönlichkeit und vermitteln ein angenehmes Äußeres“, sagt Karin Hartig. „Durch eine gut gewählte und zusammengestellte Garderobe wirken Sie dynamischer und kompetenter. Außerdem können Sie viel Zeit und Geld sparen, weil Sie dann Ihren Kleiderschrank nach passenden Farben und Stil organisiert haben und für jede Gelegenheit gut

gekleidet sind!“ Die Kurskosten betragen für die insgesamt 8 Unterrichtsstunden in der Kleingruppe 66,00 €. Dieser Kurs ist von der Ermäßigungsregelung ausgeschlossen.

Für diesen Kurs mit Kursnummer 5912 ist eine vorherige Anmeldung 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 / 284 952 oder 284 954 möglich. Online können Interessierte sich jederzeit über www.bergkamen.de oder direkt über http://vhs.bergkamen.de anmelden.

---

# VHS-Kurs am Wochenende verschafft einen Einblick in Word, Excel und PowerPoint

MS Office 2010 kommt in zahlreichen Büros Deutschlands zum Einsatz. Wer die Grundlagen des darin enthaltenen Tabellenkalkulationsprogramms MS Excel, des Textverarbeitungsprogramms MS Word und des Präsentationsprogramms MS PowerPoint kennenlernen möchte, der ist in dem Kurs „MS Office 2010 Professional“ (Kursnummer 5201) richtig aufgehoben.

Die Teilnehmer treffen sich zwei Mal samstags im EDV-Raum des VHS-Gebäudes „Treffpunkt“, und zwar am 15. Februar und am 15. März, jeweils von 09:00-14:00 Uhr. Dozent Marcus Garand bietet hier in kompakter Form einen Einstieg in die zahlreichen Funktionen dieser drei Anwendungsprogramme, die unter dem Dach

„MS Office“ zusammengefasst werden.

„Wir beschäftigen uns mit den grundlegenden Funktionen der drei Programme, so dass die Teilnehmenden diese anschließend für die typischen Büroarbeiten sinnvoll einsetzen können“, erläutert Marcus Garand die Kursinhalte. Interessierte sollten solide PC-Grundlagenkenntnisse mitbringen. „Für diejenigen, die weiter in die Tiefe gehen möchten, bieten wir in diesem Semester weiterführende Kurse in MS Excel und MS Word an“, sagt Patricia Höchst, die bei der VHS Bergkamen den Fachbereich EDV und berufliche Bildung verantwortet.

Dieser Kurs 5201 umfasst 12 Unterrichtsstunden und kostet 27,60 €. 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.

---

# Neuer Kurs der VHS: Webseitenpflege mit Joomla

Wer für seinen Verein oder sein Unternehmen eine Webseite mit Joomla gestalten oder pflegen möchte, der erhält Hilfestellung bei der VHS Bergkamen. Ab dem 5. Februar läuft dreimal mittwochsabends von 18 bis 21:15 Uhr der Kurs „Webseiten mit Joomla“.

„Dieses Thema haben wir auf Anregung unserer Teilnehmenden neu in das Programm aufgenommen“, sagt Patricia Höchst, die bei der VHS Bergkamen für den Fachbereich „EDV und berufliche Bildung“ verantwortlich ist. „Bisher konzentrierten wir uns auf das Content Management System TYPO 3. Aber Joomla ist ebenfalls weit verbreitet und hier gibt es offensichtlich Schulungsbedarf.“

Die erfahrene Dozentin Karen Falkenberg wird in 12 Unterrichtsstunden die notwendigen Einblicke in die Arbeitsweise mit Joomla 2.5 und gegebenenfalls auch in die Version 3.0 geben. Egal, ob die Teilnehmenden Beiträge oder Module erstellen wollen, sie lernen in diesem Kurs einen effektiven Umgang mit diesem Content Management System. „Wir schauen uns gemeinsam die Möglichkeiten von Joomla an und üben anschließend“, sagt Karen Falkenberg. „Wir werden Newseinträge generieren und die Datenspeicherung optimieren. Ich erläutere die unterschiedlichen Nutzungsmöglichkeiten von Joomla und es gibt im Kurs viele Übungsphasen, damit sich das neu erworbene Wissen auch festigt“.

Für diesen Kurs mit Kursnummer 5111, der 27,60 € kostet, ist eine vorherige Anmeldung 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 / 284 952 oder 284 954 möglich. Online können Interessierte sich jederzeit über www.bergkamen.de oder direkt über http://vhs.bergkamen.de anmelden.

# VHS bietet an: Discofox-Kurs für Abiball, Hochzeitsfeiern und Co.

Die Bergkamener Volkshochschule bietet wieder zum Discofox-Kurs am 14. und 15. Februar. Anmelden können sich aber nur Paare und keine Solotänzer.

Discofox ist der Tanz, der zu fast jeder Stimmungsmusik getanzt werden kann und den so ziemlich jede Tänzerin und jeder Tänzer auf einer Party oder einem Fest beherrscht. Wer also nicht zum Thekenhocker werden möchte sondern mitmischen will, sollte diesen Tanz erlernen.

Im Anfängerkurs der Volkshochschule Bergkamen werden auf dem Parkett des großen Saals des VHS-Gebäudes „Treffpunkt“ am 14. und 15. Februar die Grundfiguren und Grunddrehungen des Discofox vermittelt. „Zusätzlich werden wir einige interessante Varianten einstudieren“, sagt Michael Krause, der diesen Kurs leitet. „Eine Anmeldung ist allerdings nur als Paar möglich, damit jeder Teilnehmende auch einen Tanzpartner hat.“

## Keiner soll einsam an der Theke stehen

„Wir bieten diesen Kurs regelmäßig im Frühjahr an, weil dann die alljährliche Hochzeitswelle im Mai und kurz vor den Sommerferien die Abibälle vor der Tür stehen“, sagt die VHS-Leiterin Sabine Ostrowski. „Da will so manches Paar vorher sicherheitshalber noch ein bisschen üben.“

Der Kurs mit Kursnummer 2091 läuft am Freitag, den 14.02.14, von 18.00 Uhr bis 20.15 Uhr und am Samstag, den 15.02.14, von 10.00 bis 12.15 Uhr. Er umfasst 6 Unterrichtsstunden und

kostet 24,00 €.

Für diesen Kurs mit Kursnummer 2091 ist eine vorherige Anmeldung 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.