Weißenburger Werkstätten
der Lebenshilfe
Altmühlfranken e.V.

Kursprogramm Herbst/Winter 2024

April 2024 „Landwirtschaft entdecken“

- Arbeitsbegleitende Maßnahmen
- Bildungs-Kurse
- Sport-Angebote

Liebe Mitarbeiter der Weißenburger Werkstätten

Das ist unser neues Kursprogramm.
Es gilt für den Herbst und Winter 2024.

Es gibt viele **Sportangebote.**
Jeder darf sich ein Sportangebot aussuchen.
Sie stehen auf Seite 4 - 5.

Es gibt viele **Kurse.**
Jeder darf sich einen Kurs aussuchen.
Sie stehen auf Seite 6 - 13.

Es gibt Therapie-Angebote:
Ergotherapie, Logopädie und Therapie mit Pferden.

Sprechen Sie bitte mit Ihrem Gruppen-Leiter
wenn Sie eine Therapie benötigen.

Ich wünsche Ihnen
viel Freude mit
unserem Programm

Michaela Frei
vom Sozialdienst

Inhalts-Verzeichnis

Sport

Ständige Sportangebote ab Seite 4

Bildungs-Kurse und Kreativ-Kurse

Kurs 1	Gesundes Essen - leicht gemacht	Seite 06
Kurs 2	Strick- und Häkelkurs	Seite 07
Kurs 3	Malen mit Heike	Seite 08
Kurs 4	Vom Apfel zum Saft	Seite 09
Kurs 5	Schutz im Straßenverkehr Gefahren im Internet	Seite 10
Kurs 6	Kreativ sein - Mach einfach mit	Seite 11
Kurs 7	Sozialkompetenz - Kundenkontakt	Seite 12
Kurs 8	Body Percussion (Musik mit dem Körper machen)	Seite 13

Veranstaltungen ab Herbst 2024 Seite 14

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird die männliche Form verwendet.
Alle Personen sind damit selbstverständlich gleichberechtigt angesprochen.

Ständige Sportangebote

Schwimmen

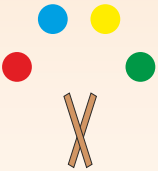
Heidi Sommer und Willi Rabus machen das Schwimmen.
Das Schwimmen findet in der Schwimmhalle der Römerbrunnenschule statt.
Treffpunkt am Aquarium. Wir fahren mit dem Bus..
Immer Dienstag 12.30 Uhr bis 14.00 Uhr.
Die Termine stehen auf der gelben Tafel im Pausen-Raum.

Fußball

Alle 2 Wochen wird trainiert.
Mittwoch oder Donnerstag von 13.00 bis 15.00 Uhr.
Die Trainings-Zeiten stehen an der blauen Wand.
Frauen und Männer können daran teilnehmen.
Andreas Heller und Roland Hammer machen das Training.
Im Sommer findet das Training auf dem FC/DJK-Platz statt.
Im Winter findet das Training in der Turnhalle in Emetzheim statt.

Jonglieren

Alle 2 Wochen am Mittwoch.
Es gibt immer eine Durchsage.
Es gibt eine Gruppe.
Guido Franz macht die Übungen im Pausen-Raum.
Wer fleißig übt, kann zu Auftritten mitfahren.
Die Termine hängen an der blauen Wand vor dem Speise-Saal.



Tischtennis

Heidi Sommer macht das Tischtennis.
Die Termine stehen auf der gelben Tafel im Pausen-Raum.
Conny Manger übt mit der Leistungs-Gruppe.
Dienstag von 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr in der Turnhalle.
Das Training findet alle 2 Wochen statt.

Entspannung

Eileen, Praktikantin aus dem BBB, macht den Entspannungskurs.
Der Kurs findet in der Turnhalle statt.
Immer Donnerstag von 13.00 Uhr bis 14.00 Uhr.
Der Kurs findet alle zwei Wochen statt.

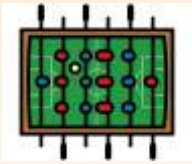
Tanzen

Die Tanzlehrerin Bianca Sattich macht das Tanzen.
Ab Freitag, 27. Oktober 2024, ab 13.30 Uhr.
In der Turnhalle. Dauer 1 Stunde.
Die Termine hängen an der blauen Wand.
Das Tanzen findet alle 2 Wochen statt.

Gymnastik

Heidi Sommer macht Gymnastik.
Ballspiele, kegeln und verschiedene Spiele.
Dehnübungen, Kräftigung mit Bällen,
Hanteln und Bändern, Entspannungsübungen.
Die Termine stehen auf der gelben Tafel
im Pausen-Raum.

Koordinations-Spiele



Wir spielen Kicker, Dart und Flipper.
Wir spielen gemeinsam im Team.
Wir haben viel Freude zusammen.
Wir trainieren Konzentration und Körper-Beherrschung.
Jeden 2. Freitag vor der Mittags-Pause. Dauer 1 Stunde. Im Pausen-Raum.
Martin Obermaier leitet die Koordinations-Spiele.
Die Termine hängen an der blauen Wand vor dem Speise-Saal.

Nordic Walking

Nordic Walking ist Gehen mit Stöcken.
Man kann mit oder ohne Stecken gehen.
Es findet am Dienstag und Donnerstag statt.
Heidi Sommer macht das Nordic Walking.
Wir gehen bei fast jedem Wetter.
Wenn es ausfällt sagt Heidi Sommer vorher Bescheid
Die Termine stehen auf der gelben Tafel im Pausen-Raum.

KURS 1

Gesundes Essen - leicht gemacht

Inhalt

Gesundes Essen zuzubereiten macht viel Spaß.

Wir lernen einiges über gesunde Nahrungs-Mittel.

Wir besuchen gemeinsam den Wochen-Markt in Weißenburg.

Wir kochen gemeinsam mit gesunden Nahrungs-Mitteln.

Termin

Wir treffen uns 6 x.
Wir treffen uns alle 2 Wochen.
Wir treffen uns 2 Stunden.
Die Termine werden noch bekannt gegeben.

Ort

Küche in der Aktiv-Plus-Gruppe

Treffpunkt

am Aquarium

Kursleitung

Carsten Hentschel
Lagerist und Hobbykoch

Besondere Informationen

Max. 6 Teilnehmer.

KURS 2

Strick- und Häkelkurs

Inhalt

Wir suchen uns schönes Garn oder Wolle aus.
Wir häkeln oder stricken gemeinsam. Das macht viel Freude.
Wir häkeln Luftmaschen, wir häkeln feste Maschen.
Wir stricken rechte und linke Maschen.

Termin

Wir starten am Montag 21. Oktober 2024.
Immer Montag von 14.00 Uhr bis 15.00 Uhr.
Der Kurs findet einige Wochen statt.

Ort

Speise-Saal

Treffpunkt

Speise-Saal

Kursleitung

Karin Gruber
Pflegedienst

Edith Stern
Pflegedienst

Besondere Informationen

Maximal 10 Teilnehmer.
Grund-Kenntnisse im Häkeln und Stricken sollen vorhanden sein.
Die Räume sind auch für Rollstuhl-Fahrer geeignet.

KURS 3

Malen mit Heike

Inhalt

Wir malen mit Acrylfarben auf Leinwand.
Kleine und große Bilder.
Wir lernen verschiedene Gestaltungs-Arten kennen.
Jeder wählt sein Motiv selbst.

Termin

Immer Freitag von 13.00 Uhr bis 14.30 Uhr.

Ort

Schulungsraum unten

Treffpunkt

Schulungsraum Keller

Kursleitung

Heike Schneider
Gruppenleiterin
Gruppe 8

Besondere Informationen

Man benötigt kein Vorwissen.
Die Räume sind auch für Rollstuhlfahrer geeignet.
Jeder darf sein Bild mit nach Hause nehmen.

KURS 4

Vom Apfel zum Saft

Inhalt

Im Herbst ist Apfelernte.
Aus den Äpfeln kann man vieles machen.
Wir erfahren viel darüber.
Wir pflücken und sammeln Äpfel.
Wir pressen gemeinsam Apfelsaft.
Wir backen einen Apfel-Kuchen.
Wir machen Apfel-Gelee und Apfel-Chips.

Termin

Dienstag 15.10.2024 von 08.00 Uhr bis 16.00 Uhr.

Ort

Schulungsraum oben / Berufs-Bildungs-Bereich

Kursleitung

Guido Franz
Leitung BBB

Stephanie Dauner
Verwaltung

Eva Straßner
Einkauf

Marco Satzinger
Hausmeister

Besondere Informationen:

Alle im BBB nehmen verpflichtend an der Schulung teil.
Höchstens 6 Teilnehmer.
Witterungsbedingte Kleidung ist wichtig.
Die Kleidung darf auch schmutzig werden.
Jeder bekommt etwas Selbstgemachtes mit nach Hause.

KURS 5

Schutz im Straßenverkehr Gefahren im Internet

Inhalt

Wir lernen wie man sich richtig im Straßenverkehr verhält.
Wir erfahren einiges über die Ausrüstung der Polizei.
Wir schauen uns diese Ausrüstung auch an.
Wir lernen die Möglichkeiten des Internets kennen.
Wir erhalten Hinweise auf mögliche Gefahren im Internet.
Wie kann man die Medien gut nützen?
Wie kann man im Internet unterwegs sein um sich nicht zu schaden?
Kennenlernen der App „Cyber-Mobbing - Leichte Hilfe-App“.

Termin

Teil 1: Mittwoch 28. November 2024 ab 10.00 Uhr, Dauer ca. 1 1/2 - 2 Stunden.
Teil 2: Donnerstag 12. Dezember 2024, ab 10.00 Uhr, Dauer ca. 1 1/2 - 2 Stunden
Teil 3: Mittwoch 18. Dezember 2024, ab 10.00 Uhr, Dauer ca. 1 1/2 - 2 Stunden

Ort

Schulungsraum oben

Treffpunkt

9.50 Uhr am Aquarium
am Aquarium

Kursleitung

Teil 1: Christian Amberger
Polizei Weißenburg
Teil 2: Christiane Kögler
Kriminalpolizei Ansbach
Teil 3: Michaela Frei
Sozialdienst

Besondere Informationen

Maximal 12 Personen.
Die Räume des Theroie-Teils sind **nicht** für Rollstuhl-Fahrer geeignet.

KURS 6

Kreativ sein - Mach einfach mit!

Inhalt

Gemeinsam basteln wir.
Wir sind kreativ.
Wir basteln für Halloween.
Wir basteln für Weihnachten.

Termin

Ab Mittwoch 16. Oktober 2024.

Immer mittwochs von 13.00 bis 14.00 Uhr.

Der Kurs findet 6 mal statt.

Ort

Pausen-Raum

Treffpunkt

Pausen-Raum

Kursleitung

Katharina Haase
Freiwilliges-Soziales-Jahr
Gruppe 3

Sandy Kratzer
Bundes-Freiwilligen-Dienst
Gruppe 8

Besondere Informationen

Max. 10 Teilnehmer.
Der Kurs ist auch für Rollstuhl-Fahrer geeignet.

Kurs 7

Sozial-Kompetenz Kundendienst

Inhalt

Wir lernen den richtigen Umgang mit Kunden.
Unsere Kunden sind sehr wichtig.
Unsere Gäste sind sehr wichtig.
Unsere Gäste und Kunden sollen gerne zu uns kommen.
Wir lernen viele Tipps.

Termine

Teil 1: 29. Oktober 2024 von 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr
Teil 2: 30. Oktober 2024 von 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr
Teil 3: 31. Oktober 2024 von 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr

Ort

Schulungsraum oben

Treffpunkt

Am Aquarium

Kursleitung

Sandra Löffler
Sozialdienst

Besondere Informationen

Der Kurs ist für Beschäftigte, die viel Kontakt mit Kunden haben.
Wer im Lager arbeitet sollte am Kurs teilnehmen.
Wer im Cafe arbeitet sollte am Kurs teilnehmen.

KURS 8

Body-Percussion
(Musik mit dem Körper)

Inhalt

Wir machen gemeinsam Musik.
Das macht ganz viel Spaß.
Das ist eine neue Erfahrung.
Wir hören aufeinander.
Wir basteln ein einfaches Instrument.

Termin

Ab Donnerstag 24. Oktober 2024 — 13.00 Uhr bis 14.00 Uhr
Der Kurs findet 5 x statt.

Ort

Turnhalle unten

Treffpunkt

Am Aquarium

Kursleitung

Katharina Bauch
Praktikantin im Sozialdienst

Besondere Informationen

Der Kurs ist auch für Rollstuhlfahrer geeignet.

Begrenzt auf 10 Teilnehmer.

Termine und Veranstaltungen

18. Oktober 2024
Herbstfest „Sport und Spaß“

07. Dezember 2024
Weihnachtsfeier Förderstätte

13. Dezember 2024
Weihnachtsfeier Werkstatt

13. Dezember bis 22. Dezember 2024
Weihnachtsmarkt Weißenburg

06. Dezember bis 08. Dezember 2024 und
13. Dezember bis 15. Dezember 2024
Weihnachtsmarkt Treuchtlingen

13. Dezember bis 15. Dezember 2024
Weihnachtsmarkt Gunzenhausen

Weihnachtsurlaub Werkstatt:
20. Dezember 2024 bis 06. Januar 2025

27. Februar 2025
Faschingsfeier Werkstatt

03. März und 04. März 2024
Faschingsurlaub

ANMELDUNG

Name: _____

SPORTANGEBOT

Schwimmen
Fußball
Jonglieren
Tischtennis
Entspannung
Tanzen
Gymnastik
Koordinations-Spiele
Nordic Walking

Zu folgenden Kurs-Angeboten möchte ich mich anmelden:

KURSANGEBOT

- ☐ Kurs 1 Gesundes Essen - leicht gemacht
- ☐ Kurs 2 Strick- und Häkel-Kurs
- ☐ Kurs 3 Malen mit Heike
- ☐ Kurs 4 Vom Apfel zum Saft
- ☐ Kurs 5 Schutz im Straßenverkehr
Gefahren im Internet
- ☐ Kurs 6 Kreativ sein - mach einfach mit!
- ☐ Kurs 7 Sozial-Kompetenz - Kundenkontakt
- ☐ Kurs 8 Body - Percussion

Anmeldung bitte bis 14.10.2024 beim Sozialdienst abgeben!

Ideen und Vorschläge

Haben Sie in diesem Programm **nicht das Richtige** gefunden?

Hätten Sie **Interesse** an einem bestimmten Kurs?

Möchten Sie zu diesem Kursheft etwas **anmerken**?

Hier können Sie Ihre Meinung, **Ideen** und Ihre **Kritik** aufschreiben.

Sie können aber auch zu Michaela Frei gehen und Ihre Vorschläge persönlich sagen.

Bildquelle/Copyright: Metacom Symbole (C) Annette Kitzinger