

Volkshochschule – ein Besuch lohnt sich

Seit September können die unterschiedlichsten Kurse an der Volkshochschule Mittelsachsen besucht werden und in den nächsten Monaten laufen weitere Veranstaltungen an.

So trifft sich in Freiberg neben den beliebten Sprachkursen einmal im Monat der Bookclub „Chapter & Verse“ in der Bodega Andaluza, der Buchfreunde zu sich einlädt, die Spaß an englischer Literatur haben und daran, in dieser Sprache zu philosophieren.

Wer sich hingegen in einer anderen Sprache – der Körpersprache – schulen möchte, sollte den Kompaktkurs des Theaterwissenschaftlers und Kommunikationsexperten Dr. Volkmar Spörl am 23. November 2013 nicht verpassen. Beim „Training der Ausdrucksformen der Körpersprache“ bekommt der Teilnehmende durch praktische Übungen gezeigt, wie er körpersprachliche Signale deutet und selbst im Kontakt mit anderen überzeugend wirken kann.

Für Freiburger/innen, die über ein erstes oder neues freiwilliges Engagement nachdenken, hat die Volkshochschule am 3. Dezember 2013 einen Vortrag organisiert, den Interessenten nicht verpassen sollten. Kirsten Hutte von der Freiwilligenbörse des Lichtpunkt e.V. informiert zu ehrenamtlicher Arbeit und erklärt, welche Voraussetzungen unverzichtbar sind. Anhand praktischer Beispiele bekommen die Anwesenden Einblicke in die Vielfalt der Tätigkeitsbereiche in Freiberg und Umgebung.

Wessen Herz für den modernen Modellbahnbau schlägt, findet in Freiberg eine Besonderheit. Der Kurs „Modellbahn und Computer“ informiert am 12. November 2013 über digitale Modellbahnsteuerungen und ist darüber hinaus Warenkunde und Entscheidungshilfe. Die Teilnehmenden werden unter anderem eine Steuerung erstellen und erfahren, wie ein richtiger Eisenbahn-Sound an der Anlage erzeugt werden kann.

In Mittweida wird hingegen aus vollem Herzen gelacht. Beim Lachyoga, einem intensiven Heiterkeitstraining, werden am 16. November 2013 Selbstheilungskräfte aktiviert und Glückshormone ausgeschüttet.

Wer es entspannter angehen möchte, ist mit der Veranstaltung „Duftende Badepralinen und Lippenstifte“ gut beraten. Hier können sinnliche Pflegeprodukte aus ätherischen Ölen und anderen natürlichen Zutaten hergestellt werden. Der Kurs findet am 6. November 2013 statt.

Ebenfalls in Mittweida kann auch die eigene Fingerfertigkeit beim „10-Finger-Tastschreiben am PC“ geschult werden. Diese, im beruflichen Alltag unverzichtbare Technik, muss nicht mehr mühselig über lange Zeit gepaukt werden. Ein neuer, ganzheitlich mentaler Ansatz spricht neben dem Tastsinn auch andere Sinne durch

Assoziations- und Visualisierungstechniken an. So ist eine enorme Lernbeschleunigung möglich, die schon nach kurzer Zeit sichtbare Erfolge bringt.

Über die Homepage www.kultur-mittelsachsen.de/volkshochschule.html können sich interessierte Bürgerinnen und Bürger über Details informieren und für diese und weitere Kurse anmelden. Möglich ist das gleich im Internet oder in einer der Geschäftsstellen der Volkshochschule Mittelsachsen oder auch unter Telefon: Freiberg: 03731 161 3060, Mittweida: 03727 2612

24.10.2013