



Diakonie am  
Thonberg

Herbst · Winter 2022/2023

# FORT- UND WEITERBILDUNG

## Katalog



Diakonie am Thonberg  
Eichlerstraße 2  
04317 Leipzig

[www.dat-leipzig.de](http://www.dat-leipzig.de)

Im Verbund der  
Diakonie 

**BBW**  
LEIPZIG  
GRUPPE

## **Liebe Werkstattmitarbeiterinnen und Werkstattmitarbeiter,**

Viele Menschen sind in Sorge, was der Herbst und der Winter mit sich bringen. In den Nachrichten wird vor hohen Gas – und Stromkosten gewarnt. In dem Kurs **Energiesparen** erfahren Sie, wie Sie im Haushalt Energie sparen können.

Auch die Corona-Zahlen steigen wieder. Im Kurs **Gesundheitsschutz und Prävention** erfahren Sie, wie Sie sich gegen Krankheiten schützen können.

Es ist wichtig, sich in Krisen-Zeiten auch mit schönen Dingen zu beschäftigen: im **Kreativ-Angebot** werden Sie auf die Adventszeit eingestimmt und gestalten weihnachtliche Friesenbögen.

Es wird wieder ein Kurs von **PAULA** für Werkstattmitarbeiter ab 50 Jahren geben. Ich möchte die Gruppenleitung bitten, die Anmeldung derjenigen Mitarbeiter zu unterstützen.

Im Internet gibt es nicht nur glaubhafte Nachrichten. Sondern auch Lügen. Sie nennt man: Fake-News. Manche Menschen suchen im Internet nach einem Partner. Inzwischen gibt es jedoch auch viele Fake-Profile. Was sind Fake- Profile und wie erkennt man sie? Sie bekommen Antworten dazu in der Kurs-Reihe **Fakten und Fake im Internet**.

Für die Angebote im Stadtgebiet werde ich Sie wieder begleiten. Wir werden zum Beispiel zum **Freizeit-Treff ‚Die Villa‘** fahren oder in den **Botanischen Garten** gehen.

Die **Koch- und Backkurse** sind immer sehr gut nachgefragt. Ich möchte Sie bitten, wenn Sie in einem der letzten Kurse bereits teilgenommen haben, sich bitte in einem anderen Kurs anzumelden.

### **Anmeldeschluss ist der Mittwoch, 19.10.2022**

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.



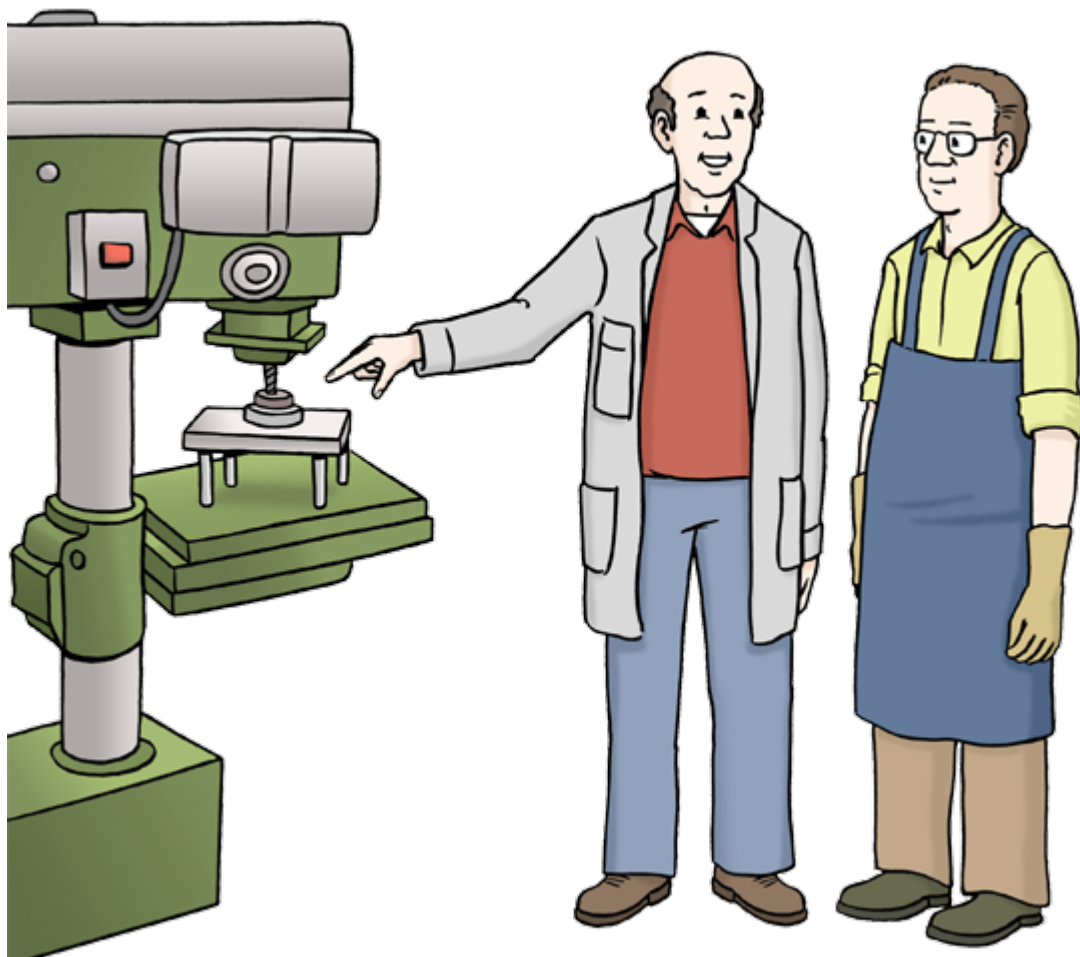
4. Sie erhalten in wenigen Tagen eine Antwort, ob Sie an dem Kurs teilnehmen werden.

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

---





## 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.



Herr Päßler (Die Johanniter)



03.02.2023



09.00 – 13.30 Uhr



Kursraum 2. Obergeschoss



---

## Rundgang durch die Diakonie am Thonberg

Sie wollen gern wissen, welche Arbeit in anderen Abteilungen gemacht wird?

Sie arbeiten auf einem Außenarbeitsplatz und interessieren sich für die Arbeitsbereiche in der Eichlerstraße?

Bei einem Rundgang durch die Werkstatt können Sie sich die Bereiche genauer anschauen.



Frau Kursawe (BD G-Bereich), Frau Huster (BD K-Bereich)



7.02.2023 (G-Bereich) und 8.02.2023 (K-Bereich)

(beide Termine gehören zusammen)



9.30 – 10.30 Uhr



Treffpunkt im Foyer (Eichlerstraße)

## Hubwagenführerschein

### Sicherer Umgang mit dem Hubwagen

In diesem Kurs erlernen Sie die Funktion eines Hubwagens, den Aufbau und Grundlagen der Bedienung. Sie lernen sicheres Beladen einer Europalette und Fahren mit Last. Sie machen besondere Fahrmanöver.



Frau Schneider



15.02., 22.02., 1.03.2023



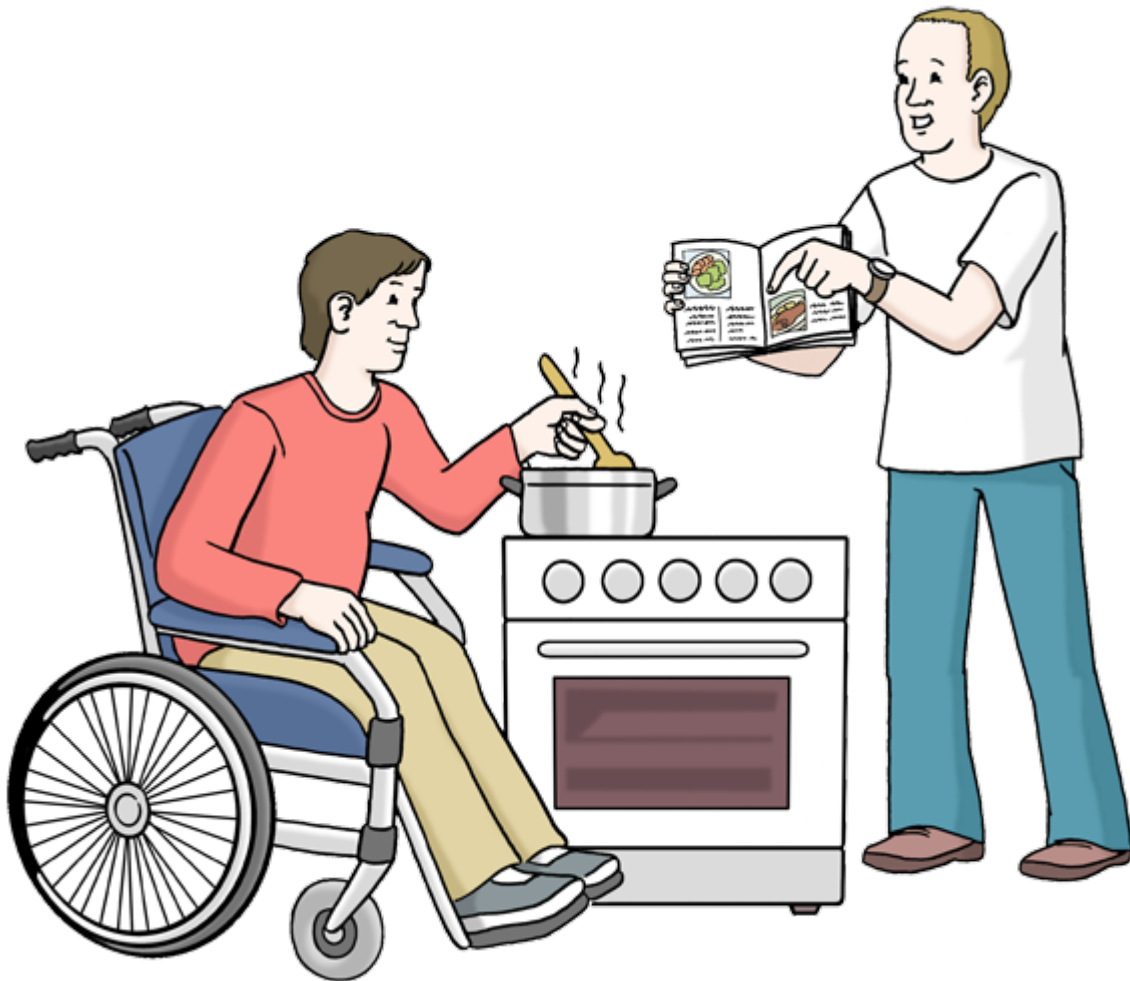
13.30 – 15.00 Uhr



Kursraum Untergeschoss



## Lebenspraktische Bildung



## Kochkurs 1 – Weihnachtsgerichte

In diesem Kurs bereiten Sie gemeinsam leckere Speisen und typische Gerichte rund um Weihnachten zu.

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



Frau Persicke



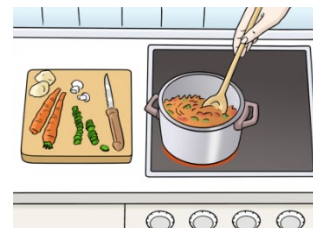
1.11., 8.11., 15.11., 22.11., 29.11.2022



10.00 – 12.00 Uhr



Küche 1. OG Berufsbildungsbereich



## Kochkurs 2 – Frühlingsgerichte

In diesem Kurs bereiten Sie gemeinsam leichte Frühlingsgerichte zu.

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



Frau Persicke



7.02., 14.02., 21.02., 28.02., 7.03.2023



10.00 – 12.00 Uhr



Küche 1. OG Berufsbildungsbereich





## Backen 1 – Weihnachten

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



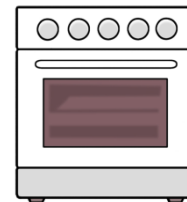
1.11., 8.11., 15.11., 22.11., 29.11.2022



12.30 – 14.30 Uhr



Küche 1. OG Berufsbildungsbereich



---

## Backen 2 – einfache und schnelle Backrezepte

Sie möchten gern backen lernen?

In diesem Kurs lernen Sie gemeinsam wie man verschiedene Kuchen und Torten backt.

Sie erhalten Rezepte, die Sie zuhause einfach nachbacken können.



Frau Persicke



7.02., 14.02., 21.02., 28.02., 7.03.2023



12.30 – 14.30 Uhr



Küche 1. OG Berufsbildungsbereich

## Energiesparen

Viele Menschen haben derzeit Angst vor der nächsten Jahres- Abrechnung.



In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie in Ihrem Haushalt Energie sparen können. Das heißt: Wie können Sie Strom und Wasser sparen. Sie erfahren, wie Sie richtig heizen.

Schon mit ganz einfachen Tipps können Sie Geld sparen.



Frau Rother



8.11. und 15.11.2022



14.00 – 14.45 Uhr



Kursraum 2. Obergeschoss



---

## Fakten oder Fake im Internet

Fake ist *englisch* und heißt Fälschung. Im Internet gibt es viele Informationen. Manchmal stimmen die Informationen nicht. Sie sind nicht wahr. Sie sind eine Lüge.



Sie können im Internet neue Menschen kennenlernen. Manchmal sind auch die Menschen im Internet nicht echt. Das nennt man auch: Fake-Profile.

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie falsche Informationen erkennen. Sie lernen, woran Sie falsche Menschen erkennen.



Landesfilmdienst e.V.



24.01., 31.01., 7.02.2023



9.00 – 10.30 Uhr



Kursraum Untergeschoss

## Zimmerpflanzen pflegen

In diesem Kurs erfahren Sie Wissenswertes rund um die Pflanzenpflege. Wieviel Wasser oder Licht braucht die Pflanze. Braucht die Pflanze Dünger? Wann muss ich die Pflanze umtopfen?



Sie werden auch eine Pflanze eintopfen und mit nach Hause nehmen. Sie werden also das Pflegen daheim üben können.



Frau Rother



18.04. und 25.04.2023



12.30 – 13.30 Uhr



Kursraum Untergeschoss

---

## Fahrrad – Selbsthilfe Werkstatt

Platten am Hinterrad? Schleifende Bremsen? Schaltung funktioniert nicht?

Sie erfahren in diesem Kurs grundlegende Tipps und Tricks rund um Ihr Fahrrad. Vom Schaltwerk einstellen bis zum Schlauchwechsel.

Sie können dann direkt selbst an Ihrem Rad schrauben. Sie können die Mitarbeiter vor Ort um Rat fragen.

Sie müssen Ihr Rad mitbringen!



Radschlag Leipzig



24.11.2022



8.00 – 10.00 Uhr



Radschlag, Schulze-Boysen-Str.



Wir treffen uns 7.45 Uhr auf dem Pausenhof und fahren gemeinsam in die Schulze-Boysen-Straße.

## Mobilitätsberatung – Sicher Bus und Bahn fahren

In diesem Seminar erfahren Sie alles rund um Bus und Bahn fahren in Leipzig. Sie lernen, wie Sie sich in den öffentlichen Verkehrsmitteln verhalten sollen. Sie lernen, wie Sie sicher mitfahren.

Sie erfahren, wie Sie am besten mit dem Rollstuhl ein - und ausfahren und wie Sie Hilfe bekommen.

Sie bekommen Hinweise zu Tickets und Zonen.



Herr Struck (LVB)



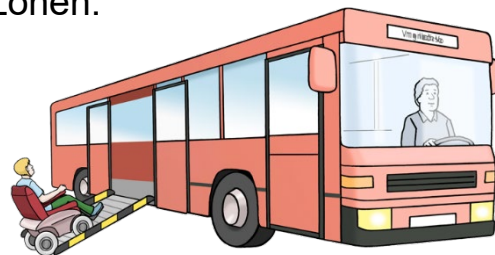
09.02.2023



10.00 – 11.30 Uhr



Straßenbahnhof Angerbrücke, Leipzig



---

## Besichtigung Straßenbahnhof Angerbrücke

Wir besuchen den Straßenbahnhof Angerbrücke und erhalten dort eine Führung. Sie können Fragen rund um die LVB stellen.



Herr Schmidt (LVB)



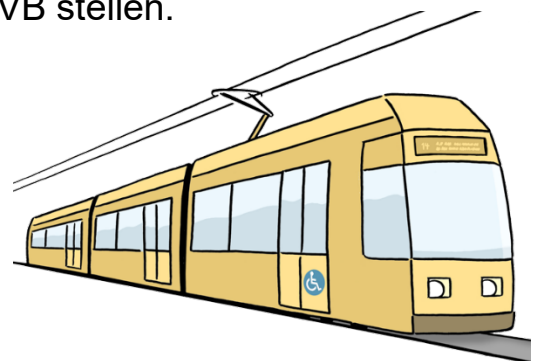
16.03.2023



10.00 – 11.30 Uhr



Straßenbahnhof Angerbrücke, Leipzig



## Schmink – Tipps

Sie lernen sich selbst zu schminken. Dafür können Sie eigene Kosmetik-Produkte mitbringen. Wenn Sie keine haben, wird alles auch zur Verfügung gestellt.

In diesem Kurs erhalten Sie viele Tipps und Tricks rund um das eigene Aussehen.

Bitte Spiegel und Stirnband mitbringen.



Frau Williams



25.04.2023



13.30 – 15.00 Uhr



Schulungsraum Untergeschoss



# 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



22.11., 29.11., 6.12., 13.12., 20.12.2022



14.00 – 15.00 Uhr



Kursraum Untergeschoss



## Bildungsangebot Ü 50





## Ich werde älter – wie halte ich mich fit?

Dieser Kurs richtet sich an ältere  
Werkstattmitarbeiter ab 50.

Wir reden kurz über die Arbeitsgruppe PAULA.

Was macht man dort und warum?

Wir sprechen vor allem über diese Dinge:

- Soziale Kontakte
- Hobbies
- Das Gedächtnis
- Bewegung

Wir machen Gedächtnis-Training und einfache Bewegungs-Übungen.



Frau Krahmer



10.02. und 17.02.2023



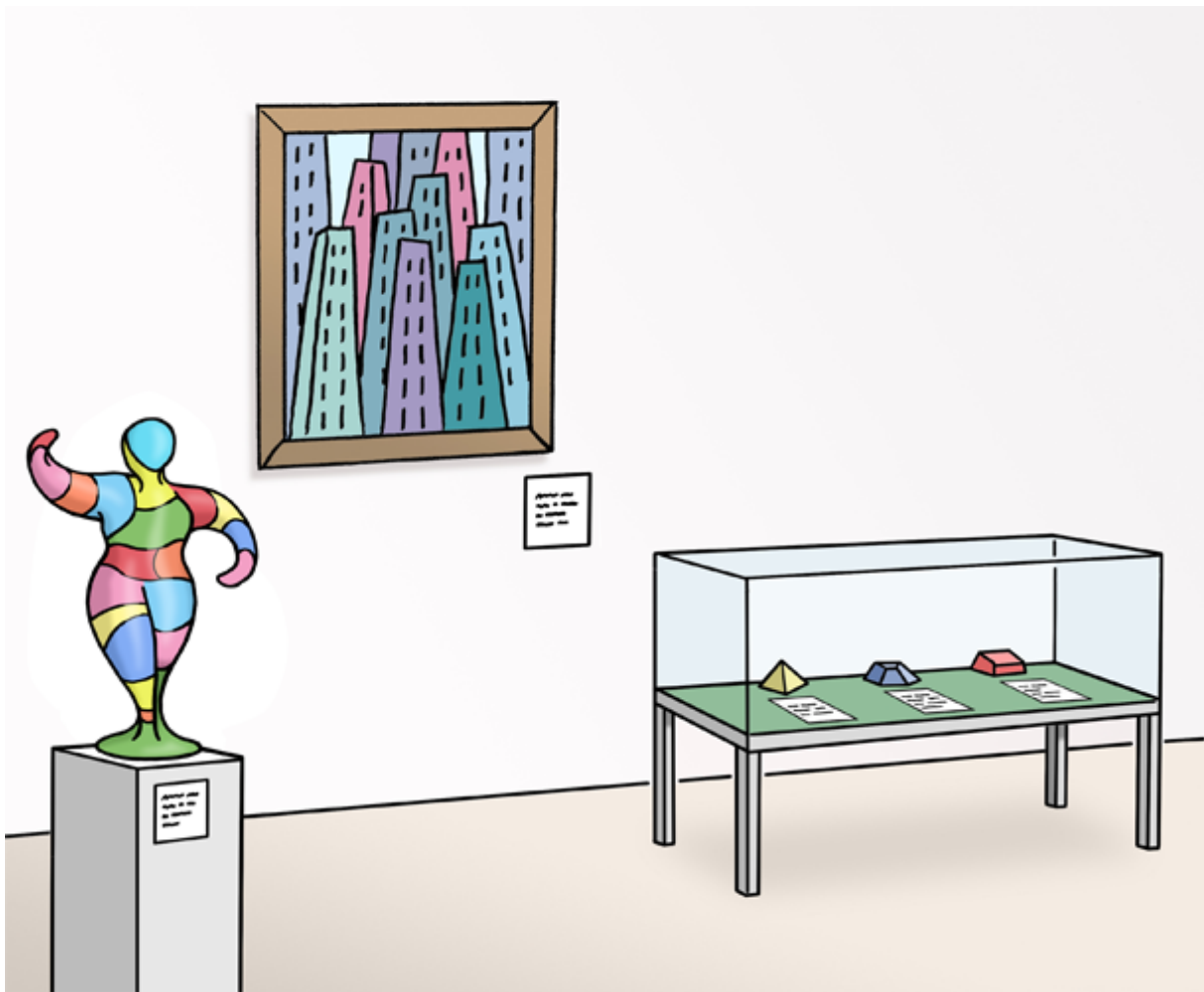
9.00 – 10.30 Uhr



10.02. Schulungsraum Untergeschoss

17.02. Mehrzweckraum Dauthestraße

## Freizeit, Kultur & Kreativität



## Weihnachts-Werkstatt: Friesenbögen

Sie möchten gern etwas Schönes für Weihnachten gestalten?

In diesem Kurs können Sie einen Friesenbogen herstellen. Dies ist eine Dekoration für Weihnachten zum Hinstellen oder Hängen.



Frau Rother



8.11., 15.11. und 22.11.2022



12.00 - 13.00 Uhr



Kursraum 2. OG.

---

## Töpfern

In diesem Kurs arbeiten Sie mit Ton. Sie können eine Tasse, einen Teller, eine Vase oder verschiedene Anhänger herstellen.



Frau Schneider / Frau Theile



25.01., 1.02., 8.02.2023



13.30 – 15.00 Uhr



BBB- Raum Logistik 1. OG., Fr. Schneider

## Besuch Die Villa

Die Villa ist ein öffentlicher Freizeit-Treff in Leipzig.

Wir wollen gemeinsam in die Villa fahren und schauen, was man dort machen kann. Wir erfahren, wie man dort seine Freizeit verbringen kann. Es können auch neue Hobbies gefunden werden.

Die Villa ist barrierefrei.



Marion Müller



18.04.2023



9.00 – 12.00 Uhr



Die Villa, Lessingstr.7, Leipzig



---

## Besuch des Botanischen Gartens

Bei einem Besuch im Botanischen Garten lernen wir die verschiedensten Pflanzen aus aller Welt kennen. Wir erhalten eine Führung durch die Gewächshäuser und Außenanlagen.

Die Bereiche sind barrierefrei.



Frau Theile



Frühjahr 2023



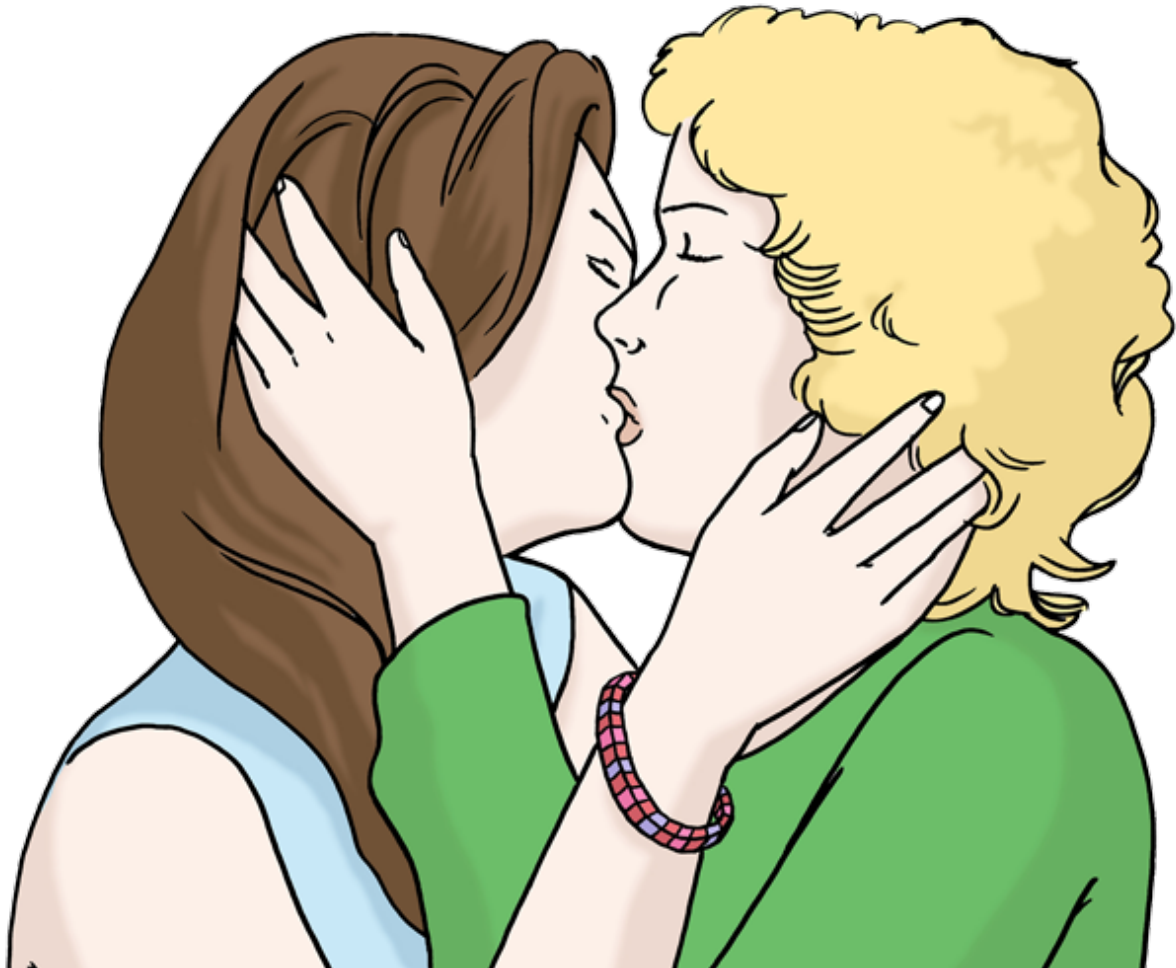
wird noch bekannt gegeben



Botanischer Garten, Linnèstr. 1



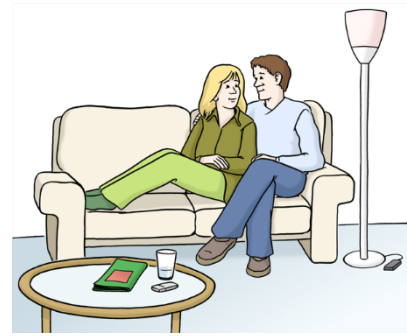
## Liebe, Sexualität und Partnerschaft



## Sexuelle Bildung für Frauen und Männer

Themen des Kurses sind:

- Partnerschaft und Liebe
- Beziehungen finden und führen
- Sexualität
- Schwangerschaft, Kinderwunsch und Verhütung
- Abgrenzung



Frau Bischoff



26.01.2023



9.00 – 11.30 Uhr



Kursraum Untergeschoss



## Ich und die anderen – Soziales Lernen



## Selbstverteidigung

In diesem Kurs lernen Sie, wie man sich in Konflikt-Situationen verhält. Sie lernen, wie man solche Situationen vermeidet. Und wie man solche Situationen erkennt. Es geht darum, wie man Gewalt verhindern kann.



Wenn es doch zu einem Konflikt kommt, gibt es verschiedene Handlungs-Möglichkeiten:

- Sie bekommen Hinweise, wie man zum Beispiel einen Streit schlichten kann.
- Sie erlernen aber auch Techniken, wenn Sie jemand körperlich angreifen möchte.
- Es gibt zusätzliche Hinweise für Rollstuhlfahrende.



Frau Grobelnik (chisao)



5.05.2023



10.00 – 11.00 Uhr



Beratungsraum 2.Obergeschoss



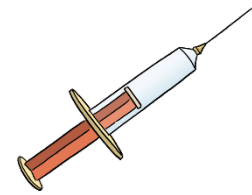
## Gesundheit und Bewegung



## Gesundheitsschutz

### Vorsorge, Impfungen

Wir wollen alle gesund bleiben. Dafür ist eine Gesundheits-Vorsorge wichtig. Das nennt man auch Prävention.



Was bedeutet dies? Was kann ich tun, um gesund zu bleiben?

In dieser Kursreihe lernen Sie viel über Vorsorge-Untersuchungen beim Arzt. Sie lernen, wie man Krankheiten früh erkennen kann. Wie man Krankheiten verhindern kann. Wie man Krankheiten durch Impfen verhindern kann. Außerdem erfahren Sie, wie man am Arbeitsplatz gesund bleiben kann.



Frau Rother



8.11., 15.11. und 22.11.2022



13.00 – 14.00 Uhr



Kursraum 2. Obergeschoss



---

## 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



2.11., 9.11., 23.11., 30.11.2022



9.00 – 10.30 Uhr



Kursraum 2. Obergeschoss



## Positives Körperbild und Gesunde Ernährung

Viele Menschen mögen ihren Körper nicht besonders. Sie finden sich nicht schön. Sie vergleichen sich mit anderen Menschen. Das ist schade, denn jeder Körper ist schön. Unser Körper begleitet uns unser ganzes Leben. Es ist gut, auf ihn aufzupassen und ihn zu pflegen.

Auch das Essen ist wichtig für unseren Körper und auch für unsere Seele. Viele Menschen wissen aber nicht, was gesundes Essen ist.



Was braucht unser Körper, um gesund zu sein und zu bleiben?

In diesem Seminar wollen wir uns mit solchen Fragen beschäftigen.



Ronny Valdorf



11.01., 18.01. und 25.01.2023



11.00 – 12.00 Uhr



Kursraum Untergeschoss

## Besuch der „Wandelhalle Sucht“

In diesem Kurs erfahren Sie von Suchterkrankten, wie sie alkoholabhängig geworden sind. Jetzt trinken sie keinen Alkohol mehr. Sie berichten von ihren Erfahrungen, über ihre Probleme und die Abhängigkeit und stellen die Selbst-Hilfe-Einrichtung dort vor.

Der Besuch beinhaltet eine Gesprächsrunde, einen Film, eine Ausstellung zum Thema „Die Geschichte des Alkohols“ sowie eine Selbsterfahrung mit „Rauschbrillen“.



Frau Wendt



16.02.2023



09.00 - 11.30 Uhr



Zentrum für Drogenhilfe, Präventionsprojekt Wandelhalle  
Sucht, Leipzig



Wir treffen uns 8.00 Uhr im Foyer der Eichlerstr und fahren dann gemeinsam nach Lindenau. Wir werden etwas verspätet 12.30 Uhr zum Mittagessen wieder in der DaT sein. Bitte an aktuelle Fahrtberechtigungen denken.

## Diakone und Glauben

---



## Unser Leitbild kennen lernen, verstehen und anwenden

In der Diakonie am Thonberg gibt es ein Leitbild. Dieses wurde von Mitarbeitern mit und ohne Behinderung gemeinsam erarbeitet. Darin steht zum Beispiel: Wir helfen uns gegenseitig! Wir reden miteinander und achten uns gegenseitig! Wir setzen uns für unsere Interessen ein!

In diesem Seminar lernen Sie das Leitbild der Diakonie am Thonberg kennen. Sie sprechen über das Leitbild und entwickeln eigene Ideen, wie wir diese guten Vorsätze in der täglichen Arbeit umsetzen können.



Frau Theile



20.04.2023



9.00 – 11.00 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 Nvioki: Herr Nvioki ist Musiker und spielt in vielen Bands. Er gibt auch Kurse für die Volkshochschule Leipzig.
- Frau Schneider: Frau Schneider ist Gruppenleiterin im Berufs-Bildungsbereich.
- Frau Theile: Frau Theile ist Abteilungsleiterin vom Berufs-Bildungsbereich.
- Frau Wendt: Frau Wendt ist Mitarbeiterin im Projekt Wandelhalle Sucht. Sie organisiert die Termine und berichtet auch selbst aus ihrem Leben.
- 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.
- 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 Menschen mit Behinderung auf den Ruhestand vorbereitet.

- Frau Grobelnik: Frau Grobelnik leitet ein eigenes Kampfsport- und Bewegungsstudio. Sie führt auch Kurse zur Selbstverteidigung durch.
- Frau Müller: Frau Müller ist Sozialarbeiterin. Sie arbeitet in der Villa e.V. Sie leitet zum Beispiel auch das Tanzlabor.
- Herr Struck: Herr Struck ist Mitarbeiter bei der LVB. Er ist unter anderem zuständig für Mobilitätsberatung und Mobilitätstraining.
- Herr Schmidt: Herr Schmidt ist Mitarbeiter bei der LVB. Er führt durch den Straßenbahnhof.
- Frau Bischoff: Frau Bischoff ist Sozialarbeiterin. Sie arbeitet bei der aidshilfe Leipzig. Sie macht Beratungen zum Thema Sexualität, Partnerschaft oder auch Schwangerschaft.
- Landesfilmdienst: Der Landesfilmdienst Sachsen ist ein Verein für Jugend- und Erwachsenenbildung e.V. Er beschäftigt sich mit Bildung und Medien. Medien sind zum Beispiel Computer, Laptops, Smartphones und Tablets.

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](http://www.vhs-leipzig.de)

 Volkshochschule  
Leipzig



**Lernen leicht gemacht /  
barrierefrei Lernen  
Herbst / Winter 2022**

[www.vhs-leipzig.de](http://www.vhs-leipzig.de)

Bildmaterial:

[pixabay.com](http://pixabay.com)

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