

Neue Angebote im Programm des Semesters I/2019 der Volkshochschule Gummersbach

Legende: V = Vortrag, S = Seminar, K = Kurs, B = Besichtigung, E = Exkursion, SF = Studienfahrt, F = Film, WS = Wochenendseminar

Programmbereich 1 - „Mensch und Gesellschaft“

- Lesung und Konzert mit der Auschwitz-Überlebenden Esther Bejarano und der „Microphone Mafia“
- Kulturkampf des Rechtspopulismus – aktuelle Deutungen und Konsequenzen für die Demokratie (V)
- Menschenrechte im digitalen Umbruch (V)
- Der Genozid in Ruanda 1994 (V)
- Hawking und die Schwarzen Löcher: Zum Tode eines Weltgeistes (V)
- Vier Webinare zum Thema „Hundert Jahre Frauenwahlrecht“ (V)

- Kanaren – Inseln des ewigen Frühlings (V)
- Die Normandie (V)
- Die Eifel – mittelalterliche Pracht und wilde Natur (V)

- Integration in einer marktkonformen Demokratie – Stolpersteine auf dem Weg zum fremden Anderen (V)
- „Homo sapiens verliert die Kontrolle“ - Harais düstere „Geschichte von Morgen“ (V)

Programmbereich 2 – „Kultur und Kreativität“

- Film und Medienstadt Köln – Stadtführung mit WDR-Besuch (E)
- Neue Lesungen mit dem Literaturkreis im Atelier 51 (S)
- Kreatives Schreiben für Fortgeschrittene (K)

- Intuitives Malen (K)
- Kalligrafie für Anfänger (K)
- Kreativ in den Frühling starten (S)
- Upcycling und Bastelflow...aus alt mach neu! (WS)
- Art Journaling – Mein persönliches Büchlein (WS)

- Porträtfotografie (WS)
- Recht am Bild und DSGVO (V)
- Blues Harp – Die Magie der Mundharmonika (WS)

Programmbereich 3 – „Gesundheit/Bewegung und Ernährung“

- KräuterPraktiker – 5teilige Grundausbildung zum Kräuterpraktiker (K)
- Entschlackungsworkshop (WS)
- Ätherische Öle und Tinkturen (WS)
- Zumba Kids für Kinder zwischen 7 und 11 Jahren (K)
- Selbstschutz / Selbstverteidigung für Kinder zwischen 5 und 9 Jahren (K)
- Die heilende Kraft des Schlafes (WS)
- Stress und Stressbewältigung (WS)
- Stresshelden
- 2x Yoga am Vormittag (K)
- Kundalini-Yoga (K)
- Yoga und Pilates am Vormittag (K)
- Pilates (K)
- 2x Nordic Walking (K)

- Crashkurs Gesellschaftstanz (K)
- Hochzeit??? Hochzeitstanz (K)
- Salsa (K)

- Bierverkostung (S)
- Meal Prep - clever vorgekocht (S)
- Low Carb für Einsteiger (S)
- Low Carb mediterran (S)
- Brot backen (S)
- Thai Food (S)
- Kochen mit verschiedenen Hülsenfrüchten (S)
- Souk Cuisine (S)
- Der Gurkenkurs (S)
- Fischküche – Lust auf Meer (S)
- Intern. Hähnchenrezepte (S)
- Street Food international (S)
- Sommerkuchen (S)
- Ganz schön spießig: Asiatisches auf dem Grill (S)

Programmbereich 4 – „Sprachen“

Im Semester I/2019 sind mehr als 60 Sprachkurse auf verschiedenen Niveaustufen geplant. Neue Sprachen im Kursangebot: Portugiesisch und Koreanisch.

Programmbereich 5 – „Beruf/Alltag/EDV“

- Bewerbungsmappe erstellen – Lebenslauf, Anschreiben und Anlagen (K)
- BWL – Grundlagen (K)
- Dialog – Wege zum gemeinsamen Denke (WS)
- Positionen finden, Standpunkte vertreten (WS)
- Kooperative Rhetorik (WS)
- Achtsame Kommunikation nach Rosenberg (WS)

- Präsentieren mit PowerPoint (K)
- Sicher mit Microsoft Word umgehen (K)
- Professionell mit Microsoft Word umgehen (K)
- Grundkurs Excel (K)
- WhatsApp für Senioren – kein Buch mit sieben Siegeln! (K)

Neue Veranstaltungen in Kooperation mit dem Gründungsnetzwerk Oberberg:

- Soziale Netzwerke in der Praxis (S)
- Was die Buchführung über meinen Betrieb sagen kann (S)