

PRESSEMITTEILUNG

Moltkestraße 42 . 51643 Gummersbach . Raum E-24

Telefon 02261 88-1213 E-Mail iris.trespe@obk.de
Fax 02261 88-972-1213 Internet: www.obk.de

11.08.2025: Die neuen Programmhefte der VHS Oberberg erscheinen in dieser Woche

Seite 1/3

Angebotsübersicht für Semester Herbst/ Winter 2025 kostenlos zum Mitnehmen

Oberbergischer Kreis. Die aktuellen Programmhefte der [VHS Oberberg](http://www.vhs-oberberg.de) liegen ab dieser Woche kostenlos zum Mitnehmen aus: in den Rathäusern der oberbergischen Städte und Gemeinden und im Kreishaus. Die vielfältigen Angebote an Kursen und Veranstaltungen im Semester Herbst/ Winter 2025 gibt es in den gedruckten Programmheften und auch online auf www.vhs-oberberg.de. Das neue Semester stellt das Motto "Bildung öffnet Türen" in den Mittelpunkt. "Denn Bildung ist der Schlüssel, um neue Wege zu entdecken und persönliche Ziele zu erreichen, sei es im Beruf oder in der Freizeit. Das Herbst/ Winter-Programm bietet wieder eine gute Mischung aus bewährten Kursen und neuen Angeboten, die sowohl die persönliche Weiterentwicklung als auch die berufliche Qualifikationen fördern.", sagt Bildungsdezernent Stefan Heße.

Im Bereich **Beruf, Digitales und Rhetorik** bietet die VHS Oberberg neben Kursen zu Windows 11, Word und Excel auch Angebote zu gutem Selbstmanagement für mehr Gelassenheit im Berufsalltag, sowie Tipps zu Geldanlagen, Altersvorsorge und Finanzmanagement und Grundlagenwissen zu Kryptowährung. Speziell für Seniorinnen und Senioren gibt es einen Grundkurs zur Nutzung des Smartphones, für den Einstieg in die wichtigsten Anwendungen. Wer den Ersten Schulabschluss nachholen oder einen höherwertigen **Bildungsabschluss** erreichen möchte, kann dies in Abendlehrgängen an der VHS Oberberg absolvieren.

Zum Erlernen von **Sprachen** sind besondere Kurse im Angebot, z. B. z. B. „Niederländisch Grundkurs“ in Wiehl oder „Englisch von Anfang an“ in Hückeswagen.

Im Bereich **Kultur & Kreativität** gibt es z. B. „Hip Hop und Action Painting“ in Engelskirchen oder eine „KreativWerkstatt 1: Zeichentechniken mit Bleistiften“ in Morsbach.

Dem Thema **Ernährung** widmen sich Kurse wie z. B. „Zyklus-Food in der Küche – Kochen im Einklang mit dem weiblichen Rhythmus“ und „Dekorativ und lecker: Cupcakes für besondere Anlässe“ jeweils in Lindlar an.

In der Rubrik **Umwelt** bietet die VHS Oberberg z. B. eine „Kräuterwanderung im Spätsommer: Früchte und Samen von Wildpflanzen entdecken!“ in Waldbröl oder „Der Garten im Oktober - Wie mache ich meinen Garten winterfest?“ in Radevormwald.

Im Bereich **Familienbildung** gibt es die Kurse „Es ist Erntezeit! Herbstdekoration aus Naturmaterialien basteln für Kinder (ab 5 Jahren) und ihre (Groß-)Eltern“ in Nümbrecht und „Mediennutzung bei Kindern und Jugendlichen - Wie kann eine sich entwickelnde Mediensucht erkannt werden?“ in Bergneustadt

Für **Tierliebhaber** findet der "Besuchshundecheck" - Eignungsüberprüfung für die Besuchshundeausbildung“ in Gummersbach statt.

„Entspannungsyoga am Vormittag“ in Radevormwald oder „Pilates und Co: Kraft, Beweglichkeit und Körperwahrnehmung trainieren“ in Bergneustadt gehören zum **Gesundheits-Programm** im kommenden Semester.

Vielfältig, ungebunden, spontan – Ganz einfach in neue Themen beim Digitalen Dienstag schnuppern

Jeden Dienstagabend bietet die VHS Oberberg Interessierten die Möglichkeit in einzelnen Kursen, online in über 30 neue, frische Themen (bspw. „Digitalkompetenzen von Eltern. Wie Familien mit digitalen Herausforderungen im Alltag umgehen“, „Ernährung in der Erkältungszeit“ oder „Mexiko, Land der Farben, Traditionen & Kontraste“) hinein zu schnuppern. Die Kurse des Digitalen Dienstag finden unabhängig von Anmeldezahlen statt und geben so auch Kurzsentschlossenen die Möglichkeit, noch spontan teilzunehmen. Alle Veranstaltungen sind Einzeltermine und dauern jeweils 60-90 Minuten. Die Teilnahme kostet jeweils 5 Euro oder ist zum Teil gebührenfrei. Das Angebot ist ein gemeinsam gestaltetes Programm der VHS Oberberg mit der VHS Halle/Saale. Die Kurse des Digital Dienstag finden Interessierte unter www.vhs-oberberg.de/digitaler-dienstag.

Alle Kurse des neuen Herbstsemesters 2025 können über die Webseite www.vhs-oberberg.de gebucht werden.

Die Pressemitteilung verfügt über Links zu den Original-Fotos in hochauflöselichem Format. Sämtliche Nutzungsrechte (vgl. §§ 31 ff. UrhG) an den zur Verfügung gestellten Bildmaterialien liegen gemäß § 43 UrhG bei dem Oberbergischen Kreis. Der Oberbergische Kreis räumt Ihnen für Ihre Berichterstattung an den Bildmaterialien ein einfaches Nutzungsrecht gemäß § 31 Abs. 2 UrhG ein. Die zusätzliche Nennung einer natürlichen Person als Urheber gemäß § 13 Satz 2 UrhG entfällt, da diese Regelung in Anwendung des § 43 UrhG zurücktritt. Der Oberbergische Kreis möchte, dass bei der Veröffentlichung der durch ihn bereitgestellten Fotos das Bildrecht angegeben wird, das in der Pressemitteilung angegeben wird. Diese Angabe entspricht den hinterlegten Informationen im IPTC-Feld Nr. 110.



Die VHS Programmhefte mit allen Kursen des neuen Herbstsemesters 2025 liegen jetzt kostenlos zum Mitnehmen aus. (Foto: OBK) [Link auf Original-Bild](#)

Hinweis zum Presseverteiler: Wenn Sie in unseren Presseverteiler aufgenommen werden möchten, schicken Sie uns bitte Ihre Kontaktdaten an pressestelle@obk.de. Wenn Sie keine Pressemitteilungen mehr erhalten möchten, informieren Sie uns bitte per Nachricht an pressestelle@obk.de. Wir entfernen Sie dann umgehend aus dem Verteiler.