Volkshochschule Bergkamen sucht dringend Dozentinnen und Dozenten für Fitnessangebote im Rahmen der Gesundheitsbildung

Die Volkshochschule der Stadt Bergkamen hat ein breit aufgestelltes Angebot im Gesundheitsbereich. Von einer Vielzahl von Entspannungs – und Fitnessangeboten bis hin zu Vorträgen und gesunder Ernährung. Und viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die dieses Angebot intensiv nutzen.

Unter dem Motto "VHS macht gesünder" ermöglicht die VHS Bergkamen vielen Menschen aller Bevölkerungsgruppen den Zugang zur Gesundheitsbildung durch sozialverträgliche Kursgebühren. Es geht um gesundheitliche Chancengerechtigkeit.

Im Vordergrund sollte der Spaß an der Bewegung stehen und zugleich sollen Bewegungsabläufe zur Gesunderhaltung nachhaltig vermittelt werden.

Leider muss die VHS zum Semesterstart Ende Januar auf zwei langjährige und beliebte Dozentinnen verzichten.

Deshalb sucht die VHS Bergkamen händeringend zum Start des ersten VHS-Halbjahres Dozentinnen und Dozenten im Gesundheitsbereich. Insbesondere für Fitness-und Bewegungsangebote, wie Ganzkörpertrainings, Rücken-Schulter-Nacken Gymnastik, Faszien-und Pilatestraining oder auch ein Bauch-Beine-Po Trainingsprogramm.

Sollte Ihr Interesse an dieser Aufgabe geweckt worden sein, Sie über Qualifikationen im Sport und/oder Gesundheitsbereich verfügen, gerne mit Menschen unterschiedlichen Alters oder Herkunft umgehen und möchten den Spaß an körperlicher Aktivität vermitteln, dann melden Sie sich doch bitte bei der VHS.

Ansprechpartnerin ist Sabine Ostrowski, Tel: o2307/284955, E-Mail: s.ostrowski@bergkamen.de.

Volkshochschule Bergkamen macht gesünder!

Der Programmbereich der Gesundheitsbildung ist in der Volkshochschule Bergkamen breit aufgestellt. Es geht um Bewegung, Entspannung, Resilienz, Prävention, Nachhaltigkeit und Ernährung.

In der Gesundheitsbildung setzt die VHS Bergkamen methodisch auf eine Kombination aus Wissensvermittlung und praktischen Kompetenzen. Teilnehmende erhalten die Möglichkeit, von anderen Sichtweisen zu lernen, Verhalten nachhaltig zu verändern und ihre eigenen Fähigkeiten zu stärken. Die Gesundheitsangebote entsprechen dem aktuellen wissenschaftlichen Forschungsstand und unterstützen die Selbstbestimmung in Gesundheitsfragen. Schauen Sie sich einfach mal im Programmbereich Gesundheit um.

Folgende Online Vorträge möchte Ihnen Fachbereichsleitung Sabine Ostrowski besonders empfehlen: "Hashimoto und Ernährung-Wenn die Schilddrüse erkrankt" am 07.09.2023, "Die Kraft des Sonnen-Vitamins D" am 21.09.2023 und "Den Körper selbst entgiften" am 19.10.2023. Die Dozentin Dagmar Lehmkuhl ist Ernährungs- und Vitamin D-Beraterin und selbst von Autoimmunerkrankungen betroffen.

VHS-Leiterin Sabine Ostrowski möchte zudem auf den Vortrag "Schlafstörungen" mit dem Dozenten DR. med. Daniel Sippel, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie und Ärztlicher Leiter Schlafambulanz und Schlaflabor, am Donnerstag, 19 Oktober, von 19 bis 20 Uhr hinweisen. Unter Schlafstörungen leiden sechs Prozent der Weltbevölkerung, gehören Sie dazu? Dann sind Sie richtig bei der VHS Bergkamen.

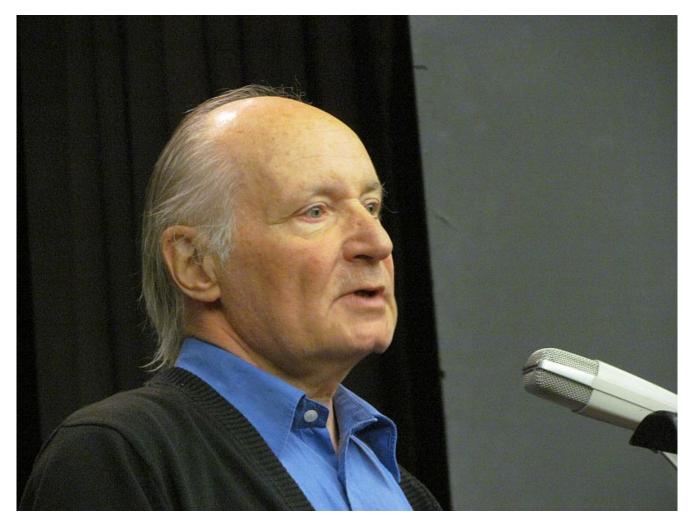
Lassen Sie sich nicht davon abschrecken teilzunehmen, weil es sich um Online Vorträge handelt. Die Umsetzung und die Teilnahme ist einfacher als Sie denken. Sie brauchen zu Hause nur einen Internetanschluss, alles andere kommt von der Volkshochschule. Melden Sie sich bei Interesse bei uns. Das VHS-Team unterstützt Sie gerne beim Start in die Welt der Online-Bildungsveranstaltungen.

Weitere Informationen und Kursinhalte können Sie der Homepage der VHS Bergkamen unter https://vhs.bergkamen.de entnehmen. Dort können Sie sich auch bequem online anmelden. Gerne berät Sie das VHS-Team auch persönlich und nimmt 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.

Vortrag von Dr. Eugen Drewermann "Nur durch Frieden bewahren wir uns selber — die

Bergpredigt als Zeitenwende"



Eugen Drewermann

Auf Einladung der Volkshochschule Bergkamen gastiert Dr. Eugen Drewermann am 5. September, 19.00 Uhr (Einlass 18.30 Uhr) im "studiotheater" der Stadt Bergkamen. Er hält einen inspirierenden Vortrag zu seiner neuen Veröffentlichung "Nur durch Frieden bewahren wir uns selber – die Bergpredigt als Zeitenwende". In diesem Vortrag beleuchtet Eugen Drewermann die Bedeutung der Bergpredigt für unsere heutige Zeit und verdeutlicht, dass Frieden nicht nur eine politische Frage ist, sondern vor allem eine ethische und religiöse Herausforderung darstellt.

Drewermann stellt die gängige Annahme infrage, dass mit der Bergpredigt keine Politik gemacht werden könne. Er unterstreicht vielmehr, dass gerade in Zeiten vieler Konflikte und Unsicherheiten, so wie der Krieg in der Ukraine mitten in Europa alternative Herangehensweisen im Umgang mit Konflikten gefunden werden müssen. Eugen Drewermann tritt immer für Menschlichkeit und Frieden ein.

Für diejenigen, die sich fragen "Wer ist eigentlich dieser Eugen Drewermann?": Er ist ein renommierter deutscher Theologe, Psychoanalytiker und Schriftsteller. Er wurde am 20.06.1940 in Bergkamen geboren und fühlt sich seiner Heimatstadt bis heute verbunden. Deshalb gastiert er seit vielen Jahren jeweils in der ersten Septemberwoche im "studiotheater", ohne ein Honorar zu erheben. Dementsprechend ist der Eintritt frei. Allerdings ruft er in jedem Jahr zu einer Spende auf, die einem gemeinnützigen Zweck zu Gute kommt.

Drewermann hat Theologie, Philosophie und Germanistik studiert und wurde im Jahr 1966 zum Priester geweiht.

In den 1980er-Jahren erlangte er Bekanntheit durch sein öffentliches Engagement gegen Krieg und Atomwaffen. Sowie durch seine kritischen theologischen Schriften, die ihm 1991 ein Predigtverbot der katholischen Kirche einbrachten. 2005 trat er aus der katholischen Kirche aus und widmet sich seitdem als Seelsorger, freier Autor und Referent seiner Arbeit.

Aus all diesen Gründen ist ein Besuch des Vortrags von Dr. Eugen Drewermann lohnenswert. Es ist die Gelegenheit, einen herausregenden Denker mit Haltung live zu erleben. Seine intensive Auseinandersetzung mit den Themen Frieden, Menschlichkeit und Gerechtigkeit führen zu Erkenntnissen und Ideen, die wegweisend sind und dazu beitragen können, eine bessere Zukunft zu gestalten.

Sabine Ostrowski, Leiterin der Bergkamener Volkshochschule, meint Sie sollten sich diese einzigartige Gelegenheit nicht

Anmeldungen für das 2. Semester bei der VHS Bergkamen sind noch möglich

Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung und Bewahrung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Sie setzt an bei Kompetenzen, wie der Lernfähigkeit, den Sprachkenntnissen und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen.

Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den Neuen Medien stellt einen Schwerpunkt des Programmbereiches "EDV und berufliche Bildung" dar. Ebenfalls stark vertreten sind Kurse für das berufliche Weiterkommen in unterschiedlichsten Bereichen sowie zur Optimierung von Managementkompetenzen. Eine Anmeldung sollte allerdings frühzeitig erfolgen, um sich noch einen Kursplatz zu sichern.

Es gibt Angebote im EDV-Grundlagen-Bereich, wie PC-Grundlagen, Windows 11, Word und Excel-kurse, aber auch Digitale Fotografie.

Für Selbstständige und alle Interessierten gibt es im Bereich EDV und berufliche Bildung auch Angebote zur Erstellung einer eigenen Homepage mit WordPress, Kurse zu Microsoft Teams, Arbeiten mit Outlook und digitalem Online-Marketing.

Der Excel-Grundlagenkurs startet am 04.09.2023 um 18:00 Uhr

und findet 6x montags statt. Der Kurs kostet 45,- Euro. Der Word-Grundlagen startet am 05.09.2023 um 18:00 Uhr und findet 4x dienstags statt für 20,- Euro. Möchte man von Grund auf lernen wie man einen PC bedient, dann ist der PC-Grundlagenkurs ab 07.09.2023 um 09:00 Uhr genau das richtige. Interessierte, die ihre Grundkenntnisse in der Handhabung des PCs vertiefen möchten, können dieses im PC – Grundlagen II (ebenfalls ab 07.09.2023) ab 10:45 Uhr tun. Alle 4 Kurse leitet der Dozent Sascha Gottwald.

Auch für Interessierte, die ein neues Android Smartphone oder auf ein Android Gerät gewechselt haben und sich nicht sicher mit der Bedienung sind, gibt es den richtigen Kurs. Der Kurs "Das Android Smartphone für Einsteiger" startet am 06.09.2023 um 18:00 Uhr und findet 3x mittwochs statt unter der Leitung des Dozenten Herrn Falkenberg. Des Weiteren leitet Herr Falkenberg auch den Kurs "Fotoorganisation und Bildbearbeitung am Smartphone", der ab dem 18.10.2023 bei der VHS Bergkamen startet.

Wer sich für die Kurse für die eigene Homepage interessiert, kann am 08.09.2023 mit dem WordPress — Grundkurs oder dem WordPress-Aufbaukurs am 23.09.2023 startet. Viele weitere Kurse und deren Starttermine, wie z.B. Windows 11, Microsoft Teams oder Digitales Marketing findet man im Programm auf der Homepage VHS Bergkamen.

Bei der VHS Bergkamen findet man außerdem weitere beruflich qualifizierende und verwertbare Kurse in den anderen Programmbereichen, wie z. B. berufsbezogene Sprachkurse im Fachbereich 4 oder der nachträgliche Erwerb von Schulabschlüssen im Fachbereich 6.

Weitere Informationen und Kursinhalte können man der Homepage der VHS Bergkamen unter https://vhs.bergkamen.de entnehmen. Dort können man sich auch bequem online anmelden. Gerne berät Sie das VHS-Team auch persönlich und nimmt 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.

Rechtzeitig für das neue Semester der VHS anmelden – Kurse starten am 28.08.2023

Das Programm der Volkshochschule Bergkamen für das 2. Halbjahr 2023 wurde am 23.05.2023 vom Ausschuss für Schule, Sport und Weiterbildung verabschiedet. Das neue Programm bietet rund 180 interessante, vielfältige Angebote mit mehr als 5000 Unterrichtsstunden.

Am 5. September ist Dr. Eugen Drewermann wieder in Bergkamen zu Gast. Im Studiotheater wird er den Vortrag "Nur durch Frieden bewahren wir uns selber — Die Bergpredigt als Zeitenwende" halten. Der Vortrag beginnt um 19.00 Uhr und findet kostenfrei statt, da Herr Dr. Drewermann in seiner Heimatstadt auf ein Honorar verzichtet und dafür um eine Spende für ein soziales Projekt bittet.

In der VHS kommen alle auf ihre Kosten, die sich weiterbilden wollen. Die Kurse in den einzelnen Bereichen sind wie immer breit gefächert, von Gesundheitsvorträgen über Sprachkurse, Bewegungsworkshops bis hin zu Smartphonekursen. Eine ganze Reihe von EDV — Seminaren richten sich an Freiberufler wie Ärzte, Rechtsanwälte und Steuerberater oder an Handwerker, Künstler und Autoren. Hier geht es dann z.B. um die eigene Homepage oder das digitale Online-Marketing. In Online-Formaten können sich Berufstätige neben ihrem Job Kenntnisse über Buchhaltung und weitere kaufmännische Grundlagen

aneignen. Einsteigerkurse für Computer-Neulinge aber auch für die Office-Anwendungen Word, Excel, Outlook oder das Arbeiten in der Cloud bleiben weiterhin im Angebot. Ergänzend finden sich Angebote zum Zeitmanagement, Kreativitätstechniken und agilem Projektmanagement.

In Präsenzveranstaltungen und Online-Vorträgen können sich Interessierte im kommenden Semester beispielsweise über Indien als Supermacht oder auch das "neue Afrika" informieren. Wer sich lieber mit ökologischen Fragen beschäftigen möchte, erhält Antworten zu Balkonkraftwerken und der Energiewende in den eigenen vier Wänden.

Im Kreativbereich finden sich Tanz- und Fotografiekurse. Und wer die eigenen Fotos weiterbearbeiten möchte, kann sich dies in Kursen zur Fotobearbeitung am PC oder am Smartphone aneignen.

Das Programmheft, welches bereits im gesamten Stadtgebiet ausliegt, beinhaltet eine Fülle an Kursen und Workshops für Freizeit und Beruf. Im Laufe des Semesters können aber auch weitere Veranstaltungen hinzukommen. Ein Blick auf die Internetseite der VHS lohnt sich also, um neu Angebote nicht zu verpassen.

Offiziell startet das neue Programm am 28.08.2023, aber einige Kurse beginnen auch schon früher. Beispielsweise starten ab dem 07.08. die Abendlehrgänge zum Nachholen eines Schulabschlusses. Anmeldungen sind noch bis zum Ende der Sommerferien möglich. Für alle Kurse gilt sich rechtzeitig anzumelden, um sich noch einen Platz zu sichern.

10 kommunale "Klima-Experten" haben Zertifikat erhalten



10 Teilnehmer und Teilnehmerinnen des hiesigen VHS-Kurses "Klima.fit – Klimawandel vor der Haustür! Was kann ich tun!" haben am Mittwoch von der Ersten Beigeordneten Christine Busch und dem Technischen Beigeordnete Jens Toschläger ihre Zertifikate als Multiplikator:innen für den Klimaschutz erhalten.

Sie haben erfolgreich in 21 Unterrichtseinheiten konkretes Wissen u.a. zu folgenden Themen erlangt:

- Klimaschutz und Klimaanpassung im politischen Kontext
- Unterschied zwischen Wetter und Klima
- Das Klimasystem und seine Komponenten

- Natürlicher und anthropogener Treibhausgaseffekt
- Die Bedeutung der 2°-Celsius-Obergrenze
- Pro-Kopf-Emissionen und ihre Auswirkungen
- Der CO₂-Fußabdruck

Die kommunale Herausforderung wurde mit der Klimaschutzbeauftragten der Stadt Bergkamen, Kristina van Ryskwick, lebhaft diskutiert.

In zwei Online-Kursabenden waren die Teilnehmenden im direkten Dialog mit führenden Expert:innen über relevante Fragen des Klimawandels. In Vorbereitung auf die Abende wurden aus dem Kurs heraus Fragen formuliert, die direkt am Abend und/oder anschließend schriftlich beantwortet wurden.

Der 4. Kursabend stand unter dem Motto: Was können wir selbst tun? Dazu hatte die Kursleiterin Christiane Reumke kommunale Initiativen eingeladen: Der Nabu hat sein 40-jähriges Engagement zur Pflege von Feucht- und Nasswiesen in Bergkamen vorgestellt. Vertreter des ADFC-Bergkamen (Allgemeiner Deutscher Fahrradclub) und des Aktionskreises Wohnen und Leben in Bergkamen e.V. berichteten über ihre Tätigkeiten und haben um Mitstreiter:innen geworben. Die Initiative "L821n NEIN!" stellte heraus, wie sich aus einer "Ein-Punkt-Bewegung" eine Initiative für den Klimaschutz entwickelt hat. "Ganz neu war für mich das Nachhaltigkeitsforum der Fa. Bayer als betriebliches Engagement kennenzulernen", S 0 Teilnehmerin. Zusätzlich wurden die "Solidarische Landwirtschaft" und "Vegans for Future" als regionale Initiativen vorgestellt.

Die Teilnehmenden haben vielfältige Anregungen erhalten, im Alltag ihren Beitrag zur Erreichung der Klimaschutzziele zu leisten. Insbesondere die Energieeinsparung, die Nutzung erneuerbarer Energien aber auch den Umstieg aufs Rad haben sie sich vorgenommen.

Der letzte Kursabend am 07.06.2023 stand ganz im Zeichen des

Weitermachens. Sowohl die Erste Beigeordnete Christine Busch als auch der Techn. Beigeordnete Jens Toschläger wünschten sich ein kommunales Engagement der Teilnehmer und Teilnehmerinnen und sagten ihre Unterstützung seitens der Verwaltung zu. Die Teilnehmenden haben das gerne aufgegriffen. "Ich bin konkret bereit mich für ein Bürgerwindrad in Bergkamen zu engagieren", meldete ein Teilnehmer sein Interesse an. Ein Teilnehmer aus Rünthe will sich "für blühende Vorgärten und gegen Schottergärten" einsetzen. "Auch bei dem energetischen Quartierskonzept bringe ich mich gerne ein."

Im Gegenzug hoffen die Teilnehmenden, dass auch die Verantwortlichen alle erforderlichen Schritte mutig und entschlossen in die Wege leiten. Sie haben erkannt, dass die Lage ernst ist, dass aber noch die Chance besteht, die verheerenden Folgen einer Erderwärmung von über 1,5 Grad abzuwenden.

Hochkarätige Fachtagung zum Thema "Rassismus im Bildungssystem" in der VHS Bergkamen



Prof. Dr. Karim Fereidooni

Unter dem Titel "UN/SICHTBAR: Rassismus im Bildungssystem – Chancen und Herausforderungen" fand am vergangenen Montag eine Fachtagung im Treffpunkt in Bergkamen statt.

Im Rahmen der Internationalen Wochen gegen Rassismus haben das städtische Integrationsmanagement, das Multikulturelle Forum, die AWO-Migrationsdienste, die Integrationsagenturen NRW und der Vielfaltsverein Bergkamen for All einen mit angesehenen Expert:innen besetzten Fachtag mit Unterstützung der Volkshochschule Bergkamen im Treffpunkt organisiert.



Bergkamens Integrationsmanagerin Hevidar Yildirim.

Die rund 60 Teilnehmenden — vorwiegend aus Bergkamen und dem Kreis Unna — wurden zunächst von Bürgermeister Bernd Schäfer und der städtischen Integrationsmanagerin Hevidar Yildirim begrüßt. Unter Moderation von Bahar Arslan, Lehrerin und Lehrbeauftragte für das Studienfach Interkulturelle Kompetenz, begann zunächst Prof.in Dr.in Emra Ilgün-Birhimeoglu von der IU Dortmund mit einem Vortrag. Sie führte die Teilnehmenden in die verschiedenen Dimensionen von Rassismus ein. Sie ging insbesondere auf die Dimension des strukturellen Rassismus ein, der sich — bewusst und unbewusst — in vielen Institutionen, Behörden und eben auch im Bildungssystem finden lässt. In Schulen etwa beobachte man häufig, dass die Schüler:innen nach ihrem Sprachniveau kategorisiert werden, somit also häufig anhand ihrer Defizite und nicht nach ihren Ressourcen behandelt werden.

der anschließenden Podiumsdiskussion gingen verschiedene Expert:innen thematisch weiter in die Tiefe. Als lokale Vertreter:innen nahmen die Erste Beigeordnete Christine Busch und Jan Groesdonk, Lehrer am Städtischen Gymnasium teil. Groesdonk engagiert sich für Bergkamen, gesellschaftliche Vielfalt und betreut am Gymnasium u.a. die Anti-Rassismus AG. Er konnte von zahlreichen Gesprächen mit von Rassismus betroffenen Schüler:innen berichten, aber auch von einem großen Engagement, dass er bei jungen Menschen beobachte. Dieses Engagement hat laut Groesdonk Überwindung von Rassismus jeglicher Art zum Ziel.

Busch hob hervor, dass sich Stadtrat und Stadtverwaltung dazu verpflichtet haben, die Ergebnisse des Integrationsprozesses der letzten drei Jahre in Bergkamen umzusetzen. Bei einigen Themen stehe man noch am Anfang, bei anderen sei Bergkamen schon sehr gut aufgestellt. Das Integrationsbüro in Bergkamen existierte seit über 15 Jahren und das derzeitige Integrationsmanagement leiste hervorragende Arbeit. "Die Dimensionen von strukturellem Rassismus waren Thema in der letzten Integrationsratssitzung und damit werden wir uns in

nächster Zeit auch innerhalb der Stadtverwaltung auseinandersetzen", so Busch.

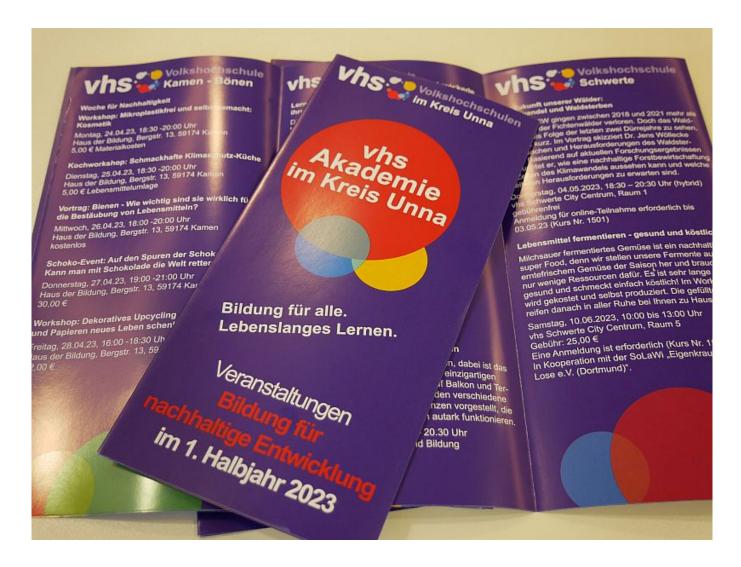
Prof. Dr. Karim Fereidooni von der Ruhr-Uni Bochum berichtete u. a. von seinen Erfahrungen als Deutschlehrer mit iranischen Wurzeln an einem katholischen Gymnasium. Fereidooni, der verschiedene Bundesministerien zum Kontext Rassismusprävention berät, machte deutlich, dass das Erkennen von und der Umgang mit Rassismus eine Professionskompetenz für Lehrer:innen sein müsse.

Sozialaktivist und Autor Ali Can komplettierte die Podiumsdiskussion mit Hinweisen, wie auf das Thema Rassismus in sozialen Medien aufmerksam gemacht werden kann. Gemeinsam mit dem Erziehungswissenschaftler Birol Mertol und Jannik Willers vom Multikulturellen Forum leitete Ali Can dann auch einen von drei Workshops, bei denen die Teilnehmenden sich mit den Themen Antirassistische Handlungsstrategien, Antimuslimischen Rassismus in der Schule und dem Anti-Bias Ansatz auseinandersetzen konnten.

Das Fazit der teilnehmenden Fachkräfte aus Schule, Kita, Sozialarbeit und der Integrationsarbeit fiel durchweg positiv aus. Das hohe fachliche Niveau der Referent:innen und die Möglichkeit zur Vernetzung wurden besonders hervorgehoben. Der abschließende Wunsch der Teilnehmenden nach weiteren Veranstaltungen dieser Art war daher nur konsequent.

Bildung für Nachhaltigkeit: Re-Start der VHS-Akademie im

Kreis Unna



Im März 2020 wurde die VHS-Akademie durch die Corona-Pandemie abrupt gestoppt. Am Donnerstag, 23. Februar trafen sich die Volkshochschulleiter aus dem Kreis Unna und verkündeten den Neustart der VHS-Akademie — ein Re-Start. Mit so einem Neustart werden auch neue Themen in den Fokus genommen, wie zum Beispiel die Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE).

Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) heißt Zukunft gestalten. Nicht erst durch "Fridays for Future" ist die Bedeutung von Nachhaltigkeit für die Zukunft der Gesellschaft bekannt. Der heutige Zeitgeist ist geprägt durch rasante Entwicklungen, verbunden mit großen ökonomischen, ökologischen und demografischen Herausforderungen. "Dieser Neustart der VHS-Akademie ist ein guter Schritt, um das Gemeinwesen für die

neuen Herausforderungen der Zukunft zu wappnen", so Landrat Mario Löhr.

Notwendigkeit von Bildung

Klimawandel und Artensterben haben sich beschleunigt, die Übernutzung der natürlichen Ressourcen der Erde setzt sich ungebremst fort, Ungleichheiten werden größer. Bildung kann einen zentralen Beitrag zur Lösung dieser Probleme leisten. Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) befähigt die Menschen zu zukunftsfähigem Denken und Handeln und ermöglicht es jedem und jeder Einzelnen, die Auswirkungen des eigenen Handelns auf die Welt zu verstehen und verantwortungsvolle Entscheidungen zu treffen.

Das Angebot der VHS-Akademie für nachhaltige Bildung steht für das erste Halbjahr bereits fest und umfasst eine diverse Anzahl an Kursen mit Themen, die sich mit einer nachhaltigen Lebensweise befassen. In zahlreichen Workshops werden den teilnehmenden Personen unter anderem die Prinzipien von Upcycling und Wiederverwertung von Papier nähergebracht, zusätzlich gibt es auch Kurse darüber, wie Verbraucher selbstständig Kosmetik herstellen und klimaschonend kochen können. Es gibt auch allgemeine Vorträge, die sich mit der Bedeutung von zahlreichen Tierarten und wirtschaftlichen Prinzipien beschäftigen.

Weitere Informationen zum Thema Bildung für nachhaltige Entwicklung gibt es unter der Seite des deutschen Volkshochschulen-Verbandes unter www.volkshochschule.de und bei der Volkhochschule Bergkamen https://vhs.bergkamen.de/index.php

Gut informiert durch die VHS: Videos mit dem eigenen Handy drehen

Sicher mit dem Handy umgehen, kleine Videos drehen und die eigene Meinung im Internet kundtun: All das ist heutzutage kein Problem. Doch was ist, wenn sich der Umgang mit öffentlichen Medien und digitaler Technik noch fremd anfühlt, und das Vertrauen in die eigenen medialen Fähigkeiten fehlt?

"Mit dem Bildungsangebot "Handyvideos selbst gemacht: produzieren lernen, ausprobieren, austauschen, veröffentlichen" geben wir Bürgerinnen und Bürgern eine Stimme und unterstützen sie dabei, gut informiert ihre Themen und ihre Meinungen in der Öffentlichkeit darzustellen", so Manuela Sieland-Bortz von der VHS, die dieses Projekt nach Bergkamen geholt hat, welches nur an 25 Standorten durchgeführt wird.

Falschmeldungen in den Medien sind ein hochaktuelles, gesellschaftlich, relevantes Thema. So vielfältig wie die Menschen sind, so unterschiedlich sind die Meinungen. Jeder darf die eigene Meinung äußern. Das sollte aber auf der Basis von Fakten geschehen, damit Desinformation keine Chance hat, denn Meinung wirkt durch den Inhalt und durch die Gefühle, die mit dem Thema und der Art der Medienproduktion angesprochen werden. Mit großer Freiheit kommt große Verantwortung.

In einer Initiative für Meinungsvielfalt und Informationskompetenz haben der Landesverband der Volkshochschulen von NRW e.V. und die Landesanstalt für Medien NRW in Kooperation ein Bildungsangebot zur Förderung der Medienkompetenz entwickelt.

In diesem modularen Blended-Learning-Kurs, der an der Volkshochschule Bergkamen angeboten wird, lernen die Kursteilnehmenden Schritt für Schritt die Grundlagen, um eigene Videos mit dem Handy zu produzieren und diese zu veröffentlichen. Sie erhalten Hintergrundwissen zu Mediennutzung und Medienwirkung und werden fachkundig begleitet. Im Fokus stehen dabei die Förderung des lokalen politischen Engagements und die aktive Beteiligung am Leben der Kommune. Theorie und Praxis im Wechsel und der Austausch mit Expertinnen und Experten runden das Kursangebot ab. Das Angebot richtet sich an alle Bürgerinnen und Bürger. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Einen Teil des Angebots liefert die Medienbox NRW. Sie ist die Werkzeugkiste für Themen in Bild und Ton. Die interaktiven der Medienbox NRWLernmodule veranschaulichen Hintergrundwissen der Medienproduktion und unterstützen die Nutzenden im eigenen Arbeitsprozess. Mit der Veröffentlichung des erstellten Beitrags über NRWision - einer Plattform, auf der alle Menschen in NRW Ihre Audio- und Videobeiträge sicher veröffentlichen können - wird das Thema sicher und sichtbar in die Öffentlichkeit gebracht. Der Kurs beginnt am Donnerstag, 2. März und findet insgesamt fünfmal in der Zeit von 17.00 bis 20.00 Uhr statt, wobei drei Termine online durchgeführt werden. Die Kurskosten betragen aufgrund der Förderung durch die Staatskanzlei des Landes NRW nur 20 €.

Eine vorherige Anmeldung 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.

Weiterbildungsangebot "klimafit" der Volkshochschule: Klimaschutz fängt vor der eigenen Haustür an

Starkregen, Hochwasser, Hitzewellen: Die Klimakrise stellt Städte und Gemeinden vor große Herausforderungen. Engagierte Bürgerinnen und Bürger können mithelfen, ihre Kommune klimafreundlicher zu gestalten indem sie die Zerstörung der Natur stoppen und eine Zukunft gestalten, in der Mensch und Umwelt in Einklang miteinander leben. Wie das geht, lernen sie im Kurs "klimafit – Klimawandel vor der Haustür! Was kann ich tun?", den die VHS Bergkamen ab 15. März an sechs Abenden jeweils von 18 bis 21 Uhr im Treffpunkt, Lessingstraße 2, anbietet.

"Der Kurs vermittelt wissenschaftliche Grundlagen und zeigt auf, welche Möglichkeiten wir haben, den Schutz des Klimas vor unserer eigenen Haustür mitzugestalten", betont Kursleiterin Christiane Reumke. Sie war bis Mai vergangenen Jahres Sachgebietsleiterin für Stadtplanung und Klimaschutz bei der Stadt Bergkamen und bringt ihr berufliches Fachwissen in den Kurs ein. Dabei macht sie auch deutlich, dass alle Bürgerinnen und Bürger dazu beitragen können, die Klimaziele zu erreichen.

An sechs Kursabenden erfahren Interessierte mehr über das Klimaschutzmanagement ihrer Kommune und wie sie sich daran beteiligen können. Auf dem Programm steht dabei auch der Austausch mit führenden Klimawissenschaftlerinnen sowie regionalen Experten und Initiativen. Nach erfolgreicher Teilnahme erfolgt eine Auszeichnung mit dem "klimafit"-Zertifikat, das die Teilnehmerinnen und Teilnehmer als Fachleute für kommunalen Klimaschutz auszeichnet, deren Wissen auch anderen zur Verfügung steht.

Die Fortbildung richtet sich an alle, die den Klimaschutz voranbringen wollen. Damit beginnen die Teilnehmenden bereits im Kurs: Die "klimafit"-Challenge zeigt, wie sich CO_2 -Emissionen durch kleine Verhaltensänderungen etwa beim Essen, Heizen oder im Verkehr einsparen lassen. Indem sie weniger Energie verbrauchen, tragen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zudem zur Versorgungssicherheit in ihrer Kommune bei. Anmeldungen sind ab sofort unter https://vhs.bergkamen.de möglich. Der Kurs "klimafit" findet sich in der Rubrik "Politik, Gesellschaft und Ökologie".

Hintergrund:

Der Kurs "klimafit" existiert seit 2017 und geht auf eine gemeinsame Initiative des WWF Deutschland und des Helmholtz-Verbunds Regionale Klimaänderungen und Mensch (REKLIM) zurück. Er findet bundesweit an 149 Volkshochschulen statt und ist für den "Nationalen Preis — Bildung für nachhaltige Entwicklung" nominiert. Die deutsche UNESCO-Kommission und das Bundesministerium für Bildung und Forschung vergeben den Preis im Mai in Berlin.

VHS Bergkamen hat 186 Angebote im Kurs-Programm

fürs 1. Halbjahr 2023

Das Programm der Volkshochschule Bergkamen für das 1. Halbjahr 2023 wurde am 22.11.2022 vom Ausschuss für Schule, Sport und Weiterbildung verabschiedet. Das neue Programm bietet 183 interessante und vielfältige Angebote mit rund 8000 Unterrichtsstunden. Es liegt ab heute an den bekannten Stellen im Stadtgebiet aus und kann auf der Homepage der VHS unter vhs.bergkamen.de eingesehen werden. Kurse können dort direkt und bequem gebucht werden.

Das neue Semester startet am 23. Januar 2023 mit bewährten und neuen Kursen, um die Gesundheit zu fördern, Sprachkenntnisse zu erwerben oder aufzufrischen und nicht zuletzt berufliche Kompetenzen zu erweitern.

Die berufliche Bildung ist unverzichtbarer und ein zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Im Programmbereich EDV und berufliche Bildung sind daher die Kurse schwerpunktmäßig auf das berufliche Weiterkommen und dem kompetenten Umgang mit Informationstechnologien ausgerichtet. Im neuen Semester finden sich neben den Grundlagen- und Aufbaukursen zu den Office-Programmen zahlreiche Veranstaltungen, für Berufstätige interessant sein könnten. Es finden sich beispielsweise Kurse zur Erstellung und Pflege Internetseiten, zum Online-Marketing oder zur Produktion von "Clips und Videos für Firmen und Vereine". Auch Youtube als Einnahmequelle wird in einem Workshop genauer unter die Lupe genommen.

Aber nicht für jedes Angebot muss man heute noch in die Volkshochschule kommen. Arbeitstechniken und Programme wie Mindmapping, Kaizen oder Prezi werden im kommenden Semester als Webinar mit Durchführungsgarantie angeboten. Dies kann die VHS Bergkamen durch Digital-Kooperationen umsetzen.

Hier ist auch die neue Online-Vortragsreihe "vhs.wissen live -

das digitale Wissenschaftsprogramm" zu nennen. Hierbei handelt es sich um ein Gemeinschaftsprogramm zahlreicher Volkshochschulen in ganz Deutschland in Kooperation mit der Max-Planck-Gesellschaft, der Süddeutschen Zeitung sowie der Kulturzeitschrift "Kursbuch". Es werden ein- bis zweimal wöchentlich spannende und aktuelle Vorträge von renommierten Persönlichkeiten aus Wissenschaft und Gesellschaft gehalten. Im nächsten Semester werden dies z. B. Vorträge aus den Bereichen der Landwirtschaft, dem Finanzwesen, der Technik, der Politik und aus vielen anderen Bereichen sein.

Die Webinare für die kaufmännische Weiterbildung, die in Kooperation mit dem Xpert-Lernnetz durchgeführt werden, bleiben im Programm. Hierbei handelt es sich um das bundeseinheitliche Kurs- und Zertifikatssystem für kaufmännische Weiterbildung an Volkshochschulen. Business-Kurse vermitteln fundierte kaufmännische betriebswirtschaftliche Kompetenzen vom Einstieg bis Hochschulniveau. An vielen Hochschulstandorten und Kammern werden für Xpert-Business-Abschlüsse wertvolle Creditpoints fürs Studium angerechnet. Die VHS Bergkamen kann damit in überschaubaren Kursabschnitten für Berufstätige anbieten, die Schritt für Schritt zu anerkannten Fachkraftund Buchhalter-Abschlüssen führen. Durch die Kooperation kann eine Durchführungsgarantie gewährt werden.

Ein weiteres Highlight ist die Kooperation der VHS mit dem Klimamanagement der Stadt Bergkamen. Der VHS ist es gelungen, als eine von 20 Kommunen, für den Kurs "klima.fit – Klimawandel vor der Haustür! Was kann ich tun?" berücksichtigt zu werden.

Begleitet wird dieser klima.fit-Kurs von Klima Diskurs NRW e.V. in Kooperation mit dem Landesverband der Volkshochschulen. Entwickelt wurden die Kursinhalte vom Helmholtz Forschungsverbund REKLIM (Regionale Klimaänderungen und Mensch) und vom WWF Deutschland.

An insgesamt sechs Kursabenden geht es um Grundlagen des Klimawandels, Ursachen und Klimaschutz auf kommunaler Ebene, Regionale Folgen des Klimawandels und Klimaanpassung — wie geht das?. Hinzu kommt ein Expertendialog mit führenden Klimaforscherinnen und -forschern und Tipps von Expertinnen und Experten zu den Themen Energie, Ernährung und Mobilität.

In Kooperation mit dem Stadtmarketing der Stadt Bergkamen werden mehrere Stadtführungen zum Thema "Bergkamen im Nationalsozialismus" angeboten. Der Programmbereich Politik und Gesellschaft bietet des Weiteren eine Exkursion zur Gedenkstätte "Steinwache" in Dortmund. Im Zentrum der Gedenkstättenfahrt zum ehemaligen Polizeigefängnis Steinwache steht die Geschichte derjenigen, die vor dem Hintergrund der NS-Ideologie unter anderem als politische Gegner von der Polizei verfolgt und in die Steinwache gebracht wurden.

Die VHS ist nicht nur ein Ort der Bildung, sie ist auch ein Ort der Begegnung. Somit finden sich natürlich auch die bewährten und sehr beliebten Fremdsprachenkurse im Programm wieder. Im Gesundheitsbereich gibt es neben den Bewegungs- und Entspannungsangeboten auch wieder Ernährungskurse und - vorträge für verschiedenste Lebenslagen.

Das vielfältige Programm der VHS zielt darauf ab, Menschen durch Weiterbildung persönliche Orientierung und berufliche Qualifizierung zu ermöglichen. Die Veranstaltungen bieten die Chance zur Teilhabe am gesellschaftlichen, wirtschaftlichen, politischen und kulturellen Leben. Und das scheint auch im kommenden Semester zu gelingen.

Freie Kursplätze sowie das gesamte Semesterprogramm sind unter www.vhs.bergkamen.de zu finden.

Anmeldungen nimmt auch das VHS-Team telefonisch unter 02307-284952 oder 284954, schriftlich, per E-Mail an vhs@bergkamen.de oder persönlich während der Geschäftszeiten gerne entgegen.