25. August 2017

476/2017 **VHS-Schnupperworkshop Kinderyoga**

477/2017 **Informationsveranstaltung über die „Stiftung Anerkennung und Hilfe“ im HadeBe**

Castrop-Rauxel
Europastadt im Grünen

Stadt Castrop-Rauxel
Europaplatz 1, 44575 Castrop-Rauxel
E-Mail pressedienst@castrop-rauxel.de
Internet www.castrop-rauxel.de

Maresa Hilleringmann, Pressesprecherin
Tel. 0 23 05/1 06-22 19
Fax 0 23 05/1 06-22 22
Mail maresa.hilleringmann@castrop-rauxel.de

25. August 2017 476/2017

VHS-Schnupperworkshop Kinderyoga

Kindern macht es einfach Spaß, beim Kinderyoga Übungen wie Katze, Hund und Co. auszuprobieren. Sie lieben es, Geschichten und Yogastellungen zu verbinden. Gleichzeitig hilft das Yoga-Angebot der Volkshochschule ab Mittwoch, 13. September, den Kindern, gesund und entspannt heranzuwachsen. Zehnmal treffen sich die Yoga-Anfänger bei diesem Kurs von 17.00 bis 18.00 Uhr im Berufsbildungszentrum (BBZ) der VHS im Stadtteil Dingen, Westheide 63.

Zahllose Studien belegen die positive Wirkung des Yoga für Kinder bereits im Alter ab drei Jahren. Im Yoga werden Körper- und Sinneswahrnehmungen verbessert, Angst und Aggressionen abgebaut sowie Selbstwertgefühl und Konzentration erhöht. Die Kinder sollten bequeme Kleidung tragen und ein Getränk mitbringen.

Weitere Informationen und Anmeldung in der VHS-Geschäftsstelle in der Castroper Altstadt, Widumer Straße 26, Tel. 02305 / 54884-10, E-Mail vhs@castrop-rauxel.de. Anmeldeschluss ist Dienstag, 5. September. Die Kursgebühr beträgt 36 EUR.

Castrop-Rauxel
Europastadt im Grünen

Stadt Castrop-Rauxel
Europaplatz 1, 44575 Castrop-Rauxel
E-Mail pressedienst@castrop-rauxel.de
Internet www.castrop-rauxel.de

Maresa Hilleringmann, Pressesprecherin
Tel. 0 23 05/1 06-22 19
Fax 0 23 05/1 06-22 22
Mail maresa.hilleringmann@castrop-rauxel.de

25. August 2017 477/2017

Informationsveranstaltung über die „Stiftung Anerkennung und Hilfe“ im HadeBe

Am Donnerstag, 7. September, findet von 17.00 bis 19.00 Uhr im HadeBe (Haus der Begegnung), Lange Straße 51, eine Informationsveranstaltung über die „Stiftung Anerkennung und Hilfe“ statt. Organisiert wird die Veranstaltung durch Thomas Frauendienst, der über seine persönlichen Erfahrungen berichtet. Als Berater wird Herr Mathias Erhard von der Regionalen Anlauf- und Beratungsstelle Westfalen vor Ort sein, der Fragen rund um die Anerkennung beantwortet.

Die Stiftung richtet sich an Menschen, die als Kinder und Jugendliche in der Zeit von 1949 bis 1975 in der BRD, bzw. von 1949 bis 1990 in der DDR in stationären Einrichtungen der Behindertenhilfe oder der Psychiatrie psychiatrisches Leid und Unrecht erfahren haben und heute noch an Folgewirkungen leiden.

Mehr Informationen über die Stiftung sind im Internet unter www.stiftung-anerkennung-und-hilfe.de zu finden.

Castrop-Rauxel
Europastadt im Grünen

Stadt Castrop-Rauxel
Europaplatz 1, 44575 Castrop-Rauxel
E-Mail pressedienst@castrop-rauxel.de
Internet www.castrop-rauxel.de

Maresa Hilleringmann, Pressesprecherin
Tel. 0 23 05/1 06-22 19
Fax 0 23 05/1 06-22 22
Mail maresa.hilleringmann@castrop-rauxel.de