



Castrop-Rauxel  
Europastadt im Grünen

# Pressedienst

15. Oktober 2019

465/2019 **Wohnberatung im Rathaus**

466/2019 **VHS für Klein und Groß**



Castrop-Rauxel  
Europastadt im Grünen

Stadt Castrop-Rauxel  
Europaplatz 1, 44575 Castrop-Rauxel  
E-Mail [pressedienst@castrop-rauxel.de](mailto:pressedienst@castrop-rauxel.de)  
Internet [www.castrop-rauxel.de](http://www.castrop-rauxel.de)

Maresa Hilleringmann, Pressesprecherin  
Tel. 0 23 05/106-22 19  
Fax 0 23 05/106-22 22  
Mail [maresa.hilleringmann@castrop-rauxel.de](mailto:maresa.hilleringmann@castrop-rauxel.de)



15. Oktober 2019

465/2019

## Wohnberatung im Rathaus

Im Alter auch bei Pflegebedürftigkeit noch in den eigenen vier Wänden leben zu können, wünschen sich wahrscheinlich die meisten Menschen.

Am Dienstag, 22. Oktober, gib Wohnberaterin Monika Paul von 10.00 bis 12.00 Uhr im Rathaus, Sitzungsraum 5, wieder Tipps und Hilfestellungen zum Thema Wohnen im Alter.

Jeden zweiten und vierten Dienstag im Monat bietet Monika Paul von der Lebenshilfe e.V. aus Waltrop die kostenlose Wohnberatung an. Die Ingenieurin für Architektur informiert unter anderem über den Einsatz von Hilfsmitteln im Haushalt, Unfallverhütung und über eine altersgerechte Wohnungsausstattung sowie Umbaumaßnahmen zum Beispiel im Bad. Sie berät zudem in Finanzierungsangelegenheiten, zeigt Förderungsmöglichkeiten durch die Pflegekassen auf und hilft bei Antragstellungen und Widerspruchsverfahren.

Für Rückfragen steht Monika Paul unter der Rufnummer 02309 / 787832 zur Verfügung. Ansprechpartner im Bereich Soziales ist Frank Trzeziak, Zimmer 165, Eingang E, Tel. 02305/106-2582.





15. Oktober 2019

466/2019

## VHS für Klein und Groß

Am Mittwoch, 30. Oktober, starten gleich zwei Kurse der VHS Castrop-Rauxel für kleine und große Teilnehmer.

Kinder zwischen sieben und zehn Jahren können sich beim Kurs „Spiel, Spaß und Bewegung“ so richtig austoben. Leistungsdruck und Überforderung nehmen mehr zu, während gleichzeitig Bewegung und freies Spielen in den Hintergrund geraten. Dabei ist es wissenschaftlich erwiesen, dass ohne Bewegung nicht die optimale Gehirnleistung erzielt werden kann. In dem Kurs „Spiel, Spaß und Bewegung“ dürfen sich Kinder auf viele lustige Bewegungsspiele und Phantasiereisen mit Klangschalen zur Entspannung am Schluss freuen. Der Kurs findet zehn Mal jeweils mittwochs von 17.00 bis 18.30 Uhr im Gymnastikraum Deininghausen, Dresdener Straße 4, statt. Die Teilnahmegebühr beträgt 49,- EUR.

Köstliche Beilagen, Saucen, Dips, Brotrezepte, Fingerfood und leckere Desserts werden ebenfalls am 30. Oktober von 18.00 bis 21.45 Uhr im Berufsbildungszentrum (BBZ) Dingen, Westheide 63, mit dem Thermomix zubereitet. Ein geschmackvoller Abend der sich an alle richtet, die sich den Thermomix einmal unverbindlich genauer anschauen wollen.





# Pressedienst

Seite 2

Die Teilnehmenden lernen den Umgang und die Kochpraxis mit dem Thermomix kennen oder können ihr Wissen darüber weiter vertiefen. Die Lebensmittelgebühr in Höhe von 10,- EUR ist am Abend bei der Dozentin zu entrichten. Vorrastbehälter sollten zum Kurs mitgebracht werden. Die Teilnahmegebühr beträgt 12,50 EUR.

Anmeldungen für beide Kurse nimmt die VHS-Geschäftsstelle, Widumer Straße 26, telefonische unter 02305 / 5488410 oder per E-Mail an [vhs@castrop-rauxel.de](mailto:vhs@castrop-rauxel.de) entgegen.

