

Arbeitsbegleitende Maßnahmen

Programmheft für die
Caritas-Werkstatt
Lauda



die caritas
Tauberkreis



Bitte vor der Anmeldung beachten:

- Für die Seminare **1 - 19** sind Anmeldungen über die Anmeldeformulare notwendig. Diese bekommt ihr bei Katrin Slomka oder euren Gruppenleitungen.
- Jeder kann sich für 2 Seminare anmelden.
- Bei Überbelegung einzelner Seminare werden soweit möglich, alternative Seminare angeboten.
- Für einige Seminare sind die Termine noch nicht festgelegt. Diese Termine werden über einen Aushang bekannt gemacht.

Ansprechperson:

Katrin Slomka

Kontakt:

Tel: 09341/9220-3517

Mail: k.slomka@caritas-tbb.de



Inhaltsverzeichnis

1. Kochen und Einkaufen	4
2. Aktuelles Zeitgeschehen	5
3. Laufgruppe 1	5
4. Laufgruppe 2	6
5. Osterbasteln	7
6. Wir gestalten die neue Werkstatt	7
7. Autowerkstatt	8
8. Digitale Bildung-Lernen mit dem iPad	8
9. Backen	9
10. Rechnen Niveaustufe 1	9
11. Rhythmus erleben	10
12. Gymnastik	10
13. Schwimmen	11
14. Kleine Auszeiten	11
15. Besuch in der neuen Werkstatt	12
16. Einzelbeschäftigung	12
17. ICH-Buch	13
18. Tagesseminar Sexualität	13
19. Exkursion Kreismedienzentrum	14
20. Fußball AG	15

1. Kochen und Einkaufen

Wir lernen die Grundlagen einer gesunden Ernährung kennen.
Wir bereiten einfache Speisen und Getränke zu. Dadurch lernt ihr im Alltag bewusst mit verschiedenen Lebensmitteln umzugehen. Gemeinsam werden wir lernen, den Esstisch schön einzudecken und Servietten zu falten.
Natürlich essen wir im Anschluss das Gekochte gemeinsam. Zuvor werden wir uns überlegen, was wir benötigen, einen Einkaufszettel schreiben und die benötigten Zutaten einkaufen.

Wann und wie oft? 2 Termine, Dienstag, 05.04.22 und 05.07.22 um 8:15 Uhr bis ca. 12:15 Uhr (inkl. Mittagessen)

Wo und mit wem? Personalküche mit Katrin Slomka
Treffpunkt am Speisesaal (bitte pünktlich!!!)

[Hinweis: Beschäftigte, die nicht regelmäßig am Mittagessen teilnehmen, müssen eine Eigenbeteiligung von 3,57 € für das Mittagessen bezahlen.](#)

Voraussetzungen? Max. 4 Teilnehmer*Innen

Interesse und Freude an der Zubereitung von kleinen Mahlzeiten.

Bitte unbedingt vorab Nahrungsunverträglichkeiten angeben!

Einhaltung der Hygieneregeln. Termine können einzeln gebucht werden.

2. Aktuelles Zeitgeschehen

Wir lesen gemeinsam Texte aus einer Zeitung in einfacher Sprache. Zu den Themen aus den Bereichen Politik, Sport und Bildung bearbeiten wir Aufgaben.

Wann und wie oft? Jeden Dienstag ab 01.03.22 um 8:30 Uhr (fortlaufend)

Wo und mit wem? AbM-Raum mit Katrin Slomka

Voraussetzungen? Max. 8 Teilnehmer*Innen

Interesse an aktuellen Themen, Verstehen einfacher Texte, Lesen, Schreiben

3. Laufgruppe 1, schnelles Tempo

In dieser Gruppe treffen wir uns zum gemeinsamen Laufen (Kein Joggen!), gerne auch Nordic Walking! Ziel ist die eigene Fitness, Mobilität und Ausdauer zu verbessern. Wer Nordic Walking Stöcke hat, kann diese gerne mitbringen, ansonsten bekommt ihr sie gestellt.

Wann und wie oft? 8 Termine. Wird rechtzeitig als Aushang bekannt gegeben

Wo und mit wem? Eingangsbereich mit Simone Michel

Voraussetzungen? Max. 8 Teilnehmer*Innen

Gehfähigkeit und Ausdauer, sowie Spaß an Bewegung.

Bitte gutes Schuhwerk (Turnschuhe), Sportkleidung und etwas zum Trinken mitbringen.

4. Laufgruppe 2, langsames Tempo

In dieser Gruppe treffen wir uns zum gemeinsamen Laufen (Kein Joggen!), gerne auch Nordic Walking! Wir laufen in einem langsamen, angenehmen Tempo, so dass auch jeder mitkommt. Ziel ist die eigene Fitness, Mobilität und Ausdauer zu verbessern. Wer Nordic Walking Stöcke hat, kann diese gerne mitbringen, ansonsten bekommt ihr sie gestellt.

Wann und wie oft? 8 Termine, jeden Montag ab 25.04.22 um 13:20 Uhr

Wo und mit wem? Eingangsbereich mit Katrin Slomka

Voraussetzungen? Max. 6 Teilnehmer*Innen

Gehfähigkeit und Ausdauer, sowie Spaß an Bewegung.

Bitte gutes Schuhwerk (Turnschuhe), Sportkleidung und etwas zum Trinken mitbringen.

5. Osterbasteln

Wir basteln jahreszeitlich und auf Ostern hin verschiedene schöne Sachen. So können wir den Umgang mit Schere, Kleber und anderen Bastelutensilien üben.

Wann und wie oft? 6 Termine. Die Termine werden rechtzeitig bekannt gegeben

Wo und mit wem? AbM-Raum mit Melanie Wolfstädter + Azubi / FSJ

Voraussetzungen?

Max. 4 Teilnehmer*Innen aus dem Werkstattbereich und 4 Teilnehmer*innen aus dem FuB, Spaß und Freude am Basteln

6. Wir gestalten die neue Werkstatt

Bei diesem Angebot, werden wir hier in der neuen Werkstatt schauen, was wir gestalten können. Das Angebot beinhaltet sowohl basteln als auch kreatives Gestalten.

Wo und mit wem? Josephine, Mona, Pascal

Wann und wie oft? Ab April. Die Termine werden rechtzeitig bekannt gegeben

Voraussetzungen: Feinmotorisches Geschick, max. 5 Teilnehmer*innen

7. Autowerkstatt

Dieser Kurs richtet sich an begeisterte Bastler, denn wir restaurieren kleine SIKU Spielautos.

Wir machen uns Gedanken, wie wir von Siku Autos (auch von alten) z.B.
-aufgebrachte Farbe abbekommen und neu lackieren wie du willst
-Achsen wieder gerade bekommen
-abgebrochene Teile wieder fixieren ...und vieles mehr

Wann und wie oft? 3 Termine, ab Dienstag, den 15.03.22 um 10:10 Uhr

Wo und mit wem? AbM-Raum mit Aaron Fladausch und Katrin Slomka

Voraussetzungen? Max.8 Teilnehmer*Innen

Feinmotorisches Geschick ist wichtig. Du bringst ein neues oder altes Siku Auto mit. Neu kostest es ca. 5 Euro. Wir können dir das auch besorgen.

8. Digitale Bildung-Lernen mit dem iPad

Hier wollen wir den Umgang mit dem iPad erlernen.

Mit unterschiedlichen Lernapps, z.B. die Anton App und Osmo, werden Übungen zu Rechnen, Lesen, Schreiben, Englisch etc. sowie interaktive Übungen zum kreativen Denken, geboten.

Wann und wie oft? 8 Termine, ab 12.04.22, Dienstag um 10:10 Uhr

Wo und mit wem? Raum wird bekannt gegeben, mit Katrin Slomka

Voraussetzungen? Max. 6 Teilnehmer*innen

Interesse an Übungen auf dem iPad. Der Kurs ist nicht zum „Spielen“ gedacht.

9. Backen

Nach leicht verständlichen Rezepten backen wir gemeinsam einen Kuchen. Ziel ist, dies auch mal alleine nachbacken zu können.

Wann und wie oft? 3 Termine, 27.06.22 und 04.07.22 um 8:30 Uhr, am 01.03.22 um 10:10 Uhr

Wo und mit wem? Personalküche mit Katrin Slomka

Voraussetzungen? Max. 3 Teilnehmer*Innen

10. Rechnen Niveaustufe 1

Wir üben gemeinsam das Rechnen. Anhand von leichten Rechenaufgaben üben wir Plus und Minus, Zahlen schreiben und zählen.

Wann und wie oft? 10 Termine, ab 07.03.22, Montag um 8:30 Uhr

Wo und mit wem? CWL-Besprechungszimmer mit Katrin Slomka

Voraussetzungen? Max 6 Teilnehmer*Innen

11. Rhythmus erleben

Mit unterschiedlichen Instrumenten, dem Klang unserer Stimme und unserem Körper wollen wir verschiedene Rhythmen erleben. Wir orientieren uns an moderner Musik, aber auch an Liedern aus anderen Ländern.

Wann und wie oft? 10 Termine, ab 14.03.22 um 10:10 Uhr

Wo und mit wem? Schulungsraum mit Susanne Jäckel und Katrin Slomka

Voraussetzungen? Max. 6 Teilnehmer*innen aus der Werkstattbereich und 4 Teilnehmer*innen aus dem FuB

12. Gymnastik

Fit werden und bleiben mit einfachen Übungen.
Wir starten unsere Sportchallenge und machen Gymnastik.

Wann und wie oft? 10 Termine, ab 12.04.22 um 13:20 Uhr

Wo und mit wem? AbM-Raum mit Katrin Slomka

Voraussetzungen? Max. 8 Teilnehmer*innen aus dem Werkstattbereich

13. Schwimmen

Sobald sich die Corona Lage wieder entspannt, werden wir wieder ins Hallenbad nach Lauda zum Schwimmen gehen. Wenn es richtig warm ist, besuchen wir das Freibad hier im Ort. Denn schwimmen tut deinem ganzen Körper gut. Neben schwimmen, werden wir auch verschiedene Spiele im Wasser machen, die für Spaß sorgen.

Wann und wie oft? Einmal im Monat. Die Termine werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Wo und mit wem? Treffpunkt am Eingang mit Katrin Slomka und Aaron Fladausch

Voraussetzungen? Max. 6 Personen. Du solltest gerne ins Wasser gehen.

14. Kleine Auszeiten

Mit verschiedenen Entspannungstechniken versuchen wir einen Ausgleich und Erholung zu eurer täglichen Arbeit zu schaffen. Durch Phantasiereisen, Atemübungen, Muskelentspannungen, Mandalas malen, etc. lernen wir ganz unterschiedliche Übungen kennen.

Wann und wie oft? 6 Termine, ab 12.04.22, Dienstag um 10:10 Uhr

Wo und mit wem? AbM-Raum mit Melanie Sack

Voraussetzungen? Max. 6 Teilnehmer*innen

15. Besuch der neuen Werkstätten

Wie ihr wisst, gibt es zwei neue Werkstätten. Eine ist in Bad Mergentheim und die andere ist in Lauda. Wir fahren zusammen in einer Kleingruppe in die andere Werkstatt. Ihr habt die Möglichkeit die jeweils andere Werkstatt kennenzulernen und alte Bekannte mal wieder zu treffen.

Wann und wie oft? 1 Termin, 11.07.22

Wo und mit wem? Wir treffen uns im Eingangsbereich mit Katrin Slomka

Voraussetzungen? Interesse an der anderen Werkstatt

16. Einzelförderung

Kann bei Bedarf mit den einzelnen Teilnehmern und Gruppenleitungen abgesprochen werden.

17. Erstellen eines ICH-Buches

Hier wird ein persönliches Büchlein erstellt, in dem zum Teil bildhaft dein Arbeitsalltag, deine Arbeit in der Werkstatt festgehalten wird und noch vieles mehr, was dich gut beschreibt und was dich ausmacht.

Wann und wie oft? 4 Termine, 14, 15, 21. und 23.03.22 um 13:20 Uhr

Wo und mit wem? AbM-Raum mit Katrin Slomka

18. Tagesseminar Sexualität

Im Seminar werden verschiedene Fragen zum Thema Sexualität besprochen. Es geht dabei um den eigenen Körper, Liebe, Partnerschaft, aber auch um Verhütung und alle anderen Fragen rund um das Thema Sexualität.

Das Seminar wird von Frau Hasel geleitet, sie leitet regelmäßig Seminare zum Thema Sexualität in Einrichtungen für Menschen mit Behinderung.

Wann und wie oft? Donnerstag, 07.07.22, 9:30-15:00 Uhr
1 Termin (ganztags)

Wo und mit wem? AbM-Raum, Frau Hasel (Sexualpädagogin und Beraterin) und Katrin Slomka

Voraussetzungen? Interesse am Thema „Sexualität“, max. 16 Teilnehmer*innen

19. „Maker Space“ – Digitale Technik der Zukunft

Wir besuchen das digitale Labor „Maker Space“ im Kreismedienzentrum in Distelhausen. Dort bekommen wir gezeigt wie 3-D-Drucker, 3-D-Scanner, Robotik und andere digitale Geräte funktionieren. Vielleicht arbeiten wir in einigen Jahren auch in den Werkstätten damit?

Der Kurs ist besonders für technikbegeisterte Personen geeignet, die sich gerne mit digitalen Medien und Computern beschäftigen.

Wann und wie oft? 1 Termin, wird rechtzeitig bekannt gegeben

Wo und mit wem? Distelhausen, Kreismedienzentrum mit Katrin Slomka

Voraussetzungen? Siehe oben

20. Fußball-AG

Wir spielen gemeinsam Fußball. Dafür trainieren wir unsere Fitness und Ausdauer. Wir machen Kraftübungen, Dehnübungen und Übungen mit dem Fußball. Nach Möglichkeit nehmen wir an Fußballturnieren teil. Dafür werden die Mannschaftsspieler speziell gefördert.

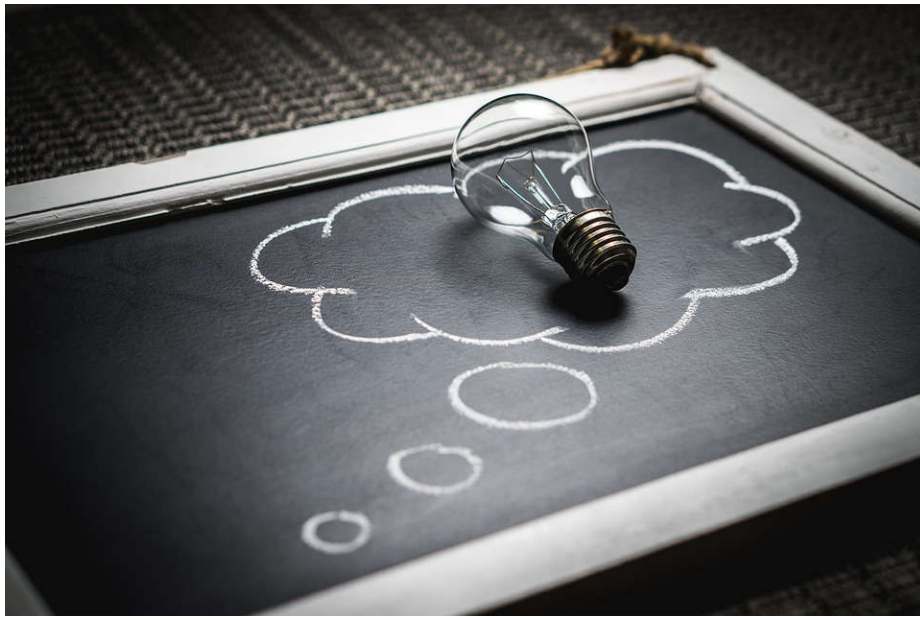
Wann und wie oft? Ab dem Frühjahr. Die Termine werden rechtzeitig bekannt gegeben

Wo und mit wem? Treffpunkt ist im Eingangsbereich der Werkstatt
Mit Berthold Withopf und Tobias Walter

Voraussetzungen? Man sollte ein Mindestmaß an Hand – Fuß Koordination haben. Man sollte Freude am Fußballspielen haben, sowie Spaß an der Gemeinschaft und Bewegung.

"Lerne von gestern, lebe für heute, hoffe auf morgen.
Das Wichtigste ist,
dass man nie aufhört, Fragen zu stellen."

Albert Einstein



Die Anmeldeformulare für die Seminare gibt es
bei den Gruppenleitungen oder bei
Katrin Slomka.