

# Arbeitsbegleitende Maßnahmen für Beschäftigte der Alois Eckert Werkstätten



**Halbjahresprogramm**  
September 2019 bis  
Februar 2020

die caritas  
Tauberkreis



## 1. Lesen, Schreiben und Rechnen

Wir fördern das Lesen, Schreiben und Rechnen. Wir zählen bis 10 und üben den Umgang mit Geld. Je nachdem wie gut das klappt, werden wir auch einfache Rechenaufgaben, Schreibaufgaben und Leseaufgaben lösen.

**Wann?** Jeden Montag ab 09.09.2019, 8:30 Uhr

**Wie oft?** 14 Mal

**Wo?** Schulungsraum mit Katrin Slomka

### Voraussetzungen:

Man sollte die Zahlen bis 10 Lesen können.

## 2. Kochen und Einkaufen

Wir lernen die Grundlagen einer gesunden Ernährung kennen.

Durch die Zubereitung einfacher Speisen /Getränke und des Vermittelns eines bewussten Umgangs mit verschiedenen Lebensmitteln, sollen Kenntnisse erworben werden, die im Alltag leicht angewendet werden können. 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?** Dienstags, 8:15 Uhr – ca. 12:00 Uhr **(inkl. Mittagessen)**

**Wie oft?**

1. Termin: Wir kochen Spaghetti mit Pesto	17.09.19
2. Termin: Wir kochen mit Kürbissen	22.10.19
3. Termin: Wir backen Pfannkuchen	19.11.19
4. Termin: Wir kochen einen Eintopf	10.12.19
5. Termin: Wir backen Pizza	14.01.20

**Wo?** Küche im CaBiz mit Katrin Slomka  
Treffpunkt am Speisesaal (bitte pünktlich!!!)

### Voraussetzungen:

Interesse und Freude an der Zubereitung von kleinen Mahlzeiten.

Bitte Nahrungsunverträglichkeiten angeben.

Jeder Termin kann einzeln belegt werden! Max. 4 Teilnehmer\*innen

### 3. 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?** Jeden Mittwoch ab 11.09.2019, 8:30 Uhr

**Wie oft?** Fortlaufend

**Wo?** Schulungsraum mit Katrin Slomka

**Voraussetzungen:**

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

### 4. Plätzchen backen

Zur Einstimmung auf die Weihnachtszeit dürfen natürlich keine Plätzchen fehlen. Wir backen unterschiedliche Plätzchen gemeinsam, die dann kurz vor Weihnachten bei den internen Weihnachtsfeiern der Gruppen auch jeder probieren darf.

**Wann?** Mittwochs, 8:30 Uhr – ca. 11:00 Uhr

**Wie oft?** 1. Termin: 27.11.19  
2. Termin: 04.12.19  
3. Termin: 11.12.19  
Jeder Kurs kann einzeln belegt werden!

**Wo?** Küche im CaBiz mit Simone Michel

**Voraussetzungen:**

Freude am Backen

Max. 4 Teilnehmer\*innen

## 5. Schwimmen

Wir fahren nach Lauda in das Schwimmbad und werden uns dort mit Wasserspielen und Bewegungsübungen fit halten, die eigene Beweglichkeit und Mobilität fördern oder auch einfach nur schwimmen.

**Wann?** Freitag, 12:45 Uhr - 15:00 Uhr

**Wie oft?** Ca. 1 Mal pro Monat ab Oktober, ihr bekommt vorher einen Informationsbrief

**Wo?** Treffpunkt Speisesaal 12:45 Uhr (bitte pünktlich!)  
Schwimmbad Lauda  
Mit Joachim Rothengast und Katrin Slomka

### **Voraussetzungen:**

Freude an Bewegung und Wasser  
Max. 6 Teilnehmer\*innen

## 6. Laufgruppe 1

In dieser Gruppe treffen wir uns zum gemeinsamen Laufen in **schnellerem Tempo** (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 hier.

**Wann?** Montag, ab 16.09.19, 10:00 Uhr – 11:00 Uhr

**Wie oft?** 8 Mal

**Wo?** Eingang WfbM mit Daniela Feuerstein

### **Voraussetzungen:**

Gefähigkeit und Ausdauer, sowie Spaß an Bewegung.  
Bitte gutes Schuhwerk (Turnschuhe), Sportkleidung und etwas zum Trinken mitbringen.  
Max. 6 Teilnehmer\*innen

## 7. Laufgruppe 2

In dieser Gruppe treffen wir uns zum gemeinsamen Laufen in **langsamen Tempo!** Ziel ist die eigene Fitness, Mobilität und Ausdauer zu verbessern.

**Wann?** Montag, ab 16.09.19, 10:00 Uhr – 11:00 Uhr

**Wie oft?** 8 Mal

**Wo?** Eingang WfbM mit Katrin Slomka

### **Voraussetzungen:**

Gefähigkeit und Ausdauer, sowie Spaß an Bewegung.

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

Max. 6 Teilnehmer\*innen

## 8. Basteln

Wir basteln jahreszeitlich und auf Weihnachten hin verschiedene schöne Sachen.

So können wir den Umgang mit Schere, Kleber und anderen Bastelutensilien üben. Eigene Ideen sind willkommen.

**Wann?** Montag, ab 18.11.19, 10:00 Uhr – 11:30 Uhr

**Wie oft?** 5 Mal

**Wo?** Schulungsraum mit Katrin Slomka oder Melanie Sack

### **Voraussetzungen:**

Spaß und Freude am Basteln

Max. 7 Teilnehmer\*innen

## 9. Geburtstagstassen bemalen

Jeder bekommt zu seinem Geburtstag eine weiße Tasse geschenkt. Diese kann hier mit speziellen Porzellanstiften angemalt und verziert werden. Im Anschluss wird die Farbe auf der Tasse im Backofen eingebrannt, so dass ihr sie zuhause ganz normal benutzen und spülen könnt.

Wenn ihr also Geburtstag hattet, kommt gerne zum Bemalen.

**Wann?** Dienstag, 10:00 Uhr – 12:00 Uhr

**Wie oft?**

1. Termin:	10.09.19
2. Termin:	15.10.19
3. Termin:	26.11.19
4. Termin:	17.12.19

**Wo?** Schulungsraum arbeitsbegleitende Maßnahmen

### Voraussetzungen:

Geburtstagstasse mitbringen, die du zum Geburtstag bekommen hast.

## 10. Hochbeet winterfest machen

Gemeinsam schauen wir, was im Hochbeet wächst und wie wir das Hochbeet bestmöglich für den Winter herrichten können. Wir schneiden einzelnen Pflanzen ab, befreien es von Unkraut und füllen es teilweise mit Erde auf.

Im Frühjahr bepflanzen wir es neu mit Kräutern und Gemüse. Wir müssen es aber auch regelmäßig gießen.

**Wann?** Dienstag, 08.10.19, 8:30 - ca.12:00 Uhr

**Wie oft?** 1 Mal

**Wo?** Am Hochbeet hinter der Küche mit Katrin Slomka und Winfried Hönig.  
Die anderen Termine werden im Frühjahr sein und im neuen Programm bekannt gegeben.

### Voraussetzungen:

Interesse und Spaß an der Gartenarbeit, Bereitschaft und Zuverlässigkeit regelmäßige Gießdienste zu übernehmen.

## 11. Papier schöpfen

Bei diesem Kurs hast du die Möglichkeit Papier schöpfen zu lernen und unterstützt das Team im Förder-und Betreuungsbereich im Neubau. Es wird geschöpft, geschnitten, geklebt, gestanzt, gestempelt und gefaltet. Gemeinsam werdet ihr damit Grußkarten erstellen.

**Wann?** Ab Oktober jeden Montag, 9:00 Uhr – 11:00 Uhr

**Wie oft?** Fortlaufend

**Wo?** Förder-und Betreuungsbereich (Neubau) mit den dortigen Mitarbeitern/Mitarbeiter\*innen

**Voraussetzungen:**

feinmotorisches Geschick

Max. 3 Teilnehmer\*innen aus der Werkstätte

## 12. Advent und Weihnachten

Wir stimmen uns durch Lieder, Geschichten und kleinen Bastelarbeiten bewusst auf die Advents-und Weihnachtszeit ein.

**Wann?** Mittwoch, ab 27.11.19, 10:00 Uhr – 11:00 Uhr

**Wie oft?** 4 Mal

**Wo?** Turnhalle mit Katrin Slomka

**Voraussetzungen:**

Spaß und Freude am Thema

## 13. Tanz AG

Wir bewegen uns zu Musik und üben einfache Tänze zu aktueller Musik ein. Gerne dürfen auch eigene Musikvorschläge miteingebracht werden. An Festen können wir diese aufführen.

**Wann?** Jeden Montag 13:00 Uhr – 14:00 Uhr, ab 16.09.19

**Wie oft?** Fortlaufend

**Wo?** Turnhalle mit Alena Volkert und Katrin Slomka

**Voraussetzungen:**

Spaß und Freude am Thema

## 14. Bewegende Zumba Entspannung

Hier erwartet euch reichlich Bewegung. Beim Zumba wird zu lateinamerikanischen Melodien getanzt. Am Ende erfolgt eine Entspannung.

**Wann?** Mittwochs, ab 02.10.19, 10:00 Uhr – 11:00 Uhr

**Wie oft?** 9 Mal

**Wo?** Turnhalle mit Susanne Volkert, Heidi Schlund und Laura Pfreunds Schuh im Wechsel

**Voraussetzungen:**

Spaß am Tanzen und an lateinamerikanischen Liedern

Max. 16 Teilnehmer (8 aus dem FuB und 8 aus der Werkstätte)

## 15. Entspannung durch Bewegung

Hier habt ihr viel Bewegung in Form von Ball-, Tuch- und Stab Spielen und der Spaß kommt natürlich nicht zu kurz.

**Wann?** Dienstag, ab 10.12.19 von 10:00 Uhr – 11:00 Uhr

**Wie oft?** 6 Mal

**Wo?** Turnhalle mit Isolde Wolfert

### **Voraussetzungen:**

Freude an Bewegung

Max. 6 Teilnehmer (3 aus dem FuB und 3 aus der Werkstätte)

## 16. WhatsApp einfach erklärt

Fast jeder hat heute ein Handy. Nachrichten können über WhatsApp verschickt werden. Aber was ist das überhaupt? Wie kann ich Freunden ein Foto oder eine Sprachnachricht schicken? Wie kann ich WhatsApp sicher benutzen? Oder wie kann ich andere Leute blockieren...???

Wir versuchen diese Fragen zu klären und ihr könnt gerne eigene Fragen miteinbringen.

**Wann?** Dienstag, ab 05.11.19, 8:30-9:40 Uhr

**Wie oft?** 2 Mal

**Wo?** Schulungsraum mit Katrin Slomka

### **Voraussetzungen:**

Ihr solltet ein Handy besitzen und Interesse an WhatsApp haben. Vielleicht spielt ihr ja auch mit dem Gedanken, euch WhatsApp bald auf euer Handy zu laden.

## 17. PC Kurs

In diesem Kurs lernen wir Grundkenntnisse am PC kennen. Den Umgang mit der Maus, die Tastatur und das Schreibprogramm Word werden unsere hauptsächlichen Themen sein.

**Wann?** Montag, ab 13.01.20, 8:30 Uhr – 11:00 Uhr

**Wie oft?** 3 Mal

**Wo?** Computer Schulungsraum CaBiz mit Katrin Slomka

### **Voraussetzungen:**

Interesse am PC, sowie lesen und schreiben können! Dieser Kurs richtet sich an diejenigen, die noch wenig Kenntnisse am PC haben!

Max. 3 Teilnehmer\*innen

## 18. Offenes Lernangebot

Hier werden bei Bedarf und nach Interesse Themen behandelt.  
Gerne können eigene Wünsche miteingebracht werden.

**Wann?** Immer mittwochs, ab 17.10.19, 10:00 Uhr – 11:30 Uhr

**Wie oft?** Wenn kein anderes Angebot stattfindet

**Wo?** Schulungsraum mit Katrin Slomka

## 19. Collagen gestalten

Nach einer Fantasiereise gestalten wir eine Collage. D.h. wir wählen aus vielen bunten Bildern, die wir in Zeitschriften finden aus, was uns gefällt. Wir schneiden Bilder aus, kleben, gestalten und setzen sie neu zusammen. Es entstehen kleine Collagen, die uns überraschen und erfreuen können. Zum Schluss erfinden wir dazu noch eine kleine Geschichte. Wer Freude an bunten Bildern hat und etwas Neues ausprobieren will, ist herzlich willkommen.

<b>Wann?</b>	Montags, 10:00-11:00 Uhr
1. Termin:	16.09.19
2. Termin:	23.09.19
3. Termin:	14.10.19
4. Termin:	21.10.19
5. Termin:	04.11.19
6. Termin:	11.11.19

<b>Wie oft?</b>	6 Mal
<b>Wo?</b>	Schulungsraum mit Christa Michel

### Voraussetzungen:

Freude am künstlerischen Gestalten

Max. 3 Teilnehmer\*innen aus der Werkstatt/ 3 Teilnehmer\*innen aus dem FuB

## 20. Mandalas

Hier geht es um das kreative Gestalten von Mandalas. Es können Mandalas ausgemalt werden. Wir werden auch ein Mandala aus Naturmaterialien legen, die wir zuvor gemeinsam in der Natur sammeln und aufkleben. Dazu hören wir entspannende Musik und verbinden es auch Mal mit einer Phantasiereise.

**Wann?** Mittwoch, ab 18.09.19, 10:00 Uhr – 11:00 Uhr

**Wie oft?** 4 Mal

**Wo?** Schulungsraum mit Katrin Slomka

### **Voraussetzungen:**

Freude und Spaß am Malen

Max. 8 Teilnehmer\*innen

## 21. Filmvorführung

Wir schauen uns einen Film gemeinsam an. Die Wahl des Filmes erfahrt ihr rechtzeitig 😊  
**Dieses Angebot zählt zusätzlich zu den anderen Angeboten und jeder kann teilnehmen, nach Absprache mit der Gruppenleitung**

**Wann?** Wird als Aushang bekannt gegeben

**Wie oft?** 1 Mal

**Wo?** Wird als Aushang bekannt gegeben

## 22. Exkursion: Besichtigung der verschiedenen Wohnformen

Bei diesem Angebot gehen wir zunächst auf die einzelnen Wohnformen ein, die vom Caritas Verband angeboten werden.

„Wo gibt es Wohnheime, was gibt es für Unterschiede, wie ist die Betreuung in den verschiedenen Heimen bzw. Wohnformen, habe ich dort ein eigenes Zimmer...???“

All diese Fragen wollen wir klären.

Beim zweiten Termin werden wir uns die unterschiedlichen Einrichtungen anschauen und ihr könnt euch selbst ein Bild davon machen und Bewohner oder Veronika Bauer, Leitung der Ambulanten Dienste, dazu befragen.

**Wann?**      21.01.20      8:30 Uhr - 9:40 Uhr Theorie  
                 22.01.20      8:30 Uhr -12:00 Uhr Exkursion

**Wie oft?**    2 Mal

**Wo?**            Schulungsraum, vor Ort die Wohnheime besichtigen mit Katrin Slomka

### **Voraussetzungen:**

Ihr wohnt noch zuhause und habt aufgrund der eigenen Lebensplanung Interesse an den verschiedenen Wohnformen.

max. 6 Teilnehmer\*innen

## 23. Einzelförderung

Kann bei Bedarf mit den einzelnen Teilnehmern abgesprochen werden.

## 24. 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?** Immer freitags, 13:00 Uhr – 15:00 Uhr

**Wie oft?** Fortlaufend

**Wo?** Treffpunkt ist im Eingangsbereich der Werkstatt in Gerlachsheim  
Im Sommer auf dem Sportplatz  
Im Winter in der Sporthalle  
Mit Berthold Withopf, Steven Schall, Tobias Walter

### **Voraussetzungen:**

Man muss ein Mindestmaß an Hand – Fuß Koordination haben. Man muss Freude am Fußballspielen haben. Man muss Spaß an der Gemeinschaft und Bewegung haben.

## 25. Disco

Bei Musik und Discolicht kann man nach Lust und Laune tanzen oder auch einfach nur zuschauen und zuhören.

**Wann?** 1 Termin, wird per Aushang bekannt gegeben

**Wie oft?** 1 Mal

**Wo?** Turnhalle

### Voraussetzungen:

KEINE 😊

Dieses Angebot zählt zusätzlich zu den anderen Angeboten und jeder kann teilnehmen, nach Absprache mit der Gruppenleitung.

Keine Anmeldung erforderlich.

## 26. Aufbaukurs Lese- und Schreibwerkstatt

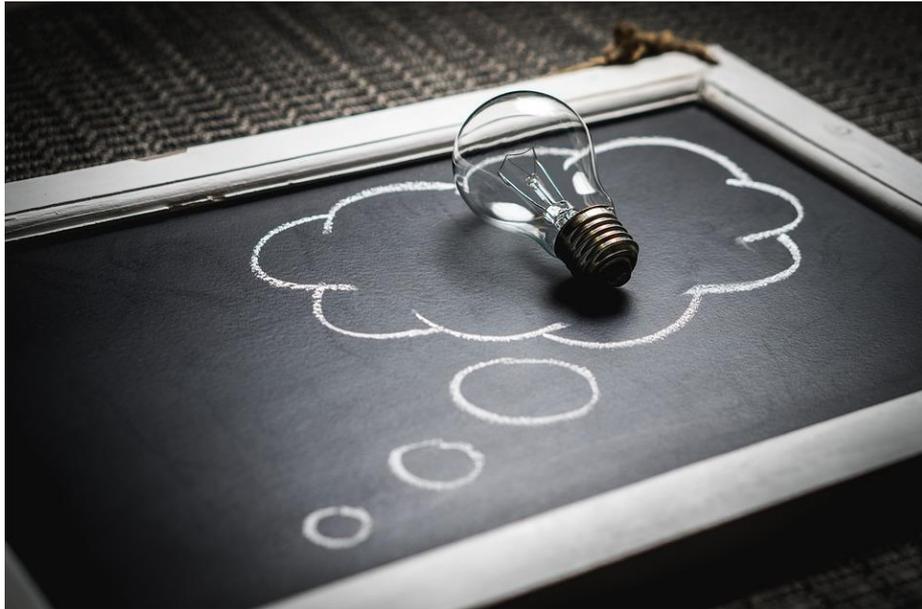
Hier wird das Lesen und Schreiben gemeinsam praktisch geübt. Es werden zusammen kleine Texte geschrieben und Texte gelesen.

**Wann?** Wird als Aushang bekannt gegeben

**Wie oft?** Wird als Aushang bekannt gegeben

**Wo?** Im Schulungsraum gemeinsam mit Katrin Slomka und Tony Zeis

„Erzähle mir und ich vergesse.  
Zeige mir und ich erinnere.  
Lass mich tun und ich verstehe.“  
Konfuzius



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