



**Weißenburger  
Werkstätten**

der Lebenshilfe  
Altmühlfranken e.V.

# Kursprogramm Frühling/Sommer 2024



November 2023 „Alles über den Kürbis“

- Arbeitsbegleitende Maßnahmen
- Bildungs-Kurse
- Sport-Angebote



# Liebe Mitarbeiter der Weißenburger Werkstätten

Das ist unser neues Kursprogramm.  
Es gilt für den Frühling und Sommer 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	Landwirtschaft entdecken	Seite 06
Kurs 2	Strick- und Häkelkurs	Seite 07
Kurs 3	Malen mit Heike	Seite 08
Kurs 4	Grenzen Erkennen - Setzen - Verteidigen	Seite 09
Kurs 5	Alles über den Honig	Seite 10
Kurs 6	Kreativ sein	Seite 11
Kurs 7	Sozialkompetenz - Im Team arbeiten	Seite 12
Kurs 8	Theater	Seite 13

**Veranstaltungen ab Frühjahr 2024** Seite 14

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



# Ständige Sportangebote

## Schwimmen

Das Schwimmen geht noch bis zu den Pfingsten.

Danach ist Pause.

Schwimmen startet wieder im Herbst.



## Fußball

Alle 2 Wochen wird trainiert.

Immer donnerstags, 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 alten Seeweier-Halle statt.



## Jonglieren

Alle 2 Wochen am Mittwoch.

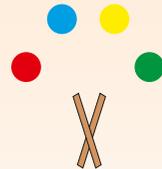
Es gibt immer eine Durchsage.

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 oder Donnerstag von 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr in der Turnhalle.

Das Training findet alle 2 Wochen statt.



## Entspannung

Johanna und Chaniya machen 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.  
Freitags von 13.00 Uhr bis 14.00 Uhr.  
In der Turnhalle. Dauer 1 Stunde.  
Die Termine hängen an der blauen Wand.  
Das Tanzen findet alle 2 Wochen statt.



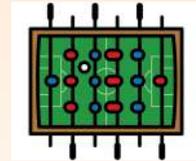
## Gymnastik oder Sport

Heidi Sommer macht Gymnastik oder Sport.  
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

# Landwirtschaft entdecken

## Inhalt

Wir erfahren die Aufgaben der Bauern.

Wir lernen wie Landwirte arbeiten.

Wir erfahren für was die Landwirtschaft zuständig ist.

Wir lernen wie gute Lebensmittel entstehen.

Wir besuchen den Erlebnisbauernhof Gagsteiger in Osterdorf.

---

## Termin

Theorieteil: Donnerstag 11. April 2024 ab 10.00 Uhr, Dauer ca. 2 Stunden

Besuch Erlebnishof Gagsteiger, Donnerstag 18. April 2024

---

## Ort

Schulungsraum unten

Besuch Erlebnisbauernhof Osterdorf

## Treffpunkt

09.50 Uhr am Aquarium

08.30 Uhr am Aquarium

---

## Kursleitung

Sabrina Wismann  
AktivPlus

Sabrina Fritz  
Buchhaltung



---

## Besondere Informationen

Max. 10 Teilnehmer.

[www.erlebnishof-gagsteiger.de](http://www.erlebnishof-gagsteiger.de)





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 nach Ostern.

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

# Grenzen Erkennen - Setzen - Verteidigen

### Inhalt

Wir alle haben Grenzen,  
Unsere Grenzen sind wichtig.  
Manchmal wollen andere Menschen diese Grenzen übertreten.  
Wir dürfen die Grenzen verteidigen.  
Wir lernen diese Grenzen kennen.  
Wir lernen diese Grenzen zu verteidigen.

---

### Termin

Ab Donnerstag 23. Mai 2024. Immer Donnerstag von 08.30 bis 09.30 Uhr  
Wir treffen uns 6 mal.

---

### Ort

Turnhalle

### Treffpunkt

08.30 Uhr am Aquarium

---

### Kursleitung

Markus Türauf  
Ausgebildeter Trainer in Wing-Tsun



Ramona Gayer  
Ergotherapeutin  
Berufs-Bildungs-Bereich



### Besondere Informationen:

Dieser Kurs ist nur für Frauen.  
Unterstützung bekommen Sie durch die Kursleitung.  
Höchstens 6 Teilnehmer.





KURS 5

# Alles über den Honig

## Inhalt

Honig ist ein wertvolles Nahrungsmittel.

Honig ist süß.

Die Bienen machen den Honig.

Wir erfahren was man mit Honig machen kann.

Wir besuchen eine Imkerei.

---

## Termin

Theorieteil: Dienstag 09. April 2024 ab 10.00 Uhr, Dauer ca. 2 Stunden

Besuch Imkerei: Dienstag, 16. April 2024 von 13.00 Uhr bis 14.30 Uhr

---

## Ort

Schulungsraum oben  
Imkerei

## Treffpunkt

9.50 Uhr am Aquarium  
am Aquarium

---

## Kursleitung

Stephanie Dauner

Verwaltung

Eva Straßner

Einkauf

Marco Satzinger

Hausmeister



---

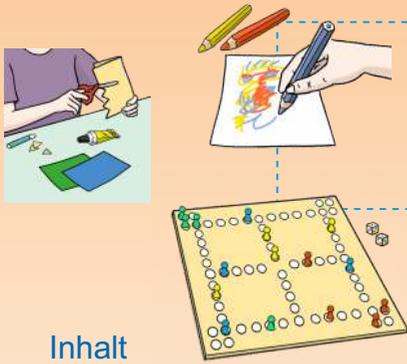
## Besondere Informationen

Maximal 12 Personen.

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

[www.imkerei-riedl.jimdofree.com](http://www.imkerei-riedl.jimdofree.com)





KURS 1

# Kreativ sein - Mach einfach mit!

## Inhalt

Gemeinsam basteln wir.

Wir sind kreativ.

Wir spielen auch Brettspiele und Kartenspiele miteinander.

## Termin

Ab Mittwoch 03. April 2024.

Immer mittwochs von 13.00 bis 14.00 Uhr.

Der Kurs findet 6 mal statt.

## Ort

Pausen-Raum

## Treffpunkt

Pausen-Raum

## Kursleitung

Johanna Breitenhuber  
Freiwilliges-Soziales-Jahr

Gruppe 3

Chaniya Essebier

Praktikantin

Gruppe 9



## Besondere Informationen

Max. 10 Teilnehmer.

Der Kurs ist auch für Rollstuhl-Fahrer geeignet.





Kurs 7

# Sozial-Kompetenz Im Team arbeiten

## Inhalt

Ein Team ist eine Gruppe von Menschen.  
Im Team werden alle gebraucht.  
Wir lernen gemeinsam zu arbeiten.  
Wir lernen uns abzusprechen.  
Wir lernen unsere eigenen Ideen umzusetzen.

## Termine

Teil 1: 17. April 2024 von 8.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Teil 2: 18. April 2024 von 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr

## Ort

Schulungsraum oben

## Treffpunkt

Am Aquarium

## Kursleitung

Sandra Löffler  
Sozialdienst



## Besondere Informationen

Vorwissen ist nicht notwendig.  
Jeder kann mitmachen.  
Begrenzt auf 10 Teilnehmer.





KURS 8

# Theater

## Inhalt

Wir spielen ein Bühnen-Stück.  
Wir suchen euch zum Mitspielen.  
Es wird ein lustiges Stück geübt.

Auf der Weihnachtsfeier spielen wir das Stück unseren Gästen vor.

## Termin

Die Termine finden im September statt.  
Wir beginnen dann mit der Probe.

## Ort

Wird noch bekannt gegeben.

## Treffpunkt

Am Aquarium

## Kursleitung

Uschi Lohnes  
Theater-Leitung



## Besondere Informationen

Spaß und Freude beim Theaterspielen.  
Der Kurs ist auch für Rollstuhlfahrer geeignet.  
Man muss lesen können.



# Termine und Veranstaltungen

10. Juni bis 14. Juni 2024

17. Juni bis 21. Juni 2024

Ferienfreizeiten der Werkstätten in das Allgäu

---

07. Juli 2024 (voraussichtlich)

Motorradausfahrt

---

12. August bis 23. August 2024

Betriebsurlaub

---

19. August 2024

Tag der Betriebe auf der Kirchweih

---

10. Oktober bis 14. Oktober 2024

Städte-Reise Dresden

---



# ANMELDUNG

Name: \_\_\_\_\_

Für die ständigen Sportangebote kommt Heidi Sommer in die Gruppen.  
Sie bespricht mit Euch die Teilnahme.

## SPORTANGEBOT

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

Zu folgenden Kurs-Angeboten möchte ich mich anmelden:

## KURSANGEBOT

- Kurs 1 Landwirtschaft entdecken
- Kurs 2 Strick- und Häkel-Kurs
- Kurs 3 Malen mit Heike
- Kurs 4 Grenzen erkennen - setzen - verteidigen
- Kurs 5 Alles über den Honig
- Kurs 6 Kreativ sein
- Kurs 7 Sozial-Kompetenz - Im Team arbeiten
- Kurs 8 Theater

**Anmeldung bitte bis 31.03.2024 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.

A large dashed blue rectangular box containing ten horizontal lines for writing.

