

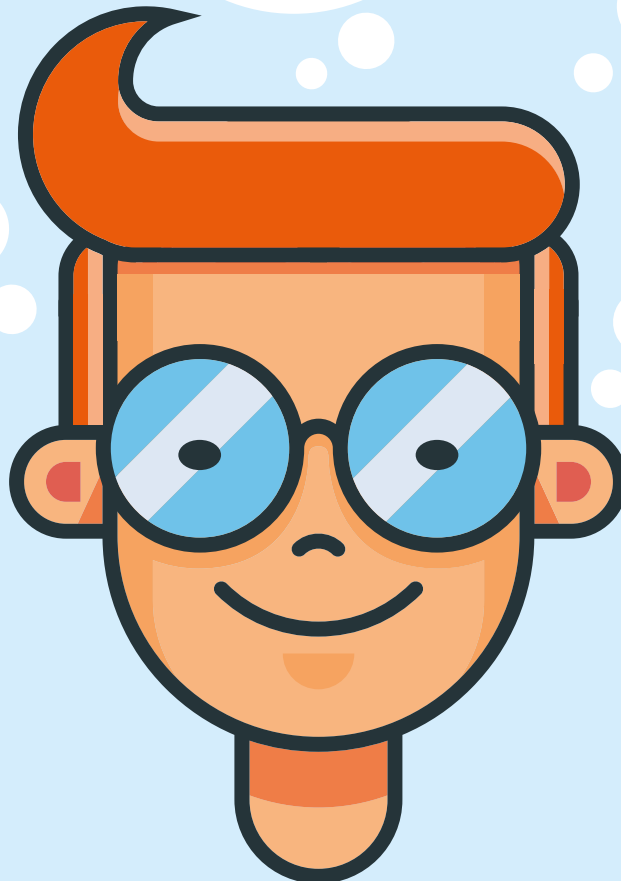


Diakonie am
Thonberg

Sommer 2022

FORT- UND WEITERBILDUNG

Katalog



Diakonie am Thonberg
Eichlerstraße 2
04317 Leipzig

www.dat-leipzig.de


Im Verbund der
Diakonie 

BBW
LEIPZIG
GRUPPE

Liebe Werkstattmitarbeiterinnen und Werkstattmitarbeiter,

Sie halten den „Sommer-Katalog“ in den Händen.

Sommerzeit ist Urlaubszeit. Bitte beachten Sie daher schon beim Anmelden auch Ihre Urlaubs-Planung.

In diesem Kurs-Heft gibt es wieder einige Angebote der **Volks-Hoch-Schule (VHS)**. Diese sind mit diesem Logo gekennzeichnet:  **vhs**

Volkshochschule
Leipzig

Die VHS – Angebote in diesem Heft sind für Sie kostenfrei.

Seit einigen Monaten ist in dieser Welt viel los. Wir leben in turbulenten Zeiten. Corona-Pandemie, Ukraine-Krieg, Klima-Katastrophen. Dies kann in uns Sorgen und Ängste auslösen. Wir wollen darüber reden. Dafür wird es einen wöchentlichen **Gesprächskreis** geben. Ich lade Sie herzlich zum Austausch ein.

Nachrichten sind meist in schwerer Sprache. Wir alle wollen Informationen gut verstehen. Ich zeige Ihnen Möglichkeiten, wo und wie Sie **Nachrichten in leichter Sprache** finden können.

In diesem Katalog wird es Kurse zum Thema „**Älter werden**“ geben. Dieses Angebot richtet sich an alle Werkstattmitarbeitende über 55. Ich bitte die Gruppenleitungen, die Anmeldung derjenigen Mitarbeitenden zu unterstützen.

Für die Angebote im Stadtgebiet werde ich Sie wieder begleiten. Wir werden zum Beispiel zum **Stadtgeschichtlichen Museum** und ins **Neue Rathaus** fahren.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Durchblättern!

Wenn Sie Fragen zu den Kursen haben oder Hilfe benötigen, können Sie gern zu mir kommen. Mein Büro ist im 1. Obergeschoss in der Eichlerstraße.



Franziska Theile
Abteilungsleiterin Berufliche Bildung

Wie melde ich mich bei einem Kurs an?

1. Blättern Sie in Ruhe das Kurs-Heft durch.



2. Wählen Sie die Kurse aus, die Ihnen am besten gefallen.
Es dürfen höchstens 2 Kurse sein.
Gern hilft Ihnen dabei die Gruppenleitung.



3. Die Gruppenleitung schreibt Ihren Wunsch in den Anmeldebogen.

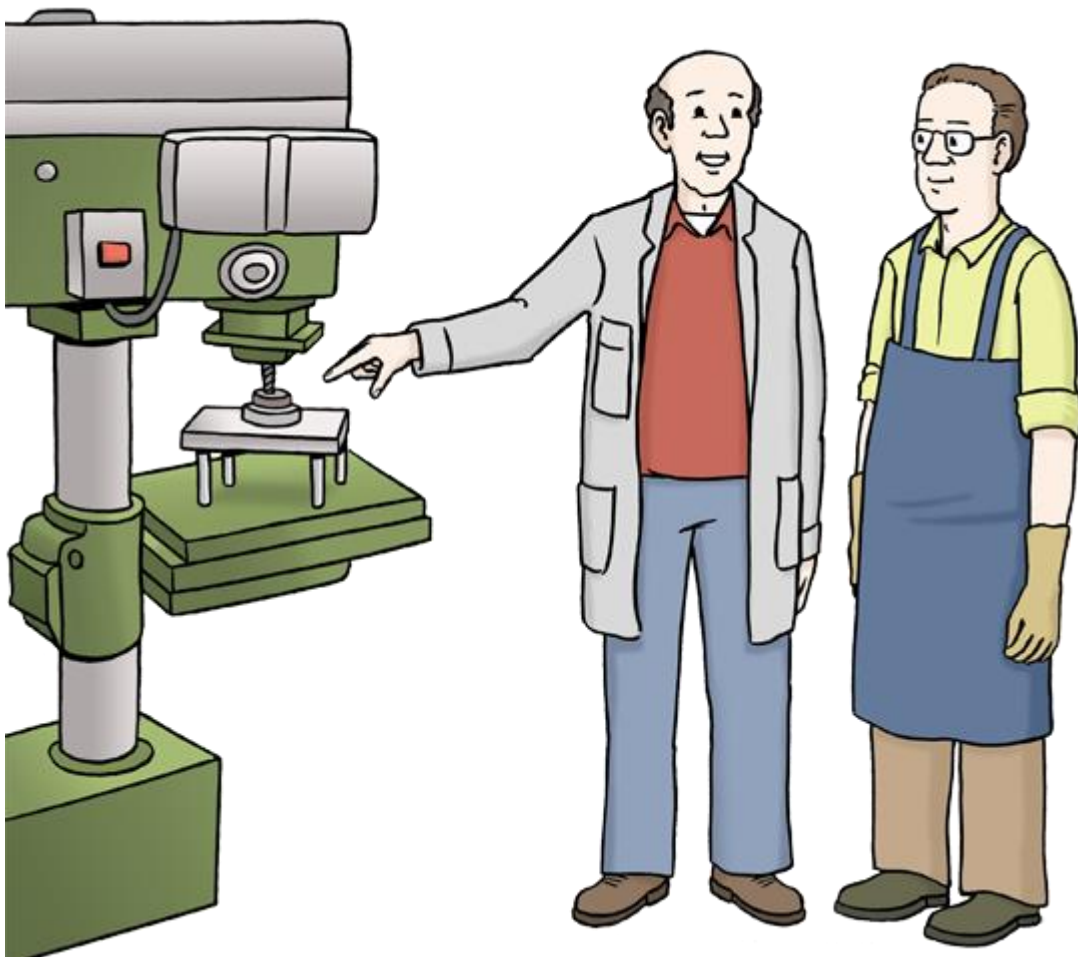


4. Sie erhalten in wenigen Tagen eine Antwort, ob Sie an dem Kurs teilnehmen werden.

Es werden nur Zusagen versendet. Absagen werden aus umwelt-freundlichen Gründen nicht versendet.
Das heißt: Sie haben sich für einen Kurs angemeldet und erhalten keine Zusage? Sie können an dem Kurs nicht teilnehmen.



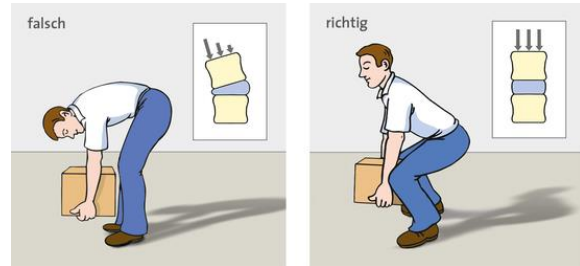
Berufliche Bildung



Ergonomie am Arbeitsplatz

Rückengerechtes Heben und Tragen

Falsches Heben und Tragen kann die Wirbelsäule schädigen und Rückenschmerzen verursachen.



In diesem Kurs erlernen Sie Grund-Techniken für rücken-schonendes Heben und Tragen. Sie erlernen Ausgleichs-Übungen. Das heißt: Sie machen Übungen für einen starken Rücken und einen starken Bauch.



Frau Theile



20.06. und 27.06.2022



9.00 – 10.30 Uhr



Kursraum 2. OG.

Besuch Außenarbeitsplatz

Bäckerei Wendl

Die Diakonie am Thonberg hat einen Außenarbeitsplatz in der Bäckerei Wendl. Bei diesem Besuch der Außenarbeitsgruppe erfahren Sie, welche Arbeiten unsere Kollegen dort machen und wie es dort aussieht.



Herr Krauß



Datum wird noch mitgeteilt



9.30 – 10.30 Uhr



Bäckerei Wendl, Apfelsteinallee 4, Marktleeburg - Wachau

Wir treffen uns 9.00 Uhr im Foyer in der Eichlerstraße und fahren dann gemeinsam zur Bäckerei. Wir sind ca. 11.00 Uhr wieder in der DaT.



Erste – Hilfe- Kurs

Wie geht eine stabile Seitenlage? Wie lege ich einen Verband an? Wie verhalte ich mich in einem Notfall?

In diesem Kurs lernen Sie, was Sie tun müssen und dürfen, wenn sich zum Beispiel auf Arbeit jemand verletzt hat oder bewusstlos geworden ist.



Erste-Hilfe Trainer (Die Johanniter)



Juni/ Juli 2022 (Datum wird noch mitgeteilt)



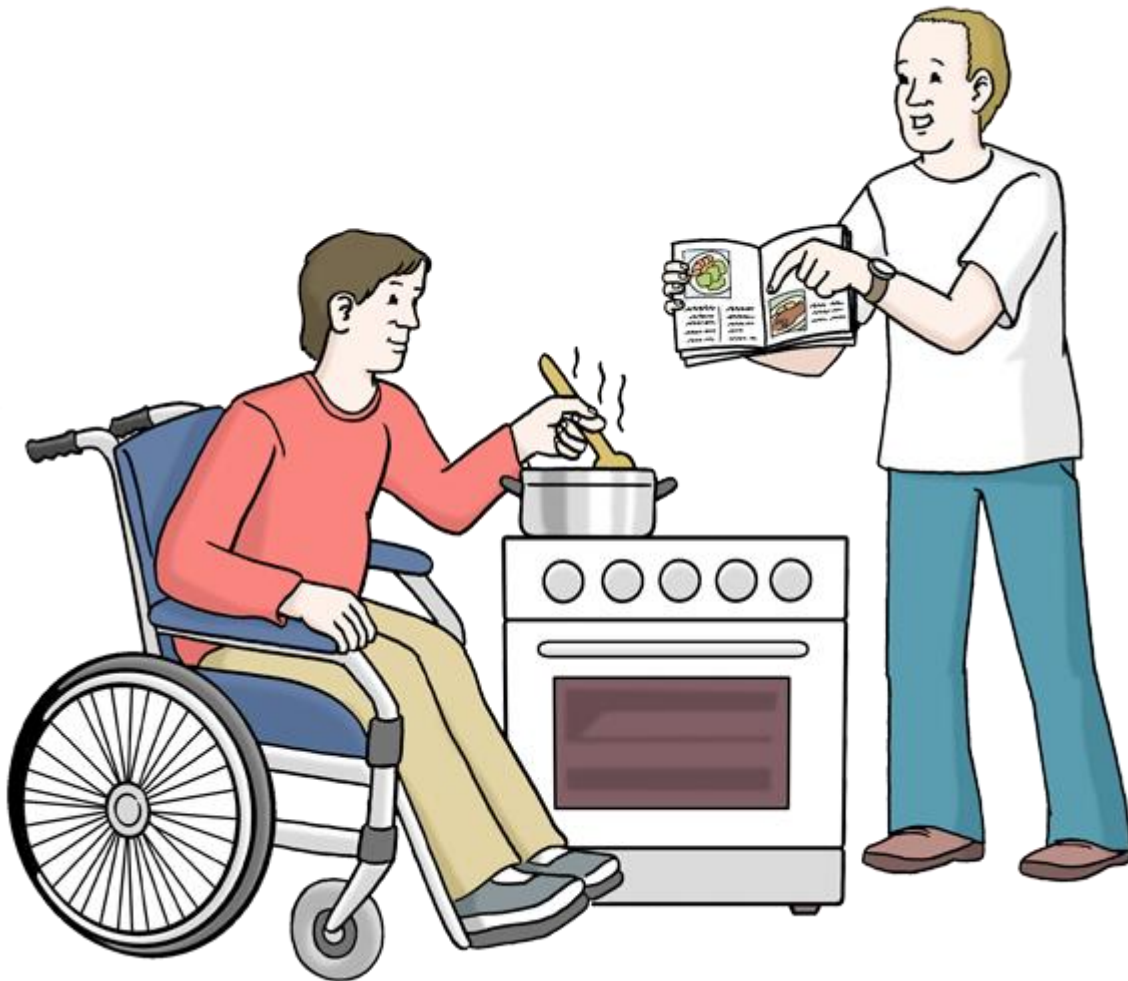
09.00 – 13.30 Uhr



Kursraum 2. Obergeschoss



Lebenspraktische Bildung



Kochkurs 1 - Frühlingsgerichte

In diesem Kurs bereiten Sie gemeinsam leckere Speisen und Frühlingsgerichte zu.

Sie erhalten viele Tipps, wie Sie die Leckereien auch zu Hause nachkochen können.



Frau Persicke



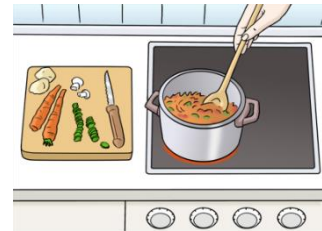
24.05., 31.05., 7.06., 14.06., 21.06.22



10.00 – 12.00 Uhr



Küche 1. OG Berufsbildungsbereich



Kochkurs 2 – leichte Sommerküche

In diesem Kurs bereiten Sie gemeinsam leichte Sommergerichte zu.

Sie erhalten viele Tipps, wie Sie die Leckereien auch zu Hause nachkochen können.



Frau Persicke



28.06., 5.07., 12.07., 19.07., 26.07.2022



10.00 – 12.00 Uhr



Küche 1. OG Berufsbildungsbereich



Kochkurs 3 – kalte Gerichte und Salate

In diesem Kurs bereiten Sie gemeinsam leckere Salate und kalte Gerichte zu.

Sie erhalten viele Tipps, wie Sie die Leckereien auch zu Hause nachkochen können.



Frau Persicke



2.08., 9.08., 16.08., 23.08., 30.8.2022



10.00 – 12.00 Uhr



Küche 1. OG Berufsbildungsbereich



Backen 1 – einfache und schnelle Backrezepte

Sie möchten gern backen lernen?



In diesem Kurs lernen Sie gemeinsam wie man backt. Sie erhalten Rezepte, die Sie zuhause einfach nachbacken können.



Frau Persicke



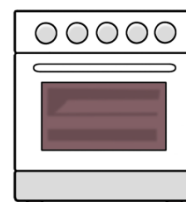
24.05., 31.05., 7.06., 14.06., 21.06.22



12.30 – 14.30 Uhr



Küche 1. OG Berufsbildungsbereich



Backen 2 – Kekse und Muffins

Sie möchten gern backen lernen?

In diesem Kurs lernen Sie gemeinsam wie man verschiedene Kekse und Muffins backt.



Sie erhalten Rezepte, die Sie zuhause einfach nachbacken können.



Frau Persicke



28.06., 5.07., 12.07., 19.07., 26.07.2022



12.30 – 14.30 Uhr



Küche 1. OG Berufsbildungsbereich

Backen 3 – Obstkuchen und Desserts

In diesem Back-Kurs lernen Sie verschiedene Rezepte für Obstkuchen und Desserts kennen. Es wird für Jeden etwas dabei sein.



Frau Persicke



2.08., 9.08., 16.08., 23.08., 30.08.2022



12.30 – 14.30 Uhr



Küche 1. OG Berufsbildungsbereich

Einsteiger-Kurs für Smartphone

In diesem Kurs erlernen Sie den grundsätzlichen Umgang mit dem Smartphone. Sie erfahren alles rund um das Telefonieren, SMS und WhatsApp. Wie speichert man Kontakte? Welche verschiedenen Einstellungen und Funktionen gibt es? Was bedeutet Bluetooth? Wie kann ich Apps installieren?



Es wird viele Hinweise auch zu versteckten Kosten und Gefahren geben. Bitte Smartphone mitbringen!



Thomas Danker



4.08., 11.08., 18.08.2022



10.00 – 11.30 Uhr



Kursraum Untergeschoss

Kräuterwanderung

Heilende Pflanzen vor unserer Haustür



Wir gehen in die Natur und Parks. Dort sammeln wir Kräuter und Unkraut. Wir bestimmen die Pflanzen. Wir sprechen über die Wirkung. Und wo die Pflanzen wachsen. Wer möchte kann die Kräuter mit nach Hause nehmen zum Trocknen.



Kirsten Imhof



13.05.2022



Wird noch mitgeteilt



Treffpunkt: Pausenhof Eichlerstraße

Lesen – Schreiben – Rechnen



Kognitives Training einfach

In diesem Kurs lösen Sie verschiedene Aufgaben im Deutsch- und Mathebereich. Sie machen Übungen für das Gedächtnis, für eine bessere Konzentration und für das Allgemeinwissen.



Praktikant*in BBB



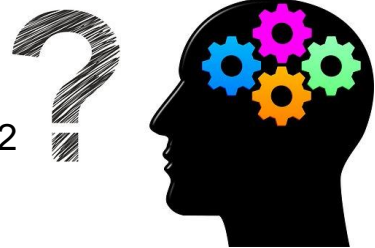
31.05., 7.06., 14.06., 21.06., 28.06.2022



14.00 – 15.00 Uhr



Kursraum Untergeschoss



Bildungsangebot Ü 55



Ich werde älter

Dieses Kurs-Angebot richtet sich besonders an alle Werkstattmitarbeitende über 55.

Die beiden Termine gehören zusammen.

Inhalte des 1. Kurs-Termins werden sein:

Der Lauf des Lebens und was Ruhestand bedeutet. Welche Gefahren könnten im Ruhestand auf Sie zukommen?



Im 2. Kurs-Termin werden Sie das Projekt PAULA und die PAULA-Räume in der Dauthestraße kennenlernen. Sie erfahren, was PAULA alles so macht.

Außerdem sprechen Sie darüber, was zum *älter werden* dazu gehört. Und was Sie jetzt schon tun können, um körperlich und geistig fit zu bleiben.



Frau Krahmer



8.07. und 15.07.2022



8.07.: 9.00 - 10.30 Uhr

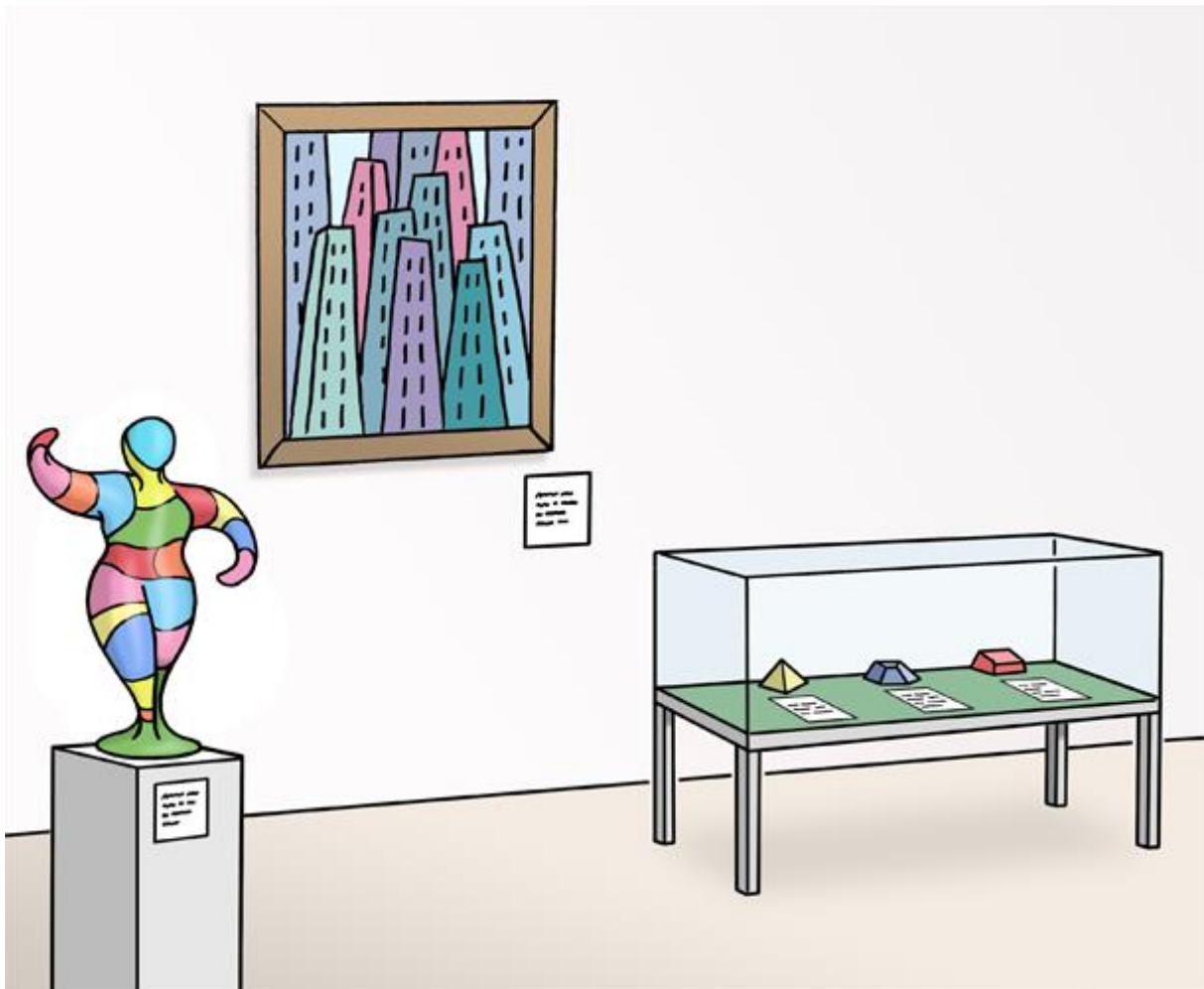
15.07.: 9.00 - 11.30 Uhr



8.07.: Kurs Untergeschoss

15.07.: Mehrzweckraum PAULA Dauthestraße

Freizeit, Kultur & Kreativität



Kreativ-Werkstatt

Sie möchten gern etwas Schönes gestalten?

In diesem Kurs können Sie einfache Basteleien herstellen.

Sie können kreativ werden und neue Ideen für sich entdecken.



Frau Rother



31.05., 7.06., 14.06., 21.06., 28.06.2022



12.00 - 13.00 Uhr



Kursraum Untergeschoss

Können Sie sächsisch?

Im Kurs lernen Sie sächsische Mundart kennen. Zu Mundart sagt man auch: Dialekt.

Sie lernen sächsisch mit viel Humor kennen. Sie lernen Sachsen kennen.

Lene Voigt war eine bekannte Leipziger Künstlerin. Sie hat auf sächsisch Texte geschrieben. Zum Beispiel Gedichte und Geschichten. Einige Geschichten lernen Sie hier kennen.



Frau Susanne Schottke



13.06.2022



10.30 – 11.30 Uhr



Kursraum 2. OG.



Die Welt als Würfel. 5000 Jahre Glück im Spiel

Ausstellung und Workshop

Wir werden uns die Ausstellung im Museum ansehen. Danach werden wir selbst zum Künstler. Wir erschaffen in der Gruppe *Würfelkunst* auf Leinwand.



Fr. Lusch



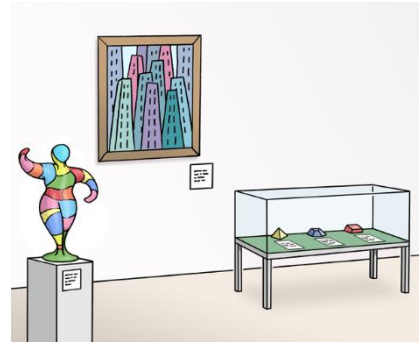
10.08.2022



10.00 – 12.00 Uhr



Stadtgeschichtliches Museum



Wir treffen uns 9.15 Uhr im Foyer und fahren dann gemeinsam zum Museum. Wir werden ca. 12.30 Uhr wieder in der DaT sein.

Bitte alte Kleidung oder ein altes T-Shirt mitbringen!

Die Veranstaltung ist für Rollstuhlfahrer barrierefrei.

Liebe, Sexualität und Partnerschaft



Herzessache – Kontakt- und Partnervermittlung

Sie suchen einen Partner oder eine Partnerin?



In dieser Veranstaltung stellt sich die Herzessache vor.

Die Herzessache ist eine Kontakt -und Partnervermittlung. Sie unterstützen bei der Suche nach einem Freund oder einer Freundin.

Wenn Sie möchten können Sie gleich an diesem Tag in die Daten-bank aufgenommen werden. Die Aufnahme dafür kostet 12.-€.



Frau Burger



15.06.2022



9.00 – 10.30 Uhr



Kursraum Untergeschoss

Frauencafé



Zu diesem offenen Gesprächs-Treff können sich Werkstattmitarbeiterinnen austauschen.

Sie sitzen in entspannter Atmosphäre zusammen.

Sie können eigene Themen mitbringen. Sie können aber auch nur zuhören.

Sie lernen die neue Frauen-Beauftragte kennen. Und was ihre Aufgaben sind.

weitere Themen:

Infos zu verschiedenen Beratungsstellen

Wo bekomme ich Hilfe?

Meine Rechte als Frau

Gewalt- was ist das?

Sexualität

.. und alles was Frauen noch so interessiert



Frau Hainke



10.06., 1.07., 26.08., 16.09.2022



10.00 – 11.00 Uhr



Beratungsraum 2.Obergeschoss

Die Frauen-Beauftragte wird unterstützt durch ihre Vertrauensperson
Frau Schneider.

Geschichte, Gesellschaft und Politik



Wir erleben Politik Meine Stimme zählt



Manchmal sehen Sie viele Plakate mit Gesichtern von Politikern in den Straßen. Dann wählen wir bald wieder. Wir Bürger wählen zum Beispiel:

- den Stadt-Rat von Leipzig
- den Land-Tag von Sachsen
- den Bundes-Tag

Alle Bürger sollen wählen gehen. Im Kurs besprechen wir: Warum wählen wichtig ist. Was der Begriff ‚*seine Stimme abgeben*‘ bedeutet. Was mit der Stimme passiert. Wieviel Einfluss jeder Wähler und jede Wählerin hat.



Sophia Goldhammer



25.05. und 1.06.2022



13.30 – 14.45 Uhr



Volkshochschule Leipzig, Löhrrstr. 3-7, 04105 Leipzig



Treffpunkt: 13.00 Uhr im Foyer. Die Veranstaltung wird begleitet von Frau Theile.

Wir besuchen eine Stadt-Rats- Versammlung



Wir gehen ins neue Rathaus. Dort besuchen wir den Leipziger Stadt-Rat. Der Stadt-Rat trifft sich jeden Monat zur Rats-Versammlung. Wir erleben, wie die Rats-Mitglieder über wichtige Dinge entscheiden. Die wichtigen Dinge betreffen die Stadt Leipzig.



15.06.2022



15.30 – 18.30 Uhr



Neues Rathaus



Treffpunkt: 14.45 Uhr Foyer. Frau Theile begleitet zum Rathaus. Der Heimweg muss selbst organisiert werden.

Nachrichten leicht

Nachrichten sind oft schwer zu verstehen. Die Tagesschau zum Beispiel ist in schwerer Sprache. Viele Zeitungen haben zu viele Infos.

Im Kurs lernen Sie: Welche Nachrichten es in leichter Sprache gibt. Wo Sie neue Infos herbekommen. Woher Sie Infos aus der Region bekommen.

Sie lernen verschiedene Medien kennen. Zum Beispiel: Internet, Fernsehen, Radio oder Zeitung.

Wir suchen gemeinsam nach Nachrichten und Informationen.



Frau Theile



24.05. und 31.05.2022



9.00 – 10.30 Uhr



Kursraum Untergeschoss



Was ist aktuell in der Welt los Gesprächskreis



Corona, der Ukraine-Krieg, Klima-Katastrophen. Wir leben in turbulenten Zeiten. Dies kann auch zu Ängsten und Sorgen führen.

In dieser Kurs-Reihe sprechen wir mit Ihnen über aktuelle Geschehnisse in der Welt. Wir reden über Ihre Gedanken und wollen uns gemeinsam austauschen.



Herr Dr. Valdorf/ Frau Theile



2.06., 9.06., 16.06., 23.06., 30.06., 7.07., 14.07., 21.07.,
28.07., 4.08.2022



13.00 – 14.00 Uhr



Kursraum Untergeschoss



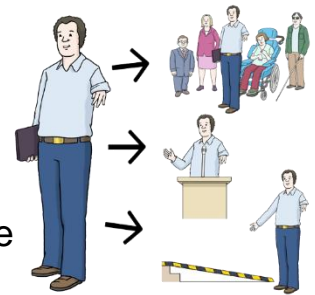
Wir sprechen mit dem Behinderten-Beirat der Stadt Leipzig



Der Behinderten -Beirat möchte, dass Menschen mit Behinderungen gut leben können. Menschen mit Behinderungen sollen überall dabei sein können. Deshalb berät der Behinderten-Beirat viele Menschen. Zum Beispiel auch die Stadt-Verwaltung.

Sie können mit Personen aus dem Behinderten-Beirat sprechen. Sie können Fragen stellen.

Beim Gespräch dabei ist auch die Behinderten-Beauftragte der Stadt Leipzig.



Behinderten-Beirat / Behinderten-Beauftragte



7.06.2022



14.30 – 16.00 Uhr



Neues Rathaus Leipzig

Treffpunkt: 13.45 Uhr Foyer. Der Heimweg muss selbst organisiert werden.

Gesundheit und Bewegung



Trommeln und Rhythmik mit Damian

Rhythmus bewegt uns durch unser Leben, lockert uns auf und lässt uns lebendig fühlen. Wir machen in diesem Kurs Rhythmus mit afrikanischen Trommeln. Diese heißen Djembe-Trommeln.

Wir bewegen uns auch zu Trommel-Rhythmen. Wir erfahren etwas über die Tradition des Trommelns bei afrikanischen Völkern.

Wir trommeln, singen und tanzen.



Herr Damenza Nvioki



19.5., 02.06., 09.06., 16.06.22 (Do.)



9.00 – 10.30 Uhr 19.5., 02.06., 09.06

12.30 – 14.00 Uhr 16.6.



Kursraum 2. Obergeschoss

Sicher mit dem Rad

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie sich mit dem Fahrrad im Straßenverkehr verhalten müssen. Sie lernen wie Sie sicher Rad fahren.



Sie müssen Ihr Rad mitbringen. Sie müssen einen Helm tragen!



Frau Blümle/ Verkehrswacht Leipzig



6.7.2022



9.00 – 11.00 Uhr



Hof Eichlerstraße



Tipps für einen guten Sommer

In diesem Kurs erhalten Sie wertvolle Hinweise, wie Sie gesund durch die heißen Tage kommen. Auf was sollten Sie zum Beispiel beim Baden achten. Was ist zu tun bei Mückenstichen, Sonnenbrand oder einem Hitze-Kollaps? Sie erfahren, was Sie für einen Urlaub alles benötigen. Sie machen eine Check-Liste.

Sie lernen, wie Sie sich angemessen auf einer Auslands-Reise verhalten.



Frau Rother



31.05., 7.06., 14.06., 21.06., 28.06.2022



13.15 – 14.00 Uhr



Kursraum Untergeschoss



Wer sind die Kursleiter?

- Frau Rother: Frau Rother ist ausgebildete Gedächtnistrainerin. Sie hat eine besondere Weiterbildung zum Thema Alphabetisierung gemacht. Alphabetisierung bedeutet: schreiben und lesen lernen. Sie arbeitet in vielen Einrichtungen und bietet Kurse zu verschiedenen Themengebieten an.
- Frau Persicke: Frau Persicke arbeitet im Ehrenamt für die Diakonie am Thonberg. Sie bietet seit Jahren die Kurse Kochen und Backen bei uns an.
- Herr Krauße: Herr Krauße ist Gruppenleiter vom Berufs-Bildungs-Bereich. Er leitet die Gruppe in der Bäckerei Wendl und vermittelt Inhalte für den Bereich Küche und Service.
- Herr Nvioki: Herr Nvioki ist Musiker und spielt in vielen Bands. Er gibt Kurse für die Volkshochschule Leipzig.
- Frau Lusch: Frau Lusch ist Museums-Pädagogin. Sie führt durch die Ausstellung im Stadtgeschichtlichen Museum. Außerdem gestaltet sie dort Kunst-Workshops.
- Herr Danker: Herr Danker ist IT-Spezialist. Das heißt: Er ist Fachmann für Internet, Computer, Medien, Technik und Telefon. Er kennt sich auch mit vielen Programmen aus.
- Frau Hainke: Frau Hainke arbeitet in der Wäscherei der Diakonie am Thonberg. Sie ist die neue Frauen-Beauftragte der DaT.
- Frau Schottke: Frau Schottke ist Dozentin für die Volks-Hoch-Schule.
- Frau Theile: Frau Theile ist Abteilungsleiterin vom Berufs-Bildungs-Bereich.
- Herr Dr. Valdorf: Herr Dr. Valdorf ist Mitarbeiter des Theologischen Dienstes der BBW Leipzig Gruppe. Er unterrichtet im BBW und gestaltet Andachten und Gottesdienste. Er berät und begleitet Mitarbeitende zu verschiedenen Themen.

Fr. Goldhammer: Frau Goldhammer leitet das Inklusives Nachbarschafts-Zentrum in Lindenau. Sie ist auch Dozentin für Politik-Veranstaltungen der Volks-Hoch-Schule.

Frau Krahmer: Frau Krahmer leitet das Projekt PAULA in der Dauthestraße. PAULA heißt Projekt Arbeit und Leben im Alter. Bei PAULA werden älter werdende Menschen mit Behinderung auf den Ruhestand vorbereitet.

Frau Blümle: Frau Blume arbeitet bei der Verkehrswacht. Die Verkehrswacht bietet für viele Einrichtungen Rad-Trainings an.

Frau Burger: Frau Burger ist Mitarbeiterin des Projektes Herzenssache. Sie berät Menschen mit Behinderung zu Sexualität, Liebe und Partnerschaft.

Im Katalog habe ich meistens die männliche Form geschrieben. Zum Beispiel Teilnehmer oder Mitarbeiter. Ich meine damit aber nicht nur die Männer, sondern alle Menschen.



Hinweis:

Weitere Kurse und Bildungs-Angebote finden Sie in dem Programm der Volkshochschule Leipzig.

Das Heft liegt im Foyer aus!

Sie können sich auch online informieren unter: www.vhs-leipzig.de

Bildmaterial:
pixabay.com

Leichte Sprache. Die Bilder. Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013