

Pressemitteilungen

87/2026 **Neues Amtsblatt erschienen**

88/2026 **Standesamt am Dienstag geschlossen**

89/2026 **VHS-Workshop „Gesichtsyoga zur Entspannung und Stressbewältigung“**

Pressemitteilung 87/2026

Neues Amtsblatt erschienen

Die Ausgabe 5/2026 des städtischen Amtsblattes ist erschienen. Inhalt:

- Auskünfte zum Korruptionsbekämpfungsgesetz
- Bekanntmachung des Wasser- und Bodenverbandes Herdicksbach: Einladung zur Mitgliederversammlung am Donnerstag, 26. März, um 14.00 Uhr in Waltrop

Alle Amtsblätter stehen online auf www.castrop-rauxel.de/amtsblatt zum Abruf bereit. Bei Interesse kann man sich hier auch für ein Abonnement der zukünftigen Ausgaben registrieren. Diese Zustellung erfolgt dann nach Erscheinen jedes neuen Amtsblattes kostenlos per E-Mail, in der Regel am 5. und 20. des Monats.

Pressemitteilung 88/2026

Standesamt am Dienstag geschlossen

Wegen der alljährlichen Frühjahrsschulung für die Standesbeamtinnen und Standesbeamten in der Westfalen-Lippe-Region bleibt das Standesamt Castrop-Rauxel an seinem neuen Standort im ERIN 6, Erinstraße 6, am Dienstag, 17. März, geschlossen.

Standesbeamte aus dem Kreis Recklinghausen sowie der Städte Gelsenkirchen und Bottrop kommen bei dieser Fortbildung zusammen, die der Fachverband für Standesbeamtinnen und Standesbeamte Westfalen Lippe e.V. zweimal im Jahr anbietet. Gastgeber in der nächsten Woche ist Waltrop.

Per E-Mail ist das Standesamt über die Adresse standesamt@castrop-rauxel.de erreichbar.

Pressemitteilung 89/2026

VHS-Workshop „Gesichtsyoga zur Entspannung und Stressbewältigung“

Am Sonntag, 22. März, bietet die VHS in ihrem Berufsbildungszentrum (BBZ) in Dingen, Westheide 63, einen besonderen Workshop an. „Gesichtsyoga zur Entspannung und Stressbewältigung“ lautet das Thema von 11.00 bis 12.30 Uhr.

Die Teilnehmenden lernen, ihr Gesicht als Spiegel von Emotionen und Stress wahrzunehmen, sie erfahren, wie muskuläre Anspannung im Gesicht mit allgemeinem Stress zusammenhängt, üben einfache Gesichtsyoga-Techniken zur Entspannung, entwickeln Achtsamkeit im Umgang mit Körpersignalen und integrieren kleine Entspannungsroutinen in den Alltag.

Die Kursgebühr beträgt – bei mindestens acht Teilnehmenden – 12 EUR. Anmeldungen nimmt die VHS bis 16. März entgegen: online auf ihrer Seite www.vhs-castrop-rauxel.de, per E-Mail an vhs@castrop-rauxel.de oder telefonisch unter 02305 / 54884-10