



PROGRAMM

Hamm bildet. Vielfalt.

Die Bildungswoche vom
13. bis 19. November 2023



Wir bedanken uns herzlich bei allen Mitwirkenden, die gemeinsam mit dem Regionalen Bildungsbüro das Programm entwickelt und ermöglicht haben.

Ministerium für
Kultur und Wissenschaft
des Landes Nordrhein-Westfalen



K Kommunales
Integrationszentrum
Hamm



**KEIN ABSCHLUSS
OHNE ANSCHLUSS**
Übergang Schule - Beruf in NRW gestaltet.



Regionale
Bildungsnetzwerke
Nordrhein-Westfalen

gustav löbcke
**muSeum
hamm**

vhs: Volkshochschule
Hamm

**ZENTRAL
HALLEN**



Maxipark

IMPULS
Die Hammer Wirtschaftsagentur

Familienfreundlichst
Stadt Hamm



**DER PARITÄTISCHE
HAMM**

Arbeitskreis für Jugendhilfe e.V.
Netzwerk Suchthilfe gGmbH

Liebe Bürgerinnen und Bürger!

„Nicht für die Schule, sondern für das Leben lernt ihr!“ Diesen Spruch haben sicherlich schon viele Schülerinnen und Schüler einmal gehört, wenn sie sich über den Unterrichtsstoff beklagt haben. Tatsächlich geht er auf den römischen Philosophen Seneca zurück. Vor fast 2.000 Jahren formulierte er den Satz allerdings genau umgekehrt, um die fehlende Lebensorientierung im damaligen Bildungssystem zu kritisieren. Heute wissen wir, dass mit Bildung nicht nur der Erwerb von neuem Wissen gemeint ist, sondern umfassender zu verstehen ist und zum Beispiel auch die Persönlichkeitsentwicklung miteinschließt, die sowohl innerhalb als auch außerhalb von Schulen tagtäglich gefördert wird. Bei den Veranstaltungen der diesjährigen Bildungswoche vom 13. bis 19. November spiegelt sich dieses vielfältige Bildungsverständnis daher ebenfalls wider.

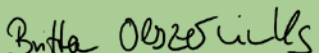
Von Einblicken in das Stadtarchiv über Yoga-, Musik- und Poetry-Slam-Workshops bis hin zu Theaterabenden und vielem mehr; bietet die Bildungswoche wieder ein breites Portfolio voll spannender Veranstaltungen. Den Auftakt macht der bekannte Facharzt und TV-Moderator „Doc Esser“, der über Gesundheitsmythen und den Sinn und Unsinn von Ernährungsplänen aufklärt – bei seinem humorvollen Vortrag am Montagabend in der Werkstatthalle des Maxiparks.

Highlight der sechstägigen Aktionswoche ist darüber hinaus die Bildungsmesse, die traditionell am Freitag und Samstag in den Zentralthallen stattfindet. Rund 130 Ausstellerinnen und Aussteller aus der Region informieren und beraten hier rund um die Themen Aus- und Weiterbildung, Studium und Beruf.

Wir danken den Institutionen und Einrichtungen, die auch in diesem Jahr wieder gemeinsam mit dem Team des Regionalen Bildungsbüros ein abwechslungsreiches Programm für die Bildungswoche auf die Beine gestellt haben. Wir wünschen allen Besucherinnen und Besuchern interessante Veranstaltungen und Workshops, aus denen sie viel Neues für ihr persönliches Leben mitnehmen werden.



Marc Herter
Oberbürgermeister der Stadt Hamm



Dr. Britta Obszerninks
Dezernentin für Bildung,
Familie, Jugend, Soziales

Auftaktveranstaltung mit Doc Esser - Grenzenlos gesund - wie gesund sind Grenzen?

Montag, 13. November, ab 18.00 Uhr

Ort: Werkstatthalle des Maximilianparks Hamm,
Alter Grenzweg 2, 59071 Hamm

Veranstalter: Regionales Bildungsbüro Hamm

Ansprechpartnerin: Lena Verspohl
(lena.verspohl@stadt.hamm.de)

Was bedeutet uns unsere Gesundheit? Ob an Weihnachten, zum Geburtstag, zur Hochzeit ... wir wünschen uns regelmäßig Gesundheit. Kein Geld der Welt kann unsere Gesundheit so sehr beeinflussen wie wir selbst und trotzdem fällt es uns schwer, uns gesund zu verhalten. Wo bleibt der gesunde Verstand bei Ernährungsmythen, lukrativen Trends und verrückten Studien, die uns die ewige Jugend versprechen?

Müssen wir uns für einen gesunden Lebensstil wirklich in engen Grenzen bewegen und auf Lieblingsgenüsse verzichten? Wo bleiben Lust und Leidenschaft, wenn kleine Sünden nicht mehr erlaubt sind? Wie wichtig sind diese glückbringenden Ausreißer und Erlebnisse für unser Leben?





Anmeldung erforderlich unter:
www.hamm.de/bildungswoche



Humorvoll spricht Doc Esser über den Sinn und Unsinn von oft einseitigen Ernährungsplänen, sportlichen Höchstzielen, eifrigen inneren Schweinehunden und was Grenzen und Statistiken wirklich mit unserer Gesundheit anstellen.

Grenzenlos gesund - count the memories not the calories!





Hochbegabte Kinder erkennen und fo(e)rtern

Montag, 13. November, 8.45 bis 15.45 Uhr

Ort: Stadthausstr. 3 (Raum 115), 59065 Hamm

Veranstalter: Schulberatungsstelle für die Stadt Hamm

Ansprechpartner: Schulberatungsstelle
für die Stadt Hamm,
(sbh@stadt.hamm.de)

In diesem Tagesseminar werden die theoretischen Grundlagen zum Themenbereich „Hochbegabung“ vermittelt. Darauf aufbauend erlernen Sie, wie Sie hochbegabte Kinder im Schulalltag erkennen können. Denn hochbegabte Kinder zeigen nicht immer die Leistungen in der Schule, zu denen ihre Begabungen sie befähigen könnten. Oftmals haben sie das Lernen nicht gelernt oder es fehlen ihnen Techniken, um ihre Begabungen in Leistung umzusetzen. Thematisiert werden deshalb auch Probleme, die sich aus nicht erkannter Hochbegabung und mangelnder Förderung für hochbegabte Kinder und daraus folgend für die Lehrkräfte und die Klassengemeinschaft ergeben können. So unterschiedlich wie die Kinder sind, so vielfältig sind die Methoden zu ihrer Förderung. Anhand von praxisnahen Beispielen lernen Sie Förderansätze aus den Bereichen Enrichment und Akzeleration kennen. Da eine Förderung nur gelingen kann, wenn Lehrkräfte und Eltern gemeinsam agieren, wird auch die Zusammenarbeit mit den Eltern thematisiert.

Anmeldung erforderlich unter:





Schule goes Archiv – Ein Einblick hinter die Magazin- türen des Stadtarchivs

Montag, 13. November, 10.30 bis 12.00 Uhr

Ort: Stadtarchiv Hamm,

Gustav-Heinemann-Straße 10, 59065 Hamm

Veranstalter: Stadtarchiv Hamm

Ansprechpartnerin: Franziska Rohloff

(franziska.rohloff@stadt.hamm.de)

Quellen bilden das Fundament jeglicher historischer Forschung. Und wo kommt man den Quellen näher als im Archiv? Die Schülerinnen und Schüler erhalten bei dieser Führung einen Einblick hinter die Magazintüren des Stadtarchivs. Sie lernen das Archiv als außerschulischen Lernort sowie als lebendigen Ort der wissenschaftlichen Forschung kennen. Während der Führung werden den Schülerinnen und Schülern praktische Rechetipps vermittelt, die sie später für Facharbeiten, Referate oder die Teilnahme am Geschichtswettbewerb des Bundespräsidenten gebrauchen können.

Anmeldung erforderlich unter:

Stadtarchiv@stadt.hamm.de

Let's Code! Coding fächerübergreifend implementieren!

Eine Woche zum Ausprobieren mit den Jahrgangsstufen 5/6 im Medienzentrum

Montag, 13. November bis Freitag, 17. November 2023
jeweils 9.00 bis 11.00 Uhr und 11.30 bis 13.30 Uhr

Ort: Medienzentrum im Pädagogischen Zentrum,
Stadthausstraße 3, 59065 Hamm

Veranstalter: Medienzentrum Hamm

Ansprechpartner: Björn Grote
(bjoern.grote@stadt.hamm.de)

Lehrkräfte aller Unterrichtsfächer mit ihren Klassen der Jahrgangsstufen 5 und 6 sind eingeladen, im MediaLab des Medienzentrums verschiedene Methoden und Möglichkeiten der Implementierung aus den Bereichen Coding und Robotic praktisch auszuprobieren. Aus mehreren Angeboten kann eine Auswahl methodisch oder fächerorientiert getroffen werden, um zum vereinbarten Termin an jeweils drei Stationen selbst aktiv zu werden. Ein niedrigschwelliger Zugang und fächerübergreifend nutzbare Unterrichtsansätze werden garantiert - Let's Code!

Mehr Infos auf der Homepage des MEZ.

Anmeldung erforderlich unter:
www.hamm.de/medienzentrum





Theaterpädagogik „to go“

Datum, Dienstag, 14. November 2023, 9.00 bis 13.00 Uhr

Ort: Am Stadtbad 4, 59065 Hamm
(ehemals: Stoffe Werning)

Veranstalter: Bildungswerk für Theater und Kultur

Ansprechpartnerin: Katja Ahlers
(info@btk-hamm.de)

Mal was anderes machen. Mal was ausprobieren. An diesem Vormittag erhältst du einen spielerischen Einblick in die vielen Facetten der Theaterpädagogik. Dazu gehören Fun- und Energiespiele, Lockerungsübungen, gruppendynamische Spiele, Übungen zur Körperwahrnehmung, Improvisationen usw. Also alles Spiele, die deinen Arbeitsalltag möglicherweise auffrischen können.

www.btk-hamm.de

Anmeldung erforderlich unter:
info@btk-hamm.de



Fortbildung für Erzieher:innen: Bildung für nachhaltige Entwicklung im Wald – wie geht das?

Dienstag, 14. November, 13.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Maximilianpark Hamm, Alter Grenzweg 2, 59071 Hamm

Veranstalter: BNE Regionalzentrum Hamm

Ansprechpartner: Markus Maul

(maul@maximilianpark.de)

Kinder lieben es, die Natur oder den Wald zu erkunden. Studien zeigen, dass der Wald Wohlbefinden, Selbstwertgefühl, Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen bei Kindern fördert. An vielen Kitas sind Waldtage mittlerweile fest im Programm verankert. Durch Forscheraktionen, Naturerkundung, Spiele und Aktionen kann das Ökosystem Wald handlungsorientiert und anschaulich erkundet werden.

Doch wie können Lernprozesse für Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) bei den Aktionstagen verankert werden? Nach einer kleinen Einführung zu BNE und praktischen Übungen im Wald planen wir eine Bildungsveranstaltung, die mit den Nachhaltigkeitszielen und der Bildung für Nachhaltigkeit verknüpft ist.



Anmeldung erforderlich unter:

Telefon: 02381 / 9821032

Elternworkshop „Entspannte Eltern – Starke Kinder!“

Dienstag, 14. November, 9.00 bis 11.30 Uhr

Ort: Parcelsusforum 2 im IZH
Parcelsuspark 7, 59063 Hamm

Veranstalter: Kommunales Integrationszentrum

Ansprechpartnerin: Alexandra Herl
(alexandra.herl@stadt.hamm.de)

„Immer meckerst du oder schimpfst mich aus!“ Welcher Elternteil hat diesen Satz so oder so ähnlich nicht schon hören müssen? Dabei gibt es auch eine Möglichkeit, Kindern Grenzen zu setzen und „nein“ zu sagen, ohne zu meckern oder zu schimpfen. Wie? Das erfahren Sie in diesem Workshop. Sie lernen, die Bedürfnisse Ihrer Kinder zu erkennen und dass auch gerade wertschätzende Kommunikation dabei helfen kann. Quality-Time für Sie selbst und Ihr Kind schaffen, statt Stress und Endlosdiskussionen führen. Hier erfahren Sie, wie Sie Bindung stärken können und dadurch Ihrem Kind ein sicherer Hafen sind.

Anmeldung erforderlich unter:
alexandra.herl@stadt.hamm.de



Achtsamkeit

Dienstag, 14. November, 9.00 bis 13.00 Uhr

Ort: Stadthausstr. 3 (Raum 115), 59065 Hamm

Veranstalter: Schulberatungsstelle für die Stadt Hamm

Ansprechpartner: Schulberatungsstelle
für die Stadt Hamm,
(sbh@stadt.hamm.de)

Im schulischen Alltagsgeschäft ist selten Zeit für Pausen und kurzfristige Erholung.

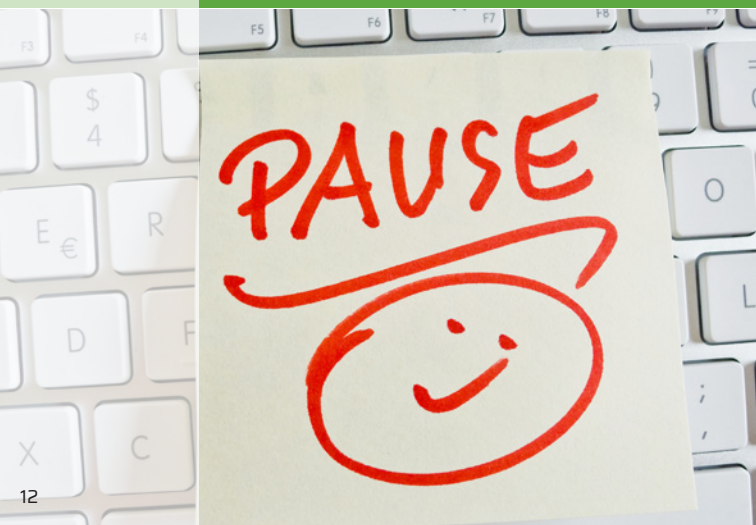
Dabei ist Lehrgesundheit eine notwendige Aufgabe und Teil der professionellen Rolle. In diesem Angebot nehmen sich die Teilnehmenden bewusst Zeit für eine Reflexion der Selbstfürsorge und lernen Kurzinterventionen in Form von Achtsamkeitsübungen kennen, die während des Schulalltags umgesetzt werden können. Achtsamkeit ist die Fähigkeit, sich dem unmittelbaren Moment mit einer annehmenden Haltung zuzuwenden.



Anmeldung erforderlich unter:

Christina Siepmann

(christina.siepmann@stadt.hamm.de)



PAUSE





Improtheater Abend

Dienstag, 14. November 2023, 19.00 bis 21.30 Uhr

Ort: Am Stadtbad 4, 59065 Hamm (ehemals Stoffe Werning)

Veranstalter: Bildungswerk für Theater und Kultur

Ansprechpartnerin: Katja Ahlers

(info@btk-hamm.de)

Ihr habt Lust, einfach mal spontan auf der Bühne zu stehen oder erst einmal anderen dabei zuzusehen? Beim Improtheater ist Spontaneität gefragt - (fast) alles ist erlaubt und möglich! Ihr habt noch nie Improtheater gespielt? Kein Problem! Es gibt nur wenige Regeln, die wir euch zu Beginn erklären. Und dann heißt es einfach: 3, 2, 1 - los!

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Elternworkshop „Leichtigkeit im Schul- und Familienalltag“

Mittwoch, 15. November 2023, 9.00 bis 11.30 Uhr

Ort: Parcelsusforum 2 im IZH
Parcelsuspark 7, 59063 Hamm

Veranstalter: Kommunales Integrationszentrum

Ansprechpartnerin: Alexandra Herl
(alexandra.herl@stadt.hamm.de)

Die Kinder werden größer, gehen in die Schule und schon gilt es, mit jeder Menge Stress, Druck und Ärger umzugehen - nur wie? Dieser Frage wird sich hier in diesem Workshop angenommen. Außerdem geht es um die Selbstfürsorge für Sie als Eltern. Einen weiteren großen Themenblock wird das gehirngerechte Lernen einnehmen. Hier werden Tools zur Lernbegleitung vorgestellt und Ihnen nähergebracht.

Damit Sie zukünftig entspannter in Ihrem Alltag sein können, Harmonie das Zusammenleben bestimmt, bekommen Sie zu guter Letzt noch vorgestellt, wie Sie Zeiteinseln für sich und Ihre Liebsten schaffen können.

Anmeldung erforderlich unter:
alexandra.herl@stadt.hamm.de





„MUSIC!“ Do it yourself

(Für das 2. bis 5. Schuljahr)

Mittwoch, 15. November 2023, 10.00 bis 12.00 Uhr

Ort: Gustav-Lübcke-Museum,
Neue Bahnhofstr. 9, 59065 Hamm

Veranstalter: Gustav-Lübcke-Museum

Ansprechpartnerin: Daniela Krellmann
(daniela.krellmann@stadt.hamm.de)

Die Sonderausstellung „Music!“ bringt ein nie da gewesenes Szenario in den Oberlichtsaal des Museums: es ist eine Ausstellung für alle Sinne, die identitätsstiftende Kraft der Musik wird hautnah zu erleben sein.

Musik bedeutet Rhythmus, Bewegung, Tanz und Leidenschaft und spielt so in unserem Leben immer wieder eine entscheidende Rolle. Je älter wir werden, desto mehr Erinnerungen verbinden wir mit Musik. Überall auf der Erde wird musiziert – so nun auch intensiv im Hammer Museum, in enger Kooperation mit der Städtischen Musikschule.

In diesem ausstellungsbegleitenden Workshop lernen die Schüler:innen, dass Musikinstrumente nicht gekauft sein müssen: Man kann sie mit wenigen Handgriffen selbst basteln – ob aus recycelbaren Wertstoffen oder einfachen Materialien. Ganz im Sinne der Nachhaltigkeit und mit viel Spielfreude beim gemeinsamen Musizieren am Ende des Workshops.

Anmeldung erforderlich unter:
daniela.krellmann@stadt.hamm.de
www.museum-hamm.de

Früh Stück + Nachgespräch

Mittwoch, 15. November 2023, 10.00 bis 11.00 Uhr

Ort: HELIOS Theater, Willy-Brandt-Platz 1d, 59065 Hamm

Veranstalter: HELIOS Theater

Ansprechpartner: HELIOS Theater

(post@helios-theater.de)

Was hören wir, wenn wir hinhören? Wie klingt der Raum um uns herum? Und wann beginnt Musik? Eine Spielerin und ein Spieler erkunden den Klang von Dingen, von Körpern, den Anderen und sich selbst. Ein Rhythmus baut sich auf, eine Melodie, ein Lied, eine Hörlandschaft erwächst in unseren Ohren und vor unseren Augen. Eine Einladung zum „Früh Stück“ – nicht nur für die Ohren... Ausgehend von Fragen rund um den Klang und das Hören erkunden Minju Kim und Michael Lurse die Welt des Hörbaren. Aus Klang wird Rhythmus, aus Rhythmus Melodie – so entwickelt sich im Laufe des „Früh Stück“ eine Komposition.

www.helios-theater.de/repertoire/frueh-stueck

Anmeldung erforderlich unter:

post@helios-theater.de





„Über den Mythos der Schwererreichbarkeit“

Mit Eltern aller Lebenswelten wirksam zusammenarbeiten!

Mittwoch, 15. November, 18.00 bis 20.00 Uhr

Ort: Aula der Wilhelm-Busch-Schule,
Wilhelmstraße 99a, 59067 Hamm

Veranstalter: Bildungsausbruch Hamm e.V.
und Regionales Bildungsbüro Hamm

Ansprechpartner: Matthias Bartscher
(matthias.bartscher@bildungsausbruch-hamm.de)

Dass Eltern schwer zu erreichen seien, ist ein Mythos der fachlichen Debatte. Alexei Medvedev hat mit seinem Buch „Heterogene Eltern. Die Kooperation von Eltern und Schule neu denken und umsetzen“ überzeugende Impulse in diesen Diskurs eingebracht. Auf Basis seiner langjährigen beruflichen Tätigkeit im Hamburger Bildungsnetzwerk gibt Medvedev Impulse, wie die für den Bildungserfolg der Schüler:innen wichtige Zusammenarbeit zwischen Bildungspersonal und Elternhaus zu verbessern oder gar neu zu gestalten ist – besonders mit den Eltern, die aus Sicht der Fachkräfte als fremd erlebt werden, unabhängig von der geografischen Herkunft.

www.bildungsausbruch-hamm.de

Anmeldung erforderlich unter:
vorstand@bildungsausbruch-hamm.de



vhs Kino:

Divertimento - Ein Orchester für alle

Mittwoch, 15. November 2023

1. Vorführung 17.30 bis 19.20 Uhr

2. Vorführung 19.45 bis 21.35 Uhr

Ort: Cineplex, Königsstraße 16, 59065 Hamm

Veranstalter: vhs-Kino / Volkshochschule Hamm

Ansprechpartnerin: Frau Andrea Reitz

(reitz@stadt.hamm.de)

Die 17jährige Zahia Ziouani lebt in der Pariser Banlieue und träumt davon, Dirigentin zu werden. Undenkbar als junge Frau mit algerischen Wurzeln? Mit Entschlossenheit, Leidenschaft und Mut verfolgt sie gemeinsam mit ihrer Zwillingsschwester Fettouma, eine professionelle Cellistin, ein unglaubliches Projekt. Sie gründen ihr eigenes Synchronieorchester: Divertimento. Mit ihren Konzerten wollen sie Menschen jeglicher Herkunft für klassische Musik begeistern. Die wahre Geschichte einer jungen Frau, die mit großer Willenskraft gegen alle Widerstände durch Rassismus und Diskriminierung ihr Ziel verfolgt und sich als eine der wenigen Dirigentinnen weltweit ihren Platz in einem von Männern dominierten Beruf erkämpft.

Die Tickets kosten online 7,50 €/ ermäßigt 6,50 €. An der Abendkasse 8,00 €/ ermäßigt 7,00 €. Für die Deluxe-Plätze ist ggf. ein Aufschlag zu entrichten.

Anmeldung erforderlich unter:

www.cineplex.de/hamm oder Abendkasse



Baut Eure Zukunft! Design Thinking basierte Projekt- arbeit zum Thema Demokratie

Donnerstag, 16. November, 8.30 bis 15.30 Uhr

Ort: HAMTEC (Raum 104), Münsterstraße 5, 59065 Hamm

Veranstalter: Kommunales Integrationszentrum Hamm /
Schulberatungsstelle für die Stadt Hamm

Ansprechpartnerin: Sandra Godau-Geppert
(sandra.godau-geppert@stadt.hamm.de)

Das Projekt „Baut Eure Zukunft“ stellt Materialien für den Unterricht (Klasse 7 bis 13) zu aktuellen gesellschaftlichen Problemen auf Grundlage der Innovations- und Problemlösungsmethode „Design Thinking“ zur Verfügung.

Design Thinking stellt die Kreativität und den Problemlösungsprozess in einem kollaborativen Lehr-Lernsetting in den Vordergrund. Schüler:innen erarbeiten in einem offenen und gleichzeitig zielorientierten Prozess konkrete Handlungsansätze. Sie erfahren Selbstwirksamkeit sowie Solidarität in der Teamarbeit und erwerben Problemlösungskompetenzen.

Anmeldung erforderlich unter:
sandra.godau-geppert@stadt.hamm.de

Motivierende Gesprächsführung (Motivational Interviewing - MI) in Bildungseinrichtungen und in der Kinder- und Jugendhilfe

Donnerstag, 16. November 2023, 14.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Seminarraum, Theodor-Heuss-Platz 12,
Innenhof Nr. 5, 59063 Hamm

Veranstalter: Elternschule Hamm e. V. und
Jugendsuchtberatung Hamm

Ansprechpartnerinnen: Victoria Pruhs
(victoria.pruhs@stadt.hamm.de)
Annette Riedesel
(ariedesel@akj-hamm.de,)

Der Workshop gibt Fachkräften und Interessierten einen ersten Einblick in die Motivierende Gesprächsführung und beinhaltet praktische Übungen zur Bewältigung von schwierigen Gesprächen im (beruflichen) Alltag.

Inhalte des Workshops:

- Selbsterfahrungsübungen zur reflektierten Haltung in der Arbeit mit Menschen
- praktische Gesprächsmethoden anhand von Fallbeispielen
- praktische Arbeitshilfen für die Gesprächsführung

Die Inhalte der Weiterbildung basieren auf den Konzepten der systemischen Beratung und der Motivierenden Gesprächsführung (motivational interviewing - MI) (Miller/Rollnick).



**Arbeitskreis für Jugendhilfe e.V.
Netzwerk Suchthilfe gGmbH**

Anmeldung erforderlich unter:
elternschule@stadt.hamm.de



Woyzeck (Theateraufführung)

Donnerstag, 16. November, 19.30 Uhr

(Spieldauer ca. 80 Minuten)

Ort: Kurhaus Bad Hamm, Ostenallee 87, 59071 Hamm

Veranstalter: Kulturbüro der Stadt Hamm

Ansprechpartner: Wolfgang Barth

(barth@stadt.hamm.de)

Woyzeck ist ein Dramenfragment des deutschen Dramatikers und Dichters Georg Büchner. Das Drama „Woyzeck“ erzählt die Geschichte des Soldaten Woyzeck. Er wird von seinen Vorgesetzten ständig gedemütigt und ermordet schließlich seine Freundin, als diese ihn auch noch betrügt.

[www.westfaelisches-landestheater.de/
repertoire/?produktion_id=13616](http://www.westfaelisches-landestheater.de/repertoire/?produktion_id=13616)

Anmeldung erforderlich unter:

02381 / 175555

Typisch Jungs: Total Sozial?!

Junge Männer on Tour in sozialen Berufen mit dem Paritätischen in Hamm

Donnerstag, 16. November 2023, 9.00-16.00Uhr

Ort: Drei Mitgliedsorganisationen des
Paritätischen Wohlfahrtsverbandes

Veranstalter: Movere e.V., Outlaw gGmbH, vkm e.V.

Ansprechpartnerin: Dorothee Schackmann,
(dorothee.schackmann@
paritaet-nrw.org)

Berufsorientierung mal anders, Kaffeetrinken war gestern, ganz konkret ausprobieren, was in sozialen Berufen wirklich verlangt wird. Diesmal speziell und exklusiv nur für junge Männer! Erkenntnisorte sind die Jugendhilfe bei Outlaw, die Bewegungs-Kita bei Movere und die Begleitung von Menschen mit Behinderung beim vkm. Jugendliche, die am Orientierungstag teilnehmen, erhalten für ihr Interesse an sozialen Berufen sowie auf Wunsch kostenlos einen Erste-Hilfe-Kurs.



Anmeldung erforderlich unter:
www.hamm.de/bildungswoche





Azubi Meet & Match

Freitag, 17. November 2023, 10.00 bis 14.00 Uhr

Ort: Zentralhallen Hamm, Konferenzraum

Veranstalter: IMPULS.Die Hammer Wirtschaftsagentur,
Regionalagentur Westfälisches Ruhrgebiet

Ansprechpartnerinnen: Johanna Berger
(berger@impuls-hamm.de)
Corina Mader
(mader@impuls-hamm.de)

Im Rahmen der Bildungsmesse Hamm in den Zentralhallen laden die IMPULS.Die Hammer Wirtschaftsagentur und die Regionalagentur Westfälisches Ruhrgebiet am 17. November 2023 zu einem „Azubi Meet & Match“ zwischen Ausbildungssuchenden und Unternehmen ein. In 15 minütigen Gesprächen können sich Unternehmen und Schüler:innen gegenseitig kennenlernen und eine mögliche Zusammenarbeit prüfen.

Anmeldung erforderlich unter:
meet-and-match@impuls-hamm.de

Bildungsmesse Hamm

Freitag und Samstag, 17. und 18. November 2023

Freitag 8.00 bis 16.00 Uhr | Samstag 10.00 bis 16.00 Uhr

Ort: Zentralhallen Hamm,

Ökonomierat-Peitzmeier-Platz 2-4, 59063 Hamm

Veranstalter: Zentralhallen

Ansprechpartnerin: Kathrin Markhoff

(markhoff@zentralhallen.de)

Welcher Beruf ist der richtige für mich? Wie bekomme ich ein Praktikum? Und kann ich mich nach Jahren im Job noch einmal umorientieren? Diese und andere Fragen sollen auf der Bildungsmesse beantwortet werden.

Regionale und überregionale Aussteller präsentieren bei der Bildungsmesse ihr breites Angebot. Die Berufsbilder gehen vom Handwerk über kaufmännische, soziale, gewerblich-technische und IT Berufe, Dienstleistungen und Pflegeberufe bis zum Studium.

Weiterhin beraten Weiterbildungsträger zu den Themen Aus- und Weiterbildung sowie den Wiedereinstieg in den Beruf.

Auch in diesem Jahr findet am Freitag der Bildungsmesse das Bildungsduell für Schulen statt. Der Eintritt ist frei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Weitere Informationen unter:

www.zentralhallen.de/bildungsmesse-hamm





Yoga-Tag für Anfänger:innen und Geübte

Samstag, 18. November 2023, 9.00 - 13.30 Uhr

Veranstaltungsort: VHS im Heinrich-von-Kleist-Forum,
Platz der Deutschen Einheit 1, 59065 Hamm

Veranstalter: Volkshochschule Hamm

Ansprechpartnerin: Antje Schimmel
(schimmel@stadt.hamm.de)

In diesem Workshop üben Sie die klassischen Asanas aus dem Hatha-Yoga mit speziellem Blick auf die Marmas. Diese Körperpunkte sind vitale Stellen aus dem medizinischen Ayurveda zur Beobachtung des Körpers und des inneren Lebens. Die Asanas werden präzise aufgebaut und intensiv gehalten, Belastungsgrenzen erforscht. So können Sie sich gesundheitlich schützen, aber auch mit eventuellen körperlichen Einschränkungen trotzdem intensiv Yoga üben. Der Workshop lässt viel Zeit für Pranayama (Atemübungen) und Entspannung, es gibt Raum für Pausen und Rückzug aus dem Alltag. Sie üben individuell nach Ihren Möglichkeiten und lernen Ihre eigenen Belastungsgrenzen kennen und akzeptieren.

Die Teilnahmegebühr beträgt 30,00 €/Person

Anmeldung erforderlich unter:

www.vhshamm.de oder 02381/175600

Workshop: Faszientraining & mehr

Samstag, 18. November 2023, 10.30 bis 13.00 Uhr

Ort: VHS im Haus der Begegnung (Bockum-Hövel),
Friedrich-Ebert-Straße 25, 59075 Hamm

Veranstalter: Volkshochschule Hamm

Ansprechpartnerin: Andrea Reitz
(reitz@stadt.hamm.de)

Faszien finden sich fast überall im Körper, in der Haut, aber auch in den Knorpeln, den Knochen, den Gelenken, den Sehnen, den Muskeln und den Organen, einschließlich des Gehirns und des Rückenmarks. Durch dauerhaften Stress, zu wenig oder zu starke sowie ungünstige körperliche Belastung können Faszien verkleben oder verhärten. Wer die Faszien trainiert, trainiert den ganzen Körper. Bestimmte Druck-, Dehn-, Sprung- und Kräftigungsübungen sollen das Bindegewebe wieder geschmeidig machen, sorgen so für mehr Beweglichkeit, beugen Rückenschmerzen vor und helfen bei Verspannungen. Eine gewisse sportliche Grundkondition ist erforderlich.

Die Teilnahmegebühr beträgt 16,00 €/Person

Anmeldung erforderlich unter:
www.vhshamm.de oder 02381/175600





Poetry Slam Workshop im KUBUS

Sonntag, 19. November 2023, 14.00 - 18.00 Uhr

Ort: KUBUS Jugendkulturzentrum,
Südstraße 28, 59065 Hamm

Veranstalter: KUBUS Jugendkulturzentrum

Ansprechpartnerin: Julia Pfeifer
(julia.pfeifer@stadt.hamm.de)

Unter der Leitung einer erfahrenen Poetry Slam Künstlerin lernt ihr in diesem Workshop die Grundlagen des Poetry Slams kennen. Ihr schreibt euren eigenen Text zu einem Thema, das euch bewegt und findet heraus, wie ihr eure Worte mit einer Bühnenperformance unterstreicht. Der Workshop richtet sich an Personen mit und ohne literarische Vorkenntnisse zwischen 13 und 20 Jahren. Wir freuen uns auf euch!

Anmeldung erforderlich unter:
www.kubus-hamm.de



Fotos:

Gina Sanders - stock.adobe.com, HappyTime19 - stock.adobe.com, Halfpoint - stock.adobe.com, be free - stock.adobe.com, Smileus - stock.adobe.com, rh2010 - stock.adobe.com, drubig-photo - stock.adobe.com, VadimGuzhva - stock.adobe.com, kk_images - stock.adobe.com, Daddy Cool - stock.adobe.com, puhimec - stock.adobe.com, fizkes - stock.adobe.com, dimensdesign - stock.adobe.com, candy1812 - stock.adobe.com, Claudia Nass - stock.adobe.com, Robertson/peopleimages.com - stock.adobe.com, Thorsten Hübner, contrastwerkstatt - stock.adobe.com, ktsdesign - stock.adobe.com, VHS Hamm, A.-S. Zimniak, Xavier Lorenzo

Herausgeber:

Stadt Hamm
Regionales Bildungsbüro
Stadthausstraße 3
59065 Hamm



Telefon: 02381 / 17-5028,
Fax: 02381 / 17-105028
E-Mail: bildungsbuero@stadt.hamm.de

Auflage: 1.400 Exemplare
© Im September 2023