

Pressemitteilungen

408/2023 **Casterix-Programm für die Herbstferien ist online!**

409/2023 Für einen schönen und erfolgreichen Einstieg in die Grundschule
Online-Informationsabend für Eltern der Vierjährigen

410/2023 „Rücken Yoga Spezial“ und „Yoga mit dem Stuhl“
VHS bietet im September zwei Yoga-Workshops an

Terminwiederholung; PM 392/2023

Castrop-Rauxel nimmt Fußverkehr in Henrichenburg und Schwerin unter der Lupe
Stadt lädt im Rahmen des Fußverkehrs-Checks NRW zu Begehungen ein

Pressemitteilung 408/2023

Casterix-Programm für die Herbstferien ist online!

Auch während der Herbstferien bietet Casterix wieder ein abwechslungsreiches Freizeitprogramm für Kinder und Jugendliche. Für die zwei Wochen vom 2. bis 14. Oktober hält das Ferienprogramm jede Menge Möglichkeiten für Sport, Spiel, Kreatives, Ausflüge und Betreuung bereit.

Die gesamten Ferien über gibt es vergünstigten Eintritt für Beachvolleyball, Beachsoccer und Minigolf. Tagesausflüge zum Beispiel ins Spaßbad oder zum Adventuregolf und kreative Nachmittage wie Vogeltränken gestalten oder Serviettentechnik sowie Koch- und Backevents sind ebenso buchbar wie mehrtägige Angebote in den Jugendzentren oder die Theaterwoche des Westfälischen Landestheaters. Ob FIFA-Turnier im Café Frosch, Herbstolympiade im Center Pöppinghausen, Oktoberfestzauber im Meeting Point, Tanz-Workshop im Café Q, eine Alpaka-Wanderung mit Daniels kleiner Farm, fünf Tage Herbst-Action mit den Falken, die „Bunte Tüte“ im D-Town oder die Wochenprogramme „Kommt vorbei & seid dabei“ im Trafo und „BoGi's XXL“ im BoGi's Café – für jedes Alter und jedes Interesse ist etwas dabei!

Als Download mit allen Informationen zu Zeiten, Anmeldung und Kosten steht das Casterix-Herbstferienprogramm auf der städtischen Internetseite www.castrop-rauxel.de/casterix zur Verfügung. Im Lauf der nächsten Woche liegt das Programmheft dann auch in gedruckter Version in den Jugendzentren und an vielen weiteren Stellen im Stadtgebiet aus.

Das Casterix-Programm ist auch diesmal wieder von vielen Akteuren aus der ganzen Stadt auf die Beine gestellt worden. Anmeldungen nehmen die jeweiligen Veranstalter ab sofort entgegen.

Pressemitteilung 409/2023

Für einen schönen und erfolgreichen Einstieg in die Grundschule

Online-Informationsabend für Eltern der Vierjährigen

Der Bereich Schule der Stadt Castrop-Rauxel und die Leitungen der Grundschulen laden alle Eltern und Erziehungsberechtigten, deren Kinder im Sommer 2025 schulpflichtig werden (geboren zwischen dem 1. Oktober 2018 und dem 30. September 2019) herzlich zu einer Informationsveranstaltung ein, die darauf abzielt, den Kindern in zwei Jahren einen schönen und erfolgreichen Einstieg in die Grundschule zu gewährleisten.

Erstmals findet dieses Format online statt. Am Montag, 25. September, um 19.00 Uhr haben die Eltern und Erziehungsberechtigten im Rahmen einer Zoomkonferenz die Möglichkeit, sich mit den Lehrerinnen und Lehrern auszutauschen. Geplant und durchgeführt wird der Abend von den Castrop-Rauxeler Grundschulen, sodass Eltern von großem Fachwissen und Erfahrungswerten der Lehrerinnen und Lehrer profitieren können. Insbesondere über vorschulische Fördermöglichkeiten wird informiert.

Alle in Frage kommenden Eltern und Erziehungsberechtigten erhalten per Post eine Einladung zu diesem Informationsabend mit Link, QR-Code und Login-Daten.

Pressemitteilung 410/2023

„Rücken Yoga Spezial“ und „Yoga mit dem Stuhl“

VHS bietet im September zwei Yoga-Workshops an

Drei Stunden lang im Berufsbildungszentrum (BBZ) der VHS in Dingen, Westheide 63, Yoga ausprobieren bzw. fortsetzen – diese Möglichkeit bietet die VHS im September gleich zweimal mit Yogalehrerin Kerstin Salmon-Nitsch.

Am Samstag, 23. September, von 10.00 bis 13.00 Uhr können Teilnehmende des Workshops „Rücken Yoga Spezial“ auf achtsame Weise die Rückengesundheit ihres Körpers stärken, Verspannungen wahrnehmen und lösen, sich Entspannung schenken und in Bewegung bringen. Denn die Nachricht, dass 80 Prozent aller Probleme und Schmerzen rund um den Rücken Ursachen haben, die man selbst verändern und beeinflussen kann, ist eine gute Nachricht. Der Kurs zeigt, warum sich gerade der Rücken so oft „meldet“, was seine „Botschaft“ sein kann und was man selbst tun kann. Aspekte des integralen Yogas mit dynamischen und kräftigenden Elementen aus dem Hatha-Yoga, Haltungen aus dem Yin-Yoga und Hilfsmitteln aus dem Faszien-Yoga geht es an die Verspannungen.

Der Workshop „Yoga mit dem Stuhl – Wenn die Matte auf dem Boden so weit weg ist“ am Freitag 29. September, von 15.00 bis 18.00 Uhr lädt Interessierte ein, die aufgrund von Alter, Verletzungen, Einschränkungen oder Körperbau gerade nicht in der Lage sind, die Übungen auf einer Matte zu schaffen. Stühle werden als wunderbare Möglichkeit und Hilfsmittel genutzt, um in unterschiedliche Entspannungsübungen Yoga einfließen zu lassen, vom Sonnengruß über Vor- und Rückbeugen. Wer unsicher ist, sollte seine Teilnahme vorab mit seinem Arzt besprechen.

Die Teilnahmegebühr beträgt jeweils 12 EUR. Anmeldungen nimmt die VHS per E-Mail unter vhs@castrop-rauxel.de oder telefonisch unter 02305 / 54884-10 entgegen. Für „Rücken Yoga Spezial“ endet die Anmeldefrist am 15. September, für „Yoga mit dem Stuhl“ am 22. September.

Terminwiederholung; PM 392/2023

Castrop-Rauxel nimmt Fußverkehr in Henrichenburg und Schwerin unter der Lupe

Stadt lädt im Rahmen des Fußverkehrs-Checks NRW zu Begehungen ein

Castrop-Rauxel geht mit! Die Stadt hat eine Teilnahme an den Fußverkehrs-Checks NRW 2023 gewonnen, nach einem Auftaktworkshop im August wird es nun konkret, die Begehungen stehen an. Dazu sind alle Bürgerinnen und Bürger zu zwei Planungsspaziergängen in den Ortskernen von Henrichenburg und Schwerin eingeladen. Gemeinsam mit Vertreterinnen und Vertretern der Stadtverwaltung, der Politik und von Verbänden soll die Situation der Fußgängerinnen und Fußgänger vor Ort betrachtet werden.

Treffpunkt für die erste Begehung in Henrichenburg ist am Dienstag, 12. September, um 16.30 Uhr an der Elternhaltestelle Höhe Hagenstraße 25.

Die zweite Begehung auf Schwerin erfolgt am Donnerstag, 19. Oktober. Treffpunkt um 16.30 Uhr ist am Neuroder Platz.

Thematische Schwerpunkte liegen vor allem auf der fußläufigen Erreichbarkeit der Zentrumsbereiche mit den Nahversorgern und ansässigen Ärztinnen und Ärzte sowie die der Grundschulen. Weitere Themen sind die Barrierefreiheit, das sichere Queren und die Aufenthalts- und Verweilqualität. Stadtbaurätin Bettina Lenort hofft auf rege Beteiligung: „Wir möchten den Fußverkehr in unserer Stadt stärken, dazu benötigen wir die Hilfe unserer Bürgerinnen und Bürger, denn sie sind die Experten vor Ort, ihre Erfahrungen, ihr Wissen ist hier besonders gefragt.“

Im Anschluss an die zwei Begehungen im September folgt ein Abschlussworkshop nach den Herbstferien. Dort werden die Ergebnisse der Begehungen zusammengefasst und diskutiert.

Die Begehungen sind Kern des Fußverkehrs-Checks und ein weiterer Baustein zur Stärkung der Nahmobilität in Castrop-Rauxel. Dieses partizipative Verfahren soll die kommunale Fußverkehrsförderung anschieben und unterstützen. Fußverkehrs-Checks sollen dazu beitragen, in der Kommune sichere und attraktive Fußwege zu schaffen und den Fußverkehr stärker in das Bewusstsein von Politik und Verwaltung zu rücken. So kann sich eine neue „Geh-Kultur“ entwickeln, die sich positiv auf die Lebensqualität in der Kommune auswirkt. Fußverkehr war lange eine unterschätzte Verkehrsart. Seit einigen Jahren ändert sich das, zurecht: Fußverkehr ist gesund, umwelt- und klimaverträglich und sozial gerecht.

In allen Phasen des Fußverkehrs-Checks wird die Stadtverwaltung von der Planersocietät aus Dortmund unterstützt, einem Fachbüro mit viel Erfahrung in der Fußverkehrsförderung. Die Kosten dafür übernimmt das Verkehrsministerium Nordrhein-Westfalen. Bei der Umsetzung der erarbeiteten Maßnahmen sowie bei der Generierung möglicher Fördermittel berät das Zukunftsnetz Mobilität NRW die Kommune.

Hintergrund

Die Fußverkehrs-Checks in Nordrhein-Westfalen werden seit dem Jahr 2019 vom Zukunftsnetz Mobilität NRW vergeben, jedes Jahr werden dafür insgesamt 12 Städte und Gemeinden ausgewählt. Teilnehmen können alle Mitgliedskommunen des Zukunftsnetzes, von der kleinen Gemeinde bis hin zur Metropole. In diesem Jahr sind folgende Kommunen dabei: Bergisch Gladbach, Bonn, Castrop-Rauxel, Dörentrup, Herford, Herne, Köln, Lünen, Neuenrade, Recklinghausen, Swisttal und Wülfrath.

Weitere Informationen finden Interessierte auf der Internetseite www.zukunftsnetz-mobilitaet.nrw.de/fussverkehrs-check