

Bottrop Mittendrin, 20. Januar 2018

Altbewährtes und viel Neues

Das neue Programm der AWO-Familienbildung ist da

Die AWO Familienbildung bietet ab Januar wieder viele interessante Kurse an, in denen Neues gelernt wird, Entspannungssuchende Ruhe finden, Sportbegeisterte ins Schwitzen kom-

men oder Kreative eigene Kreationen erstellen können. Es gibt spannende Angebote für die gesamte Familie (z.B. Baby-Musik, Ein Tag auf dem Bauernhof, Geo-Caching) oder Unterstützung für Eltern in einem lebendigen Erziehungsalltag (z.B. „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 (z. B. „Selbstverteidigung für Jugendliche“ oder „Klangentspannung 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 Familienzentren kostenlos, z.B. Nähkurse, Eltern-Kind-Turnen, Fitness-Gymnastik oder Infoveranstaltungen zum Familienalltag.

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

Die Kurshefte liegen an verschiedenen Stellen in Bottrop aus.