

Neue Kursangebote im I. Semester 2013

Die kanadischen Rocky Mountains (Diavortrag)

Kursleitung: Berthold Baumann

Über 3.000 Meter hohe Bergriesen, zahllose Gletscher, reißende Wasserfälle, heiße Quellen, mystische Canyons, türkise Seen sowie eine artenreiche Tierwelt mit Bären, Wölfen, Elchen, Wapitihirschen, Karibus, Bergziegen und vielen mehr: Naturliebhaber und Wanderer kommen ins Schwärmen, wenn von den kanadischen Rocky Mountains die Rede ist!

Der Vortrag bietet Bilder und Informationen über die weltberühmten Nationalparks Jasper und Banff in der Provinz Alberta, die zu den meist besuchten Touristenattraktionen Kanadas zählen. Nicht minder schön sind aber auch die direkt angrenzenden, kleineren Nationalparks in British Columbia: Yoho, Kootenay, Glacier und Mount Revelstoke sowie der Mount Robson Provinzpark. Neben den einfach anzufahrenden Sehenswürdigkeiten wie das Columbia Eisfeld, Lake Louise, Emerald Lake, Valley of Ten Peaks, Maligne Lake, Peyto Lake usw. werden ebenfalls Bilder von mehrtägigen Tageswanderungen ins Hinterland gezeigt.

131100-100

Coesfeld, Donnerstag, 14.03.

19.30 - 21.00 Uhr

WBK Forum, Raum rechts 1. Etage

2 Ustd., 5,00 EUR

Burma, Birma, Myanmar - eine Reise durch das traditionsreichste Land Südostasiens

Kursleitung: M.-Clemens Schmale

Burma, Birma, Myanmar - das flächenmäßig größte Land Südostasiens hat viele Namen und noch viel mehr Völker. Aber allen ist eines gemeinsam: Die tiefe Verwurzelung in Traditionen und Religiosität und damit verbunden das kulturelle Erbe eines Landes, das - später als mancher Nachbar - die Schwelle zum 21. Jahrhundert überschritt. Myanmar ist zurückgekehrt auf die internationale Bühne und bekommt - selbst von den Weltmächten - viel Aufmerksamkeit. Wegen seiner Größe, seiner strategischen Lage, wegen seiner Bodenschätze ist das Land nicht zu unterschätzen.

In touristischer Hinsicht gilt es schon lange als Juwel und Geheimtipp mit großem Potenzial. Dazu zählen lange, unberührte Strände, eine vergessene Inselwelt im Süden und beeindruckende Berglandschaften im noch weitgehend unerschlossenen hohen Norden. Dazu zählen ebenfalls kulturelle und architektonische Highlights. Vor allem begeisternd sind die Menschen und ihre Offenheit und Freundlichkeit dem Fremden gegenüber.

Der Referent führt durchs Land der Friedensnobelpreisträgerin Aung San Suu Kyi, in die kontrastreiche Hauptstadt Yangon, den Ayeyarwady stromaufwärts zum größten Pagodenfeld der Erde bei Bagan, zur Geisterhochburg Mount Popa und in die Metropole des Nordens, Mandalay, mit seiner geschichtsträchtigen Umgebung. Schließlich geht's per Eisenbahn Richtung China übers atemberaubende Gokteik-Viadukt bis Hsipaw und weiter durch den Shan-Staat zum wundervollen Inle-See, einer faszinierenden Welt für sich.

Der Referent besuchte mehrfach Südostasien, aber auch Myanmars nördliche und nordwestliche Nachbarn - China, Indien und Bangladesch.

131100-101

Coesfeld, Dienstag, 19.03.

19.30 - 21.00 Uhr

WBK Forum, Raum rechts 1. Etage

2 Ustd., 5,00 EUR

Marseille - Kulturhauptstadt Europas 2013 (Digitale Bildershow in einfachem Französisch)

Kursleitung: Ralf Petersen

Marseille ist nicht nur Frankreichs älteste und zweitgrößte Stadt, sondern auch eine überaus faszinierende Metropole am Mittelmeer und wird 2013 die Kulturhauptstadt Europas sein. Frisch herausgeputzt präsentiert sich Marseille als eine Stadt mit vielen Gesichtern und Gegensätzen: mal traditionell und dörflich, mal modern und multikulturell, mit einem reichen historischen und architektonischem Erbe und vielen bekannten und unbekanntem Sehenswürdigkeiten. Stationen der Reise sind u. a. der alte Hafen, das Chateau d'If, Notre-Dame de la Garde, die Calanques, die Cité Radieuse von Le Corbusier und das neue Hafengebiet Euroméditerranée. Der Vortrag von Ralf Petersen findet in gewohnter Manier in einfachem, gut verständlichen Französisch statt.

Marseille - Capitale européenne de la culture 2013

Marseille, deuxième ville et premier port de France, est une ville très intéressante avec beaucoup de contrastes. Superbement situé au bord de la Méditerranée, embelli par le soleil provençal et avec un passé riche Marseille avait pourtant longtemps une mauvaise réputation. Mais après des rénovations importantes (port maritime, gare, création des plages, nouveaux musées etc.) la ville se présente plus belle que jamais. Lors de notre conférence nous allons découvrir le Vieux-port, le chateaud'If, Notre-Dame de la Garde, les Calanques, la Cité Radieuse, Euroméditerranée etc..Marseille a beaucoup à offrir aux visiteurs avisés.

131100-102

Coesfeld, Freitag, 26.04.

19.30 - 21.00 Uhr

WBK Forum, Raum rechts 1. Etage

2 Ustd., 5,00 EUR

Weltmusik mit "Choco con Chili"

FrauenSache 2013

Konzert zum Internationalen Frauentag

Zartschmelzend wie Schokolade und feurig wie Chili: das sind "Choco con Chili". Unter diesem Namen haben sich vier Musikerinnen aus Köln zusammengefunden, die ihre Zuhörer/innen mit einem einzigartigen Repertoire an Melodien und traditionellen Liedern aus verschiedenen Kontinenten verzaubern. Mit einer bemerkenswerten Auswahl an Instrumenten - Akkordeon, Ukulele, Violine und verschiedenen Percussionsinstrumenten - treten sie beschwingt ihre musikalische Weltreise an und nehmen Sie dabei gerne mit!

Neben feurigem Samba und weichen kubanischen Rhythmen, chassidischen, russischen und orientalischen Klängen spielen sie Eigenkompositionen und stimmungsvolle Melodien voller Sehnsucht, Liebe, Lebenslust und Leidenschaft.

FrauenSache 2013 ist eine Kooperation der Gleichstellungsstelle der Stadt Coesfeld und der VHS Coesfeld zum Internationalen Frauentag.

131100-105

Samstag, 09.03.

19.30 - 21.00 Uhr

Bischofsmühle Coesfeld, Harle

Eintritt: 10,- EUR im Vorverkauf, 12,- EUR Abendkasse

Der Vorverkauf beginnt am 6.2.2013 in VHS und Stadtbücherei.

Rückkehr in den Beruf

Kursleitung: Karin Hartmann

"Soll ich - oder soll ich nicht? Zurück in meinem alten Beruf, oder lieber was Neues versuchen? Wie gehe ich am besten vor? Wer kann mir Hilfestellung bieten?"

Viele ungeklärte Fragen schwirren häufig in den Köpfen von Frauen, bevor sie erste Schritte wagen wollen.

Karin Hartmann, Beauftragte für Chancengleichheit und Existenzgründung der Arbeitsagentur Coesfeld, bietet daher ein Wiedereinstiegsseminar für Frauen an, die nach der Familienphase den Weg zurück ins Berufsleben suchen.

Sie erhalten Informationen zum allgemeinen und individuellen Arbeitsmarkt sowie zu den Themen Vermittlung in Arbeit, finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten, Fortbildung und Umschulung, Stellensuche im Internet, Existenzgründung, Mini-Job und Rente.

131100-106

Coesfeld, Mittwoch, 20.03.

9.00 - 12.00 Uhr

VHS, 1. Etage, Raum 2.15

4 Ustd., Eintritt frei

Entschleunigung: die Kunst der Achtsamkeit

Kursleitung: Christel Westermeier

Sind Sie sich eigentlich bewusst, wie viel Lebensenergie ständig gedanklich gebunden ist? In einem bestimmten Maße ist dies natürlich notwendig, um das Leben zu planen und zu organisieren. Die meisten Menschen leiden jedoch an einem Übermaß des inneren Beschäftigt-Seins. Zwanghaftes Nachdenken über die Vergangenheit und eine vorweggenommene Zukunft führen zu chronischer Anspannung und einem Gefühl innerer Unruhe.

Das Achtsamkeitstraining basiert auf der buddhistischen Vipassana-Meditation, die sehr einfache, aber wesentliche Techniken bewusster Wahrnehmung und Aufmerksamkeitslenkung beinhaltet.

Die Methoden:

- Körperwahrnehmungstechniken
- Körper- und Atemübungen
- Schulung der Sinneswahrnehmung
- Entdeckung der Langsamkeit
- Meditation (den inneren Beobachter entdecken)
- Reflexion der Erfahrungen

131100-107

Coesfeld, Sonntag, 03.03.

10.00 - 17.30 Uhr

Stadtbücherei, 3. OG rechts, Nebeneingang Weberstraße

8 Ustd., 50,00 EUR

Mitzubringen sind: lockere Kleidung, warme Socken, eine Teeschale sowie eine Kleinigkeit für ein gemeinsames Mittagessen.

Ein Wochenende im alten China

Tai Chi Chuan, Tee und eine Einführung in die Kunst der Kalligrafie

Kursleitung: Manfred Kartz, Kuan-Ying Brinkmann-Chao

Zugegeben, ganz wörtlich dürfen Sie diese Einladung nicht nehmen. Aber das dürfte auch kaum möglich sein. Einmal Peking und zurück - da wäre ein Wochenende mehr als ausgefüllt. Deshalb soll "das alte China" im neuen VHS-Gebäude erfahrbar werden.

Was erwartet Sie dort?

Vor mehr als 5000 Jahren entwickelten chinesische Mönche Übungen, die auf einer intensiven Beobachtung der Natur beruhen. Sie sahen, wie sich ein Baum im Wind leise wiegt, wie ein Bach

gemächlich seinem Lauf folgt oder wie ein Vogel den Kopf zur Sonne wendet und seine Flügel senkt. Aus diesen Beobachtungen entstanden Bewegungsformen, die - kombiniert mit der "richtigen" Atmung - damals wie heute zu mehr innerer Ruhe und Gelassenheit sowie zu einer verbesserten Körperwahrnehmung führen. Heute ermöglichen diese Übungen uns einerseits, einmal richtig abzuschalten. Andererseits rüsten sie uns für die Hektik und den Stress des Alltags, denen sich keiner auf Dauer ganz zu entziehen vermag.

Kalligrafie - die Kunst des schönen Schreibens - besitzt im chinesischen Raum von alters her bis heute einen hohen Stellenwert im gesellschaftlichen und künstlerischen Leben. Sogar chinesische Kaiser waren bemüht, sich in der vierten der klassischen Künste auszuzeichnen. Kalligrafie fordert und fördert Disziplin, Geduld und Ausdauer, vermag die Persönlichkeit zu formen und manchmal sogar das Lebensziel zu verändern. In chinesischen und taiwanischen Schulen gehört der Unterricht in Kalligrafie zum Pflichtpensum.

Dies sind die Themen, welche die "Wochenendreisenden" erwarten. Ein erfahrener Tai Chi Lehrer sowie eine Künstlerin der Kalligrafie fungieren hierbei als Ihre "Reiseleiter".

131100-108

Coesfeld, ab 25.05. (2x)

samstags, 14.00 - 17.00 Uhr

Stadtbücherei, 3. OG rechts, Nebeneingang Weberstraße

12 Ustd., 36,00 EUR

Die folgenden zwei Veranstaltungen finden in Kooperation mit dem Kunstverein Münsterland e. V. statt.

Im Farbenrausch. Munch, Matisse und die Expressionisten. Museum Folkwang

Kursleitung: Jutta Meyer zu Riemsloh M.A.

Das Museum Folkwang widmet einem der spannendsten Kapitel der Kunst des frühen 20. Jahrhunderts eine einzigartige Ausstellung. Sie stellt erstmals die „Fauves“, die sogenannten Wilden in der französischen Kunst – Henri Matisse, André Derain, Maurice de Vlaminck –, den Norweger Edvard Munch und die jungen deutschen und russischen Expressionisten wie Ernst Ludwig Kirchner, Erich Heckel, Alexej von Jawlensky, Wassily Kandinsky, Gabriele Münter und Franz Marc einander gegenüber. Mit der Ausstellung führt das Museum Folkwang die Arbeit Karl Ernst Osthaus' fort, der ab 1906 Werke der "Fauves", der Expressionisten und Edvard Munchs zeigte und für die Sammlung erwarb. Diese frühe Förderung durch das Museum mündet jetzt in der Ausstellung "Im Farbenrausch – Munch, Matisse und die Expressionisten", in der anhand von Schlüsselwerken die besondere Rolle des Fauvismus aufgezeigt wird. Sie erschließt eine für die künstlerische Entwicklung in Frankreich und vor allem Deutschland prägende Epoche neu.

Programmablauf

Datum	Sonntag, 13.01.2013
Bus-Treffpunkt	Parkplatz Mittelstraße, 48653 Coesfeld
Abfahrt	10:00 Uhr
Führung	Beginn: 12:00 Uhr, 60 Minuten ab 13:00 Uhr Zeit zur freien Verfügung
Rückfahrt	14:30 Uhr
Reisekosten:	Mitglieder 35,00 € Gäste 40,00 €

Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen

Anmeldeschluss: 04.01.2013

131100-115
Coesfeld, Sonntag, 13.01.

Peter Paul Rubens von der Heydt-Museum - Wuppertal

Kursleitung: Jutta Meyer zu Riemsloh M.A.

Peter Paul Rubens war das künstlerische Genie des 17. Jahrhunderts. Er schuf Porträts, Landschaften, Genrebilder und mythologische Werke, vor allem aber historisch-politische Bilder und religiöse Werke aus dem Geist der katholischen Reform. Rubens verkehrte mit Königen, Fürsten und den bedeutendsten Heerführern seiner Zeit. Er bewegte sich auf den politischen Bühnen Europas und korrespondierte mit wichtigen Intellektuellen.

Abgesehen von Rubens' umfangreichem und vielfältigem, künstlerischem Schaffen, avancierte er in den frühen zwanziger Jahren auch zu einem der angesehensten Diplomaten des 17. Jahrhunderts.

Als Ratgeber und Unterhändler entfaltete er im Einklang mit den Interessen seiner Vaterstadt Antwerpen und der Landesherrn in Brüssel an den Höfen in Madrid, Paris, Den Haag und London seine Vision eines geeinten Europas. Gemälde, aber auch Zeichnungen, Tapisserien, Buchillustrationen, Grafiken und Briefe gaben seinen politischen Ideen weit über Europa hinaus einprägsame Gestalt. Unter Einsatz seiner tagespolitisch zu deutenden Historienbilder leistete er seinen Beitrag, um den 30-jährigen Krieg zu beenden. Kein anderer Künstler wirkte mit seiner Kunst so direkt auf die politischen Prozesse seiner Zeit. Malend gelang es ihm gerade in schwierigen Missionen, den politischen Akteuren Visionen mit tagespolitischer Zuspitzung vor Augen zu führen und so Möglichkeiten zur Überwindung der Konflikte zu eröffnen.

Die Ausstellung gliedert sich in acht, an der Biografie orientierte Kapitel, die die komplexe Verbindung zwischen künstlerischen und politischen Themen erfahrbar machen.

Programmablauf

Datum	Sonntag, 24.02.2013
Bus-Treffpunkt	Parkplatz Mittelstraße, 48653 Coesfeld
Abfahrt	10:00 Uhr
Führung	Beginn: 12:00 Uhr, 60 Minuten ab 13:00 Uhr Zeit zur freien Verfügung
Rückfahrt	14:30 Uhr
Reisekosten:	Mitglieder 35,00 € Gäste 40,00 €

Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen

Anmeldeschluss: 15.02.2013

131100-116
Coesfeld, Sonntag, 24.02.

Berkel KulTour

Die Berkel ist ein in vielen Teilen noch naturnaher Bach, der sich von der Quelle in Billerbeck bis zur holländischen Grenze in Vreden nach und nach zu einem kleinen Fluss entwickelt.

Zusammen mit dem Forum BildungsBerkel laden wir zu einem KulTour-Tag ein, bei der die Berkel und ihr Umfeld aus neuen Blickwinkeln betrachtet und erlebt wird. Fließend wird der Übergang von der KulTour zur NaTour sein.

Ein Wort zum Forum BildungsBerkel. Das ist ein Zusammenschluss von mehreren Einrichtungen, die im Rahmen der Regionale 2016 mit Blick auf die Lernfelder Umwelt, Natur, Kunst, Landwirtschaft und Soziales ein gemeinsames sich ergänzendes Programm anbieten. Unsere VHS kooperiert mit dem Forum BildungsBerkel. Mitglieder des Forum BildungsBerkel sind: der „Berkelspaziergang“ in Billerbeck / der Verein „Interkulturelle Begegnung – „IBP“, die „Sirksfelder Schule“ in Coesfeld, das „Kunstklärwerk Stadtlohn“ in Verbindung mit dem aktuellen forum VHS Ahaus sowie die „Biologische Station Zwillbrock“.

Tagesprogramm:

Sie haben die Wahl! Sie können die Stationen an der Berkel entlang von Billerbeck über Coesfeld bis in die Bauerschaften Stockum und Sirksfeld mit dem eigenen Rad oder mit einem Bus er - fahren.

Stationen sind:

9.30 Uhr Frühstück und Kultur am Bahnhof in Billerbeck
12.00 Uhr Mittagsimbiss und Kultur (live-Musik, Vortrag und Führung zur Berkel)
Weiterfahrt um 13.30 Uhr in die Bauerschaften Stockum und Sirksfeld
Dort erwarten Sie Kaffee und Kuchen begleitet von einem Kultur- und Erlebnisprogramm.
Abschluss der NaTour und KulTour gegen 15.30 Uhr.

Gebühr: 20,00 EUR inkl. Busfahrt
15,00 EUR bei eigener Anreise mit dem Rad

131100-117
Coesfeld, Sonntag, 07.07.

verfolgt – vergessen – entschädigt

Erinnern – das möchten das Heriburg Gymnasium Coesfeld und die Volkshochschule an die Verfolgten in der Zeit des Nationalsozialismus.

Bereits kurz nach der Ernennung Hitlers zum Reichskanzler wurde die „Aktion wider den undeutschen Geist“ durch die Deutsche Studentenschaft unter der Leitung eines Mitgliedes des Nationalsozialistischen Deutschen Studentenbundes durchgeführt. Sie mündete in die öffentliche Verbrennung von Büchern jüdischer, marxistischer und friedensliebender Autoren am 10. Mai 1933.

Das ist nun 80 Jahre her. Aus der Distanz muss stets die Frage aktuell bleiben: Wie konnte das geschehen? Wie hat Propaganda gewirkt? Was geschah mit den überlebenden Opfern? Wurden Sie wirklich entschädigt? Geht das überhaupt?

Diesen Themen widmet sich die folgende Veranstaltungsreihe:

Das Pathos des Übermenschen Filmpropaganda im Nationalsozialismus

Kursleitung: Ernst Schreckenber

Das nationalsozialistische Kino war in weiten Teilen ein Kino der scheinbar unverfänglichen Unterhaltung, mit populären Stars wie Hans Albers, Heinz Rühmann oder Marika Rökk. Lediglich ein harter Kern von Filmen sollte explizit und offen propagandistisch die weltanschaulichen Ziele des NS-Regimes vertreten, wie die Verherrlichung des Führers, das Blut und Boden-Gedankengut, den radikalen Antisemitismus. Neben der regelmäßigen Kino-Wochenschau waren es vor allem die aufwändig hergestellten Spielfilme eines Veit Harlan wie "Jud Süß" und "Kolberg" und der Reichsparteitagsfilm "Triumph des Willens" von Leni Riefenstahl, die die propagandistische Botschaft im Kino erfolgreich umsetzten. Sie spiegeln in aller Deutlichkeit und Unmissverständlichkeit wieder, worum es dem Nationalsozialismus ging. Sie stehen auch im Mittelpunkt des Vortrags.

131100-123

Coesfeld, Donnerstag, 28.02.

19.00 - 20.30 Uhr

WBK Forum, Raum rechts 1. Etage

2 Ustd., 4,50 EUR

Vortrag mit Filmausschnitten.

Zur Erinnerung an die vergessenen Dichterinnen Lesung und musikalische Darbietung

Katja Lämmerhirt

Frank Westerdorff (Piano/Fagott)

Schriftstellerinnen, die von den Nazis seit der Bücherverbrennung aus dem Bewusstsein der Deutschen getilgt wurden, blieben auch nach 1946 vielfach vergessen. Erst durch die Recherchen von Jürgen Serke und seinem Buch „Die verbrannten Dichter“, das 1977 zum ersten Mal erschien, wurde darauf aufmerksam gemacht.

Doch auch in diesem Buch sind die Dichterinnen viel spärlicher vertreten als ihre männlichen Kollegen - und so scheint es bis heute zu sein -, sieht man von Ausnahmen wie Else Lasker-Schüler ab. Und so möchte das Programm von Katja Lämmerhirt und Frank Westerdorff an jene vergessenen Dichterinnen und Schriftstellerinnen erinnern, die nur selten in Anthologien zu finden sind.

Die Musikstücke, die diesen Abend begleiten, sind zusammengestellt aus Werken von Komponistinnen, die zwar nicht durch die NS-Diktatur in die Vergessenheit gedrängt wurden, deren Schaffen jedoch ebenfalls bis heute dem Publikum weitgehend unbekannt geblieben sind.

131100-124

Coesfeld, Donnerstag, 07.03.

19.00 - 20.30 Uhr

Heriburg-Gymnasium

2 Ustd., 2,50 EUR

Energie clever Nutzen - von der Dachdämmung bis zum Stromsparen

Kursleitung: Dipl.-Ing. Günter Kesselmann

In Anbetracht der steigenden Strompreise fragen sich viele, wie diese Entwicklung mit energiesparenden Maßnahmen kompensiert werden kann. Im Vortrag von Herrn Kesselmann gibt

es viel Interessantes, Wissenswertes und Tipps zum behaglichen und energiesparenden Wohnen im Eigenheim oder in der Mietwohnung. Als ein Beispiel dient die alte Heizungsumwälzpumpe, die mehr Strom verbraucht, als für die Beleuchtung des ganzen Hauses benötigt wird. Aber auch folgende Fragen gehören in diesen Kontext: Wie erfolgt ein hydraulischer Abgleich der Heizkörper und warum ist dieser gerade bei Brennwertkesseln so wichtig?

Warum gab es bisher die "trockene Heizungsluft" und heute "zu viel Feuchte" in den Wohnungen? Wie wird richtig gelüftet? Was bedeuten Wind- und Luftdichtigkeit beim Hausdach? Sind Öko-Dämmstoffe nur gesünder oder sogar besser?

131115-101

Coesfeld, Donnerstag, 07.02.

18.30 - 20.00 Uhr

WBK Forum, Raum rechts 1. Etage

2 Ustd., 5,00 EUR

Ausstellung: Manchmal darf´s ein wenig faltig sein

Ausstellungseröffnung

Teilnehmer/innen der VHS-Kurse "Malerei" mit Kursleiterin Karola Wortmann präsentieren ihre Arbeiten und stellen die Acrylmaltechnik vor.

131200-002

Coesfeld, Mittwoch, 26.06.

18.00 - 19.30 Uhr

VHS, 1. Etage, Neue VHS-Galerie

2 Ustd.

Malwerkstatt Acryl -

Malen an der Staffelei

Kursleitung: Stefan Ahler

Der Kurs richtet sich an AnfängerInnen und Fortgeschrittene, die sich an die Gestaltung größerer Bilder heranwagen möchten. Egal ob Wandmalerei oder das Malen auf Leinwänden, egal ob gegenständlich oder abstrakt, der Kurs vermittelt Tipps und Kniffe, wie große Flächen gestaltet werden können und "große" Kunstwerke entstehen.

Dazu wird es eine Einführung in grundlegende Gestaltungstechniken (z.B. Vergrößerungsverfahren, illusionistische Collage-, Montage- und Maltechniken) geben.

Das Ziel ist, dass Sie nach eigenen Vorstellungen, auf Wunsch an der Staffelei, ein Gemälde fertig stellen.

131205-030

Billerbeck, ab 13.02. (6x)

mittwochs, 19.00 - 21.15 Uhr

Don-Bosco-Schule, Kunstraum

18 Ustd., 41,40 EUR

Bitte bringen Sie einen Malerkittel mit.

Spannrahmen können erworben werden, Farben und Pinsel sind vorhanden.

2. Malutensilien nach Belieben (z.B. Abtönfarben/Acrylfarben mit verschiedenen Pinseln) werden gegen Umlage vorhanden.

Bei Bedarf können Malgründe erworben werden.

**"Abendvisite" im Gesundheitsforum: Methicillin Resistente Staphylococcus Aureus (MRSA)
MRSA - ein Problemkeim, der viele Ängste schürt**

Dr. med. Andreas Nemec, Frank Mader, Dr. med. Volker Günnewig

In dem Vortrag werden die Hausärzte Dr. Nemec und Herr Mader den Umgang mit Patienten, Angehörigen und Pflegenden erläutern, um die zum Teil unbegründete Angst vor Ansteckung zu nehmen. Auch werden Verhaltensregeln zum Umgang mit solchen Keimen erklärt, damit angemessene Hygienemaßnahmen ergriffen werden können. Herr Dr. Günnewig wird Präventivmaßnahmen in der Krankenhauspraxis schildern.

131300-051

Coesfeld, Mittwoch, 23.01.

19.00 - 20.30 Uhr

WBK Forum, Raum rechts 1. Etage

2 Ustd., Eintritt frei

"Abendvisite" im Gesundheitsforum: Gute Aussicht für Ihre Augen

Dr. med. Reinhard Terlinde, Dr. med. Heribert Mersmann

Die Referenten berichten über die häufigsten Augenerkrankungen im Alter:

Dazu zählen: der Grüne Star (Glaukom), der Graue Star (Cataract), die altersabhängige Maculadegeneration (AMD) und die Augenveränderungen bei Diabetes.

Die Möglichkeiten und Grenzen moderner Untersuchungstechniken sowie mögliche Behandlungswege werden anschaulich dargestellt. Zusätzlich werden Chancen vorbeugender Maßnahmen ausführlich erläutert und mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern diskutiert.

131300-052

Coesfeld, Mittwoch, 13.03.

19.00 - 20.30 Uhr

WBK Forum, Raum rechts 1. Etage

2 Ustd., Eintritt frei

Kaffee & Co

Ernstes und Heiteres, Informatives und Unterhaltsames in einem Kreis interessierter Menschen bei einer guten Tasse Kaffee - oder auch Tee - verspricht Ihnen unsere Reihe Kaffee & Co.

Kaffee & Co: Kleine Kräuterkunde

Dr. Stephan Barrmeyer

131300-100

Coesfeld, Donnerstag, 20.06.

10.00 - 11.30 Uhr

WBK Forum, Raum rechts 1. Etage

2 Ustd., 5,00 EUR

Getränke werden nach Verbrauch abgerechnet.

Mit Walking & Co entspannt ins Wochenende!

Kursleitung: Anja Bördeling

Dieser speziell für alle Neu- und WiedereinsteigerInnen eingerichtete Kurs möchte durch ein zielgerichtetes Kräftigungstraining die Bewegungsfreude wieder wecken und ein neues Körpergefühl vermitteln. Auf dem Programm stehen ein moderates Ausdauertraining als Outdoortraining sowie Cooldowntechniken in entspannter Atmosphäre im Seminarraum zu ansprechender Musik auf dem Programm. Bei diesem Kursangebot können Sie aktiv für sich und Ihren Körper etwas tun.

131302-030

Coesfeld, ab 01.03. (10x)

freitags, 17.00 - 19.15 Uhr

Stadtbücherei, 3. OG links, Nebeneingang Weberstraße

30 Ustd., 81,00 EUR

Mitzubringen sind: Etwas zu Trinken, Turnschuhe, ein Handtuch.

Nordic-Walking-Stöcke werden gegen eine Leihgebühr von 5,00 EUR zur Verfügung gestellt.

Cucinare & parlare

Kursleitung: Caroline Wöhr-Cerri

Benvenuti! Lieben Sie die italienische Sprache und Kultur, italienisches Essen und Wein? In diesem "Koch-Sprach-Kurs" können Sie mit viel "parlare" italienisch kochen! Freuen Sie sich auf einen entspannten Abend im Kreise Gleichgesinnter. Kurssprache wird überwiegend Italienisch sein, daher setzen wir einfache Italienischkenntnisse voraus.

131409-170

Nottuln, Freitag, 14.06.

18.00 - 21.45 Uhr

Geschwister-Scholl-Hauptschule, 1. Etage, Lehrküche

5 Ustd., 30,00 EUR

inkl. Lebensmittel und Getränke

Literatur im Gespräch:

Skandinavische Literatur - von Schweden über Finnland und Island nach Dänemark

Kursleitung: Herbert Efing

Henning Mankell, Stieg Larsson und einige weitere Kriminalschriftsteller sind zurzeit die Aushängeschilder der skandinavischen Literatur. Sie vermitteln aber keineswegs die nationalen sowie geschichtlich bedingten Eigenarten der Bevölkerung und schon gar nicht die faszinierende Vielfalt der literarischen Kultur in Skandinavien. Im kommenden Semester stehen deshalb Romane auf dem Programm, die

- die Geschichte und Kultur Skandinaviens vom Mittelalter bis in die Gegenwart vorstellen;
- die immer neuen Auseinandersetzungen des Individuums mit der sich wandelnden Umwelt, mit der Heterogenität, der Vielfalt und Ungleichzeitigkeit der Lebensbedingungen im Laufe der Jahrhunderte vor Augen führen;
- die Fluktuation von Idealität und Realität im Spannungsbogen zwischen Wünschen, Denken und Handeln, Planen und Ausführen zeigen;
- den skandinavischen Menschen vom armen, aber selbstbewussten und zupackenden Bauern bis zum Großstadtbewohner schildern, der unter Identitätsverlust, Sinnkrise und Brüchigkeit des Ichs leidet.

Literatur:

Halldór Laxness: Die Islandglocke

Hermann Bang: Am Weg

Thor Vilhjálmson: Morgengebet

Johan August Strindberg: Das rote Zimmer

Sofi Oksanen: Fegefeuer

Kjell Johansson: Der Geschichtenmacher

Der Roman von Halldór Laxness soll zum ersten Termin gelesen sein.

131450-050

Coesfeld, ab 05.02. (6x)

dienstags, 18.00 - 20.15 Uhr

Volkshochschule, 1. Etage, Raum 2.22
18 Ustd., 59,40 EUR
Weitere Termine: 12.3., 9.4., 7.5., 4.6., 2.7.

Word 2010 Serienbriefe

Kursleitung: Roland Wagner

Dieses Seminar wendet sich an alle, die viele Serienbriefe erstellen und die verschiedenen Möglichkeiten kennen lernen möchten. Grundkenntnisse in Word sind dazu erforderlich. Inhalte:

- Grundlagen Seriendruck
- Sortieren und Filtern von Datensätzen
- Verwenden von Feldern
- Individualisieren von Serienbriefen
- Arbeiten mit verschiedenen Datenquellen

131501-460
Coesfeld, Samstag, 20.04.
9.00 - 16.00 Uhr
VHS, 1. Etage, EDV-Raum 2.12
8 Ustd., 77,80 EUR

Webseiten mit typo3

Kursleitung: Thomas Hemmen

Sie möchten Ihre Internetseiten einfach verwalten? Sie möchten Inhalte auf einfache Weise - ohne HTML-Kenntnisse - von Mitarbeitern/Redakteuren pflegen lassen? Kein Problem mit dem Content Management System (CMS) Joomla! Es handelt sich um eine Open-Source-Software und steht daher grundsätzlich lizenzkostenfrei zur Verfügung.

Mit diesem Kurs wird Ihnen eine umfassende Einführung im gezielten Umgang mit Joomla! vermittelt. Nach der Installation auf einem lokalen Webserver erstellen Sie eine Beispiel-Website und lernen dabei die Funktionsweise des CMS sowie seine Begrifflichkeiten (z.B. Frontend, Backend, Komponenten, Beiträge, Kategorien, Module, Plugins, Templates, ...) Schritt für Schritt kennen. Am Ende des Kurses sollten Sie selbstständig mit Joomla! eigene Websites einrichten und administrieren können.

Der Kurs richtet sich an Administrator/innen bzw. Verwalter/innen kleiner und mittlerer Websites, die die Vorzüge eines CMS nutzen möchten, ohne Programmier-Profis sein zu müssen. Einfache Kenntnisse zugrunde liegender Technologien (HTML, CSS, FTP) werden vorausgesetzt

131501-920
Coesfeld, Beginn: 20.04. (2x)
Samstag, 9.00 - 16.00 Uhr
Sonntag, 9.00 - 16.00 Uhr
VHS, 1. Etage, EDV-Raum 2.14
16 Ustd., 84,00 EUR