

Pressemitteilung vom 18.07.2016

„neues Semester, neue Kurse, Neues lernen“

Nach den Sommerferien startet die Kreisvolkshochschule Potsdam-Mittelmark mit mehr als 350 Kursen ein neues, breit gefächertes und interessantes Herbstsemester-Programm im gesamten Landkreis.

Ein besonderer Schwerpunkt unseres Programmes liegt in diesem Semester in der Familienbildung. Dazu bieten wir ein vielseitiges Kursangebot. Die Lebensform Familie hat sich in den letzten Jahrzehnten sehr verändert. Die traditionelle Form wird durch manch neue Variante erweitert: Wochenend-Familie, Familie in Trennung oder Scheidung, Patchwork-Familie etc. Familie sein ist nicht nur schön, sie kann manchmal ganz schön anstrengend sein. Man möchte sie nicht missen, aber kommt zeitweise an die Grenzen seiner Belastbarkeit. Es werden Fragen wie: Was macht Familie aus? Wie schaffe ich die Balance zwischen Organisation und Chaos? Wie erhöhe ich meine Elternkompetenz? Wann kann ich sicher sein, dass mein Kind gut ins Leben startet? beleuchtet und die Möglichkeit zum Austausch unter Eltern in ähnlicher Situation gegeben.

Das Programm des Herbstsemesters liefert für Jung und Alt, Männer und Frauen –Arbeitnehmer, Selbstständige und Unternehmer,, Rentner, Familien und Kinder etc. umfangreiche Bildung, Weiterbildung und Wissensauffrischung in den Bereichen Politische Bildung, Umwelt und Gesellschaft, Kultur und Gestalten, Gesundheit, Sprachen, berufliche Bildung und Grundbildung sowie Schüler-Ferienkurse.

Politik - Gesellschaft - Umwelt

Neben den Veranstaltungen zur Familienbildung bietet die KVHS ein breit gefächertes und interessantes Programm. Der Bereich der Psychologie wurde erweitert um Kurse zur Gruppendynamik, Depressionserkennung und -bewältigung sowie einem Kurs zum Phänomen Angst als Überlebensinstinkt, aber auch Angst in Form von Sorgen und dessen Überwindung. Es wird zum Seminar für Frauen, die an weiblicher Stärke gewinnen wollen sowie zur Selbstbehauptung und -verteidigung eingeladen. Aufgrund der hohen Nachfrage sind eine Winterkräuterwanderung und ein faires Frühstück mit fair gehandelten Lebensmitteln geplant. Weiterhin im Programm sind die Worldcafés zu politischen Themen, Patientenverfügungen und Vorsorgevollmachten sowie Rechte als Patient.

Kultur und Gestalten

Im neuen Semester bietet die KVHS FengShui Kurse für Wohnung, Haus und Business an. Im Kurs wird erklärt was FengShui eigentlich ist und wie man seinen eigenen Wohn-Ort harmonisieren kann. Auch das „alte Handwerk“ wie Flechten, Schmuckstücke selbst gestalten und das Goldschmieden sind wiederholt Bestandteile des vielseitigen Programmangebots. Und natürlich wird es auch wieder die beliebte Samstagsveranstaltung „Malen nach Bob Ross“ sowie viele weitere Mal- und Kreativkurse geben.

Gesundheit

Weiterhin sehr nachgefragt sind Kurse aus dem Gesundheitsbereich wie zum Beispiel Yoga, Qi Gong, Taiji, Pilates, Wirbelsäulentraining, Feldenkrais und Tanzen für Senioren. Die Kurse sind immer schnell ausgebucht, daher wird eine frühzeitige Anmeldung empfohlen.

Neu hinzugekommen sind Vorträge zu den Themen Superfood, Brainfood, ausgewogene Ernährung und Abnehmen sowie Hausmittel zur Gesunderhaltung und Homöopathie. Großer Beliebtheit erfreut sich der neue Kurs Bier brauen.

Mit vhs.Motions – Fit in den Tag. Ein kostenloses Online-Training für Rücken, Schulter & Nacken, steht von montags bis freitags zwischen 7:15 und 7:45 Uhr bereit.

Das kurze Bewegungs- und Entspannungs-Webinar kann im Büro oder am Frühstückstisch vor dem PC, Tablet oder Smartphone ganz bequem unter der Anleitung qualifizierter Dozenten mitgemacht werden.

Sprachen

Eine neue Sprache wie beispielsweise Norwegisch, Italienisch, Französisch, Spanisch oder sogar Ungarisch und Polnisch kann bei der KVHS PM erlernt werden. Weiterhin werden Auffrischkurse verschiedener Sprachen zum Ausbau des Wortschatzes oder der Festigung der Grammatik und Aussprache angeboten. Neu hinzugekommen sind Spanisch-, Italienisch- und Norwegischkurse als Vorbereitung für die nächste Reise. Französisch erlernen, ausprobieren oder verbessern wird erstmalig mithilfe des Theaterspielens in einer entspannten, angenehmen und fröhlichen Atmosphäre angeboten.

Den Sprachstand ermitteln können Interessierte ganz einfach auf der Website der KVHS www.kvhs-pm.de im Menübereich Sprachen.

Selbstverständlich bietet die KVHS auch Deutschkurse für Flüchtlinge an.

Arbeit und Beruf

Neu im Programm der KVHS sind Kommunikations- und Bewerbertrainings. Die Kurse Kommunikation im Alltag und Beruf oder mit Vorgesetzten sowie das Persönlichkeitscoaching haben im Bereich Arbeit und Beruf einen wichtigen Stellenwert eingenommen und werden an allen drei Standorten angeboten.

Darüber hinaus bietet die KVHS im Bereich der beruflichen Bildung wieder Kurse zur Bedienung von Smartphone und Tablet PC, Computer- und Internetkurse für Einsteiger, Fotokurse sowie Word, Excel und Powerpoint Kurse an und hat das Programm auf Alternativprogramme wie OpenOffice und Gimp ausgeweitet.

Für Unternehmer und Selbstständige bietet die Kreisvolkshochschule Potsdam-Mittelmark neben den bekannten Microsoft-Office Kursen, Kurse zur Einführung in das digitale Marketing, digitale Selbstverteidigung, die Erstellung der eigenen Homepage mit WordPress und Marketing Tipps für mehr Umsatz. Wieder im Programm sind die Kurse Buchführung, Lohn und Gehalt sowie neu aufgenommen das 10-Finger-Tast schreiben am PC, welcher immer größerer Nachfrage erfährt.

Grundbildung

In der Grundbildung stehen weiterhin die Kurse der Alphabetisierung zum Erlernen von Lesen, Schreiben und Rechnen zur Verfügung.

Spezielles

Der Bereich Spezielles wurde um einige Kinder- und Ferienkurse erweitert. So sind neu hinzugekommene Kurse z. B. Kinder- und Teenyoga in den Schulferien, Englisch for Kids in den Kindergärten und ein Kurs zum Theater spielen.

Die Kreisvolkshochschule ist im Landkreis Potsdam-Mittelmark der größte Dienstleister für lebenslanges Lernen und die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter tun alles, um die Arbeits- und Lebenswelt der Bürgerinnen und Bürger erfolgreich mitzugestalten.

Das gesamte Programmangebot der Kreisvolkshochschule ist im Internet unter www.kvhs-pm.de veröffentlicht. Darüber hinaus liegt das Programmheft ab sofort in den Gemeindeämtern und Bürgerbüros, in den Bibliotheken, Buchhandlungen, Kitas, in den Räumlichkeiten der KVHS und an vielen anderen Orten in der Region aus.

Das Team der Kreisvolkshochschule Potsdam-Mittelmark berät gerne auch telefonisch oder persönlich zum aktuellen Kursprogramm, in einer der drei Geschäftsstellen Bad Belzig, Kleinmachnow oder Werder.