

Altbewährtes und viel Neues

Neue Awo-Kurse starten Mitte Januar

GE. Die Awo-Familienbildung bietet ab Januar wieder viele interessante Kurse an, in denen Neues gelernt wird, Entspannungssuchende Ruhe finden, Sportbegeisterte ins Schwitzen kommen oder Kreative eigene Kreationen erstellen können.

Es gibt spannende Angebote für die gesamte Familie (wie zum Beispiel „Baby-Musik“, „Ein Tag auf dem Bauernhof“, „Geo-Caching“) oder Unterstützung für Eltern in einem lebendigen Erziehungsalltag („Hilfe, meine Kinder streiten“ oder „Bevor der Kragen platzt“).

In den Fachbereichen „Jugendliche“ und „Senioren“ finden junge und ältere Menschen gezielt Angebote, um ihr Wohlbefinden und ihre Fitness zu fördern und andere Menschen zu treffen (zum Beispiel „Selbstverteidigung für Jugendliche“ oder „Klangentspannung



Kürzlich präsentierten Martina Leßmann, Leiterin der Awo-Familienbildung, und Sandra Junker, Verwaltung, das neue Programm 2018. Foto: Awo

für Senioren“).

Natürlich sind auch die bewährten Yoga-, Aqua-Fitness-, Zumba-, Entspannungs- und Schnupper-Sprach-Kurse wieder dabei.

Viele der Kurse sind durch die Kooperation mit verschiedenen Fami-

lienzentren kostenlos, wie Nähkurse, Eltern-Kind-Turnen, Fitness-Gymnastik oder Infoveranstaltungen zum Familienalltag.

Ganz neu im Programm sind zum Beispiel die Kurse Shibashi, Seifen selbst hergestellt, ein Wohlfühl-Wald-Wochenende, Französisch für Anfänger, Lach-Yoga, Häkeln, Stricken und vieles mehr.

Die neuen Kurse starten ab Mitte Januar, die Kurshefte, in denen alle Angebote gelistet sind, liegen an verschiedenen Stellen im Stadtgebiet aus, zum Beispiel in der Awo-Geschäftsstelle Grenzstraße 47, Telefon 4094-179.

Anmeldungen sind möglich auf verschiedenen Wegen: online direkt auf der Startseite www.awo-gelsenkirchen.de, per Mail an awo.familienbildung@awo-gelsenkirchen.de oder telefonisch unter Telefon 40 94-179 oder 02041 709 49-23.