



03.12.2021

Workshops der Volkshochschule im Dezember

Die Dezember-Workshops der Volkshochschule Neuss schaffen Raum für Begegnungen – nicht nur mit sich selbst. Freundschaft, Kraft etwas zu meistern oder innere Harmonie – die Volkshochschule lädt Menschen in der Adventszeit dazu ein, sich bewusst schöne Momente zu gönnen. Ausgewählte Themen setzen spannende Impulse: Der Workshop „Liebe Dich selbst wie Deine*n Nächste*n“ reflektiert die Fähigkeit zur Selbstliebe und zeigt Wege auf, wie sich diese Kraft im Leben besser nutzen lässt. Am Samstag, 11. Dezember, besteht die Möglichkeit, in einem „Braukurs“ alles über die Kunst der Bierherstellung zu erfahren. Neben Theorie und Praxis des Brauens wird auf dem ersten Termin unterschiedliches Bier verkostet. Beim nächsten Treffen geht es dann ans selber Brauen. Beim „Yoga für die Frau - Hormon Yoga“ am Sonntag, 19. Dezember, dreht sich alles um Frauen vor, in und nach den Wechseljahren, die ihren Hormonhaushalt harmonisieren wollen. Der Online-Vortrag „Neue Freundschaften und Kontakte im Internet knüpfen“ stellt den Teilnehmenden zahlreiche seriöse Optionen vor, Menschen mit ähnlichen Interessen und für die unterschiedlichsten Zielsetzungen zu finden und sich mit ihnen auszutauschen. „Die VHS ist dank der 2-G Regel in Präsenz sowie mit ihren Online-Veranstaltungen ein geschütztes Terrain. Hier kann sich jeder etwas Gutes zu tun und durch die Vielfalt des Angebots in Kontakt zu Gleichgesinnten kommen“, sagt Dr. Marie Batzel, Leitern der Volkshochschule. Weiterführende Informationen zu allen Workshops und den Anmeldeverfahren sind unter www.vhs-neuss.de abrufbar.

*

(Stand: 03.12.2021, Kro)

Die Textversion finden Sie: [hier](#).