

Erster Tag der gewaltfreien Kommunikation

CELLE. „Er hörte Gefühle und Bedürfnisse hinter jeder Aussage.“ So leitete Thomas Otremba seinem Vortrag anlässlich des ersten Celler Tages der „Gewaltfreien Kommunikation“ (GFK) ein. Damit wollte er auf den Begründer der gleichnamigen Lehre, Marshall B. Rosenberg neugierig machen.

Den nicht nachlassenden Strom von Besuchern empfängt am Samstagnachmittag in der Volkshochschule ein zum „Marktplatz“ umfunktionierter Raum: Die Sinne werden bedient durch handgeschriebene Zitate an den Wänden, eine Powerpoint-Präsentation sowie Infotische voller Fotos, bunter Karten und Plakate, die sich allesamt dem breiten Spektrum des Miteinander-Kommunizierens widmen.

Vor 30 Jahren brachte der amerikanische

Psychologe Marshall B. Rosenberg die Lehre der wertschätzenden Kommunikation nach Deutschland: „Aus Anlass dieses Jubiläums richten die 30 Aktiven der Celler GFK-Gruppe diesen Tag aus“, stimmt der Kommunikations-Coach Thomas Otremba die Interessierten ein. „Dass jeder bei der zwischenmenschlichen Auseinandersetzung seine Bedürfnisse erfüllt bekommt“, formuliert GFK-Mitglied Toke Kallweit das Hauptziel der Lehre. Rosenberg plädiert für einen empathischen Umgang miteinander. Oft steckt hinter Worten und Verhalten etwas Anderes als das primär Wahrgenommene. Der Gandhi-Verehrer wirbt für

das genaue Hinsehen, -hören und Hinterfragen. Was veranlasst wirklich zu dieser Äußerung oder jenem Verhalten? Größten Wert legt er auf die strikte Trennung zwischen Beobachtung und Interpretation von Situationen; eine Ursache

für misslungene Kommunikation sieht er in der Sprache, die Gefühlen zu wenig Raum gebe.

Dass die Veranstalter mittels Fotos und anderer Utensilien ergänzende Ausdrucksformen gefunden haben, sagt Anke Ehrich aus Klein Hehlen beson-

ders zu. „Die Leute finden keine Worte für ihre Gefühle, daher ist die Idee mit den Fotos ganz spannend“. Von trotziger Verweigerung bis zu herzergreifendem Lachen ist auf dem Fotoimpulstisch nahezu jede Gefühlsregung veranschaulicht. „Sehen, wahrnehmen und sich mit dem Gefühl verbinden“, antwortet Kirsten Wulfmeier auf die Frage, wozu diese Ansammlung diene. „Das kann sich ja jedes Kind vorstellen“, lautet Stefan Schneiders Kommentar zu den Info-Materialien. In der Tat ist es nicht wirklich neu, wofür sich die rund 200 Anhänger der Lehre im Celler Raum starkmachen. Das Bewusstsein für die Bedeutung einerseits sowie die hohe Kunst des Kommunizierens andererseits ist sicher bei vielen vorhanden; ein Mangel herrscht häufig an den geeigneten Umständen für die gelungene Umsetzung. (ahs)

Am ersten Tag der gewaltfreien Kommunikation waren (von links) Kirsten Wulfmeier, Charlotte Manegold und Agnes Kressin mit dabei.



Alex Sorokin

C2 08.11.16

C2 27.10.16

Celle'sche Zeitung

Mit der Volkshochschule neue Hobbys entdecken

HAMBÜHREN. „Schach – das königliche Spiel“ ist ein neuer Kurs, den die Volkshochschule Hambühren anbietet. Schach zählt zu den ältesten Brettspielen der Welt. Ein regelmässiges Schachspielen regt Kreativität und Konzentrationsfähigkeit an; auch das logische und räumliche Denkvermögen werden trainiert. In einer immer hektischer werdenden Zeit bietet das Schachspiel eine hervorragende Gelegenheit, zu entspannen und Momente der Ruhe und Muße zu erfahren. In diesem Kurs lernen Teilnehmer neben den grundlegenden Spielregeln auch weiterführende Tipps und Tricks dieses beliebten Gesellschaftsspiels. Dazu gehören Gangart und Wertigkeit der Figuren und Aufbau einer Schachpartie mit Eröffnung, Mittelspiel und Endspiel.

Ein Thema ist die Eröffnung des Schachspiels, offene, halb-offene und geschlossen Va-

rianten werden in Kurzpartien geübt und Eröffnungsfallen gezeigt.

Einige Kombinationen des Mittelspiels sowie des Endspiels sind Gegenstand des Kurses. Schachbretter und Figuren können Teilnehmer mitbringen oder werden nach Absprache vom Dozenten gestellt.

Nähen rund um das Thema Weihnachten ist ein weiterer Kurs, der demnächst beginnt. Das erste Treffen dient der Vorbesprechung. Teilnehmer bringen eine Nähmaschine, ein Verlängerungskabel, Nähutensilien, Stoffe und ein Kopierpapier-Set für Schnittmuster mit.

Android Smartphone und Tablet sind Themen eines Kurses, der am Dienstag, 8. November, um 18.30 Uhr beginnt.

Anmeldungen nimmt Petra Dettmer unter Telefon (05143) 667991 entgegen.

CK, 16.10.16



Für die Teilnehmer gab es die Aktionsarmbänder. Foto: privat

Vielfalt-Aktion bei der VHS Celle

Aktiver Beitrag zur politischen Bildung

CELLE. Für Vielfalt in der Gesellschaft und gegen Fremdenhass und Rechtspopulismus setzte sich kürzlich die VHS Celle ein. An alle Kursteilnehmer wurden Armbänder mit der Aufschrift „Celle - Vielfalt verbindet“ verteilt.

Enno Stünkel, Experte für politische Bildung, lud vor allem in den Lehrgängen des Zweiten Bildungsweges zur Diskussion über die Kommunalwahl ein.

Die Aktion ist ein aktiver Beitrag zur politischen Bildung an

der VHS Celle. „Wir wollen Demokratie lebendig erlebbar machen“, so VHS-Leiterin Lilliane Steinke. „Celle - Vielfalt verbindet“ ist ein partei- und gesellschaftspolitisch übergreifendes Aktionsbündnis mit dem Ziel der Solidarität.

Von großen Zahlen und geheimen Codes

CELLE. Vergangenen Dienstag dozierte Dr. Reimund Albers in der Celler Kinder-Uni. Trotz oder gerade wegen seiner Pensionierung im Jahr 2015 erzählt er, aber immer noch gerne Menschen jeden Alters von der Schönheit der Mathematik, so auch den jungen Celler Studenten.

Los ging es mit einer kleinen Geschichte: Angeblich soll der Erfinder des Schachspiels Sissa ibn Dahir als Belohnung für seine Erfindung beim indischen König Shihram einen Wunsch frei gehabt haben. Er wünschte sich, dass das Schach-

brett mit Reiskörnern gefüllt werden sollte. Und zwar wie folgt: Ein Korn solle auf das erste Feld, zwei auf das zweite, vier auf das dritte und so weiter gelegt werden (das heißt auf einem Feld immer doppelt so viele Reiskörner wie auf dem vorangegangenen). Der König, der sich über diesen vermeintlich bescheidenen Wunsch wunderte, versprach, der Bitte nachzukommen. Hätte er über mathematische

Kenntnisse verfügt, so hätte er diese Dummheit sicher nicht begangen. Denn folgt man dieser Anordnung der Körner, so liegen allein auf dem 64. Feld 9.223.372.036.854.775.808 Reiskörner. „Wow, eine echt große Zahl“, meinte auch die achtjährige Lea.

„HRFRJMAZCRA“. Und noch einmal auf Deutsch: Weiter ging es mit Geheimcodes. Es gibt

viele Arten, Texte zu verschlüsseln. Eine sehr bekannte ist die Caesar-Verschlüsselung, bei der zwei Metallscheiben, auf denen unterschiedliche Symbole und Alphabete angebracht sind, gegeneinander gedreht werden können. Allerdings hat das Ganze einen Nachteil: Bei der

frier-Scheibe

gibt es insgesamt nur 25 verschiedene Verschlüsselungen.

Viel besser ist es, die Buchstaben beliebig zu vertauschen. „Insgesamt gibt es 403.291.461.126.605.635.584.000.000 Möglichkeiten dafür. Nehmen wir einmal an, ein Computer würde pro Sekunde 1000 dieser Möglichkeiten schaffen, dann würde er 12.788.288.341.153.147

Jahre brauchen, um alle Codes auszuprobieren“, erläuterte Albers.

Germanisten sind in

der Lage, auch solche Verschlüsselungen zu knacken. Der Buchstabe, der in Texten am häufigsten vorkommt, ist immer das „e“. Man muss also nur schauen, welcher verschlüsselte Buchstabe sehr oft im Text vorkommt.

Frida Maecker

COLLEGIUM CELLENSE

Über die Kinderakademie Collegium Cellense berichtet CZ-Kinderreporterin Frida Maecker.



www.cellevent.de

Der Veranstaltungskalender für Stadt und Landkreis Celle



Kinderuni in ISS-Kapsel

Einmal im Jahr findet in Bremen die World Space Week statt, an der nun auch das Collegium Cellense teilnahm. Nach strengen Kontrollen betraten 30 Kinder das Europäische Kompetenzzentrum für bemannte Raumfahrt und besichtigten den Nachbau einer ISS-Kapsel. (dag)

C 2 05.10.16





Spielerisch Mathe lernen macht bei der Volkshochschule Celle besonders viel Spaß.

Foto: privat

Ferienangebote der Jungen VHS: Von Hip-Hop bis Manga

Volkshochschule Celle bietet ein vielseitiges Herbstprogramm

CELLE. In den Ferien endlich einmal etwas lernen, was wirklich Spaß bringt - das geht mit dem Herbstprogramm der Jungen Volkshochschule (VHS) Celle. Denn hier gibt es wieder viele abwechslungsreiche Kursangebote.

Cleveres Kopftraining für Schüler/-innen der dritten und vierten Klasse gibt es von Dienstag bis Donnerstag, 4. bis 6. Oktober, von 10 bis 11.30 Uhr, in der Trift 17 in Celle. Dort lernt man, wie man mit den richtigen Übungen die Konzentration, Kreativität und Merkfähigkeit steigern kann.

Die Gebühr für diesen Kurs (CE0901) beträgt 17,50 Euro.

Tierische Kissen nähen Kids ab acht Jahren am Samstag, 8. Oktober, von 9.30 bis 13.15 Uhr. Nähmaschinen stehen kostenlos bereit, die Kursgebühr (CE0907) beträgt 21 Euro inklusive Materialkosten. Manga zeichnen wie die Profis: An drei

Nachmittagen, von Dienstag bis Donnerstag, 11. bis 13. Oktober, wird von 14 bis 17.15 Uhr der komplette Ablauf eines Charakterdesigns erstellt. Am Ende steht eine eigene Geschichte. Der Kurs (CE0909) kostet 35,60 Euro. Hip-Hop und coole Moves (Kurs-Nummer CE0906) heißt es von Montag, 10. Oktober, bis Freitag, 14. Oktober, jeweils von 15 bis 16 Uhr. Für 19,50 Euro lernt ihr die Basis-Bewegungen des Hip-Hop. Auf die Rollen, fertig, los:

Am Freitag und Samstag, 14. und 15. Oktober, von 10.45 bis 12.15 Uhr, lernen fortgeschrittene Inline-Skater Tricks und Technik-Skills. Der Kurs (CE0905) findet am Schulzentrum Burgstraße in der alten Sporthalle statt und kostet 11,50 Euro.

Infos und Anmeldungen zu den Kursen sind im Internet unter www.vhs-celle.de, per Mail an anmeldung@vhs-celle.de sowie direkt bei der VHS Celle, Trift 20, möglich.

CK 5/10/16



100 Jahre Transsib

Vor 100 Jahren, im Oktober 1916, wurde die Transsibirische Eisenbahn als längste Bahnstrecke der Welt fertig gestellt. Der Journalist und Ethnohistoriker Joachim Barmwoldt ist die gesamte 9.288 Kilometer lange Transsib-Strecke gefahren - mit ganz alltäglichen Zügen von Moskau bis nach Wladiwostok, bis ans Japanische Meer. In seinem Multimedia-Vortrag „100 Jahre Transsib - Reise in die Morgenröte“ berichtet er am Mittwoch, 19. Oktober, um 19 Uhr in der VHS Celle, Trift 20 (Saal), womit die Transsib und womit Russland wirklich überraschen. Der Eintritt kostet zwölf Euro. Anmeldungen sind erbeten per Mail an anmeldung@vhs-celle.de, unter www.vhs-celle.de oder direkt bei der VHS Celle, Trift 20 in 29221 Celle.

Foto: privat

Mittwoch, 26. Oktober 2016

celle Markt

„SchreibWerkStatt“ on Tour

CELLE. Es ist schon Tradition: Jedes Jahr im Oktober ist die „SchreibWerkStatt“ der Volkshochschule Celle zu Gast im Mehrgenerationenhaus. In der Lesung „Vom launenhaften Glück“ am Sonntag, 30. Oktober, um 15.30 Uhr, gehen die Autoren der Frage nach: Wo kommt die gute bzw. schlechte Laune her? Und wie verhält es sich mit dem Glück im Leben, wenn es in Form eines großen Geldgewinns unmittelbar in den Alltag einschlägt. Was macht Frau oder man mit so viel Geld? Oder besser ge-

fragt: Was macht das viele Geld mit mir?

Die Antworten sind vielschichtig, von nachdenklich bis humorvoll, in Prosa und Lyrik.

Der Eintritt ist frei, Einlass ab 15 Uhr im Mehrgenerationenhaus, Fritzenwiese 46.

Noch bis zum 3. Oktober sind Gedichte, Fragmente und Notate der „SchreibWerkStatt“ auf dem Lyrikpfad am Allerweg zwischen Hornbostel und Wietze zu sehen. Das Thema lautet „Zeitenwandel – wer unterliegt dem Wandel? Die Zeit oder wir selbst?“

Noch Plätze frei bei der VHS

CELLE. Anmeldungen sind per Mail unter anmeldungen@vhs-celle.de, im Internet auf www.vhs-celle.de oder direkt bei der VHS Celle, Trift 20, 29221 Celle, möglich. Informationen unter (05141) 92980.

Textverarbeitung für Frauen: Richtig umgehen mit Word, Montag, 31. Oktober, vier Nachmittage jeweils von 14.30 bis 17.40 Uhr, Trift 20, 74 Euro, Kurs-Nr. CE5401.

Bloggen mit Word Press: Alles rund um den Blog, Dienstag, 1. November, 18.30 bis 21.40 Uhr, Trift 20, 48 Euro, Kurs-Nr. CE5116.

Zeichnen lernen: Für Interessenten mit ersten Vorerfahrungen, mittwochs ab 2. November, 19 bis 21.15 Uhr, sechs Termine, Trift 20, 50,40 Euro, Kurs-Nr. CE2401.

Kunstwerke aus Papier: Upcycling einmal anders, mittwochs ab 2. November, 19 bis 21.15 Uhr, drei Termine, Trift 20, 25,20 Euro, Kurs-Nr. CE2609.

Erbrecht kompakt: An praktischen Beispielen den Erbgang erklären, Dienstag, 1. November, 18.30 bis 21.40 Uhr, zwei Abende, 23 Euro, Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße 9, Kurs-Nr. CE1501.

NS-Medizin und ihre Wirkung bis heute

CH
26/10/16

WINSEN. Zu einem Vortrag mit Diskussion lädt am Dienstag, 1. November, 19 Uhr, die Volkshochschule

Winsen ein. Als „Euthanasie-Morde“ ging die Ermordung tausender Behinderter während der NS-Zeit in die Geschichte ein. In einem Hamburger Kinderkrankenhaus töteten junge Assistenzärztinnen nachweislich mehr als 50 behinderte Kinder.

Nach dem Krieg galten sie bei vielen als „gute Ärztinnen“. So auch Dr. med. Helene Sonnemann, die beschuldigt wurde, zwölf Kinder getötet zu haben. Anschließend wirkte sie bis 1976 als Leiterin der Kinderklinik des Celler AKH. Andreas Babel hat für sein Buch „Kinder-

mord im Krankenhaus“ über Opfer, Täter und Widerständige geforscht. In seinem Vortrag beleuchtet er die Hintergründe dieser Vorfälle und lädt mit der Frage, zu welchen Taten Menschen fähig sind, zur Diskussion ein. Einen Schwerpunkt möchte der Winser auf die Frage legen, was Menschen befähigt, in einem Terrorregime anständig zu bleiben.



Andreas Babel

Anmeldungen: bei der VHS Winsen (Aller), Frank Haake, Wickers Imberg 10, 29308 Winsen (Aller), (05143) 911013, winsen@vhs-celle.de (**Kosten:** 9,00 Euro); **Veranstaltungsort:** 29308 Winsen (Aller), Hauptschule, Schulstraße 19 (Erweiterungsbau).

KONTAKT

Fragen, Anregungen, Kritik?
Als Mitarbeiter der
Kultur-Redaktion freut sich
Carsten Richter über
Rückmeldungen unter
☎ (05141) 990-174.

Michael Schäfer (6)



Sabine Hantzko überreicht
jedem Teilnehmer
ein Exemplar des Buches
„Raus aus der Schublade –
rein ins Ohr!“.



Hella Lach
trägt bei dem „Poetry Slam
50+“ ein Gedicht und Prosa
vor: „Meine Freundin
Margot.“



Arnd Habenicht betritt
die Bühne gleich zweimal,
eines seiner Werke ist mit
„Die Wolke am Sambesi“
überschrieben.



Wilma Hein hat sich bei
einem Klassentreffen
an die Kindheit in harter
Nachkriegszeit erinnert:
„Eine Zukunft, gab es die?“



Jürgen Heitmann schreibt
auf Plattdeutsch: „Ich will
nicht die Welt verbessern,
nur dazu beitragen, dass
die Leute nachdenken.“



Annemarie Imming ist mit
23 die Jüngste im Bunde, ihr
Text heißt „Lampenfieber“,
aber auf der Bühne wirkt
sie sehr selbstsicher.

„Poetry-Slam 50+“: Raus aus der Schublade – rein ins Ohr!

CELLE. Der Begriff „50+“ ist in aller Munde, selbst vor der Poesie macht die wenig feinsinnige Kategorisierung von Menschen keinen Halt. „Poetry-Slam 50+“ ist der Lesereigen überschrieben. „Raus aus der Schublade – rein ins Ohr!“ haben Senioren- und Pflegestützpunkt sowie das Mehrgenerationenhaus Celle als Veranstalter hinzugefügt. Der Untertitel trifft den Inhalt eher: Lediglich Martina Han-

cke trägt frei vor – die kleine Abhandlung über den Garten als Auszeit von der hektischen Arbeitswelt beeindruckt die rund 50 Zuschauer sehr.

Zum Sieger müssen sie jedoch niemanden küren, hier weicht man ab vom eigentlichen Poetry-Slam, der ein Wettstreit um den besten vorgetragenen Text mit selbst-darstellerischen Elementen in vorgegebener Zeit ist.

Das Bühnengeschehen im

Mehrgenerationenhaus ist vom schnellen Wechsel der Lesenden bestimmt, bis zu fünf Minuten stehen den 14 teilnehmenden Autoren zur Verfügung. Moderatorin Sabine Hantzko muss niemandem das Wort abschneiden, eher im Gegenteil: „Es ist noch Zeit über, es kann noch vorgetragen werden“, animiert sie wiederholt. Scheu, sich zu präsentieren, haben die Schreibbegeisterten nicht,

auch der Jüngsten im Bunde, der 23-jährigen Annemarie Imming, merkt man das Lampenfieber, das ihrem Text den Namen gab, nicht an.

Etlliche Teilnehmer sind Mitglieder der Schreibwerkstatt der Volkshochschule und an Leseabende gewöhnt. Arnd Habenicht füllt gerne entstehende Lücken mit Zeilen wie „Hier verdampft mich Gottes Sonne ...“ aus „Die Wolke am Sambesi“, Wilma Hein erin-

nert sich mit Sätzen wie „Dahm als wir Kinder waren“ oder „Eine Zukunft, gab es die?“ an die harten Nachkriegsjahre. Hella Lach beschreibt ihre Freundin Margot und Jürgen Heitmann hat sich der „Bunten Vogels“ der Residenzstadt auf Plattdeutsch angenommen.

Die in Lyrik oder Prosa verpackten Themen sind sehr bunt, manche leicht und unterhaltsam, andere eher

nachdenklich. Die Inhalte treten in den Hintergrund vor dem Spaß an der Sache. Hier finden sich Menschen zusammen, die ihre Begeisterung für das geschriebene Wort eint. Im stillen Kämmerlein verfassen sie ihre Texte, in Veranstaltungen wie diesen – völlig ungeachtet wie sie betitelt sind – finden sie eine Bühne, um sich anderen mitzuteilen.

Anke Schlicht