

VHS Arnsberg/Sundern – Vorstellung des neuen Programmheftes für das Semester 1/2022

Am 17. Januar 2022 startet das Frühjahrssemester an der VHS Arnsberg/Sundern. Nachdem im vergangenen Herbstsemester die Kurse – trotz der anhaltend schwierigen Situation – unter Einhaltung von strikten Hygienestandards wieder beginnen konnten, hofft das Team der VHS Arnsberg/Sundern, dass auch das erste Halbjahr 2022 ein erfolgreiches Semester werden wird. Mit mehr als 550 Kursen, Workshops, Vorträgen, Bildungsurlauben und Exkursionen ist auch das neue Programm wieder sehr breit aufgestellt. 260 Dozent*innen werden sich aktiv am Leben der VHS beteiligen. Dabei weist auch das neue Semester eine große Breite im Angebot aus: Von Webinaren zu Fragen der Nachhaltigkeit/ Mobilität, des achtsamen Umgangs mit sich selbst, über aktuelle politische Fragestellungen, zahlreiche Kreativangebote und Kurse zur Gesundheitsförderung bis hin zu PC- und Smartphone-Schulungen und Fortbildungen für Pflegekräfte sind altbewährte Programmpunkte ebenso vertreten wie zahlreiche neue Angebote.

Das Semesterprogramm der VHS Arnsberg/Sundern steht in diesem Frühjahr unter der Überschrift: „Das bin ich.“ Auf die Frage, was ihn ausmacht, wird sicherlich jeder Mensch seinen Fokus auf andere Punkte legen, angefangen beim Aussehen über den Beruf bis hin zum Familienstand oder Hobbies. Die Frage nach dem eigenen Selbst richtet den Blick auf die Individualität und – damit verbunden – auf die Vielfalt der Menschen.

Dass auch Bildung dem Menschen dabei helfen kann, den Satz „Das bin ich“ mit Leben zu füllen und so den Blick auf das zu wagen, was die jeweils eigene menschliche Identität ausmacht, dürfte unbestritten sein. Schließlich erhöht Bildung die persönliche „Selbstwirksamkeit“: Im Kern geht es um die Überzeugung, selbst schwierige Aufgaben, Herausforderungen oder Probleme durch eigenes Handeln wirksam bewältigen zu können. Selbstwirksamkeit bedeutet, darauf zu vertrauen, eine Handlung erfolgreich ausführen zu können. Genau dazu möchte das Semesterprogramm der VHS Arnsberg/Sundern seinen Beitrag leisten.

Gesellschaft/ Politik/ Neue Medien/ Kultur

Die VHS bietet in *Arnsberg* einen „social-media-Führerschein“ für Kinder und Jugendliche an, in dem diese wichtige Infos in Bezug auf den Datenschutz als auch zum Umgang mit Fake-News erhalten. Weiterhin gibt es, sowohl in *Arnsberg* als auch in *Sundern*, speziell für Kinder EDV-Kurse, in denen diese den sicheren Umgang mit dem PC erlernen können. Aber auch für Erwachsene gibt es die Option, den sicheren Umgang mit dem Smartphone zu erlernen oder auch der Frage nachzugehen, ob sich der Umstieg auf Windows 11 lohnt und wie er praktisch zu bewerkstelligen ist.

Im Bereich Musik ist die Angebotspalette in *Arnsberg* erheblich ausgeweitet worden. So gibt es nicht nur die Möglichkeit zum Chorgesang, es besteht darüber hinaus die Möglichkeit,

verschiedene Musikinstrumente zu erlernen und für den guten Ton zu sorgen, angefangen bei der Querflöte über die Gitarre bis hin zum Singen.

Wer sich weiter qualifizieren möchte, hat dazu im "Pflegekurs für Nachbarschaftshelfer/-innen", bei der "Basisqualifikation Pflege: Angebote zur Unterstützung im Alltag" oder auch im "Grundkurs: Ausbildung zum / zur Tanzleiter/-in im Sitzen" die Gelegenheit.

Dass sich Menschen auf den Weg machen, um der eigenen Identität auf die Spur zu kommen, wird in einem Vortrag zum Pilgern im Mai das Thema sein.

In eine ähnliche Richtung geht der Kurs zur „Einführung in die philosophischen Ethik“ in *Sundern*, in dem verschiedene philosophische Entwürfe gemeinsam gelesen werden sollen.

In *Sundern* wird die VHS im kommenden Semester an einigen besonderen Orten zu Gast sein. So lädt sie in Wildewiese bereits im April zu einer Wanderung ein, bei der die Auswirkungen der Borkenkäferplage auf den Sauerländer Wald näher betrachtet werden. Eine naturkundliche Frühwanderung im Mai lenkt den Blick hingegen eher auf die erwachende Natur und deren Vielfalt.

Ein besonderes Highlight dürfte die Lesung mit Wolfgang Burger im Mai darstellen, die in Kooperation mit dem Förderverein der Stadtbibliothek und dem Kulturbüro durchgeführt wird. Der Krimi-Bestseller-Autor wird im Hof Cafe in Sundern aus seinem neuesten Buch vorlesen und für einen unterhaltsamen Abend sorgen.

Die VHS bietet am Standort in Sundern darüber hinaus erstmals Kurse an, die sich mit den entwicklungspsychologischen Konsequenzen, aber auch den rechtlichen Folgen einer Trennung von Partner beschäftigen. Ein Familientherapeut und eine Rechtsanwältin werden fachkundige Auskunft geben.

Gesundheit/ Selbstsorge

Diverse Online-Vorträge beschäftigen sich mit besonderen Aspekten der Gesundheitsfürsorge, z.B. zur aktuellen Situation der Krankenhäuser in Deutschland.

Im Entspannungsbereich gibt es neue Angebote, z.B. Im Angebot ist erstmals auch Kundalini Yoga.

Fahrtrainings für E-Bikes werden sowohl in Neheim als auch in Sundern angeboten.

Ein Kurs der VHS wird sich auch mit der Frage nach „sexualisierter Gewalt“ und deren Erkennbarkeit beschäftigen, der sich insbesondere an Frauen wendet und diese für den Themenkomplex sensibilisieren möchte.

Sprachen/ Fremdsprachen

Es werden insgesamt 16 Fremdsprachen, davon 14 in Präsenzform angeboten. Eigene Online-Angebote der VHS Arnsberg/Sundern gibt es im Frühjahr 2022 in vier Sprachen: Englisch, Italienisch, Koreanisch und Tamil. Sollte es die pandemische Situation erforderlich machen, können Präsenz-Angebote auch kurzfristig auf Online-Kurse umgestellt werden (u.a. Französisch, Spanisch, Russisch).

In Kooperation mit der VHS Düsseldorf gibt es ein besonderes Angebot für eher selten nachgefragte Sprachen: So gibt es ein Online-Angebot für Chinesisch, Griechisch, Schwedisch, Kroatisch, Türkisch, Mazedonisch. Weitere Sprachen können auf Nachfrage ebenso ermöglicht werden.

Im Mai 2022 findet wieder eine Prüfung „Niederländisch als Fremdsprache“ (CNaVT) statt. Anmeldungen dafür sind bis März 2022 möglich. Bereits im Januar 2022 gibt es drei Niederländisch-Lesereisen am Wochenende. Das Lehrbuch wird den Teilnehmenden kostenlos von der Taalunie, Den Haag zur Verfügung gestellt. Ein weiteres Projekt mit der Taalunie ist in Vorbereitung.

Seniorenakademie Arnsberg

Die Seniorenakademie Arnsberg beginnt ihre Veranstaltungsreihe am 08. Februar 2022. Insgesamt sind 21 Veranstaltungen geplant, davon 7 allein in der „Kunstwoche“ ab dem 12. Februar 2022.

Geschäftsstelle Bildungszentrum Sorpesee

Der Hauptfokus der Veranstaltungen in der Geschäftsstelle im Bildungszentrum Sorpesee ist die Durchführung von Bildungsurlauben in den Bereichen der fremdsprachlichen, gesundheitlichen und beruflichen Weiterbildung. Der im Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) des Landes NRW festgehaltene Anspruch auf Weiterbildung während der Arbeitszeit kann insofern für diese Kurse wahrgenommen werden. Die meisten dieser im Bildungszentrum Sorpesee durchgeführten Bildungsurlaube dauern 5 Tage (MO-FR) und beinhalten 42 intensive Lerneinheiten, Vollverpflegung sowie auch die Möglichkeit im hauseigenen Hotel zu übernachten.

Im Bereich der Gesundheit werden neben den ‚Klassikern‘ wie ‚Feldenkrais‘ oder der ‚Bewegungswoche am See‘ auch spezielle Angebote wie ‚Gesundes Sehen am Arbeitsplatz‘, ‚Atmungsaktiv am Arbeitsplatz‘ oder Resilienztrainings wie zum Beispiel das Seminar ‚Und wo bleibe ich? Die eigenen Spielräume erweitern‘ angeboten.

Im Bereich der Fremdsprachen werden sowohl Bildungsurlaube mit Anfängerniveau als auch Seminare für Fortgeschrittene angeboten. Hierbei werden neben den gängigen Sprachkursen wie Englisch und Spanisch auch Seminare zu Thai, Chinesisch, Arabisch und Russisch angeboten.

Spezifische berufliche Kenntnisse können in den Bildungsurlauben der beruflichen Bildung erlernt und erweitert werden und somit die beruflichen Möglichkeiten erweitern. Das Angebot reicht hierbei von EDV-Anwendungen wie die ‚Programmierung mit Excel (Visual Basic for Applications)‘ über WordPress, JavaScript und HTML sowie CSS bis hin zum Erlernen eines praktischen Perspektivwechsels in der Kommunikation im Bildungsurlaub ‚Systemaufstellung und Familienaufstellung‘. Neurolinguistisches Programmieren (NLP) oder die Ausbildung zum/r zertifizierten Sitztanzleiter/-in runden das Angebot ab.

Alle Bildungsurlaube sind im Bildungsurlaubs-Portal der Website der VHS Arnsberg/Sundern zusammengefasst.

Neben den Bildungsurlauben werden im Bildungszentrum Sorpesee auch Wochenend-Kurse, Tagesveranstaltungen und –Workshops aller Fachbereiche angeboten, sowie Online-Veranstaltungen geplant.

Studienfahrten

Die VHS Arnsberg/Sundern bietet im Jahr 2022 wieder ein Repertoire an Studienfahrten an, von den Gesundheits-Studienfahrten ‚Fit in den Frühling‘ auf Usedom und ‚Yoga auf

Norderney‘ über Wander- und Kulturreisen in Cornwall und Irland bis hin zu Entdeckungsreisen der chinesischen oder rumänischen Kultur. Als gute Ergänzung hierzu werden auch einige Vorträge (Online und/oder Präsenz) angeboten, in denen die Teilnehmenden von Brasilien, Argentinien oder Kuba bis quer über den Globus nach China oder auch in nähergelegene Länder wie Italien oder Belgien ‚mitgenommen werden‘.

Integrationskurse

Einen weiteren wichtigen Schwerpunkt legt die VHS Arnsberg/Sundern auch in den nächsten Monaten auf die Integrationskurse, die im Auftrag des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge angeboten und organisiert werden. Vielen Menschen aus anderen Nationen sind so schon in den vergangenen Jahren Wege in das Berufsleben und die Gesellschaft ermöglicht worden. Diese Arbeit wird auch zukünftig erfolgreich fortgesetzt.

Die Veranstaltungen der VHS Arnsberg/Sundern können bequem online, telefonisch und natürlich auch persönlich in den Geschäftsstellen gebucht werden. Auf der Homepage befindet sich eine Übersicht über Online-Kurse, Bildungsurlaube, Sommerkurse und bald beginnende Kurse. Eine bequeme Suchfunktion am Ende der Internet-Startseite ermöglicht eine schnelle und gezielte Orientierung. Ebenfalls hingewiesen wird auf besondere Kurs-Highlights. Sollte die aktuelle Pandemie Auswirkungen auf das Kursgeschehen haben, wird darüber ebenfalls zeitnah auf der Homepage informiert.

VHS Arnsberg/Sundern
Dr. Tobias Schulte
Leiter der Volkshochschule Arnsberg/ Sundern
Fachbereichsleitung
Franz-Josef-Tiggies-Platz 1
59846 Sundern
Tel.: 02933.9099504
t.schulte@vhs-arnsberg-sundern.de

Fragen zu einzelnen Angeboten beantworten

Dr. Tobias Schulte, VHS-Leiter (Fachbereich Gesellschaft und Politik, zuständig für alle Angebote in der Geschäftsstelle Sundern) –
Tel.: 02933 9099504

Sylvia Müller-Dörfler (Fachbereiche Deutsch-Integration, Kunst und Kultur, Gesundheit und Ernährung in den Geschäftsstellen Neheim und Arnsberg) –
Tel.: 02932 972814

Norbert Deitelhoff (Fachbereich Fremdsprachen in den Geschäftsstellen Neheim und Arnsberg sowie zuständige für die senaka und Studienreisen) –
Tel.: 02932 972815

Svenja Seep (Fachbereiche Berufliche Bildung und EDV, Umwelt und Natur, Musik, Religion in den Geschäftsstellen Neheim und Arnsberg) –
Tel.: 02931 14281

Debora Janine Hoffmann (zuständig für alle Angebote im Bildungszentrum Sörpesee) –
Tel.: 02935 80214