



Bei der Semestereröffnung: Der Leiter der Gesamtschule, Simon Tewes (von links), Uwe Damer (Leiter Schulamts), Don Lorey (stellv. Leiter Musikschule), Matthias Menze (Leiter Musikschule), Musikschule, Dimitra Vovoli (stellv. Leitung VHS), Janine Brigant-Loke (Leitung VHS), Frédéric Letzner, Michael Scholle (Verbandsvorsteher, 1. Beigeordneter Bad Driburg), Gerhard Jarosch (stellv. BM Steinheim), Hermann Temme (BM Brakel), Gerd Engelmann (Fachbereichsleiter Bürgerservice Steinheim) und Johannes Schlütz (BM Nieheim).  
Fotos: VHS-Zweckverband

Ernährungswissenschaftler bei der Eröffnungsfeier zum VHS Semesterstart: Chips am Küchentisch essen

## „Spaß und Freude am Lernen“

**BAD DRIBURG (WB).** „Wissen ist Macht – nichts wissen macht auch nichts“, mit diesem Zitat von Francis Bacon eröffnete der Verbandsvorsteher und erste Beigeordneter der Stadt Bad Driburg, Michael Scholle, die Semestereröffnung des Volkshochschul-Zweckverbandes.

Dass man das fehlende Wissen ganz einfach bei der VHS aufholen kann, bewies der Ernährungswissenschaftler Frédéric Letzner exemplarisch mit einem unterhaltsamen Vortrag zum Thema Ernährungswissenschaften.

„Wissen ist Macht – nichts wissen macht auch nichts“, mit diesem Zitat von Francis Bacon eröffnete der Verbandsvorsteher und erste Beigeordneter der Stadt Bad Driburg, Michael Scholle, die Semestereröffnung des Volkshochschul-Zweckverbandes.

Nach der musikalischen Eröffnung am Flügel durch Julian Jelitte von der Musikschule Bad Driburg begrüßte Michael Scholle das Publikum. Er hob die Bedeutung der Volkshochschule als vierte Säule des Bildungssystems hervor: Sie schaffe Räume für Demokratie und Teilhabe an Bildung, Kultur und dem öffentlichen Leben. „Bei der

Volkshochschule ist Wissen vor allem eins – Spaß und Freude am Lernen“, so Scholle.

Außerdem bedankte er sich bei dem Team des VHS-Zweckverbandes (ZV) Bad Driburg, Brakel, Nieheim, Steinheim für ein Jahresprogramm, das seinesgleichen suche. „Wie viele Gedanken, wie viel Engagement dieses Team in das Programm gesteckt hat, das ist aller Ehren wert.“ Dem stimmte das applaudierende Publikum zu.

Janine Brigant-Loke, Leiterin des VHS-ZV, begrüßte das Publikum ebenfalls. Sie betonte die stetige, unterjährige Weiterentwicklung des Programms. Denn diese sei mit dem Erscheinen des Programmheftes nicht abgeschlossen: „Auf unserer Internetseite können Sie demnächst alle außerplanmäßigen Angebote auf der Startseite einsehen“, kündigte Brigant-Loke an.

### Die VHS bedient viele Zielgruppen

Die Kurse, die im Programmheft stehen, füllen die-

ses Jahr 144 Seiten und belaufen sich auf 7.300 Unterrichtsstunden im Bereich der allgemeinen Weiterbildung. Schließlich hob auch die VHS-Leitung die Relevanz der Erwachsenenbildung hervor. Die Volkshochschule bediene zahlreiche Zielgruppen, darunter Berufstätige, Erwerbslose, Jugendliche, Seniorinnen und Senioren sowie Migrantinnen und Migranten. „Nicht ohne Grund wurde der Auftrag der VHS im Land Nordrhein-Westfalen per Gesetz verankert und zur Pflichtaufgabe der Kommunen gemacht“, so Brigant-Loke abschließend.

### Essen als Regulation von Emotionen

Das große Thema des Abends lautete jedoch „Ernährungspsychologie“. Zahlreiche Interessierte waren gekommen, um dem Ernährungswissenschaftler Frédéric Letzner bei seinen Ausführungen zum Thema Ernährung und unserem bewussten oder unbewussten Umgang damit zuzuhören. Letzner erläuterte, wie Verbo-

te rund ums Essen, insbesondere Süßigkeiten, eigentlich das Gegenteil bewirken.

Auch Essen als Regulation von Emotionen und den Einfluss von Isolation, sozialem Druck oder Rollenbildern auf unser Essverhalten griff Letzner auf.

Ein weiterer wichtiger Punkt seiner Ausführungen: Wir essen immer unbewusst. Das Smartphone in der Hand, den Fernseher im Hintergrund – und plötzlich ist die Tüte Chips leer, ohne dass man es merkt. „Mein Tipp: Setzen Sie sich doch mal mit der Tüte Chips an den Küchentisch“, riet Letzner mit einem Augenzwinkern zu bewussterem Essen.

Zum Abschluss des Abends sorgten Anahita Mehdian (Gesang) und Pia Hermes (E-Piano) von der Musikschule Bad Driburg mit dem Stück „Stay“ von Rihanna für Gänsehaut, bevor Janine Brigant-Loke in einem Abschlusswort das Jubiläumsjahr 2026 ankündigte – man dürfe sich schon jetzt auf ein buntes Jubiläumsprogramm freuen.



Der VHS-Zweckverband eröffnete das Semester und Frédéric Letzner räumt mit Ernährungsmisstrauen auf.