



Pressedienst

16. Januar 2018

32/2018 **Wohnberatung im Rathaus**

33/2018 **VHS-Seminar für kleine Unternehmen und
Selbstständige: Social Media Marketing**

34/2018 **VHS-Vortrag „Joseph Goebbels: Warum ein Mensch
zum Nazi wird? -Eine psychologische Charakterstudie“**

Terminwiederholung; PM 5/2018

**VHS-Workshop „Autogenes Training und Progressive
Muskelentspannung“**





16. Januar 2018

32/2018

Wohnberatung im Rathaus

Vermutlich wünschen sich die meisten Menschen, dass sie im Alter auch bei Pflegebedürftigkeit noch in den eigenen vier Wänden leben können. Zum Thema Wohnen im Alter bietet der Waltroper Verein Lebenshilfe e.V. jeden zweiten und vierten Dienstag im Monat in Castrop-Rauxel eine kostenlose Sprechstunde an.

Auch am Dienstag, 23. Januar, steht Wohnberaterin Monika Paul wieder von 10.00 bis 12.00 Uhr im Rathaus am Europaplatz, Sitzungsraum 1, wieder als Ansprechpartnerin zur Verfügung.

Die Ingenieurin für Architektur informiert unter anderem über den Einsatz von Hilfsmitteln im Haushalt, Unfallverhütung und über eine altersgerechte Wohnungsausstattung und Umbaumaßnahmen zum Beispiel im Bad. Sie berät zudem in Finanzierungsangelegenheiten, zeigt Förderungsmöglichkeiten durch die Pflegekassen auf und hilft bei Antragstellungen und Widerspruchsverfahren.

Für Rückfragen und Terminvereinbarungen stehen Monika Paul unter 02309 / 787832 sowie Frank Trzeziak vom Bereich Soziales im Rathaus, Zimmer 165, Tel. 02305 / 106-2582, zur Verfügung.





16. Januar 2018

33/2018

VHS-Seminar für kleine Unternehmen und Selbstständige: Social Media Marketing

Vertrauen schaffen, Beziehungen aufbauen, Kunden gewinnen – darum geht es, wenn man das Internet und soziale Netzwerke gewerblich nutzen möchte. Das VHS-Wochenendseminar „Social Media Marketing“ vermittelt, wie sie soziale Netzwerke für ihre Werbung und Vermarktung nutzen können. Es richtet sich insbesondere an Selbstständige, Freiberufler, kleine Betriebe, (ehrenamtliche) Vertreter von Vereinen, Non-Profit-Organisationen, gemeinnützigen Institutionen sowie Schulen.

Die Teilnehmer treffen sich am Freitag, 26. Januar, von 17.00 bis 20.15 Uhr und am Samstag, 27. Januar, von 10.00 bis 15.00 Uhr sowie am darauffolgenden Wochenende Freitag, 2. Februar, und Samstag, 3. Februar, zu den gleichen Uhrzeiten im Haus an der Bodelschwingher Straße 35 auf Schwerin.

Instagram, YouTube, Twitter, Facebook & Co. haben enorme Auswirkungen auf die Kommunikation von Unternehmen, Vereinen und anderen Institutionen. Sie können auch genutzt werden für die Darstellung von Aktivitäten und den Vertrieb von Produkten und Dienstleistungen. Im Seminar werden zunächst die Ziele und Strategien von Social Media Marketing aufgezeigt.





Pressedienst

Seite 2

Über Chancen und Risiken wird informiert und überlegt, welche Plattformen geeignet sind. Es wird auch um das Kennenlernen und die Anwendung kostenfreier Möglichkeiten gehen und die Erstellung oder Optimierung von Auftritten bei z.B. Facebook, XING, LinkedIn oder Twitter.

Anmeldungen nimmt die VHS in ihrer Geschäftsstelle, Widumer Straße 26, Tel. 02305 / 54884-10, E-Mail vhs@castrop-rauxel.de oder über ihre Internetseite www.vhs-castrop-rauxel.de entgegen.





16. Januar 2018

34/2018

VHS-Vortrag „Joseph Goebbels: Warum ein Mensch zum Nazi wird – Eine psychologische Charakterstudie“

Ein Vortrag der VHS am Dienstag, 20. Februar, von 19.00 bis 20.30 Uhr im Bürgerhaus, Leonhardstraße 4, skizziert, wie Joseph Goebbels zum antisemitischen und rassistischen Denken kam. Mit Hilfe von Film- und Textdokumenten geht der Soziologe Dr. Torsten Reters am Beispiel Goebbels der Frage nach, warum ein Mensch zum Nazi wird.

Zu Beginn der 1920er Jahre befand sich der junge Goebbels in einer persönlichen Krise, die er mit dem Schicksal Deutschlands verknüpfte. Als Akademiker und Literat glaubte er sich nämlich zu Höherem berufen. Sein Aushilfsjob in einer Bankfiliale befriedigte seine künstlerischen und journalistischen Ambitionen ebenso wenig wie seine zahlreichen Liebschaften. Erst als Goebbels für sich das Judentum als Feindbild und Hitler als Heilsbringer `erkannte`, wurde er zum Nationalsozialisten. Gemäß seiner neuen Heilslehre, konnte das `Gute` (Deutschland) nur erlöst werden, in dem es das `Böse` (das Judentum) vernichtete.

Die Teilnahmegebühr beträgt 6 EUR. Anmeldung bei der VHS, Widumer Straße 26, Tel. 02305 / 54884-10, E-Mail vhs@castrop-rauxel.de





Pressedienst

16. Januar 2018

Terminwiederholung; PM 5/2018

VHS-Workshop „Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung“

Autogenes Training? Progressive Muskelentspannung? Welche Entspannungsmethode passt zu mir? Wer dieser Frage auf den Grund gehen möchte, ist bestens aufgehoben im gleichnamigen Tagesworkshop der Volkshochschule am Samstag, 3. Februar, von 10.00 bis 17.00 Uhr im Berufsbildungszentrum (BBZ) der VHS im Stadtteil Dingen, Westheide 63.

In diesem Workshop lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die beiden bekanntesten und wissenschaftlich überprüften Entspannungsmethoden Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung in Theorie und Praxis kennen und anzuwenden. Beide Techniken sind alltagstauglich und können bei regelmäßiger Übung zu tiefer Entspannung, besserem Umgang mit Stress, Reduzierung von Schmerzen sowie zu einer gesteigerten Konzentrations- und Lernfähigkeit führen.

Die Teilnahmegebühr beträgt 20 EUR. Anmeldungen nimmt die VHS in ihrer Geschäftsstelle, Widumer Straße 26, Tel. 02305 / 54884-10, E-Mail vhs@castrop-rauxel.de, entgegen.

