

## Neue Angebote im Programm des Semesters II/2010 der Volkshochschule Gummersbach

(**Legende:** V = Vortrag, S = Seminar, K = Kurs, B = Besichtigung, E = Exkursion, SF = Studienfahrt)

### Programmbereich 1: Mensch und Gesellschaft

Reihe: - Köln Konkret – eine Großstadt zum Anfassen ( E ):

- Der Sender der Illusionen: WDR
- Der Dom und seine Schätze
- Literarisch Kölscher Abendschoppen
- Krippen und Heinzelmännchen

Vom Kaiserreich zur Bundesrepublik – Aspekte des historischen Wandels im Gummersbach des 20. Jahrhunderts, 4-teilig ( V ):

1. Alt Gummersbach im Film – eine Auswahl
2. Alt Gummersbach im Film – neue Funde
3. Architektur und Wohnungsnot
4. Menschen in ihrer Zeit

Zuverlässige Geldanlage trotz Finanzkrise ?! ( K )

- Länderkundereportagen: Tunesien; Kroatien ( V )
- Lesungen zum Herbst und zur Winterzeit ( V )
- Kunstdiavorträge: August Macke; Anthonis van Dyck ( V )

- Naturpädagogische Exkursion für Eltern mit Kindern ab dem Vorschulalter: gedeckter Tisch im Herbst ( E )

- Artenvielfalt in Gärten für Kinder: leben und leben lassen ( V )
- Bachblüten und zeitgemäße Blütenkombinationen für Tiere ( V )
- Spiel oder Ernst – Körpersprache von Hunden ( V )
- Edelsteine, Kristalle, Steine ( S )

- Kunst – Voll das Leben begreifen ( V )

- Aufbruch zur Mitte – Das Labyrinth, ein Symbol für Leben ( V )
- Wechselzeiten – Wandelzeiten, Bio-Psycho-Soziale Veränderungen ( V )
- Gefangen im Netz – Wenn das Internet zur Droge wird ( V )
- Einfach gut aufgeräumt ( K )
- Angstbewältigung ( V )
- Die Entwicklung zum Monotheismus und die Folgen für das Menschenbild und den Umgang mit Gewalt in den 3 westlichen Religionen ( V )
- Abschied von „Schuld“ in einer säkularen und globalisierten Welt ( V )

### Programmbereich 2: Kultur und Kreativität

- Malen in verschiedenen Techniken ( K )

- Kalligrafie – einmal anderes ( K )

- Spielen mit selbst gebastelten Handpuppen. Ein Kurs für Kinder im Rahmen der Ferienspielaktion ( K )

- Kreative Landschaftsfotografie ( K )

- Einführung in die HDR – Fotografie ( S )

- Low-Budget-Portraitfotografie ( S )

- Kalender und Fotogeschenke ( S )

- Kaufberatung digitale Kameras ( S )

- Songtexte schreiben ( S )

- Songwriting ( S )

- Gut gekleidet: der geschmackvolle Auftritt für jede Frau und jeden Mann ganz leicht gemacht ( K )

### **Programmbereich 3: Gesundheit / Bewegung und Ernährung**

- Den Stress besiegen ( S )
- Impfung Pro und Contra ( V )
- Yoga und Persönlichkeitsentwicklung ( K )
- Entspannt in allen Lebenslagen ( K )
  
- 3-teilige Vortragsreihe: 1. Mensch, bist du empfindlich ( V )  
2. Ich fühle mich krank und weiß nicht wieso ( V )  
3. Alles psychisch?! ( V )
- Qi Gong – die acht Brokate ( K )
- Bodyformig mit dem Fitball ( K )
- Rentner in Bewegung – rüstig statt rostig ( K )
- Motorbootsführerschein-See ( K )
- Gesellschaftstanz für Senioren ( K )
  
- Gesunde Zubereitung mit dem Thermomix: 1. Herbstliche Küche mit Kartoffeln, Kürbis, Marmeladen und vieles mehr ( S )  
2. Vegetarische Küche ( S )  
3. Vorbereitung auf die und Advents- und Weihnachtszeit ( S )
  
- Kochen für Säuglinge und Kleinkinder ( S )
- Schmackhaftes Gebäck aus der Vollwertküche ( S )
- Süßspeisen aus aller Welt ( S )

### **Programmbereich 4: Sprachen**

- Stilsicher beim E-Mailing in Englisch korrespondieren ( K )
- Verstehen und verstanden werden beim Telefonieren in Englisch ( K )
- Endlich Zeit für Italienisch. Ein Kurs (nicht nur) für Ältere ( K )

### **Programmbereich 5: Beruf / Alltag / EDV**

- Selbstmarketing: den beruflichen Erfolg selbst gestalten ( S )
- Vom Präsentieren zum Faszinieren ( S )
- Charismatisch Überzeugen ( V )
- Sprachkarate ( S )
- Befreiter leben ohne Ärger ( S )
- Motivationstraining ( K )
- Work- Life- Balance- Workshop ( S )
- Zeitsparen – Ziele erreichen ( S )
  
- Tastschreibkurs für Kinder im Rahmen der Ferienspielaktion ( K )
- Mehr erfahren über Windows 7 / 2010 ( K )
- 2 Samstage mit Office 2007/2010 für Office-Umsteiger der Versionen XP / 2003

### **Programmbereich 6: Grundbildung und Schulabschlüsse**

Vorbereitungskurse Fachoberschulreife:

- Deutsch
- Mathematik
- Englisch