

# VHS Bergkamen hat freie Kursplätze nach den Osterferien

Nach den Osterferien starten bei der VHS Bergkamen wieder einige Kurse in denen nur noch wenige Plätze frei sind und zu denen Sie sich auch während der Ferien noch anmelden können.

## **Word-Grundkurs**

Lernen Sie mit dem Textverarbeitungsprogramm Word Briefe, Lebensläufe, Einladungen und andere Dokumente zu erstellen. Mit leicht verständlichen, praxisnahen Beispielen und Tipps zeigt der Dozent Markus Heinrich in dem VHS-Kurs, wie Sie zielorientiert mit Word arbeiten. Von der Texteingabe über das Speichern von Dokumenten bis hin zum Drucken erfahren die Teilnehmer die Grundlagen der Arbeit mit Word. Der Kurs mit der Nummer 5104 beginnt am 9. April und findet 4-mal montags in der Zeit von 18.00 bis 21.15 Uhr im VHS-Gebäude „Treffpunkt“ an der Lessingstr.2 statt. Die Kursgebühr beträgt 40 Euro.

## **Android-Smartphone-Aufbaukurs**

Aufbauend auf den Grundlagenkurs vertiefen die Teilnehmer ihre Kenntnisse im Umgang mit dem Android-Smartphone und lernen weitergehende Bereiche kennen. Die Teilnehmer haben die Möglichkeit die wichtigsten Themen zu wiederholen, Fragen zu klären und die Verwaltung der Dateien am Smartphone und am PC zu üben. Der Kurs findet am 13. April von 8.30 bis 11.45 Uhr statt und kostet 10 Euro.

## **Mit Profis in der Küche: Grillzeit**

Für noch mehr Freude in der Grillzeit gibt es an diesem Kursabend drei tolle Rezepte. Die Kursteilnehmer werden einen

Grillsenf zubereiten, der nicht nur zur Bratwurst schmeckt sowie ein Erdbeer-Chutney und einen Erdbeer-Ketchup kreieren. Der Kurs wird von Brigitte Honerpeick geleitet, die eine erfahrene Produzentin von Feinkost ist und acht Jahre ein Feinkost-Manufaktur hatte. Der Kurs mit der Nummer 0711 findet am 13. April von 18.00 bis 21.45 Uhr in der Lehrküche der Willy-Brandt-Gesamtschule statt und kostet 15 Euro zzgl. der Lebensmittelumlage.

### **Römische Wellness im Stadtmuseum**

Die VHS Bergkamen bietet in Kooperation mit dem Stadtmuseum „Römische Wellness“ an.

Die Weltgesundheitsorganisation hat 1946 Gesundheit als physisches, psychisches und soziales Wohlbefinden definiert. Es geht also nicht nur um die Beseitigung von Krankheiten, sondern auch darum, das allgemeine Wohlbefinden zu steigern. Der Begriff Wellness zielt dementsprechend auf das Wohlbefinden, Spaß und eine gute körperliche Verfassung ab.

Dazu leistet das Angebot „Römische Wellness“ einen Beitrag und vermittelt Methoden aus der Antike. Wohlriechende Salben und Düfte waren schon immer sehr beliebt. Vor allem bei den Römern wurde auf Körperpflege und Kosmetik großen Wert gelegt. Dieses Angebot, das am 14. April von 14.00 bis 17.00 Uhr im Stadtmuseum stattfindet, richtet sich an Menschen, die natürliche Möglichkeiten der Hautpflege und Kosmetik aus der römischen Zeit kennenlernen möchten. Die Kursgebühr beträgt 20 Euro zzgl. 3 Euro für die benötigten Kosmetikartikel.

Für alle Kurse ist eine vorherige Anmeldung erforderlich. Anmeldungen nimmt das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 8.30 – 12.00 Uhr und montags, dienstags und donnerstags von 14.00 – 16.00 Uhr im Volkshochschulgebäude „Treffpunkt“, Lessingstr. 2, 59192 Bergkamen, entgegen. Eine Kursanmeldung per Telefon ist unter den Rufnummern 02307/284 952 und 284 954 möglich. Online

können Interessierte sich jederzeit über  
<http://vhs.bergkamen.de> anmelden.