

## PRESSE-MELDUNG

### Das neue AWO Familienbildungsprogramm 2016 ist da: **Altbewährtes und wieder viel Neues!**

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 (z.B. ZUMBA für Mütter und Töchter, Vater-Kind Zelten, Geo-Caching) oder Unterstützung für Eltern in einem lebendigen Erziehungsalltag (z.B. „Hilfe, meine Kinder streiten“ oder „Bevor der Kragen platzt“).

In den **neuen Fachbereichen „Jugendliche“ und „Senioren“** finden junge und ältere Menschen gezielt Angebote in verschiedenen Bereichen, um ihr Wohlbefinden und ihre Fitness zu fördern und andere Menschen zu treffen (z.B. „Beauty-Workshop für Mädchen“ oder „Gut aussehen im goldenen Alter“).

Natürlich sind auch die bewährten Yoga (jetzt auch für Senioren!), Aqua-Fitness, Tanz-Kurse, Farb- und Stilberatung oder Spanisch-Kurse wieder dabei.

Viele der Kurse sind durch die Kooperation mit verschiedenen Familienzentren kostenlos, z.B. Nähkurse, Eltern-Kind Turnen, Fitness-Gymnastik oder Klangentspannung.

**Ganz neu im Programm** sind z.B. Wellness-Fahrten am Wochenende zum Schnapp´s Hof am Möhnesee, Faszientraining, PeKiP, Achtsamkeitstraining, Arabisch für Anfänger oder ein Cajon-workshop.

**Die neuen Kurse starten ab Mitte Januar**, die Kurshefte liegen ab sofort an verschiedenen Stellen in Gelsenkirchen und Bottrop aus, z.B. in der

**AWO-Geschäftsstelle**

Grenzstr. 47

45881 Gelsenkirchen

Telefon 0209/ 4094-179

oder im

**AWO-Stadtbüro**

Gladbeckerstr. 22

46236 Bottrop

Telefon 02041/ 70949-23

Online finden Sie das komplette Kursprogramm unter [www.awo-gelsenkirchen.de](http://www.awo-gelsenkirchen.de).

Anmeldungen sind ab sofort unter [awo.familienbildung@awo-gelsenkirchen.de](mailto:awo.familienbildung@awo-gelsenkirchen.de) oder telefonisch möglich (zwischen Weihnachten und Neujahr geschlossen).



*Martina Leßmann,  
Leiterin AWO-Familienbildung*

Bottrop und Gelsenkirchen, 18.12.2015