

# Neue Kursangebote im I. Semester 2003

## XIII. Universitätswoche vom 27.1. bis 31.1.2003 „Wer macht Ethik?“

### **Ethische Probleme in der Intensivmedizin**

Prof. Dr. Hugo Karel Van Aken

Direktor der Klinik und Poliklinik für Anästhesiologie und operative Intensivmedizin

000101 Coesfeld

Beginn: 27.01.

montags, 19.30 - 21.00 Uhr

Volkshochschule, Forum, 1. Etage

3,00 EUR, Abendkasse

### **Die normativen Grundlagen der Politik:**

Verfassungstheorie und Verfassungswirklichkeit in der **frühen Bundesrepublik**

Prof. Dr. Hans-Ulrich Thamer

Direktor des Historischen Seminars

000102 Coesfeld

Beginn: 28.01.

dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr

Volkshochschule, Forum, 1. Etage

3,00 EUR, Abendkasse

### **Ethik und Politik:**

**Frauenpolitische Argumentationsstrategien in der Debatte um das ungeborene Leben**

Dr. Elke Mildenerberger

Institut für Kriminalwissenschaften

000103 Coesfeld

Beginn: 29.01.

mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr

Volkshochschule, Forum, 1. Etage

3,00 EUR, Abendkasse

### **Der Ursprung ethischer Normen**

Prof. Dr. Ludwig Siep

Vorstand im Philosophischen Seminar

000104 Coesfeld

Beginn: 30.01.

donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr

Volkshochschule, Forum, 1. Etage

3,00 EUR, Abendkasse

\*\*\*\*\*

### **Edvard Grieg als dramatischer Komponist**

**- von "Peer Gynt" bis zum Melodram "Bergliot" – Ein Konzert**

Prof. Dr. Eckerhard Kreft, Michaela Schulte, Prof. Dr. Hans-Joachim Dorf Müller

000105 Coesfeld

Freitag, 31.01.

19.30 - 21.00 Uhr

Volkshochschule, Forum, 1. Etage

3,00 EUR, Abendkasse

## **Diavortrag: Südamerika - auf den Spuren der Inka**

Günter Willich

Sechs südamerikanische Länder - Kolumbien, Ecuador, Peru, Bolivien, Chile und Argentinien - werden in diesem 1 1/2-stündigen Diavortrag vorgestellt.

Den Auftakt bildet die kolumbianische Hauptstadt Bogota mit ihrem pittoresken kolonialen Altstadt kern und dem weltberühmten Goldmuseum.

Danach folgt Quito, die Hauptstadt Ecuadors, wegen ihrer zahlreichen Klöster und Kirchen auch "Das Kloster Amerikas" genannt.

Auf der "Straße der Vulkane" besuchen wir neben farbenprächtigen Indiomärkten den Cotopaxi-Nationalpark mit dem höchsten aktiven Vulkan der Erde (6000 m).

Den Schwerpunkt der Reise bildet Peru. Besucht werden u. a.: Lima, die Metropole des Landes mit ihrer sehenswerten restaurierten Altstadt, Arequipa, die "Weiße Stadt" im Süden des Landes, und als Höhepunkte der Titicaca-See, der höchstgelegene schiffbare See der Erde, sowie Cuzco, die ehemalige Hauptstadt des mächtigen Inkareiches und die verlorene Inkaburg Machu Picchu.

La Paz - die Hauptstadt Boliviens - ist mit 3635 m die höchstgelegene Hauptstadt der Welt und eine der ungewöhnlichsten und lebendigsten Städte Südamerikas.

Umgeben von den majestätischen Höhen der Anden und von kühlen Küstenwinden umweht, liegt Santiago de Chile, eine der saubersten und geschäftigsten Städte Südamerikas.

Buenos Aires, die Hauptstadt der Nostalgie, bildet mit ihren neoklassischen Kontoren und den Stadtpalästen der Rindfleischbarone den Abschluss der Rundreise.

Die Präsentation erfolgt mit sechs Projektoren und 5-Kanal-Tontechnik.

010102 Coesfeld

Dienstag, 11.02.

19.30 - 21.45 Uhr

Volkshochschule, Forum, 1. Etage

5,00 EUR, Abendkasse

## **Der Spion des Königs...**

### **Justus Gruners denk- und merkwürdige Reise durch Westfalen**

Klaus Kösters

Am 25. Februar 2003 jährt sich zum 200. Male ein Ereignis, dessen politische, wirtschaftliche, kulturelle und gesellschaftliche Auswirkungen bis in die heutige Zeit hinein sichtbar sind: die Säkularisation durch den Reichsdeputationshauptschluss. Unter dem Titel "Vom Krummstab zum Adler" initiiert der Landschaftsverband Westfalen-Lippe aus diesem Anlass zahlreiche Veranstaltungen, an der sich auch unsere Volkshochschule gern beteiligt.

Vor fast genau zweihundert Jahren unternahm der aus Osnabrück stammende Advokat Justus Gruner eine Reise durch das damalige Westfalen. Die Französische Revolution hatte gerade Europa erschüttert, und Napoleon schickte sich an, den Kontinent zu erobern. Noch regierten in Münster, Osnabrück und Paderborn Fürstbischöfe, aber die Preußen standen an Rhein und Weser bereit, die Bischofsländer zu übernehmen. Noch herrschte vielerorts die alte, feudale Gesellschaftsordnung, aber die neuen Ideen von Freiheit, Gleichheit und Brüderlichkeit waren nicht mehr auszulöschen und veränderten das Denken der Menschen. Überall spürte man Gärung. Und die industrielle Revolution kündigte sich bereits an.

Was Gruner sah und erlebte, schrieb er nieder - sehr zum Ärger vieler Zeitgenossen, zu sehr nahm er für den preußischen Staat, für Protestantismus und industriellen Fortschritt Partei. Aber warum unternahm er diese beschwerliche, monatelange Reise? War es eine unglückliche Liebe, die ihn forttrieb, wie es sein Reisebuch suggeriert? Oder wollte er das in Berlin weitgehend unbekanntes Westfalen für einen König erkunden?

Entdecken Sie auf den Spuren Justus Gruners ein Westfalen, das damals einen tiefgreifenden Wandel durchmachte, einen Wandel, der zur modernen, bürgerlichen Gesellschaft führte und bis heute nachwirkt. Angesichts der gerade erlebten Jahrhundertwende ist dies Thema aktueller denn je.

010103

Dienstag, 11.03.

19.30 - 21.00 Uhr  
Volkshochschule, Forum, 1. Etage  
3,00 EUR

**Lesung:**

**Wilhelm Busch: Der Vogel, scheint mir, hat Humor!**

Hans-Georg Gepp

Muss man Wilhelm Busch noch vorstellen? Eine eigenartige "Vorstellung"! Und doch: Im Werk Wilhelm Buschs steckt wesentlich mehr, als man landläufig so kennt und zitiert. In der Rezitation kommt auch eine Seite des Dichters zum Vorschein, die Unverständnis und Befremden auslösen kann, weil man so etwas von Wilhelm Busch nicht erwartet, nämlich Grüblerisches, Hintergründiges, Andeutungen einer zutiefst kritischen und pessimistischen Weltanschauung.

010104 Coesfeld

Donnerstag, 06.02.2003

15.00 Uhr

DRK-Haus, Münsterstraße 4

2,00 Ustd., Eintritt frei

**Gartenfahrten:**

**Englische Gartenidylle in Zeeland**

Susanne Hallekamp

Der südwestliche Zipfel der Niederlande zwischen Ooster- und Westerschelde ist geprägt vom erfolgreichen Kampf der Menschen gegen die Kraft des Wassers.

Diese wunderschöne zeeländische Polderlandschaft bezaubert nicht nur durch ihre feinsandigen Strände und die weiten Flächen unverbrauchter Landschaft, sondern auch durch malerische Dörfer und Städtchen. Noch heute sind solch romantische Örtchen, z. B. Veere, mit den vielen alten denkmalgeschützten Häusern, Zeugen der reichen Handels- und Fischervergangenheit.

Zeeland bietet aber nicht nur durch die abwechslungsreiche Landschaft und die faszinierenden Orte unvergessliche Eindrücke, sondern ist gerade für Gartenliebhaber ein lohnenswertes Ziel. Im Hinterland der wasserreichsten niederländischen Provinz mit ihrem ausgeglichenen Küstenklima entstanden über die Jahre zahlreiche liebevoll gestaltete Gärten mit Charakter und Charme.

Auf dieser Wochenendreise werden Sie in einigen der großen Gartenparadiese zu Gast sein, die man einfach gesehen haben muss. Sie lernen ganz kleine, handtuchgroße Schmuckstücke kennen, die beweisen, dass auch kleine Gärten ganz groß sein können, wandern durch urige Örtchen und besuchen mindestens eine Staudengärtnerei.

Ein ganz besonderes Erlebnis dürfte aber ein Garten sein, in dem Sie nicht nur die herrliche Umgebung genießen, sondern sich dabei gleichzeitig an einem mehrgängigen Menü laben können, dass die Besitzerin extra für Sie zaubert.

010206

13. - 15. 6. 2003

Hinweis: Lichtbildervortrag am Mittwoch, 26.2.2003, Kurs-Nr. 07/04/01

**Vollendete Gartenkunst in traumhafter Landschaft**

**Gartenparadiese in Südengland**

Susanne Hallekamp

Das milde Klima und eine jahrhundert alte Liebe zum Gärtnern hat in England wundervolle Gartenparadiese hervorgebracht. Wer sie betritt, hat oft den Eindruck, in eine andere Welt einzutauchen, und es gibt wohl keinen Gartenliebhaber, der nicht ihrer Faszination erliegt.

Die VHS bietet daher in diesem Semester erstmalig eine 7-tägige Gartenreise nach Südengland an. Auf unserer Reiseroute durch die malerischen Landschaften von Kent bis Somerset, liegt eine Auslese der schönsten bekannten, privaten und weniger bekannten Gärten. Sie werden ausgiebig Gelegenheit haben, sich von dem "Einfallsreichtum" englischer Gärtnerinnen und Gärtner zu überzeugen.

Ob als herrlicher Landschaftsgarten, als formeller Garten mit monumentalen Eibenpyramiden und außergewöhnlichem Heckenschnitt oder ganz traditionell mit buchsgesäumten Kräutergärten und Staudenrabatten, ja sogar japanische Anklänge sind zu finden - der Ideenreichtum kennt keine Grenzen.

010207

5. - 11. 7. 2003

Hinweis: Lichtbildervortrag am Mittwoch, 5.2.2003, Kurs-Nr. 07/04/02

**Literaturkreis am Nachmittag für Seniorinnen und Senioren:  
Berühmte Kurzgeschichten des 20. Jahrhunderts**

Hartmut Stolze

Das Seminar gibt in leicht verständlicher Weise Einblicke in die Meisterwerke der Weltliteratur von Hemingway über Kafka, Brecht und Böll bis zu Dürrematt und M. L. Kaschnitz. Es wendet sich an alle Freunde anspruchsvoller Literatur.

020104

Beginn: 05.02. (8)

mittwochs, 16.30 - 18.00 Uhr

16,00 Ustd., 37,30 EUR

**Durch dick und dünn**

**Ess-Störungen als frauenspezifisches Problem**

Dorothee Schmitz

Viele Mädchen und Frauen kennen den jahrelangen schmerzhaften Kampf um Körpergewicht und Essen. Essstörungen sind häufig die Folge und führen zu einem Kreislauf von Abhängigkeiten.

Wie es dazu kommt, welche Formen der Essstörungen es gibt und wie der fatale Kreislauf durchbrochen werden kann, erläutert Dorothee Schmitz und greift dabei auf ihre Erfahrungen als Familientherapeutin, Psychotherapeutin für Kinder und Jugendliche und Suchtberaterin der Caritas zurück. Zu Vortrag und anschließendem Gespräch sind Betroffene, Angehörige und alle Interessierten herzlich eingeladen.

020203 Coesfeld

Dienstag, 11.03.

19.30 - 21.00 Uhr

Volkshochschule, Forum, 1. Etage

2,00 Ustd., Eintritt frei

In Kooperation mit dem Caritasverband für den Kreis Coesfeld e.V.

**Kennenlernabend für allein Erziehende**

Hilla Hanning-Neveling

An diesem Abend können sich allein Erziehende unverbindlich über unser Kurskonzept "Schicksal oder Chance" informieren und die Kursleiterin sowie andere allein Erziehende kennen lernen.

020211 Coesfeld

Donnerstag, 20.02. (1x)

20.00 - 21.30 Uhr

Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.17

2,00 Ustd., Eintritt frei

**WenDo - Weg der Frau**

**Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Frauen**

Christa Kortenbrede

Die meisten Frauen haben das schon einmal erlebt: Angst vor Belästigung, entwürdigender "Anmache" oder sexuellen Übergriffen. Selbstverteidigungskurse für Frauen bieten die Möglichkeit, individuelle Fähigkeiten und Potentiale kennen zu lernen und daraus Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln, um mit der Angst und entsprechenden Situationen umzugehen.

In diesem Kurs geht es darum, eigene Kräfte (neu) zu entdecken. WenDo ist ein ganzheitliches Konzept, das speziell für Frauen und Mädchen entwickelt wurde: Wir trainieren, Körpersprache und Stimme gezielt einzusetzen und erlernen Selbstbehauptungsstrategien, um unsere Interessen und Grenzen wahrzunehmen, ernstzunehmen und zu verteidigen. Geübt werden einfache, sehr effektive Techniken der Selbstverteidigung, die unsere Chance erhöhen, uns in einer Angriffssituation wehren und retten zu können. Gemeinsamer Austausch, Informationen zum Themenbereich und Entspannungsübungen runden das Programm ab.

020215 Coesfeld

12./13.04. (2x)

jeweils 10.00 - 16.00 Uhr

Stadtbücherei, 3. Obergeschoss, Seminarraum rechts

Eingang von der Weberstraße aus

16,00 Ustd., 44,80 EUR

Bitte Decke, lockere Kleidung und Turnschuhe mitbringen!

### **Reden? - Schlagfertig sein!**

#### **Rhetorikkurs für Frauen**

Marianne Winter-Blohm

Wenn Sie Ihre Redekompetenz verbessern möchten und sich in akzeptierender Atmosphäre mit anderen Frauen über Kommunikationserfahrungen austauschen möchten, ist dieser Kurs hilfreich für Sie! Wir trainieren Grundlagen der Rede-Techniken und Strategien, wie Frau sich in einer Gruppe Gehör verschafft und wirkungsvoll auftritt und spricht. Auch die Themen "Kritik üben" und "Kritik entgegennehmen" werden Schwerpunkt sein. Praktische Beispiele aus Familienalltag und Berufsleben stehen im Vordergrund; Atem- und Körperübungen ergänzen unser Programm.

020225 Coesfeld

Beginn: 05.02. (4x)

mittwochs, 19.45 - 22.00 Uhr

Stadtbücherei, 3. Obergeschoss, Seminarraum rechts

Eingang von der Weberstraße aus

12,00 Ustd., 28,80 EUR

### **Vom Rotwerden zum farbigen Reden**

#### **Mit "Focusing" gegen Redeängste**

Marianne Winter-Blohm

Wer kennt das nicht: zittrige Knie, schwitzende Hände, Ängste vorm Rotwerden oder davor, den Faden zu verlieren oder gar die Stimme, wenn es um das öffentliche Reden vor Gruppen geht. Solche Redeängste verhindern, dass wir unsere fachlichen und persönlichen Qualitäten, unsere eigentliche Kompetenz demonstrieren können, und machen schwach.

In diesem Seminar gehen wir den Ängsten auf den Grund, schauen Ihnen ins Auge und erhalten Anregungen, wie wir sie auflösen können. Die Methode des "Focusing" wird vorgestellt, eine körperorientierte Methode, die im Alltag angewendet werden kann und das freie Reden leichter macht. Atem- und Stimmübungen sowie Musik und Bewegung lockern unser Programm auf.

020227 Coesfeld

05./06.04. (2x)

Samstag, 9.30 - 17.30 Uhr, Sonntag, 10.00 – 13.30 Uhr

Stadtbücherei, 3. Obergeschoss, Seminarraum rechts

Eingang von der Weberstraße aus

13,00 Ustd., 31,20 EUR

### **Irish Folk - Wochenendworkshop**

Axel Bogdan

Dieser Workshop richtet sich an alle, die ein Instrument spielen und/oder singen und gerne traditionelle irische Musik machen möchten. Neben Instrumentalstücken wie den langsamen Slow Airs oder schnellen Tänzen wie Jigs und Reels werden Lieder mit typischen Themengebieten wie Liebe, Auswanderung und Unabhängigkeit vorgestellt und gemeinsam gespielt. Es soll vor allem viel Musik gemacht werden. Je nach Instrumentierung und Interesse bilden sich Gruppen, die sich die meist einfach strukturierten Stücke erspielen. Am Sonntag können die Ergebnisse in einem kleinen "Abschlusskonzert" für alle Interessierten aufgeführt werden.

030519

Samstag, 24. 05. und Sonntag 25.05. von 11.00 - 17.30 Uhr

Stadtbücherei, 3. Obergeschoss, Seminarraum links

Eingang von der Weberstraße aus

16,00 Ustd., 40,00 EUR

8-12 Personen

Der Workshop ist offen für alle Instrumente und Fertigungsstufen. Bitte bei der Anmeldung Instrument(e) bzw. Gesang angeben.

### **Einfach Istanzen!**

Hanne Münstermann

Wir beginnen mit einem Körpertraining nach Musik, sammeln uns wieder im langsamen Gehen und finden unseren ureigenen Rhythmus im freien Tanz. Mit einer Entspannungsübung wird der Abend abgeschlossen.

030528 Coesfeld

Beginn: 14.02. (9x)

freitags, 18.00 - 19.30 Uhr

Stadtbücherei, Erdgeschoss, Vortragsraum

Zugang über die Walkenbrückenstraße

18,00 Ustd., 36,00 EUR

10-20 Personen

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Decke

### **Mind mapping und individuelle Schaubilder**

Petra Bornkamp

In diesem Seminar erhalten die Teilnehmer die Möglichkeit, sich mit einer speziellen Lerntechnik intensiver zu beschäftigen und diese zu vertiefen und weiter einzuüben. Auf der Grundlage der Mind-Map-Methode wird der Umgang mit den Möglichkeiten der bildlich strukturierten Aufzeichnung von Lernstoff geübt. Ziel des Seminars ist die Entwicklung von individuellen Schaubildern um die Aufnahme, Verarbeitung und Reproduktion von gelerntem Wissen zu erleichtern. Dabei werden eigene Vorlieben, individuelle Schwerpunkte und der kreative Umgang mit verschiedenen Möglichkeiten berücksichtigt.

050104 Coesfeld

Samstag, 12.04., 14.00 - 17.45 Uhr

Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.15

4,00 Ustd., 15,60 EUR

8-12 Personen

Bitte farbige Stifte und reichlich DIN A4 Papier mitbringen.

### **Familienaufstellungen: Lebendige Beziehungen leben**

- Offener Abend -

Eva Lürken

Das Familienstellen gilt als Kurzzeittherapie, die momentan in aller Munde ist. Doch nur wenige, die es noch nicht erlebt haben, können sich wirklich etwas darunter vorstellen.

Anhand eines kleinen Vortrages wird die Geschichte des Familienstellens - die nicht nur Bert Hellinger umfasst - dargestellt, die Methode und ihre Wirkungsweise erläutert. Im Anschluss daran werden alle Fragen dazu beantwortet und, wenn die Teilnehmer/Innen das möchten, das Familienstellen an kleinen Beispielen mit den Teilnehmer/Innen demonstriert.

050110 Coesfeld  
Montag, 31.3.  
AOK, 2. Etage, Raum 1  
2,00 Ustd., 5,00 EUR  
Keine Anmeldung erforderlich.

### **Autogenes Training**

#### **- Aufbaustufe -**

Adelheid Kentrup

Diese Aufbaustufe des Autogenen Trainings setzt erste Erfahrungen der Teilnehmer mit dieser Entspannungsmethode voraus. Ziel ist eine tiefe innere Ausgeglichenheit und eine gelassene Einstellung gegenüber Alltagsproblemen sowie die Beeinflussung von Stress, Nervosität, Kopfschmerzen, Angst u. ä.

050118 Coesfeld  
Beginn: 08.05. (7x)  
donnerstags, 20.00 - 21.30 Uhr  
Stadtbücherei, 3. Obergeschoss, Seminarraum links  
Eingang von der Weberstraße aus  
14,00 Ustd., 35,80 EUR  
8-12 Personen

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dickere Socken, eine Decke und ein kleines Kissen mit.

### **Mentaltraining**

#### **-Mehr Erfolg und Klarheit im Leben-**

Agnes Klümpers

Unser Leben ist mit einer Baustelle zu vergleichen. Von Zeit zu Zeit muss sie aufgeräumt werden. In unseren Köpfen sollte ebenfalls von Zeit zu Zeit aufgeräumt werden. Was auch immer wir in den nächsten Tagen, Wochen, Monaten erleben werden, wird von dem beeinflusst, worum wir uns in diesem Moment bemühen, was wir heute tun oder eben nicht tun. Erfolgreich, glücklich, zufrieden zu sein im Leben ist gar nicht so schwer, wenn wir wissen, worauf es im Leben ankommt. Schritt für Schritt können wir über unsere selbst gesetzten Grenzen hinausgehen und das Beste aus unseren Möglichkeiten machen. Geben wir unserem Leben neuen Schwung, mehr Leichtigkeit, Glück und Erfolg!

Dieses Seminar aus dem Bereich Mentaltraining bietet dazu eine Möglichkeit.

Aus dem Seminarinhalt:

- Aneignen der Mentalität eines Gewinners
- Das Lebensglück selbst in die Hand nehmen
- Jeden Tag positiv gestalten
- Einstellungen zum Geld ändern
- Zielklarheit lernen
- Begeisterung fürs Leben neu entdecken
- Flexibilität einüben
- Take it easy!

050128 Coesfeld  
Samstag, 5.4. und Sonntag 6.4. jeweils von 09.00 - 17.00 Uhr  
AOK, 2. Etage, Raum 1  
16,00 Ustd., 36,00 EUR  
8-12 Personen

### **Einfach mehr vom Leben erwarten**

Agnes Klümpers

Ein glückliches Leben zu führen ist gar nicht so schwer wie wir immer glauben. Wir müssen nur wissen, worauf es wirklich ankommt im Leben. Vielleicht klingt das zu schön um wahr zu sein. Aber wir können

unser Leben in die gewünschten Bahnen lenken, um unser Glück zu finden - wenn wir es wirklich wollen, wenn wir es richtig anpacken. Der Kapitän auf unserem Lebensschiff sind wir selbst. Wir bestimmen unseren Kurs.

Aus dem Inhalt des Seminars:

- Das glückliche Leben ist ein Prozess, kein Zustand
- Das Beste aus den eigenen Möglichkeiten machen
- Entwickeln einer eigenen Vorstellungen vom Leben
- Herausfinden, was wichtig und was unwichtig ist
- Den Augenblick leben
- Ohne Begeisterung ist noch nie etwas Großes geschehen

050129 Coesfeld

Samstag, 17.05. und Sonntag 18.05 jeweils von 09.00 - 17.00 Uhr  
AOK, 2. Etage, Raum 1  
16,00 Ustd., 36,00 EUR  
8-12 Personen

### **Bambusflöte - Atem - Meditation**

Günter H. Müller

Ruhig werden, völlig entspannen, jedes Zeitgefühl verlieren, dem eigenen Atem lauschen, "das Geräusch seiner Hand hören.." (ZEN-Meister).

Dann folgt der sich langsam entwickelnde Ton, der durch den Atem zu pulsierendem Leben gebracht wird.

Dieser Klang lässt etwas urmusikalisches mitschwingen, das über alle kulturellen und altersspezifischen Unterschiede hinweg gemeinsam zu spüren ist: Klingender Bambus - Atem, hörbarer Teil der Natur.

Der Raum, den die Langsamkeit dieser Musik lässt, liegt nahe bei der Stille und verhilft dazu, sich in den Klang zu vertiefen. Das Flötenspiel gilt im ZEN-Buddhismus seit vielen hundert Jahren der Atem-Meditation, als geistiger Atem.

Lassen Sie sich vom Klang einhüllen und ausfüllen und liefern Sie sich dem Klang aus! Der Klang erlaubt es, die Gefühle und den eigenen Körper im Vordergrund zu sehen und ein tiefes, wahres Selbst zu entdecken.

050435 Coesfeld

Sonntag, 11.05. und Sonntag, 18.05. jeweils von 11.00 - 13.00 Uhr  
Stadtbücherei, 3. Obergeschoss, Seminarraum rechts  
Eingang von der Weberstraße aus  
5,33 Ustd., 16,00 EUR  
10-20 Personen

Bitte bequeme Kleidung anziehen!

### **Deutsch lernen von Anfang an Sprache und Integration**

Christiane Gottschalk

Zu diesem Kurs sind ausländische Mitbürger/innen eingeladen, die ganz neu in Deutschland sind und bisher kaum Begegnung mit der deutschen Sprache und Schrift hatten. Das Kurskonzept ist speziell für lernungsgewohnte Menschen gedacht, die sich besser in der neuen Heimat Deutschland zurecht finden möchten: Was sage ich beim Einkaufen oder bei Behördengängen? Wie kann ich jemanden freundlich um Hilfe bitten?

Bei Bedarf wird auch eine Einführung ins Schreiben und Lesen der lateinischen Schrift gegeben.

060110 Coesfeld

Dienstag, 04.02. (20x)  
9.00 - 10.30 Uhr  
Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.15  
40,00 Ustd., 54,00 EUR

060111 Coesfeld

Dienstag, 29.04. (20x)  
9.00 - 10.30 Uhr  
Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.15  
40,00 Ustd., 54,00 EUR

## **Talk Time**

### **Auffrischung ohne Lehrbuch**

Guido Koß

Auffrischung mal anders: Ohne die systematischen Vorgaben eines Lehrbuchs wollen wir unsere englischen Sprachkenntnisse (6 - 7 Jahre Schulenglisch) auffrischen und erweitern. Aktuelles Zeitgeschehen steht ebenso zur Diskussion wie Texte aus der Popkultur, Kino-News etc. Für alle, die sagen: "Ich habe vor Jahren Englisch gelernt und verstehe zwar noch viel, tue mich aber schwer, spontan Sätze zu formulieren und mich vernünftig auszudrücken", ist dieser Kurs richtig! Zentrale Kapitel der Grammatik werden je nach Bedarf wiederholt.

060257 Coesfeld

Beginn: 05.02. (15x)

mittwochs, 18.15 - 19.45 Uhr

Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.15

30,00 Ustd., 54,00 EUR

inkl. Unterrichtsmaterial

### **Summer course: Let's talk about literature!**

#### **Literatur unter freiem Himmel**

Guido Koß

Was gibt es Schöneres, als an lauen Sommerabenden draußen zu sitzen und Literatur zu genießen? Noch besser, wenn man dann bei einem guten Glas seine Fremdsprachenkenntnisse anwenden und vertiefen kann!

Alle, die die Sommerpause nutzen möchten, um ihr Englisch in lockerer Runde fit zu halten, und sich für "Modern Short Stories" interessieren, laden wir herzlich in den Garten des WBK ein!

Bei schlechtem Wetter machen wir es uns in der Lounge des Casino gemütlich.

060265 Coesfeld

Beginn: 08.07. (4x)

dienstags, 20.00 - 21.30 Uhr

Casino / Lounge

8,00 Ustd., 20,80 EUR

An- und Abmeldeschluss: 13.6.

## **Talk Session**

Veronika Schulze

Would you like to practise your English through discussions? Come and join us!

This is a course for advanced students of English (7 to 9 years at school) who enjoy discussing controversial subjects - anything and everything from politics and social issues to media issues, articles from the yellow press and short literary texts.

060294 Coesfeld

Beginn: 06.02. (14x)

donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

Stadtbücherei, 3. Obergeschoss, Seminarraum links

Eingang von der Weberstraße aus

28,00 Ustd., 50,60 EUR

### **Friday afternoon - for teachers only!**

Lorna Jackson

For those who teach English at the Volkshochschule and are NOT native speakers: We will discuss various topics, various questions that derive from our work at the VHS, and most of all practice our English with Lorna - outside the English classroom!

060299 Coesfeld

Beginn: 07.02. (4x) nach Absprache  
freitags, 16.00 - 16.45 Uhr  
Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.19  
4,00 Ustd., Eintritt frei

### **Español comercial**

#### **Spanisch für den Beruf**

Angélica Weisheitinger

Telefonieren, Messegespräche führen, einfache Korrespondenz und E-mails sowie die Betreuung Spanisch sprechender Kunden stehen im Mittelpunkt dieses Trainings. Vorkenntnisse von 4 - 5 Semestern Spanisch an der VHS sollten vorhanden sein (etwa Abschluss "Caminos" Band 1).

060430 Coesfeld

Beginn: 01.02. (4x)  
samstags, 9.30 - 11.45 Uhr  
Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.8  
12,00 Ustd., 29,40 EUR  
inkl. Lernmaterial

### **Welkom! Niederländische Lektüre und Konversation**

Veronika Schulze

Haben Sie bereits gute Grundkenntnisse in Niederländisch (3 - 4 Jahre VHS) und vor allem Spaß am freien Sprechen? Willkommen im Kurs! Als Diskussionsgrundlage dienen uns einfache Lektüren, die gemeinsam beim ersten Treffen festgelegt werden, sowie abwechslungsreiche Hörspieltex-te, Videos und Aktuelles aus den Medien. Grammatik wird bei Bedarf wiederholt.

060620 Coesfeld

Beginn: 03.02. (16x)  
montags, 17.45 - 19.15 Uhr  
THS, Erdgeschoss, Raum 1014  
32,00 Ustd., 54,40 EUR

### **Schimmelpilz im Wohnungsbau**

Wolfgang Göcking

Wenn sich in den eigenen vier Wänden Schimmel ansiedelt, ist in der Regel eine Sanierung unumgänglich. Damit es so weit erst gar nicht kommt, ist es wichtig zu wissen, wie und warum sich Schimmel bildet. Wie sich Schimmelbildung in Wohnräumen erfolgreich vermeiden lässt, zeigt diese in Zusammenarbeit mit der Energieagentur NRW durchgeführte Veranstaltung. Sie richtet sich vor allem an Eigentümer oder Vermieter von Alt- und Neubauten, aber auch an Mieter, die Schimmelbildung vorbeugen und gesund wohnen wollen.

Die Veranstaltung gibt grundlegende Informationen zur Entstehung von Schimmelpilz und erläutert mögliche Ursachen wie Bausünden, Wasserschäden und Lüftungsgewohnheiten, damit die Teilnehmer Schwachstellen in der Wohnung selbst einschätzen können. Für den Fall, dass sich doch Schimmel einstellt, zeigt der Kurs die notwendigen Maßnahmen auf.

Checklisten und umfangreiches Know-how sind im Teilnehmerhandbuch "Feuchtigkeit und Schimmelpilz" zusammengestellt. Sie helfen, zu Hause einen gesunden Wohnraum zu erhalten.

070503 Coesfeld

Beginn: 05.04. (1x)  
samstags, 11.00 - 13.15 Uhr  
Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.15  
3,00 Ustd., 9,00 EUR  
10-15 Personen

### **Bewerbungen am Computer für Jugendliche**

Silvia Rammelt

In diesem Kurs lernt Ihr, wie Ihr Eure Bewerbungen mit Hilfe von Word so verarbeitet, dass sie der DIN-Norm 5008 (Gestaltungsregeln für Anschreiben) und den Geflogenheiten für den tabellarischen Lebenslauf entsprechen. Bitte bringt Euren Bewerbungsentwurf mit..

080183 Coesfeld

Beginn: 08.05. (3x)  
donnerstags, 16.30 - 18.00 Uhr  
Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.14 (EDV)  
6,00 Ustd., 19,50 EUR  
9-10 Personen

### **Excel**

Silvia Rammelt

Auf jeden Fall ist Rechnen die Stärke des Programms Microsoft Excel. Sie erlernen den Umgang mit Excel von Grund auf. Ziel ist, dass Sie eigene Berechnungen anstellen, vorgegebene Funktionen nutzen und Ihre Dateien ansprechend ausdrucken können.

Allgemeines:

- 1 PC je Teilnehmerin, Fachbuch

Teilnahmevoraussetzung:

- PC-Grundkenntnisse

080260 Coesfeld

Beginn: 11.02. (6x)  
dienstags, 9.00 - 11.30 Uhr  
Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.12 (EDV)  
18,00 Ustd., 64,80 EUR  
8-11 Personen

### **Kreatives Arbeiten am PC**

Silvia Rammelt

Schöne Einladungen, Visitenkarten oder eine Hochzeitszeitung können auch Sie selbst gestalten. In diesem Kurs werden Sie WordArt und Cliparts einfügen, Grafiken und Fotos aus dem Internet einbinden oder je nach Belieben etwas mit dem Scanner einscannen. Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Word-Kenntnisse sind Voraussetzung!

Allgemeines:

- 1 PC je Teilnehmerin

080270 Coesfeld

Beginn: 07.05. (3x)  
mittwochs, 9.00 - 11.30 Uhr  
Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.12 (EDV)  
9,00 Ustd., 32,40 EUR  
8-11 Personen

### **Bewerbungstraining am PC**

Silvia Rammelt

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre Bewerbungen mit Hilfe von Word so verarbeitet, dass sie der DIN-Norm 5008 (Gestaltungsregeln für Anschreiben) und den Geflogenheiten für den tabellarischen Lebenslauf entsprechen. Bitte bringen Sie Ihren Bewerbungsentwurf mit..

080290

Beginn: 04.06. (2x)  
mittwochs, 9.00 - 11.30 Uhr  
Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.14 (EDV)  
6,00 Ustd., Eintritt frei  
8-11 Personen

## **Linux 2**

Gunter Bartelt

Im Folgekurs zur Linux-Einführung werden u.a. folgende Themen behandelt:

- Shell-Script Programmierung
- Die "Macht" der Konsole: textbasierte Anwendungen
- Netzwerk- und Serverfunktionalität (File- und Printserver etc.)
- Installation von Programmen

Allgemeines:

- 1 PC je Person

Teilnahmevoraussetzung:

Voraussetzung: Linux-Einführungskurs, bzw. elementare Linux-Kenntnisse

080385 Coesfeld

Beginn: 22.03. (2x)  
Samstag, 10.00 - 17.00 Uhr  
Sonntag, 10.00 - 17.00 Uhr  
Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.12 (EDV)  
16,00 Ustd., 82,40 EUR  
8-11 Personen

## **Word VBA**

Ralf Hörbelt

VBA (Visual Basic for Application) ist die einheitliche Makrosprache der MS-Office Produkte. Sie ermöglicht dem Anwender, die Abläufe in der Standardsoftware zu automatisieren und Lösungen zu entwickeln, ohne zusätzliche Programme einsetzen zu müssen.

Am Beispiel von MS-Word werden folgende Inhalte bearbeitet:

- Grundlagen der Programmierung (Variablen, Operatoren, Bedingungen, Schleifen)
- Makros aufzeichnen und verwalten
- Einführung in die Word-Objektbibliothek
- Interaktive Vorlagen mittels benutzerdefinierter Dialogfelder erstellen
- Datenaustausch zwischen den Office-Produkten (Datenbankabfragen)

Teilnahmevoraussetzung:

- Sehr gute MS-Word-Kenntnisse

080590 Coesfeld

Freitag, 16.05. (3x)  
18.30 - 21.30 Uhr  
Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.14 (EDV)  
20,00 Ustd., 95,00 EUR

## **Office Praxis**

Thorsten Bradt

Ziel der Veranstaltung ist es, die wichtigsten Funktionsmöglichkeiten der einzelnen Office-Anwendungen herauszuarbeiten, wobei insbesondere auch deren Verknüpfungsmöglichkeiten dargestellt werden. Dabei wird zum Beispiel die Seriendruckfunktion in Word nicht nur unter Einbindung einer Excel-Datenbank erklärt, sondern auch deren direkte Umsetzung aus Access heraus.

Im relationalen Datenbanksystemprogramm Access wird es u.a. um das Anlegen im Büro- oder auch privaten Alltag sehr nutzbringenden Datenbanken gehen, wobei die Erstellung von Eingabemasken, sog. Formulare, im Entwurfsmodus dargestellt wird. So können komfortabel eingegebene Daten direkt über das Einfügen eines entsprechenden Druck-Buttons als sog. Bericht ausgedruckt werden.

Im Mittelpunkt stehen neben den darzustellenden Basics Ihre Interessen, die praxisnah und zielgerecht umgesetzt werden soll.

Allgemeines:

- 1 PC je Person, Fachbuch

Teilnahmevoraussetzungen:

- Gute Grundkenntnisse in Word und/oder Excel

080710 Coesfeld

Beginn: 13.02. (7x)  
donnerstags, 18.30 - 21.30 Uhr  
Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.12 (EDV)  
28,00 Ustd., 98,00 EUR

## **Internet Basics**

Thorsten Bradt

Im Rahmen dieses Seminars werden die TeilnehmerInnen umfassend über die Funktionsweise und die Möglichkeiten des Internets informiert. Zu den Inhalten:

- Entstehung, Aufbau und Dienste des Internets
- Zugang zum Internet: Hard- und Softwarevoraussetzungen, Provider, Verbindungsaufbau, Browser (Internet Explorer, Netscape Navigator u.a.)
- Arbeiten mit den Browsern
- Arbeit mit E-Mail-Programmen (z.B. Outlook Express)
- Recherchen im Internet: (Meta-)Suchmaschinen, Kataloge, Syntax
- Downloads von Dateien
- Echtzeit-Kommunikation
- Newsgroups
- Anti-Viren-Programme (Sicherheitsaspekte zur Vermeidung einer Verseuchung des Betriebssystems durch Viren, Trojaner, Bugs)
- Effektiver Schutz vor 0190er-Dialern
- E-Commerce und Home-Banking

Zudem werden Grundlagen zur Erstellung einer Website angesprochen - insbesondere der Einsatz von HTML (Hypertext Markup Language). Bei Interesse können rechtliche Fragen erörtert werden, die bei dem Herunterladen von Dateien (Grafiken, Sounds etc.) aus dem Internet zu beachten sind, z.B. für den Zweck der Gestaltung der eigenen Internetseiten. Ein Einblick in die illegalen Sphären des Internets und Fragen des gesellschaftlichen Umgangs (Zensur, Schutzmechanismen etc.) runden den Seminarinhalt ab. Vorausgesetzt werden Windows-Grundkenntnisse und die Kenntnis mindestens einer Anwendungssoftware (z.B. Word).

080801 Coesfeld

Beginn: 04.04. (3x)  
Freitag, 18.30 - 21.30 Uhr  
Samstag, 9.00 - 16.00 Uhr  
Sonntag, 9.00 - 16.00 Uhr

Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.14 (EDV)  
20,00 Ustd., 127,00 EUR  
8-11 Personen

### **Internet-Sicherheit**

Thorsten Bradt

Wie oft haben wir schon gelesen, dass das Medium Internet aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken ist. Gleichwohl gilt es, dass Internet kritisch zu betrachten, Gefahren zu sehen und eine einschlägige Medienkompetenz zu entwickeln. Denn das Internet ist nicht nur ein Spiegel einer globalisierten Gesellschaft, in dem jede Art von Verhalten wieder zu finden ist, die es in der Realität auch gibt. Vielmehr finden sich gehäuft kriminelle Verhaltensmuster.

Die Veranstaltung wird u.a. aufzeigen, dass staatliche Behörden bereits reagieren bzw. dass es schon ein weltweites elektronisches Aufklärungssystem, Echelon, gibt. Aufgezeigt wird auch, wo und wie Hacker kommunizieren, welche Ziele sie verfolgen und wie man sich ggf. am lokalen heimischen PC vor Angriffen aus dem Netz schützen kann.

Zudem wird es auch um vermeintlich banalere Dinge wie z.B. der Tötung von Bankgeschäften oder auch ganz normaler Einkäufe im Netz der Netze gehen. Dabei werden Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB) analysiert und aufgezeigt, wo Gefahren für den Verbraucher lauern.

Im Rahmen des Seminars wird der Einsatz einer Firewall-Software gezeigt.

Die Veranstaltung findet in einem EDV-Raum statt.

080805 Coesfeld

Beginn: 06.07. (1x)

sonntags, 9.00 - 16.00 Uhr

Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.14 (EDV)

8,00 Ustd., 36,00 EUR

### **Webseiten gestalten**

Thorsten Bradt

Das Erstellen professioneller Webseiten erfordert u.a. das Beherrschen eines Editors wie Macromedia Dreamweaver, der automatisch auch komplexe HTML-Dateien oder JavaScripts generiert oder zumindest unverzichtbare Arbeitshilfen bietet. Folgerichtig werden in der Veranstaltung die wichtigsten Gestaltungselemente dieses ausgereiften Tools besprochen. Dies immer unter Bezugnahme auf den eigentlichen Quellcode.

Längst vorbei die Zeiten, in denen sich der Internetuser mit statischen Site-Elementen zufrieden gab. Flash erlaubt es, nicht nur Pixel-, sondern gerade auch Vektorgrafiken eben diese Dynamik zu verleihen. Am Beispiel der Erstellung eines Werbebanners wird das unendliche (Programmierungs-)Potential von Flash demonstriert. Zudem wird auch die Erstellung dynamischer Buttons sowie das Einbinden sog. Pfadenebenen bzw. Masken-Ebenen trainiert. Neben den rein grafischen Arbeitsmöglichkeiten kommt allerdings auch die objektbasierte Programmiersprache (OBP) ActionScript ins Spiel, die es erlaubt, an bestimmte Ereignisse (z.B. Mausklick) Folge-Aktionen zu knüpfen. Gegebenfalls kann auch die Erstellung eines sog. Preloaders demonstriert werden.

Der Veranstaltungsablauf schließt neben einer erforderlichen Erklärung der Basics sowie spezieller Tipps und Tricks die konkrete Problembehandlung von TeilnehmerInnen fragen mit ein. Das Seminar selbst ist sowohl für pure Einsteiger mit guten Windowskenntnissen gedacht wie aber auch für Fortgeschrittene, die nach einem systematischen Überblick verlangen.

080836 Coesfeld

Beginn: 28.02. (3x)

Freitag, 18.30 - 21.30 Uhr

Samstag, 9.00 - 16.00 Uhr

Sonntag, 9.00 - 16.00 Uhr

Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.14 (EDV)

20,00 Ustd., 92,00 EUR

## **OpenOffice.org**

Jürgen Rasch

OpenOffice.org ist ein frei einzusetzendes Office-Programm, das in seiner Funktionsvielfalt dem Office-Paket von Microsoft vergleichbar ist. Es enthält eine Textverarbeitung, eine Tabellenkalkulation, ein Präsentationsprogramm sowie ein Programm zur Erstellung von Zeichnungen.

In diesem Sommerkurs wird Ihnen vermittelt, wie Sie mit dieses Software-Paket zur Lösung von praxisbezogenen Aufgaben einsetzen können.

Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen gedacht, die wenig oder gar keine PC-Kenntnisse besitzen oder interessierte Quereinsteiger sind.

Inhalte:

- Windows-Grundkenntnisse
- Grundlagen Textverarbeitung
- Grundlagen Tabellenkalkulation

Allgemeines:

- 1 PC je Person

083010 Coesfeld

Beginn: 04.08. (5x)  
montags, 9.00 - 11.30 Uhr  
Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.12 (EDV)  
15,00 Ustd., 45,00 EUR

## **Xpert-Prüfung**

Thorsten Bradt

An diesem Wochenende können Sie drei Xpert-Prüfungen absolvieren. Die Prüfungsanforderungen können Sie nach terminlicher Absprache in der VHS einsehen (Musteraufgaben).

Unsere EDV-Kurse Word 1 und Word 2 sowie Excel 1 bereiten Sie entsprechend vor. Sie können natürlich auch ohne vorherigen Kursbesuch an den Prüfungen teilnehmen, wenn Sie die geforderten Kenntnisse besitzen. Geben Sie bei der Anmeldung das gewünschte Modul an.

Textverarbeitung Basics

Tabellenkalkulation

085010 Coesfeld

Samstag, 28.06. (1)  
10.00 - 12.00 Uhr  
Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.14 (EDV)  
2,67 Ustd., Eintritt frei  
6-11 Personen

## **SPUNK!**

Spaß haben und Neues kennen lernen!

- Ferienprogramm für Kinder (7 - 9 Jahre) -

Dr. Susanne Vespermann, Jürgen Rasch

Hallo, Kids zwischen 7 und 9!

Wenn ihr in den großen Ferien Langeweile habt, kommt doch in die VHS! Wir planen für euch ein buntes Sommerprogramm, in dem ihr viel Spaß haben und interessante neue Dinge entdecken könnt:

Spunk lädt euch von Montag bis Freitag ins WBK ein.

Spunk besteht aus - einem gemeinsamen Frühstück

- *English classroom* mit Spielen und Liedern
- EDV für Kinder
- Kreativ-Workshops

- Sportprogramm je nach Wetter
- dem Mittagessen im Casino
- einer Lese-/Ruhestunde zum Abschluss.

090101 Coesfeld  
 1. – 5.9.2003, jeweils von 8.30 bis 13.30 Uhr  
 Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.15 (= Treffpunkt)  
 35,00 Ustd., 55,00 EUR

090102 Coesfeld  
 8. – 12.9.2003, jeweils von 8.30 bis 13.30 Uhr  
 Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.15 (= Treffpunkt)  
 35,00 Ustd., 55,00 EUR

### **Leseabend der Autoren des Kurses "Kreatives Schreiben"**

Anny Frohne

Die Schreiber lesen selbst verfasste Geschichten, die auf unterschiedlichsten Erlebnissen und Erfahrungen basieren, in Offenheit und Natürlichkeit vor. Das Zuhören wird dem Publikum Freude bereiten. Außerdem werden einige unter Ihnen Verbindungen zu ähnlichen Geschehnissen im eigenen Leben herstellen können.

102101 Nottuln  
 Mittwoch, 12.03.  
 19.30 - 22.00 Uhr  
 Alte Amtmannei, Kaminraum  
 Eintritt frei

### **Männer an den Herd! Oder: der Abschied vom Spiegelei**

Wolfgang Stallmeyer

Folgendes Angebot wurde von der Gleichstellungsbeauftragten der Gemeinde Nottuln, Frau Carola König, angeregt.

Zu diesem Kurs sind alle Männer eingeladen, die sich mit ersten Schritten in das Zentrum der Küche vorwagen möchten. In entspannter, lockerer Atmosphäre können sich die Teilnehmer erste Kochkünste aneignen. Über Wareneinsatz bis zur Erstellung des Menüs werden die notwendigen Grundkenntnisse vermittelt. Dabei stehen Spaß und Kreativität im Vordergrund. Eigene Ideen der Teilnehmer sind erwünscht und werden gerne berücksichtigt. Wir kochen uns quer durch die europäische Küche, wobei interessante und köstliche Gerichte auf dem Speiseplan stehen. In netter Runde werden anschließend bei einem guten Glas Wein oder Bier die Köstlichkeiten probiert.

104101 Nottuln  
 Beginn: 06.02. (6x)  
 donnerstags, 19.30 - 22.30 Uhr  
 Geschwister-Scholl-Hauptschule, 1. Etage, Lehrküche  
 24,00 Ustd., 43,20 EUR  
 10-16 Personen

Eine Lebensmittelumlage wird bei jedem Treffen von dem Kursleiter eingesammelt - die Höhe ist abhängig von den Gerichten, die Sie zubereiten möchten.

### **Entspannung und Gestalttherapie**

Maria Lösse

Mit Methoden aus der Gestalt-Psychotherapie sowie verschiedenen Entspannungsmethoden können Sie auf eine Entdeckungsreise zu sich selbst aufbrechen.

Die Absicht dieses Kurses ist es, mehr Kontakt zu den eigenen inneren Ressourcen herzustellen.

105103 Nottuln  
 Beginn: 05.02. (10x)  
 mittwochs, 17.30 - 19.00 Uhr  
 Gymnasium, Pavillon 3, Nottuln, Bibliothek Gruppenraum 3.02 A

20,00 Ustd., 35,00 EUR  
10-10 Personen

Der Kurs findet 14-tägig statt.

### **Welche Rituale brauchen wir? - Geborgenheit, Struktur und Feier im Familienalltag**

Marianne Winter-Blohm

Von außen werden der Familie viele Termine gesetzt: Kindergarten und Schulzeiten, Arbeitszeiten, Freizeitaktivitäten, Arztbesuche, usw. Oft sind Hektik, Unruhe, Stress, bis hin zu Verunsicherung und Ängsten die Folge.

In diesem Vortrag soll aufgezeigt werden, wie diesem durch bestimmte Rituale entgegengewirkt werden kann. Eltern können mit Hilfe von Ritualen ihren Kindern Geborgenheit und Sicherheit geben. Im Vortrag erfahren Sie etwas über die Theorie, den Sinn und Aufbau von Ritualen, so wie praktische Anleitungen und Ideen für die Entwicklung und Gestaltung von Ritualen im Alltag.

105104 Nottuln

Mittwoch, 19.03. (1x)

20.00 - 22.15 Uhr

Alte Amtmannei, Kaminraum

3,00 Ustd., 5,00 EUR

### **Einführung in die kaufmännische Buchführung**

Gabriele Moderdsohn

Der Kurs ist für Teilnehmerinnen und Teilnehmer gedacht, die daran interessiert sind, Grundkenntnisse in diesem Teil des Rechnungswesen zu erlangen. Sie erwartet eine umfassende Einführung in das Sachgebiet der "Doppelten Buchführung" in anschaulicher Form nach methodischen Gesichtspunkten strukturiert. Ziel des Grundkurses besteht darin, die Teilnehmer/innen zur Beherrschung des Buchführungssystems zu führen. Die Auswertung der Buchführung soll dazu beitragen, betriebswirtschaftliche Erkenntnisse zur wirtschaftlichen Führung eines Unternehmens zu erlangen.

Inhalte:

- Notwendigkeit der Buchführung
- Inventur, Inventar und Bilanz
- die Wertveränderung in der Bilanz
- Eröffnung und Abschluss der Bestandskonten
- der Buchungssatz
- Eröffnungsbilanzkonto und Schlussbilanzkonto
- die Einbeziehung der Erfolgskonten in den Buchungskreislauf
- Warenein- und Warenverkaufskonto
- die Abschreibung
- das Privatkonto
- Kontenrahmen und Kontenplan
- die Technik der Jahresabschlussarbeiten
- die Belegorganisation
- die Bücher der Buchführung
- die Formen der doppelten Buchführung

107203 Nottuln

Beginn: 13.02. (16x)

donnerstags, 18.30 - 20.00 Uhr

Gymnasium, Pavillon 1, Nottuln, Raum 1.04

32,00 Ustd., 54,40 EUR

10-15 Personen

### **Einführung in die EDV für Kinder (8 - 11 Jahre)**

Günter Tonagel

Kindgerecht werden die Grundlagen für den Umgang mit dem Computer geschaffen. Gemeinsam erstellen wir eigene (geheime) Ordner und Dateien und erkunden mit dem Explorer den Computer. Wir schreiben

Briefe, erstellen Grafiken mit verschiedenen Programmen (MS-PowerPoint und MS-Paint) und surfen im Internet.

108180 Nottuln

Beginn: 03.02. (8x)  
montags, 16.30 - 18.00 Uhr  
Geschwister-Scholl-Hauptschule, 1. Etage, EDV-Raum  
16,00 Ustd., 52,00 EUR  
9-11 Personen

### **Einführung in die EDV für Jugendliche (12 - 15 Jahre)**

Günter Tonagel

Wir betrachten die Arbeitsweise eines Computers und lernen die Grundlagen des Betriebssystems kennen. Wir arbeiten mit dem Explorer, konfigurieren uns den Desktop, die Taskleiste; erstellen eigenen Ordner; verschieben, kopieren und löschen Dateien und Ordner. Weiterhin lernen wir die Grundlagen von MS-Word, MS-PowerPoint und MS-Excel. Auch das Surfen im Internet gehört zum Programm.

108181 Nottuln

Beginn: 05.02. (8x)  
mittwochs, 16.30 - 18.00 Uhr  
Geschwister-Scholl-Hauptschule, 1. Etage, EDV-Raum  
16,00 Ustd., 52,00 EUR  
9-11 Personen

### **Der Körper weiß die Antwort - Selbsthilfe für Entscheidungsprozesse und andere Themen und Fragen durch Focusing**

Marianne Winter-Blohm, Britta Winkler

Focusing - als Hilfe zur Selbsthilfe - ist eine leicht zu lernende und spannende Methode, um Zugang zum inneren Erleben und zum inneren Körperwissen zu bekommen. Es öffnen sich ganz neue Richtungen, die anstelle vom Grübeln, langem Nachdenken und sich im Kreis drehen treten. Beim Focusing richten Sie Ihren Blick von einem angenehmen, neuen Punkt aus, um sich das "Problem" anzuschauen.

Focusing kann z.B. eingesetzt werden, wenn es um Entscheidungen geht, um Auflösung von Ängsten, um Trauer, um Stressbewältigung oder Auflösung von Handlungsblockaden.

In diesem Vortrag wird Ihnen die Theorie der Methode vorgestellt, Sie können erste eigene Erfahrungen machen. Thematisch wird besonders auf das Thema "Entscheidungen treffen" und "Focusing in der Kindererziehung" eingegangen.

115101 Billerbeck

Mittwoch, 12.03. (1x)  
20.00 - 22.15 Uhr  
Alte Landwirtschaftsschule, Kultursaal  
3,00 Ustd., 5,00 EUR

### **Meine eigene Homepage (5. - 9. Schuljahr)**

Thomas Hemmen

In diesem Kurs lernt Ihr, wie eine eigene Homepage erstellt wird und ins Internet gelangt. Ihr werdet die Seitenerstellungssprache HTML kennen lernen. PC-Grundkenntnisse sind erforderlich!

130806 Coesfeld

Samstag, 14.06./ Sonntag, 15.06.  
9.00 - 16.00 Uhr  
Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.14 (EDV)  
16,00 Ustd., 52,00 EUR  
10-11 Personen

In Zusammenarbeit mit Kaskade e. V.