



Pressedienst

11. Januar 2019

20/2019 **Familienbüro und VHS bieten Eltern-Kind-Gruppen an**

21/2019 **VHS-Schnupperkurs „Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen“**

Terminwiederholung; PM 644/2018

Lesung in der Stadtbibliothek

Ruhr Tour: Von Duisburg auf den Kahlen Asten. Eine literarische Wanderung





11. Januar 2019

20/2019

Familienbüro und VHS bieten Eltern-Kind-Gruppen an

Das Familienbüro der Frühen Hilfen der Stadtverwaltung bietet in Kooperation mit der Volkshochschule Castrop-Rauxel Mamas, Papas, Großeltern etc. und Kindern in diesem Jahr zwei kostenlose Eltern-Kind-Gruppen an.

Die „Familienbande“ richtet sich an Kinder bis zu zweieinhalb Jahren und ihre Bezugspersonen. Das nächste Treffen findet am Dienstag, 29. Januar, von 10.00 bis 12.00 Uhr im Bürgerhaus, Leonhardstraße 6, statt. Zweimal im Monat trifft sich die Gruppe unter Leitung der Kinderkrankenschwester Daniela Cotardo.

Die Gruppe für Kinder bis zum Ende des ersten Lebensjahres trifft sich ab Montag, 11. Februar, jeweils vierzehntägig von 10.00 bis 11.30 Uhr im Jugendzentrum Trafo, In der Wanne 102. Betreut wird diese Gruppe durch die Krankenschwester und Babymassagekursleiterin Susanne Gast. Auch Nora Doberstein vom Gesundheitsamt und ggf. die städtische Familienhebamme Sarah Janek sind beim Kurs zu Gast.

In den Eltern-Kind-Gruppen treffen sich Eltern und Kinder, um gemeinsam zu spielen und neue Erfahrungen zu machen. Eltern können neue Kontakte knüpfen, Erfahrungen auszutauschen, über Erziehungsfragen diskutieren und erhalten Informationen.





Pressedienst

Seite 2

Außerdem gibt es praktische Anregungen für das Spielen und den Umgang mit den Kindern. Die Kinder werden durch unterschiedliche Spielsituationen und Angebote in ihrer Entwicklung unterstützt. Motorische und soziale Kompetenzen werden durch den Kontakt mit und von anderen Kindern erlernt und auch die Kontaktaufnahme zu anderen Erwachsenen wird durch die Gruppe erleichtert.

Anmeldungen nimmt das städtische Familienbüro, Tel. 02305 / 9208257, E-Mail familienbuero@castrop-rauxel.de, entgegen.





11. Januar 2019

21/2019

VHS-Schnupperkurs „Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen“

Der Schnupperworkshop „Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen“ zeigt samstags, am 19. und 26. Januar, von 10.30 bis 12.00 Uhr grundlegende Techniken der Selbstverteidigung im Bürgerhaus, Leonhardstraße 6.

Dabei geht es zuerst um das Erkennen und - möglichst - die Vermeidung von Gefahren, den Umgang mit der eigenen Angst und schnelles Reagieren bei Angriffen. Die Teilnehmerinnen sollen sich der eigenen körperlichen Kraft und der Kraft ihrer Worte, Gestik und Mimik bewusstwerden und lernen, sich zur Wehr zu setzen.

Die Kursleiterin Nina Beissner ist langjährige Trainerin verschiedener VHS-Selbstverteidigungskurse und lehrt Ju Jitsu. Die Veranstaltung ist geeignet für Frauen und Mädchen ab 14 Jahren. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Eine Anmeldung bei der VHS, Widumer Straße 26, Tel. 02305 / 54884-10 ist erforderlich. Die Kursgebühr beträgt 12 Euro.





Pressedienst

11. Januar 2019

Terminwiederholung; PM 644/2018

Lesung in der Stadtbibliothek

Ruhr Tour: Von Duisburg auf den Kahlen Asten. Eine literarische Wanderung

Dieses Jahr hieß es „Schicht im Schacht“: Der Bergbau, der großen Einfluss auf die Entwicklung des Ruhrgebiets hatte, verabschiedete sich nach 200 Jahren endgültig.

Der Schriftsteller und Rezitator Michael Helm erzählt am Freitag, 25. Januar, um 19.30 Uhr in der Stadtbibliothek, Im Ort 2, von der Geschichte der Industrieregion und dem Strukturwandel, der attraktive und moderne Kulturzentren und grüne Oasen der Erholung hat entstehen lassen.

Seine literarische Wanderung führt ihn vom Rhein in Duisburg auf den Kahlen Asten ins Sauerland. Er besucht dabei stillgelegte Hochöfen, alte Zechengelände und berichtet von den Menschen, die dort gearbeitet haben. Dabei liest Michael Helm nicht nur eigene Texte, sondern lässt auch verschiedene namhafte Autoren zu Wort kommen.

Der Eintritt kostet 8 EUR. Karten können schon vorab in der Stadtbibliothek sowie am Abend selbst an der Abendkasse erworben werden.

