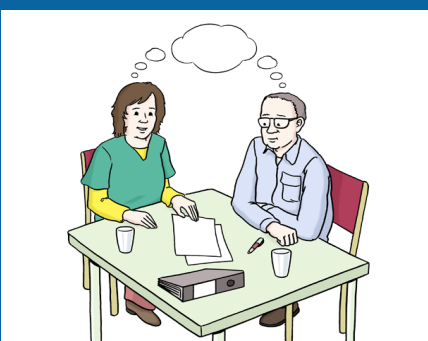
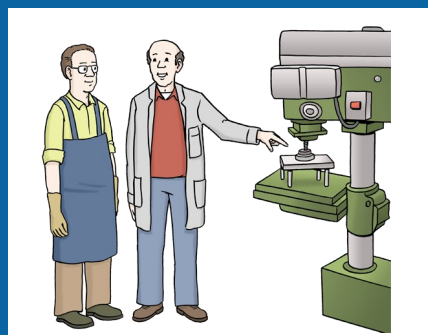




Kurs-Programm 2020



Arbeitsbegleitende Maßnahme der Werkstatt **Wesel**



Lebenshilfe
Werkstätten Unterer Niederrhein GmbH



Impressum

Herausgeber:

Lebenshilfe Werkstätten Unterer Niederrhein GmbH

Groiner Allee 10

46459 Rees

Tel. 02851 920-0

Fax 02851 920-146

info@lebenshilfe-rees.de

www.lebenshilfe-rees.de

Zusammenstellung der Materialien und Kurse: Susanne Stiller

Gestaltung und Layout: Susanne Stiller

Die verwendeten Piktogramme sind von:

© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e. V.

Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013

Die verwendeten Bilder sind von:

www.pixabay.de **pixabay** 



Einleitung

ABM 2020

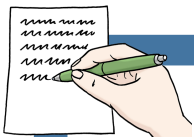
7



1 Arbeit und Beruf

9

W 101	Arbeits-Sicherheit	10
W 102	Hub-wagen	11
W 103	Ameise - Gabelstapler	12
W 104	Maschinen-Pflege	13
W 105	Kiosk	14
W 106	Empfang	15
W 107	Fit für das Praktikum	16
W 108	Führerschein	17
W 109	Das Industrie-Gebiet - Unser Nachbar	18
W 110	Materialkunde	19
W 111	Handkraft-Training	20
W 112	Der 1. Eindruck	21



2 Lernen und Bildung

23

W 201	Lesen und Schreiben 1+2	24
W 202	Lesen und Schreiben im Alltag	25
W 203	Sprech-Training	26
W 204	Rechnen 1+ 2	27
W 205	Rechnen in Bewegung	28
W 206	Das Bundes-Teilhabe-Gesetz - BTHG	29



2 Lernen und Bildung

W 207	Werkstatt - TV	30
W 208	Sicherer Umgang mit dem Handy	31
W 209	Kleine Spiele Aufmerksamkeit	32
W 210	Kleine Spiele Farben/Formen	33
W 211	Machen Sie sich schlau	34
W 212	Flur-Walken - Orientierung	35
W 213	Rad-fahren - Sicher im Verkehr	36
W 214	Bus und Bahn	37



3 Werken und Gestalten

		39
W 301	Gestalten für Weihnachten	40
W 302	Gestalten - Rund durch das Jahr	41
W 303	Gestalten - Postkarten	42
W 304	Gestalten und Malen +50	43



4 Begegnung und Miteinander

		45
W 401	Du und Ich	46
W 402	Du und Ich - Mobbing	47
W 403	Du und Ich - Mach dich stark	48
W 404	Fit im Alter	49
W 405	Singen	50
W 406	Pause - Was soll ich nur tun?	51



5 Gesundheit-Bewegung

	53
W 501 Tisch-Tennis Grund-Kurs	54
W 502 Tisch-Tennis Aufbau-Kurs 1+2	55
W 503 Fußball - Lockeres Kicken	56
W 504 Walken	57
W 505 Spaziergang - Im Gleichgewicht	58
W 506 Bewegung im Roll-Stuhl	59
W 507 Boccia an der frischen Luft	60
W 508 Musik und Bewegung	61
W 509 Pfeil-Werfen - Dart	62
W 510 Bewegungs-Spiele 1	63
W 511 Bewegungs-Spiele 2	64
W 512 Bewegungs-Spiele 3	65



5 Gesundheit-Entspannung

W 513 Stress-Abbau	66
W 514 Bogen-Schießen	67
W 515 Hören und Lauschen	68
W 516 Traum-Reise	69
W 517 Traum-Reise	70
W 518 Basale Stimulation	71



5 Gesundheit-Ernährung

W 519 Kochen	72
--------------	----



6 Ernährung und Haus-Wirtschaft

73

W 601 Fit für die eigene Wohnung

74



7 Info-Veranstaltungen für das Jahr 2020

75

W 701 1. Hilfe

76

W 702 Facebook, WhatsApp, Instagram und Cyber-Mobbing 76

W 703 Alkohol und Zigaretten—Bin ich abhängig? 77

W 704 Gesunde Ernährung 77

W 705 Praktika und BIAP 78

W 706 ABM Arbeitsbegleitende Maßnahmen 78

ABM 2020



Kurse

Zur beruflichen Verbesserung.
Und für Sie selbst.
Also für ihre Persönlichkeit.

3.2.2020 bis 18.12.2020

Anmelde-Bogen

Mit Ihrem Gruppen-Leiter besprechen Sie
ihr Ziel.

Sie füllen gemeinsam den Anmelde-
Bogen aus.

Sie und Ihr Gruppen-Leiter unterschreiben.

Rückmelde-Bogen

Hier steht, an
welcher ABM Sie
teilnehmen.

Neu: Anmelde-Tag

Es gibt jetzt einen Anmelde-Tag.
Das Datum bekommen Sie noch.
Bringen Sie Ihre Anmeldung mit.
Vielleicht haben Sie noch Fragen?
Sie dürfen den Anmelde-Bogen auch
beim Ihrem Gruppen-Leiter abgeben.

Gesundheit

Gesundheit ist ein wichtiges Thema!
Es gibt viele ABM zum Thema Gesundheit.
Machen Sie mit! Das ist wichtig!

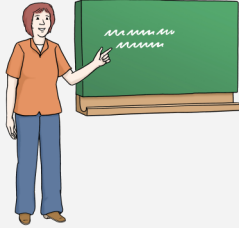
Bundes-Teilhabe-Gesetz (BTHG)

Gibt es etwas, was Sie besonders gut können?
Möchten Sie das Ihren Kollegen zeigen?
In einer ABM? Sprechen Sie uns an!

Im Programm gibt es Bilder zu den Kursen.

Die Bilder bedeuten:

Die Bilder in der Kurs-Beschreibung.



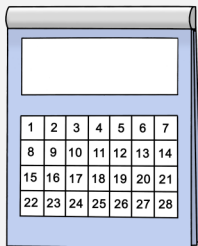
Das ist der Lehrer



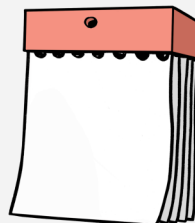
Das ist der Raum



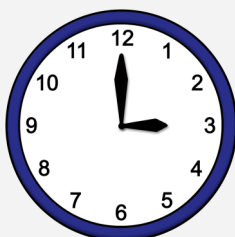
So viele Mitarbeiter machen mit



Das ist der Tag



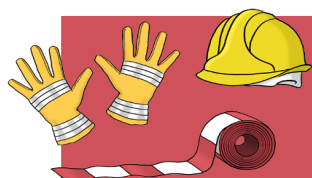
Das sind die Monate



Das ist die Uhrzeit = Anfang

Arbeit und Beruf





Arbeits-Sicherheit

W 101 Kompetenzbereich: 1,2,3,4,7

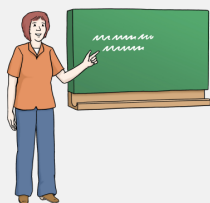


Was?

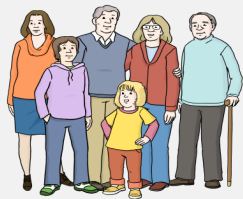
Sie lernen Gefahren kennen.
Sie lernen etwas über Sicherheit und Gesundheit.
Sie lernen, was Sie bei einem Brand machen.
Sie lernen, warum Team-Arbeit wichtig ist.

Sie können mitmachen, wenn...

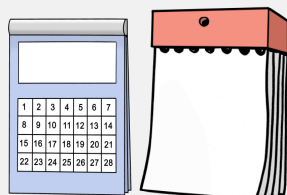
... Sie gut zuhören können
... Sie lesen und schreiben können



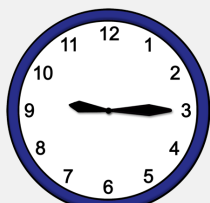
ABM Raum, Halle 123



6 Personen



Jeden Donnerstag
6.2.2020 bis 26.11.2020



9:15 Uhr bis 10:15 Uhr



Hub-Wagen

W 102 Kompetenzbereich: 2,3,4,5,6,7

Was?

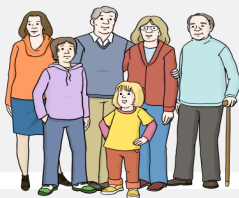
Sie lernen Sicherheits-Vorschriften kennen
Sie gehen ins Lager und in die Produktions-Bereiche.
Dort schauen Sie sich alles genau an.
Sie lernen einen Hubwagen zu bedienen.

Sie können mitmachen, wenn...

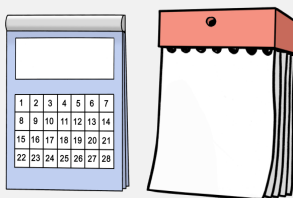
... Sie im Berufs-Bildungs-Bereich arbeiten
... Sie sicher zu Fuß sind
... Sie Sicherheits-Schuhe tragen



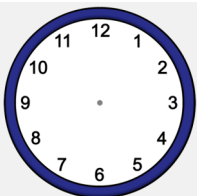
Lager



4 Personen



1 Woche, täglich 2 Stunden
Nach Absprache



Nach Absprache



Ameise und Gabel-Stapler

W 103 Kompetenzbereich: 2,3,4,5,6,7

Was?

Sie lernen eine Ameise zu bedienen.

Sie können das gut.

Dann dürfen Sie einen Gabel-Stapler-Kurs machen.

Der Kurs ist nicht in der Werkstatt.

Sie machen eine Prüfung.

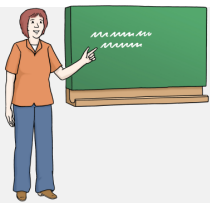
Sie können mitmachen, wenn...

... Sie den Hub-Wagen bedienen können

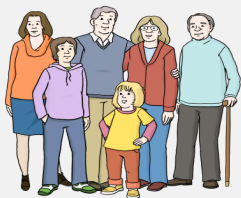
... Sie sich für Technik interessieren

... Sie sicher zu Fuß sind

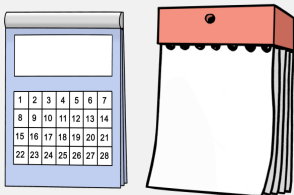
... Sie Sicherheits-Schuhe tragen



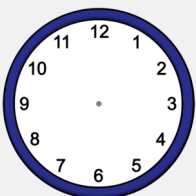
Lager



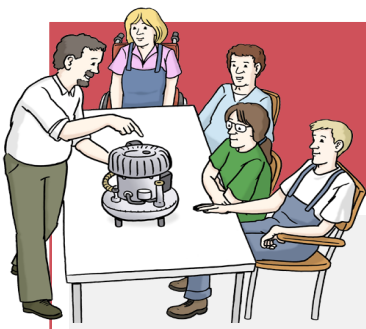
1 Person oder kleine Gruppen



Nach Absprache



Nach Absprache



Maschinen-Pflege

W 104 Kompetenzbereich: 1,2,4,6

Was?

Sie lernen die Maschinen aus der Garten-Abteilung kennen. Zum Beispiel:

- einen Sitz-Rasen-Mäher
- eine Hecken-Schere

Sie lernen, wie die Maschinen funktionieren.

Sie lernen, wie Sie die Maschinen reinigen.

Sie können mitmachen, wenn...

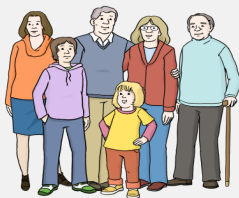
... Sie gut zuhören können

... Sie sich für Technik interessieren

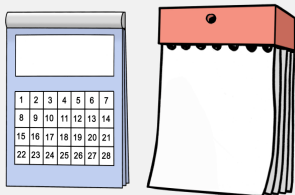
... Sie im Produktions-Bereich arbeiten



Halle 123



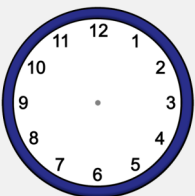
6 Personen



Im November und Dezember 2020

Im Januar 2021

Nach Absprache



Nach Absprache



Kiosk-Workshop

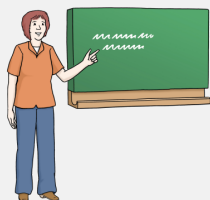
W 105 Kompetenzbereich: 1,2,3,4,5,7

Was?

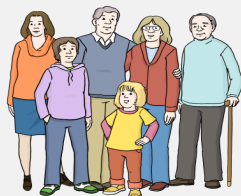
Sie arbeiten bereits im Kiosk.
Oder Sie möchten die Arbeit im Kiosk kennen lernen?
Ihre Kollegen zeigen Ihnen die Arbeit im Kiosk.

Sie können mitmachen, wenn...

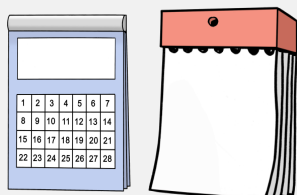
... Sie bereits im Kiosk arbeiten
... Und Sie noch besser werden wollen
... Sie die Arbeit im Kiosk kennen lernen möchten



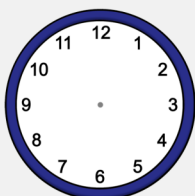
Speise-Saal oder Kiosk



5 Personen



2 x 1 ganze Woche
Nach Absprache



Nach Absprache



Empfang-Workshop

W 106 Kompetenzbereich: 1,2,3,4,5,7

Was?

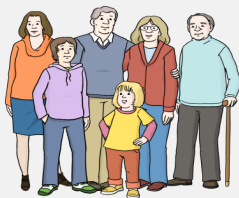
Sie arbeiten bereits am Empfang.
Oder Sie möchten die Arbeit am Empfang kennen lernen?
Ihre Kollegen zeigen Ihnen die Arbeit im Kiosk.

Sie können mitmachen, wenn...

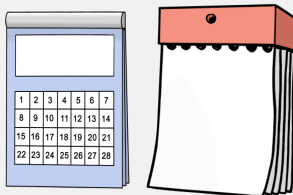
... Sie bereits am Empfang arbeiten
... Und Sie noch besser werden wollen
... Sie die Arbeit am Empfang kennen lernen möchten



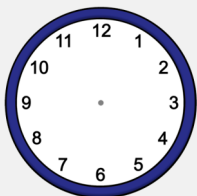
Empfang



5 Personen



2 x 1 ganze Woche
Nach Absprache



Nach Absprache



Fit für das Praktikum

W 107 Kompetenzbereich: 1,2,3,4,5,7

Was?

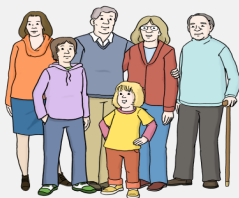
Sie möchten gerne ein Praktikum machen?
 Sie möchten auf einem
 Betriebsintegrierten Arbeits-Platz (BIAP) arbeiten?
 Sie wissen noch nicht, wo Sie arbeiten wollen?
 Wir besprechen mit Ihnen was wichtig ist.

Sie können mitmachen, wenn...

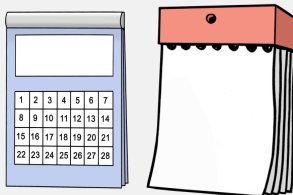
... Sie Interesse an einem Praktikum haben
 ... Sie auf einem BIAP arbeiten möchten



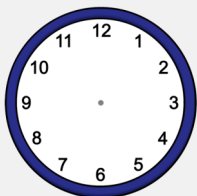
In der Werkstatt Alpen-Veen, Rees oder Wesel



6 Personen



Nach Absprache



Eine ganze Woche



Führer-Schein

W 108 Kompetenzbereich: 2,6,7

Was?

Sie möchten Ihren Führer-Schein machen:

- Auto, Roller oder Mofa

Sie sind (bald) in der Fahr-Schule angemeldet.

Wir üben mit Ihnen die Fahrschul-Bögen.

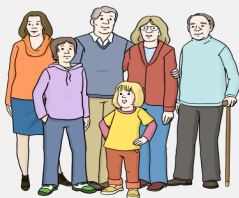
Sie üben auch zu Hause!

Sie können mitmachen, wenn...

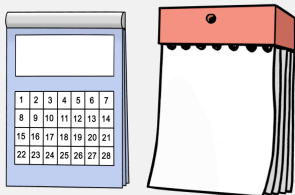
... Sie lesen, schreiben und rechnen können



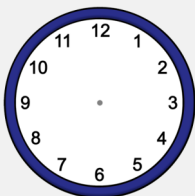
Nach Absprache



1 Person oder kleine Gruppe



Nach Absprache



Nach Absprache



Das Industrie-Gebiet - unser Nachbar

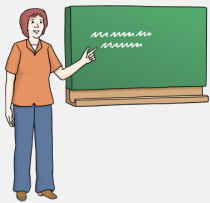
W 109 Kompetenzbereich: 1,2,5,6

Was?

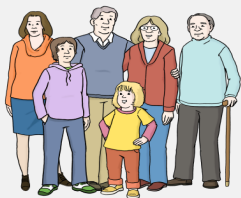
Sie besuchen die Firmen „Am Schorn-Acker“.
 „Am Schorn-Acker“ heißt unser Industrie-Gebiet.
 Was wird dort gearbeitet? Sie informieren sich.
 Vielleicht möchten Sie Ihren Kollegen mitteilen, was
 Sie gelernt haben?

Sie können mitmachen, wenn...

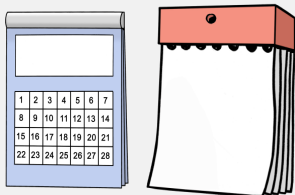
... Jeder kann mitmachen



Treff-Punkt: Eingang Werkstatt



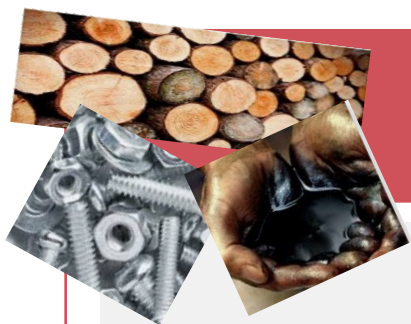
6 Personen



Alle 2 Wochen am Dienstag
 4.2.2020 bis 24.11.2020



12:45 Uhr bis 13:45 Uhr



Material-Kunde

W 110 Kompetenzbereich: 2,6,7

Was?

Holz, Metall, Erdöl.

Wo kommen unsere Roh-Stoffe her?

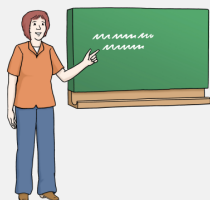
Wie werden unsere Roh-Stoffe verarbeitet?

Welchen Einfluss hat das auf unsere Erde?

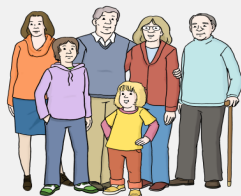
Welchen Einfluss hat das auf unser Leben?

Sie können mitmachen, wenn...

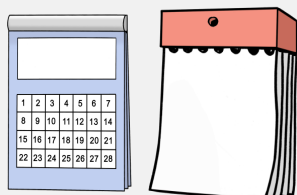
... wenn Sie sprechen können



Therapie-Raum 1, AgiF



6 Personen



Alle 2 Wochen am Dienstag

11.2.2020 bis 1.12.2020



13:00 Uhr bis 13:45 Uhr



Handkraft-Training

W 111 Kompetenzbereich: 6

Was?

Sie machen Übungen, damit Ihre Hände kräftiger werden.

Zum Beispiel:

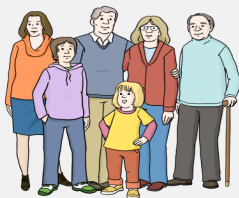
- Bälle drücken
- Kneten
- Seile aufrollen

Sie können mitmachen, wenn...

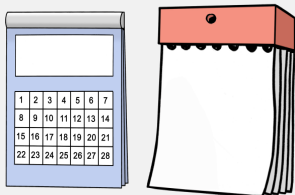
... Sie aufmerksam sind



AgiF 10



4 Personen



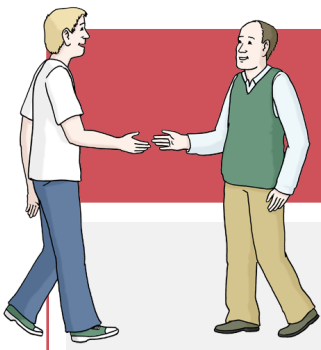
Jeden Mittwoch

Kurs 1: 5.2.2020 bis 17.6.2020

Kurs 2: 2.7.2020 bis 9.12.2020



10:15 Uhr bis 11:00 Uhr



Der 1. Eindruck

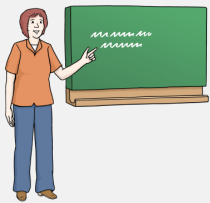
W 112 Kompetenzbereich: 1,3,4,5

Was?

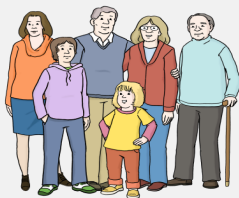
Das erste Treffen mit Anderen entscheidet viel.
Mag man Sie? Oder mag man Sie nicht?
Woran liegt das?
Sie selbst können das beeinflussen.
Wir zeigen Ihnen wie es geht.

Sie können mitmachen, wenn...

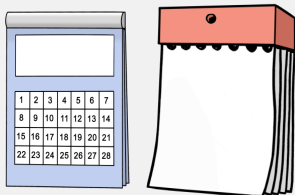
... Jeder darf mitmachen



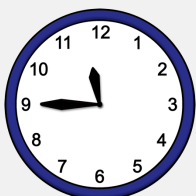
ABM Raum, Halle 123



4 Personen

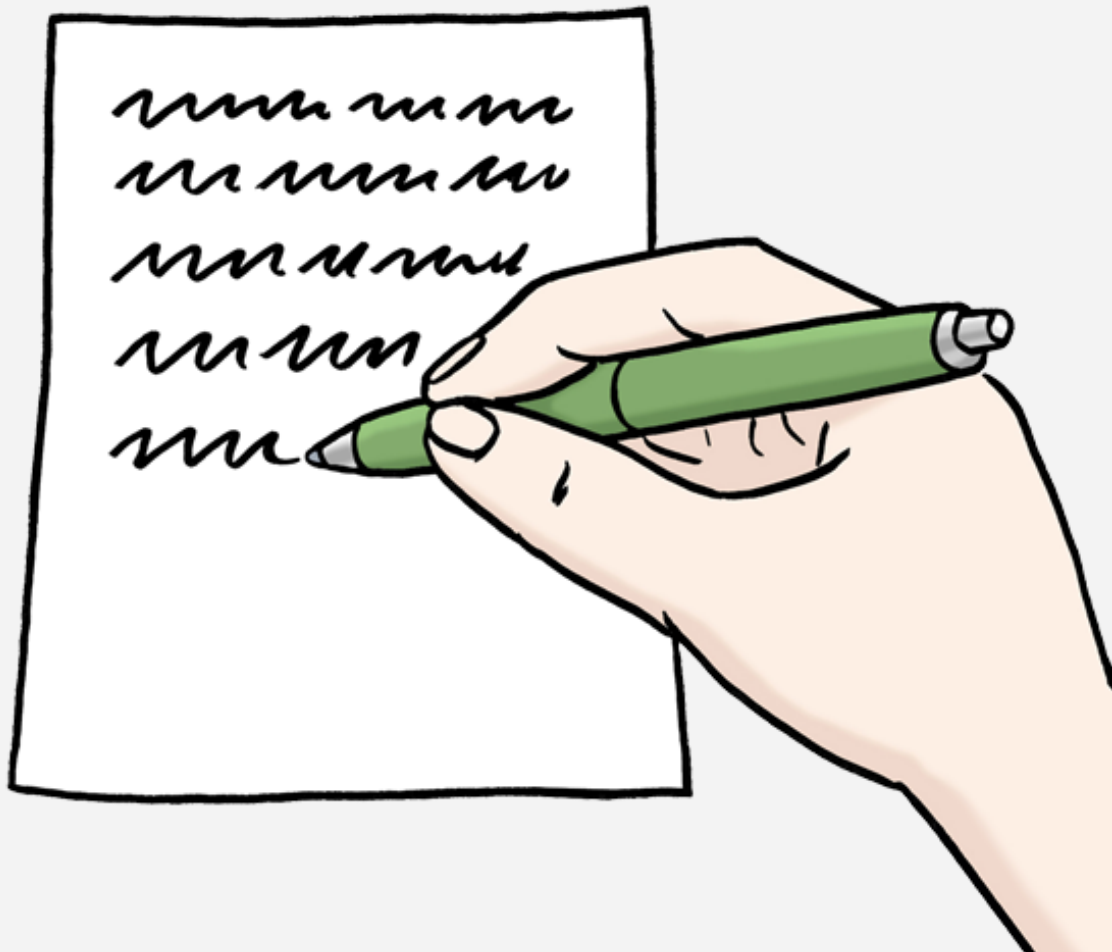


Jeden Donnerstag
6.2.2020 bis 25.6.2020



11:45 Uhr bis 12:30 Uhr

Lernen und Bildung





Lesen und Schreiben-Kurs 1+2

W 201 Kompetenzbereich: 2,4,6,,7

Was?

Sie lesen und schreiben Wörter oder Texte.

Sie besprechen im Kurs,
was Sie lesen und schreiben.

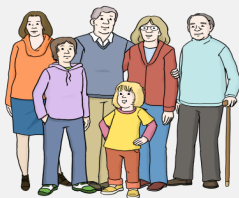
Die Einteilung in Kurs 1 und Kurs 2 erfolgt bei
Kurs-Beginn.

Sie können mitmachen, wenn...

... Sie Laute, Buchstaben oder Wörter kennen
... Sie etwas lesen können

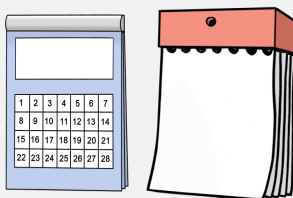


Unterrichts-Raum BBB



Kurs 1: 4 Personen

Kurs 2: 4 Personen



Jeden Dienstag

Kurs 1: 4.2.2020 bis 23.6.2020

Kurs 2: 7.7.2020 bis 24.11.2020



13:45 Uhr bis 14:30 Uhr



Lesen und Schreiben im Alltag

W 202 Kompetenzbereich: 1,2,5,7

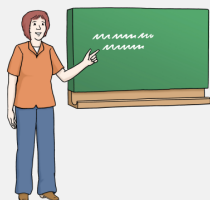
Was?

Sie lesen und schreiben Texte:

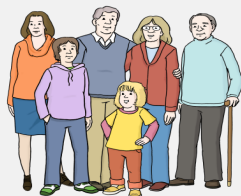
- Koch-Rezepte
- Bedienungs-Anleitungen
- Einkaufs-Zettel
- Briefe

Sie können mitmachen, wenn...

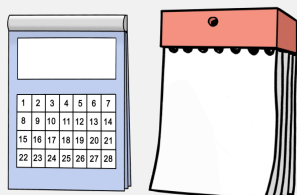
- ... Sie etwas lesen können
- ... Sie etwas schreiben können



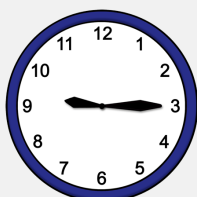
Therapie-Raum 2 AgiF



4 Personen



Jeden Dienstag
2.7.2020 bis 15.12.2020



9:15 Uhr bis 10:00 Uhr



Sprech-Training

W 203 Kompetenzbereich: 1,2

Was?

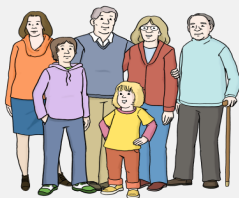
Sie brauchen Hilfe um zu Sprechen?
Oder Sie wollen neue Wörter lernen?
Wir helfen Ihnen.

Sie können mitmachen, wenn...

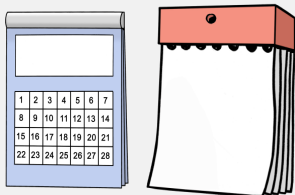
... Jeder darf mitmachen



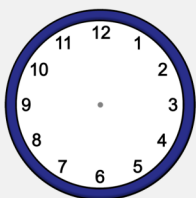
Nach Absprache



1 bis 3 Personen



Nach Absprache
3.2.2020 bis 18.12.2020



Nach Absprache



Rechnen - Kurs 1+2

W 204 Kompetenzbereich: 2,4,6,7

Was?

Sie rechnen, was wichtig für Sie ist.

Zum Beispiel:

- Die Uhr oder Umgang mit Geld
 - $4 \times 4 = 16$

Die Einteilung erfolgt bei Kurs-Beginn.

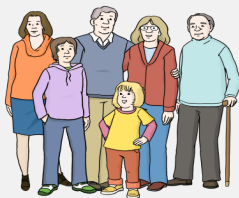
Sie können mitmachen, wenn...

... Sie die Zahlen 1 bis 12 kennen

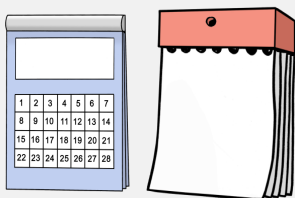
... Sie höhere Zahlen kennen



Unterrichts-Raum BBB



4 Personen



Jeden Dienstag

Kurs 1: 4.2.2020 bis 23.6.2020

Kurs 2: 7.7.2020 bis 24.11.2020



14:30 Uhr bis 15:30 Uhr



Rechnen in Bewegung

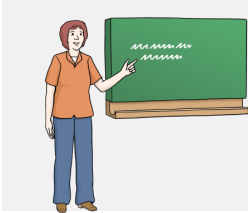
W 205 Kompetenzbereich: 1,2,6,7

Was?

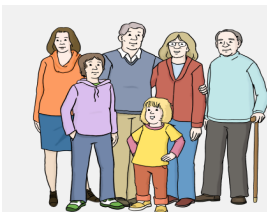
Sie lernen Zahlen, Größen und Mengen kennen.
Das machen Sie mit Bewegungs-Spielen.
Manchmal auch mit Musik.
Sie werden viel Spaß haben.

Sie können mitmachen, wenn...

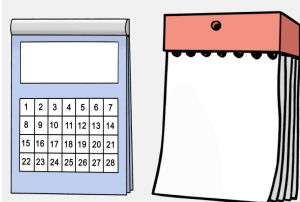
... Jeder darf mitmachen



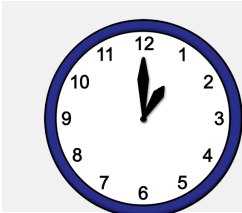
Gymnastik-Raum
Oder Draußen



6 Personen



Jeden Donnerstag
6.2.2020 bis 18.6.2020



13:00 Uhr bis 13:45 Uhr



Das Bundes-Teilhabe-Gesetz (BTHG)

W 2006 Kompetenzbereich: 1,2,5,7

Was?

Sie reden über aktuelle Nachrichten.

Zum Beispiel:

- Klima-schutz oder Flüchtlings-Politik
- Tier-Haltung

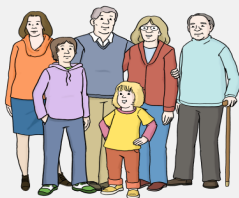
Reden Sie mit, Ihre Meinung ist wichtig!

Sie können mitmachen, wenn...

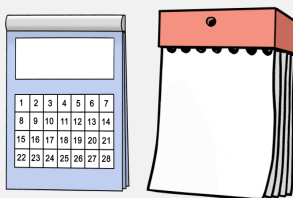
... Sie gerne mit anderen Menschen sprechen



Nach Absprache

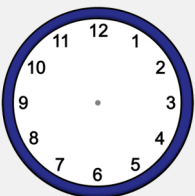


6 Personen



Im November und Dezember 2020

Nach Absprache



Nach Absprache



Was?

Sie füllen das Werkstatt-TV mit Infos.

Zum Beispiel:

- Stellen-Angebote (BiAP) oder ABM

Sie lernen wie es geht. Danach machen Sie die Arbeit mit einem Kollegen zusammen.

Sie können mitmachen, wenn...

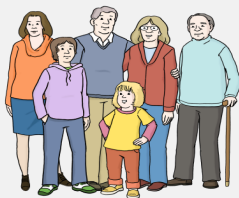
... Sie gut lesen können

... Sie gerne am Computer arbeiten

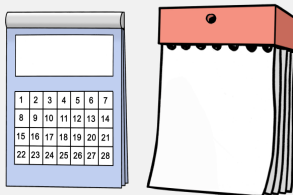
... Sie eigen-ständig arbeiten können



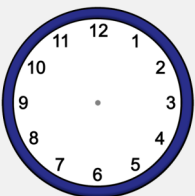
Unterrichts-Raum BBB



6 Personen



Nach Absprache



Nach Absprache



Sicherer Umgang mit dem Handy

W 208 Kompetenzbereich: 1,2,5,7

Was?

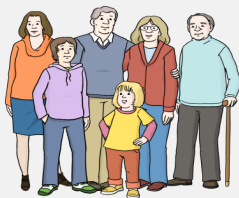
Sie lernen, welche Gefahren es im Internet gibt.
Und wie Sie ihr Handy sicher einstellen.
Und so ihre privaten Daten schützen.
Sie bekommen Tipps, wie alles übersichtlicher wird.

Sie können mitmachen, wenn...

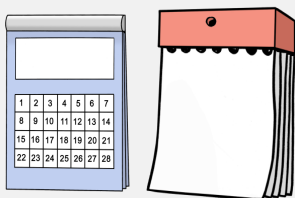
... Sie ihr eigenes Handy mitbringen



Nach Absprache



4 Personen



Jeden Dienstag
7.7.2020 bis 1.12.2020



11:45 Uhr bis 12:30 Uhr



Kleine Spiele - Aufmerksamkeit

W 209 Kompetenzbereich: 1,2,6,7

Was?

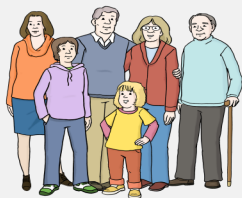
Sie spielen verschiedene Spiele.
Sie üben aufmerksam zu sein.
Sie lernen Regeln.
Sie lernen ihre Stärken kennen.

Sie können mitmachen, wenn...

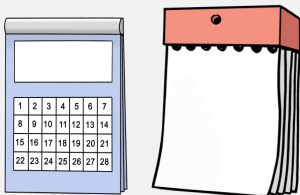
... Jeder kann mitmachen



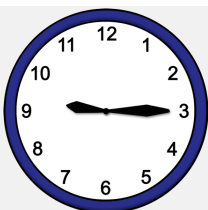
Therapie-Raum 2 (AgiF)



4 Personen



Jeden Dienstag
2.7.2020 bis 2.12.2020



9:15 Uhr bis 10:15 Uhr



Kleine Spiele - Farben/Formen

W 210 Kompetenzbereich: 1,2,6,7

Was?

Sie lernen Farben und Formen kennen.
Sie spielen Brett-Spiele am Tisch
Oder Sie machen Bewegungs-Spiele,
zum Beispiel mit

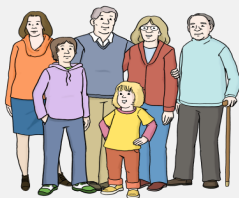
- Reifen und Tüchern
- Seilen und Bällen

Sie
können
mitmachen,
wenn...

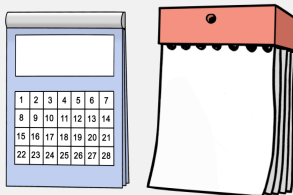
... Jeder kann mitmachen



ABM Raum Halle 123



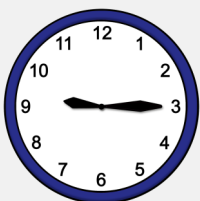
4 Personen



Jeden Mittwoch

Kurs 1: 4.2.2020 bis 23.6.2020

Kurs 2: 7.7.2020 bis 13.12.2020



9:15 Uhr bis 10:00 Uhr



Machen Sie sich schlau

W 211 Kompetenzbereich: 1,2,5,7

Was?

Sie sprechen über Themen die Sie interessieren.
Zum Beispiel:

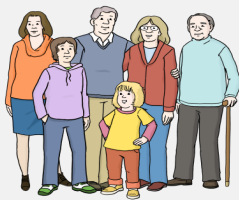
- Umwelt
- Menschen
- Wissenschaft

Sie können mitmachen, wenn...

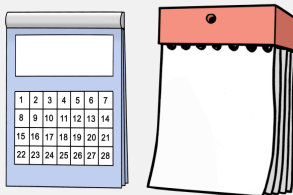
... Sie gerne mit anderen Menschen sprechen
... Sie interessiert sind an verschiedenen Themen



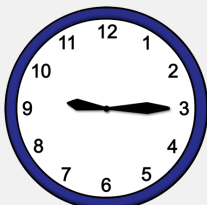
ABM Raum Halle 123



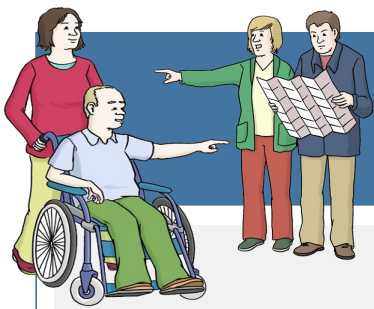
6 Personen



Jeden Dienstag
4.2.2020 bis 23.6.2020



9:15 Uhr bis 10:15 Uhr



Flur-Walken - Orientierung

W 212 Kompetenzbereich: 1,2,6

Was?

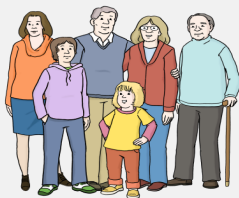
Sie laufen in der Werkstatt kurze Strecken.
 Sie haben dabei auch Zeit für Pausen.
 Sie üben sich die Wege zu merken.
 Sie üben Räume zu finden.

Sie können mitmachen, wenn...

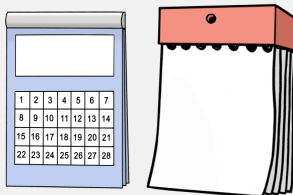
... Sie sicher laufen können
 ... Sie sich sicher im Rollstuhl bewegen



Sie werden in der Gruppe abgeholt



4 Personen



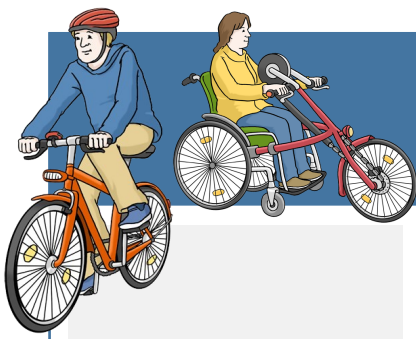
Jeden Dienstag

Kurs 1: 4.2.2020 bis 23.6.2020

Kurs 2: 7.7.2020 bis 23.12.2020



8:15 Uhr bis 9:00 Uhr



Rad-fahren - Sicher im Verkehr

W 213 Kompetenzbereich: 1,2,5,6

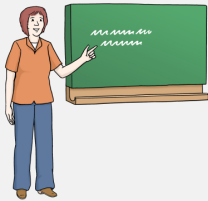
Was?

Sie lernen:

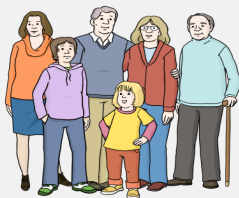
- Wie ihr Fahrrad verkehrs-sicher ist.
- Was im Straßen-Verkehr wichtig ist.
- Welche Verkehrs-Zeichen es gibt.
- Sie üben das Rad-Fahren.

Sie können mitmachen, wenn...

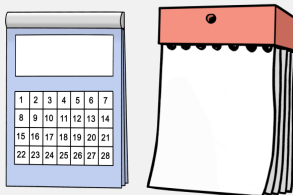
... Sie etwas lesen können
... Sie etwas schreiben können



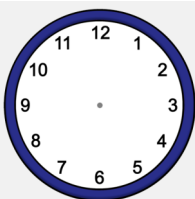
Unterrichts-Raum BBB



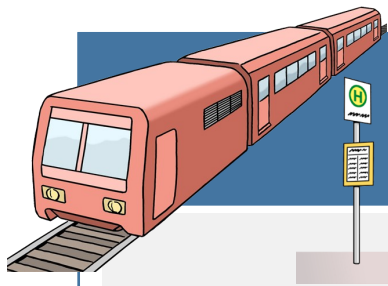
4 Personen



Nach Absprache



Nach Absprache



Bus und Bahn

W 214 Kompetenzbereich: 1,2,5,6

Was?

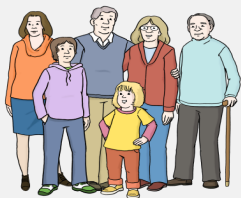
Sie lesen Fahr-Pläne von Bussen und Zügen.
Sie üben von Stadt zu Stadt zu fahren.

Sie können mitmachen, wenn...

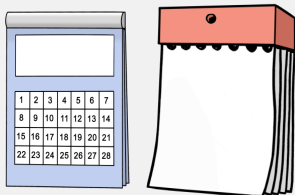
... Sie etwas lesen können
... Sie die Uhr kennen



Treff-Punkt: Eingang Werkstatt



6 Personen

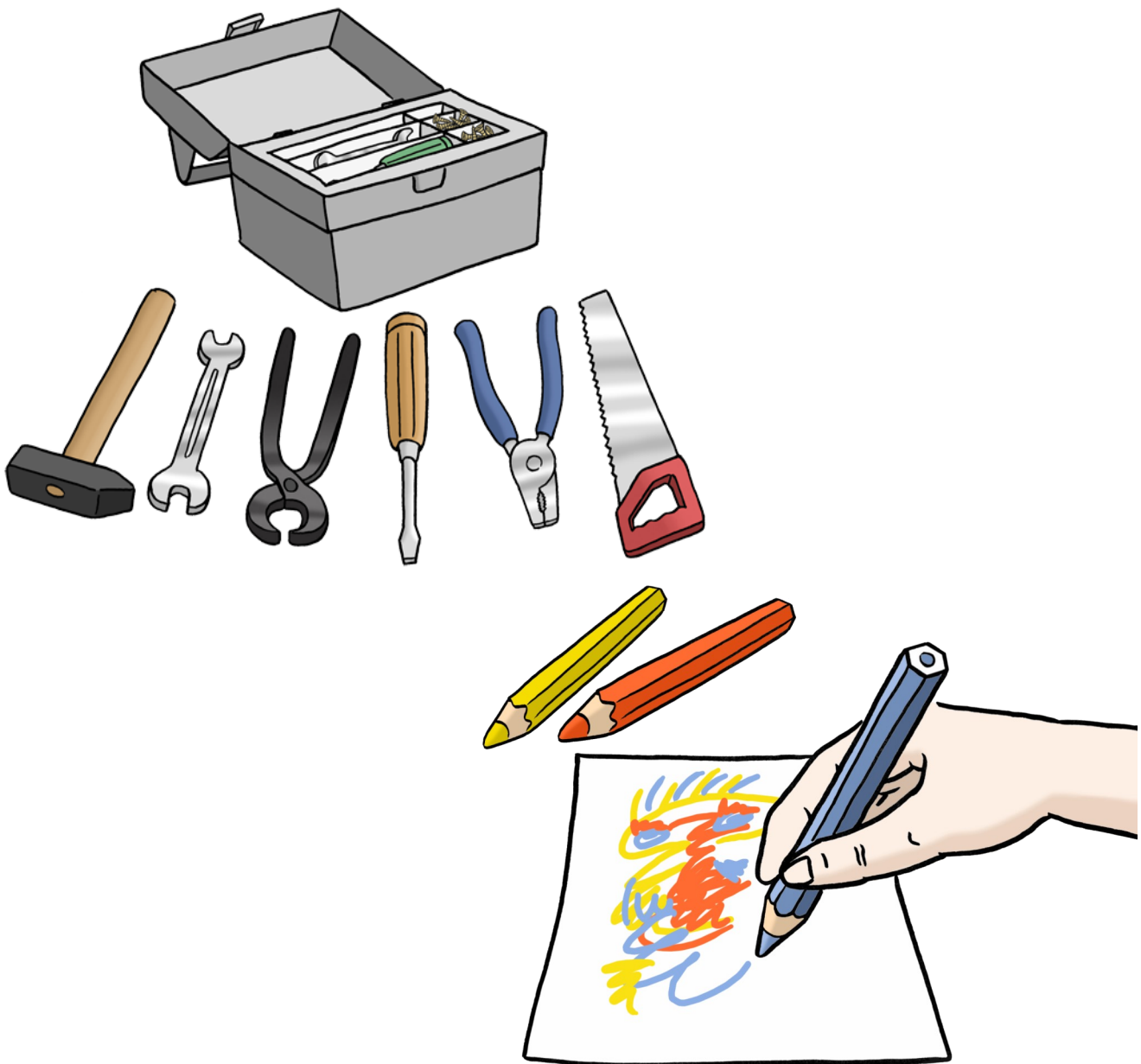


Mai bis September 2020
10 x nach Absprache



13:15 Uhr bis 15:30 Uhr

Werken und Gestalten





Gestalten für Weihnachten

W 301 Kompetenzbereich: 1,2,4,6

Was?

Für Weihnachten gestalten Sie Deko.

Zum Beispiel für:

- den Speise-Saal
- den Verkauf

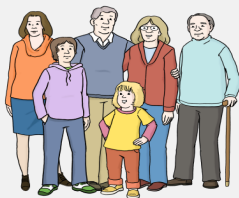
Sie arbeiten mit Natur-Material.

Sie können
mitmachen,
wenn...

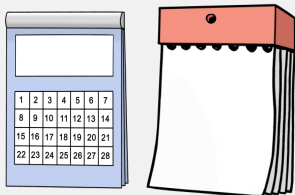
... Jeder kann mitmachen



Nach Absprache



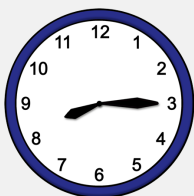
6 Personen



Montag bis Freitag

1 Woche im November

Nach Absprache



8:15 Uhr bis 10:15 Uhr



Gestalten - Rund durch das Jahr

W 302 Kompetenzbereich: 1,2,4,6

Was?

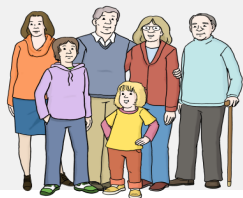
Sie gestalten passend zur Jahres-Zeit:
Frühling, Sommer, Herbst, Winter.
Sie basteln mit verschiedenen Materialien.

Sie können mitmachen, wenn...

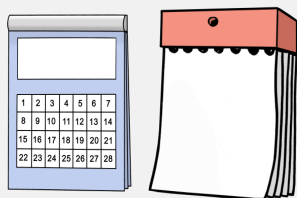
... Sie mit der Schere schneiden können
... Sie einen Pinsel halten können



Therapie - Raum 2 (AgiF)



4 Personen



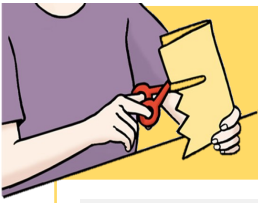
Alle 2 Wochen am Dienstag

Kurs 1: 4.2.2020 bis 23.6.2020

Kurs 2: 4.8.2020 bis 1.12.2020



10:30 Uhr bis 11:30 Uhr



Gestalten- Post-Karten

W 303 Kompetenzbereich: 1,2,4,6

Was?

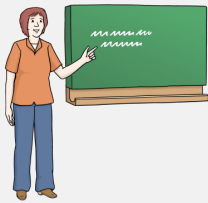
Sie gestalten Post-Karten:

- Malen und Kleben
- Schneiden und Stanzen

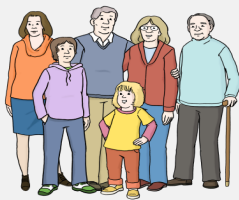
Das Stanzen machen Sie mit einer kleinen Maschine.

Sie können
mitmachen,
wenn...

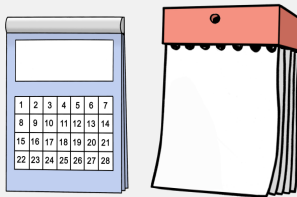
... Jeder kann mitmachen



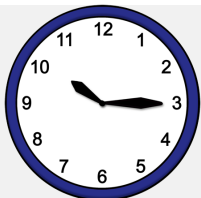
Therapie-Raum 1



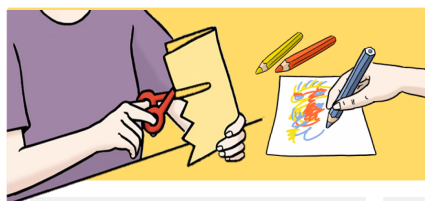
6 Personen



Jeden Dienstag



10:15 Uhr bis 11:15 Uhr



Gestalten und Malen für Senioren

W 304 Kompetenzbereich: 1,2,4,6

Was?

Sie basteln mit verschiedenen Materialien.

Zum Beispiel:

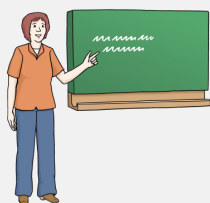
- mit Papier und Kleister
- mit Perlen oder Natur-Materialien

Sie malen Bilder.

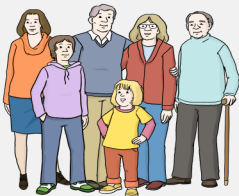
Sie machen alles mit Ruhe.

Sie können mitmachen, wenn...

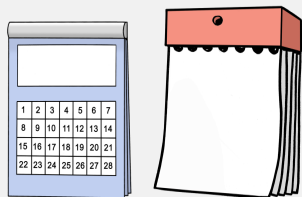
... Sie 50 Jahre oder älter sind



BBB Küche



4 Personen



Alle 2 Wochen am Mittwoch

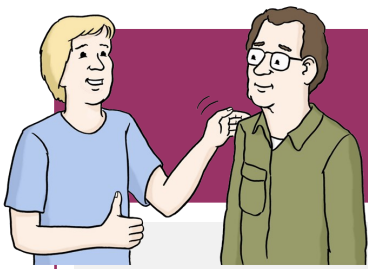
4.2.2020 bis 1.12.2020



11:30 Uhr bis 12:30 Uhr

Begegnung und Miteinander





Du und Ich

W 401 Kompetenzbereich: 1,3,5

Was?

Sie lernen gut miteinander umzugehen.

Zum Beispiel:

Wie reden Sie gut mit anderen?

Wie respektieren Sie andere Menschen?

Wie lösen Sie Probleme mit den Kollegen?

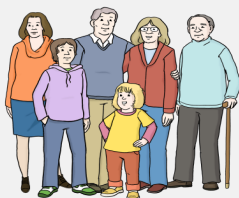
Sie machen gemeinsam Spiele und Aufgaben.

Sie können mitmachen, wenn...

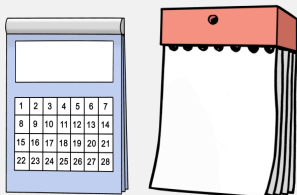
... Sie gut sprechen können



Nach Absprache

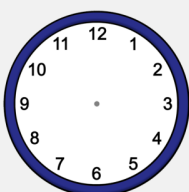


6 Personen

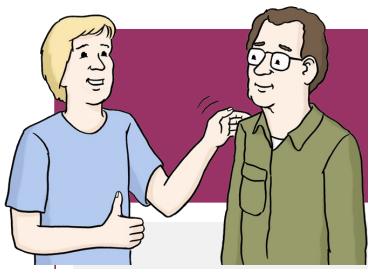


Im November und Dezember

Nach Absprache



Nach Absprache



Du und Ich-Mobbing

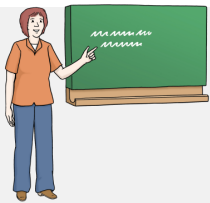
W 402 Kompetenzbereich: 1,3,5

Was?

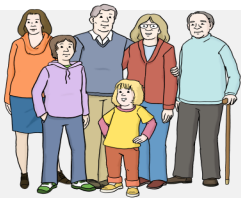
Wie fühlt es sich an, wenn Kollegen schlecht reden?
Wie verhalten Sie sich wenn Sie Kollegen nicht mögen?
Was können Sie tun, anstatt schlecht zu reden?
Sie sprechen darüber und üben mit Beispielen.

Sie können mitmachen, wenn...

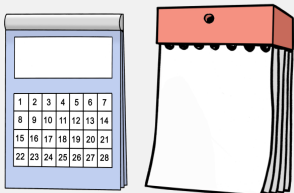
... Sie gut sprechen können



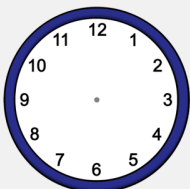
Nach Absprache



4 Personen



Im November und Dezember
Nach Absprache



Nach Absprache



Du und Ich-Mach dich stark

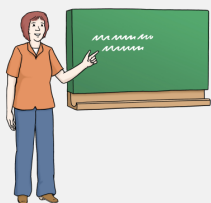
W 403 Kompetenzbereich: 1,3,5

Was?

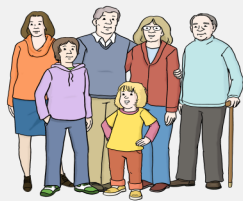
Sie lernen stark zu sein.
Besonders, wenn jemand gemein zu Ihnen ist.
Sie sprechen darüber und üben mit Beispielen

Sie können mitmachen, wenn...

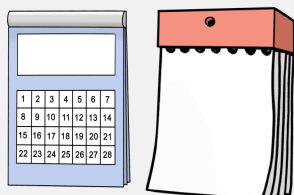
... Sie gut sprechen können



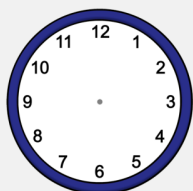
Nach Absprache



6 Personen



Im November und Dezember
Nach Absprache



Nach Absprache



Fit im Alter

W 404 Kompetenzbereich: 1,2,5

Was?

Sie sind bald Rentner.
Sie machen alles langsamer.
Zum Beispiel:

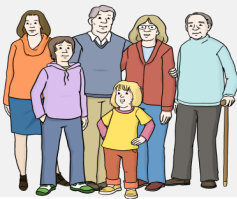
- Spazier-Gang
- Hand-Arbeiten
- Würfel-Spiele

Sie können mitmachen, wenn...

... Sie über 50 Jahre alt sind



ABM-Raum Halle 123



6 Personen



Jeden Donnerstag
2.7.2020 bis 10.12.2020



11:45 Uhr bis 12:30 Uhr



Singen

W 405 Kompetenzbereich:1,2,7

Was?

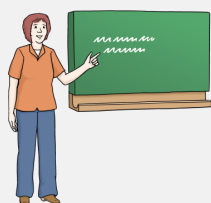
Sie singen gemeinsam.

Zum Beispiel:

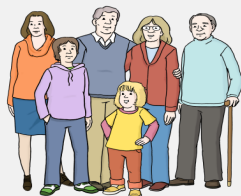
- Schlager
- Rock
- Pop

Sie können mitmachen, wenn...

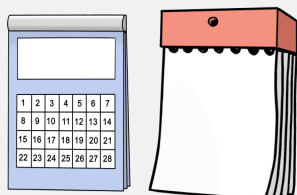
... Jeder kann mitmachen



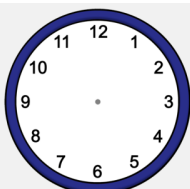
Speise-Saal



30 Personen



Nach Absprache



Nach Absprache



Pause-Was soll ich nur tun?

W 406 Kompetenzbereich:1,2,3,5,7

Was?

Gemeinsam überlegen Sie, was Sie und Ihre Kollegen für eine tolle Pause benötigen. Vielleicht:

- einen Spiele-Koffer oder einen Bücher-Schrank?
- ein Feder-Ball – Spiel oder Bälle?

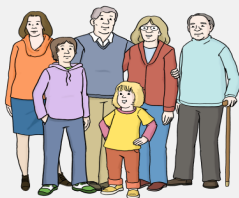
Wir erforschen es und setzen es um.

Sie können mitmachen, wenn...

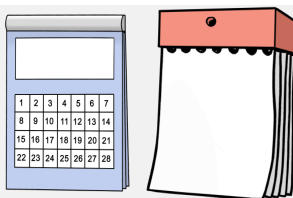
... Jeder kann mitmachen



ABM Raum Halle 123

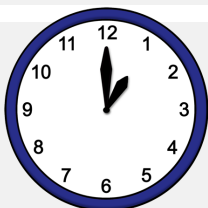


6 Personen



Alle zwei Wochen am Donnerstag

9.7.2020 bis 3.12.2020



13:00 Uhr bis 13:45 Uhr

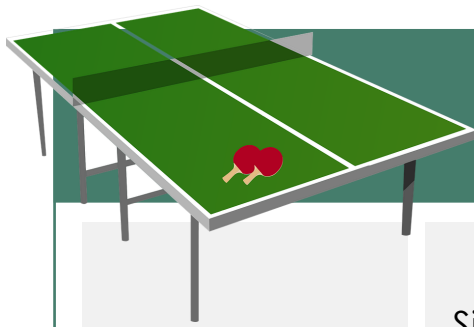
Gesundheit

Bewegung

Ernährung

Entspannung





Tisch-Tennis Grund-Kurs

W 501 Kompetenzbereich: 1,2,5

Was?

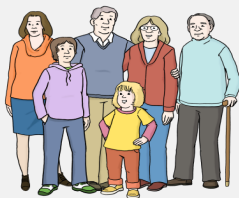
Sie haben noch nie Tisch-Tennis gespielt.
 Sie lernen Spiel-Techniken.
 Sie lernen Spiel-Regeln.
 Sie spielen erste Spiele mit Punkten.

Sie können mitmachen, wenn...

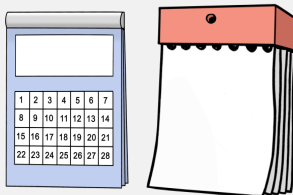
... Sie den Schläger gut festhalten können
 ... Sie den Ball sehen können
 ... Sie Ihre Hand gezielt bewegen können



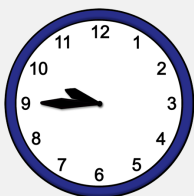
Gymnastik-Raum



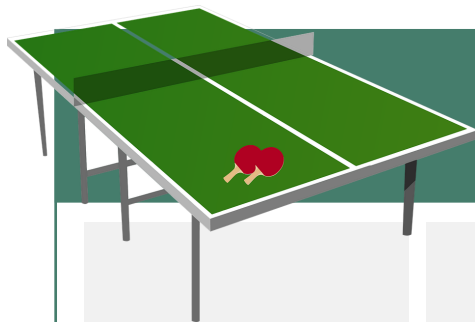
8 Personen



Jeden Montag
 6.2.2020 bis 14.12.2020



9:45 Uhr bis 10:30 Uhr



Tisch-Tennis Aufbau-Kurs 1+2

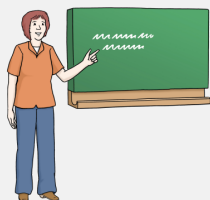
W 502 Kompetenzbereich: 1,2,5

Was?

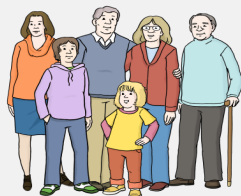
Sie lernen Spiel-Regeln.
Sie verbessern Ihre Spiel-Techniken.
Sie spielen kurze Spiele.

Sie können mitmachen, wenn...

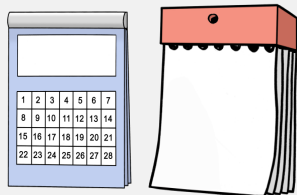
... Sie Rollstuhl-Fahrer sind
... Sie sicherer Fußgänger sind
... Sie Ihre Hand gezielt bewegen können



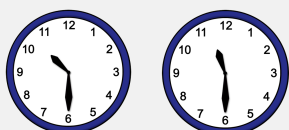
Gymnastik-Raum



8 Personen



Jeden Montag
6.2.2020 bis 14.12.2020



Kurs 1

Kurs 2

Kurs 1: 10:30 Uhr bis 11:30 Uhr

Kurs 2: 11:30 Uhr bis 12:30 Uhr



Fußball - Lockeres Kicken

W 503 Kompetenzbereich: 1,2,5,6

Was?

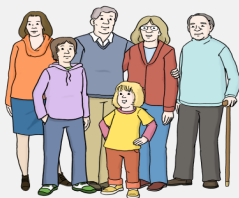
Sie machen lockere Spiel-Übungen mit dem Ball.
Sie lernen erste Regeln.
Sie üben auf ein Ziel zu schießen.

Sie können mitmachen, wenn...

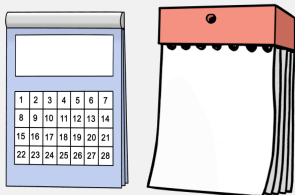
... Spaß am Kicken haben.
... Sie sich gerne bewegen möchten



Gymnastik-Raum



8 Personen



Mittwochs, 2x im Monat



14:30 Uhr bis 15:30 Uhr



Walken

W 504 Kompetenzbereich: 1,2,5,6

Was?

Walking ist Gehen mit Stöcken.
Diesen Sport lernen Sie leicht.

Sie können mitmachen, wenn...

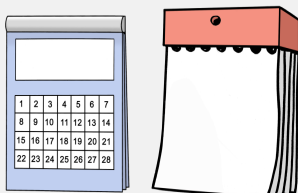
... Sie Spaß an Bewegung haben
... Sie gut zu Fuß sind



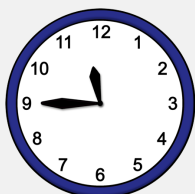
Treff-Punkt: Eingang Werkstatt



8 Personen



Jeden Dienstag
4.2.2020 bis 23.6.2020



11:45 Uhr bis 12:30 Uhr



Spaziergang- Im Gleichgewicht

W 505 Kompetenzbereich: 1,2,5,6

Was?

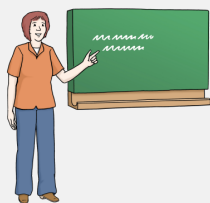
Sie gehen in der Werkstatt und Umgebung spazieren.

Dabei machen Übungen für ihr Gleich-Gewicht.

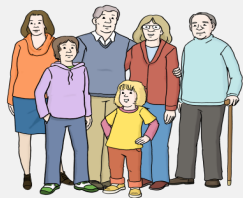
Wenn Sie ein gutes Gleich-Gewicht haben, fühlen Sie sich sicher.

Sie können mitmachen, wenn...

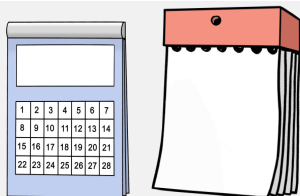
... Sie laufen können



Treff-Punkt: Eingang Werkstatt



4 Personen

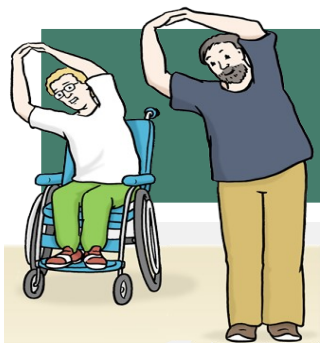


Jeden Mittwoch

1.7.2020 bis 9.12.2020



13:00 Uhr bis 13:45 Uhr



Bewegung im Rollstuhl

W 506 Kompetenzbereich: 1,2,5,6

Was?

Sie gehen spazieren.

Sie machen Ball-Spiele.

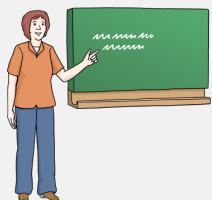
Sie bewegen sich in der Werkstatt.

Sie können mitmachen, wenn...

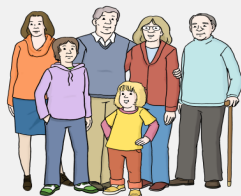
... Sie ohne Hilfe im Roll-Stuhl fahren können

... Sie Hilfe beim Fahren brauchen

Dann bringen Sie eine Person mit!

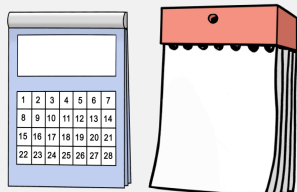


Treff-Punkt: Eingang Werkstatt



3 Rollstuhl-Fahrer, die ohne Hilfe fahren können

3 Rollstuhl-Fahrer mit Begleitung



Jeden Donnerstag

7.2.2020 bis 27.6.2020



12:45 Uhr bis 13:45 Uhr



Boccia an der frischen Luft

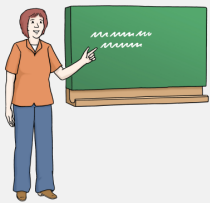
W 507 Kompetenzbereich: 1,2,5,7

Was?

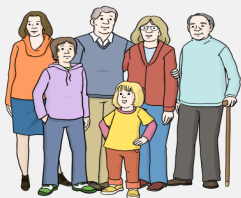
Boccia ist ein Bewegungs-Spiel mit Kugeln.
Sie spielen es draußen.
Sie lernen gut zu treffen.
Sie messen Kugel-Abstände.

Sie können mitmachen, wenn...

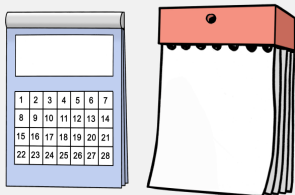
... Sie die Kugeln halten können
... Sie die Kugeln werfen können



Treff-Punkt: Elektro-Abteilung



8 Personen



Jeden Freitag

Kurs 1: 6.3.2020 bis 19.6.2020

Kurs 2: 3.7.2020 bis 30.10.2020



13:00 Uhr bis 14:00 Uhr



Musik und Bewegung

W 508 Kompetenzbereich: 2,5,6

Was?

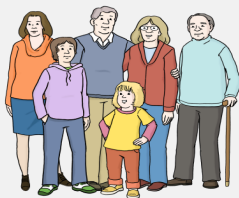
Sie lernen einfache Tanz-Schritte.
Sie lernen einfache Schritte des Aerobic.
Sie hören fetzige Musik.
Danach entspannen Sie sich.
Sie starten mit guter Laune in den Arbeits-Tag.

Sie können mitmachen, wenn...

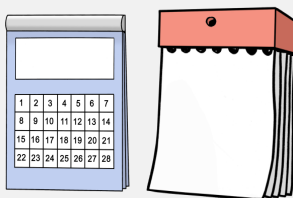
... Sie ein sicherer Fuß-Läufer sind
... Sie alleine aufstehen können
... Sie einfache Worte verstehen
... Sie einfache Sätze sprechen können



Gymnastik-Raum



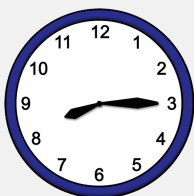
6 Personen



Jeden Montag

Kurs 1: 6.2.2020 bis 22.6.2020

Kurs 2: 6.7.2020 bis 14.12.2020



8:15 Uhr bis 9:15 Uhr



Pfeil-Werfen - Dart

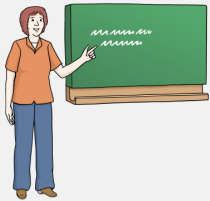
W 509 Kompetenzbereich: 1,2,5,7

Was?

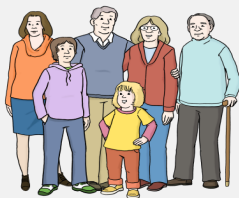
Dart ist ein Konzentrations-Spiel.
 Sie werfen mit Pfeilen auf eine runde Scheibe.
 Sie üben zu zielen und sammeln Punkte.
 Sie nehmen Rücksicht auf ihre Mitspieler.
 Sie spielen es drinnen.

Sie können mitmachen, wenn...

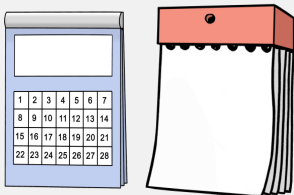
... Sie die Pfeile gut halten können
 ... Sie den Ball sehen können
 ... Sie Ihre Hand gezielt bewegen können



Gymnastik-Raum



6 Personen



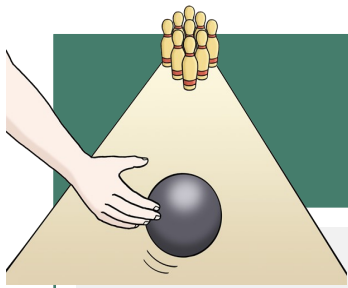
Jeden Montag

Kurs 1: 6.2.2020 bis 22.6.2020

Kurs 2: 6.7.2020 bis 14.12.2020



14:00 Uhr bis 15:00 Uhr



Bewegungs-Spiele 1

W 510 Kompetenzbereich: 1,2,5

Was?

Sie machen einfache Bewegungs-Spiele.

Zum Beispiel:

- Kegeln
- Luftballon-Tennis

Danach entspannen Sie sich.

Sie können mitmachen, wenn...

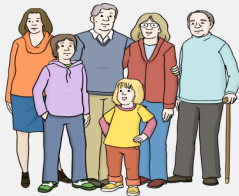
... Sie ein sicherer Fuß-Gänger sind

... Sie alleine aufstehen können

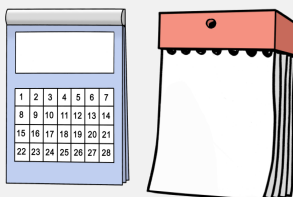
... Sie einfache Sätze verstehen können



Gymnastik-Raum



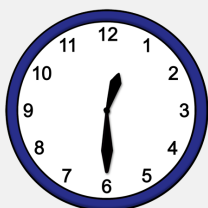
8 Personen



Jeden Montag

Kurs 1: 3.2.2020 bis 22.6.2020

Kurs 2: 6.7.2020 bis 14.12.2020



12:30 Uhr bis 13:15 Uhr



Bewegungs-Spiele 2

W 511 Kompetenzbereich:1,2,5

Was?

Im Sitzen oder Stehen werden sehr einfache Bewegungen geübt.

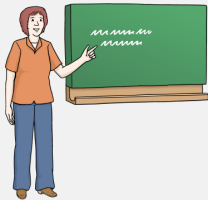
Zum Beispiel:

- Arm anheben
- Faust machen

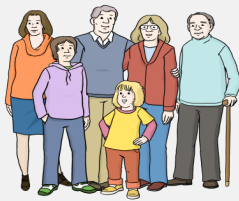
Sie spielen sehr einfache Ball-Spiele.

**Sie können
mitmachen,
wenn...**

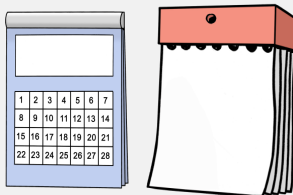
... Jeder kann mitmachen



Gymnastik-Raum



5 Personen



Alle 2 Wochen am Mittwoch

11.2.2020 bis 24.11.2020



11:30 Uhr bis 12:30 Uhr



Bewegungs-Spiele 3

W 512 Kompetenzbereich: 1,2,5

Was?

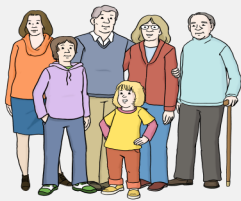
Im Sitzen oder Stehen werden Übungen gemacht.
Ihre Rücken-Muskulatur wird stark.
Ihr Schulter-Muskulatur wird stark.

Sie können mitmachen, wenn...

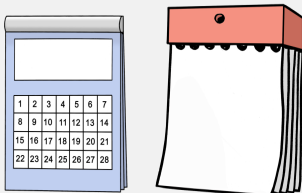
... Sie einfachen Anweisungen folgen können.



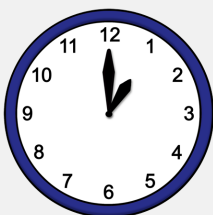
Gymnastik-Raum



8 Personen



Jeden Mittwoch
5.2.2020 bis 24.6.2020



13:00 Uhr bis 13:45 Uhr



Bogen-Schießen

W 513 Kompetenzbereich: 1,2,5,6

Was?

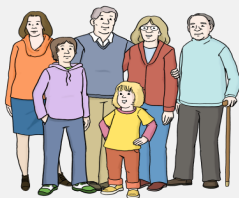
Sie lernen mit einem Bogen zu schießen.
Bogen-Schießen ist ein Gemeinschafts-Sport.
In der ersten Stunde schauen Sie sich alles an.
Danach entscheiden Sie ob Sie mitmachen wollen.

Sie können mitmachen, wenn...

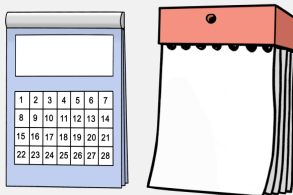
... Sie einen Bogen halten können
... Sie gerne in der Gemeinschaft Sport machen



Treff-Punkt: Eingang Werkstatt



8 Personen



Jeden Montag

Beginn: 6.5.2020 - 10 x bei gutem Wetter



13:15 Uhr bis 15:30 Uhr



Stress-Abbau

W 514 Kompetenzbereich: 1,5

Was?

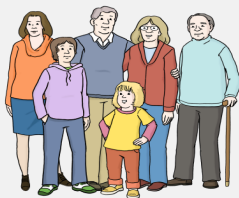
Sie lernen, was Stress ist.
 Sie lernen, wie Sie Stress erkennen.
 Sie lernen, was Sie gegen Stress tun können.
 Dann fühlen Sie sich wohler.

Sie können mitmachen, wenn...

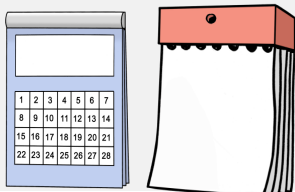
... Sie sich gestresst fühlen
 ... Sie immer müde sind
 ... Sie oft ausrasten



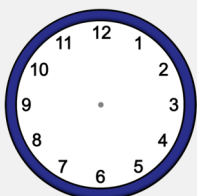
Nach Absprache



6 Personen



Im November und Dezember
 Nach Absprache



Nach Absprache



Hören und Lauschen

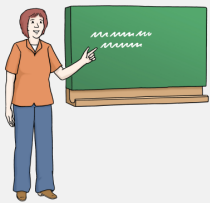
W 515 Kompetenzbereich: 2,5

Was?

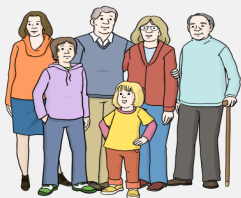
Sie hören verschiedene Klänge.
Sie können diese Klänge auch spüren.
Das fühlt sich gut an.
Dabei können Sie entspannen.

Sie können mitmachen, wenn...

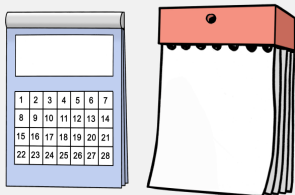
... Jeder kann mitmachen



Gymnastik-Raum



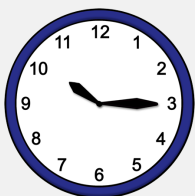
5 Personen



Jeden Freitag

Kurs 1: 8.2.2020 bis 28.6.2020

Kurs 2: 19.7.2020 bis 6.12.2020



10:15 Uhr bis 11:15 Uhr



Traum-Reise

W 516 Kompetenzbereich: 2

Was?

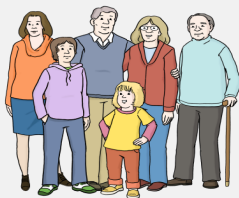
Sie machen eine Traum-Reise.
Manchmal auch mit Lichtern.
Leise Klänge bringen Sie zur Ruhe.
Die Stimmung ist angenehm und ruhig.
Sie können sich entspannen.

Sie können mitmachen, wenn...

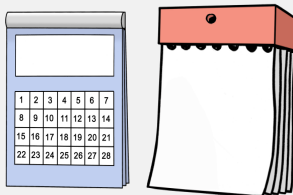
... Sie Farb-Wechsel gut vertragen können



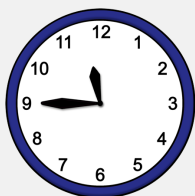
Snoezel-Raum, Neubau AgiF



6 Personen



Jeden Dienstag
7.7.2020 bis 1.12.2020



11:45 Uhr bis 12:30 Uhr



Traum-Reise

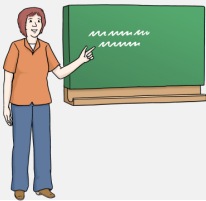
W 517 Kompetenzbereich: 2

Was?

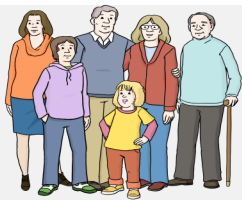
Sie machen eine Traum-Reise.
Manchmal auch mit Lichtern.
Leise Klänge bringen Sie zur Ruhe.
Die Stimmung ist angenehm und ruhig.
Sie können sich entspannen.

Sie können mitmachen, wenn...

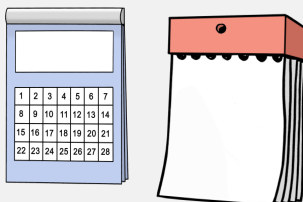
... Sie Farb-Wechsel gut vertragen können



Snoezel-Raum (Neubau AgiF)



4 Personen



Alle 2 Wochen am Freitag

Kurs 1: 8.2.2020 bis 13.12.2020

Kurs 2: 15.2.2020 bis 6.12.2020



11:45 Uhr bis 12:30 Uhr



Basale Stimulation

W 518 Kompetenzbereich: 5

Was?

Sie lernen Ihren Körper kennen.
 Sie bekommen eine Handmassage.
 Alle Sinne werden angesprochen.
 Zum Beispiel:

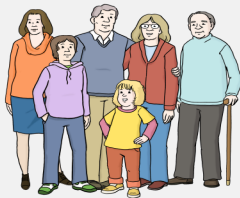
- Sehen, Hören und Fühlen
- Schmecken und Riechen

Sie können mitmachen, wenn...

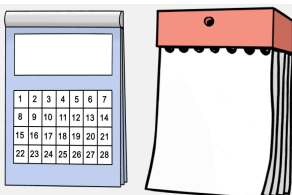
... Jeder darf mitmachen



Snoezel-Raum (Altbau AgiF)

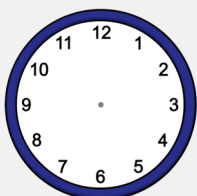


4 Personen

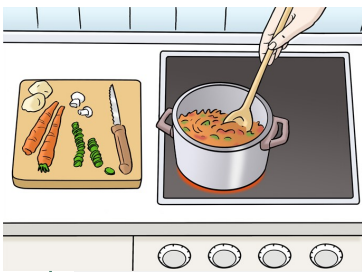


Kurs1: 3. 2.2020 bis 26.6.2020

Kurs 2: 1.7.2020 bis 18.12.2020



Nach Absprache



Kochen

W 519 Kompetenzbereich: 1,2,3,5

Was?

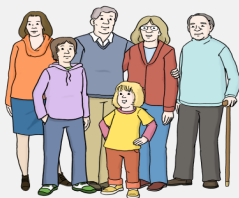
Sie kochen einfache und gesunde Gerichte.
Sie lernen warum gesundes Essen wichtig ist.
Sie lernen wie Sie Essen sauber zubereiten.
Sie lernen wie Sie Essen richtig aufbewahren.

Sie können mitmachen, wenn...

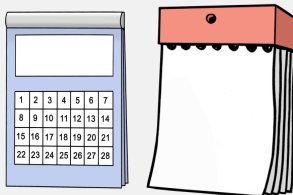
... Sie in einer eigenen Wohnung wohnen
... Sie (bald) in eine eigene Wohnung ziehen wollen



Küche AgiF



6 Personen



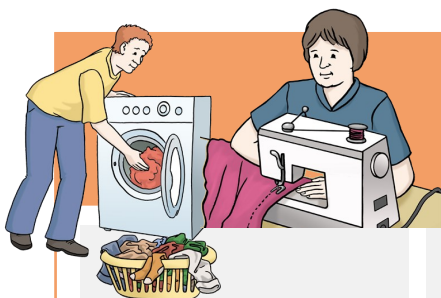
Jeden Dienstag
4.2.2020 bis 23.6.2020
7.7.2020 bis 1.12.2020



10:30 Uhr bis 11:30 Uhr

Haus-Wirtschaft





Fit für die eigene Wohnung

W 601 Kompetenzbereich: 2,3,4,5,6

Was?

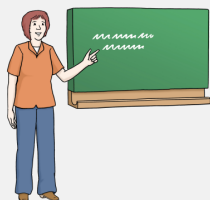
Sie haben (bald) eine eigene Wohnung.

Was möchten Sie dafür noch Lernen? Zum Beispiel:

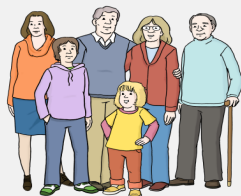
- Nähen
- Wasch-Maschine bedienen
- Fenster putzen

Sie können mitmachen, wenn...

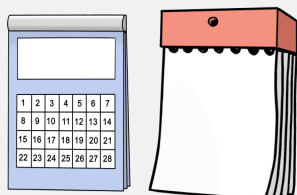
... Sie (bald) in einer eigenen Wohnung wohnen



ABM Raum, Halle 123



4 Personen



Alle 2 Wochen am Dienstag

11.2.2020 bis 3.12.2020



12:45 Uhr bis 13:45 Uhr

7

Info-Veranstaltungen für das Jahr 2020

Für diese Veranstaltungen gibt
es noch keine festen Termine.

Sie bekommen noch eine Info über die Termine.
Dann können Sie sich dort anmelden.



Was ist 1. Hilfe?

Jemand fällt über ein Kabel. Er stürzt.

Jemand schneidet sich in den Finger. Es blutet

Was ist sofort zu tun?

Viele Menschen haben Angst
vor einem Notfall.

Im 1. Hilfe Kurs lernen Sie,
wie Sie richtig helfen.

Sie lernen die wichtigsten Regeln.

Der Kurs-Leiter ist ...

Der Kurs wird 2x im Jahr angeboten.

Der Kurs dauert 2 Stunden.



Facebook, WhatsApp, Instagram und Cyber-Mobbing

Was ist Cyber-Mobbing?

In diesem Kurs lernen Sie
verschiedene Soziale Netzwerke kennen.

Sie lernen wie man damit umgeht.

Sie lernen was Cyber-Mobbing ist.

Sie dürfen Fragen stellen.

Sie lernen was gut und schlecht ist.

Der Kurs-Leiter heißt ...

Er arbeitet bei der Polizei.

Der Kurs wird 1x im Jahr angeboten.

Der Kurs dauert 2 Stunden.



Wichtig: Dieser Kurs ist nur für Teilnehmer aus dem Berufs-Bildungs-Bereich!

Alkohol und Zigaretten - Bin ich abhängig?

W 703

Was sind Sucht-Mittel?

In diesem Kurs wird über das Thema Drogen gesprochen.
Mit Drogen sind Rausch-Mittel gemeint.
Mittel, die jemanden in einen Rausch versetzen.
Man sagt dazu auch Sucht-Mittel.
Denn alle Drogen machen abhängig.
Man wird von ihnen süchtig.

Das bedeutet: Man kann nicht mehr ohne sie sein.
Drogen sind zum Beispiel:
Zigaretten, Alkohol oder Haschisch.
Sie lernen wie Sie sich verhalten, wenn ein Kollege Drogen nimmt.

Die Kurs-Leiterin heißt ...und ist von der Drogen-Beratung.
Der Kurs wird 1x im Jahr angeboten. Der Kurs dauert 2 Stunden.



Gesunde Ernährung

W 704

Warum ist gesunde Ernährung wichtig?

Oft gibt es Werbung für Essen.
Es geht zum Beispiel um Chips oder Schokolade.
Oder um andere süße und fette Sachen.
Und um Fertig-Essen.
Wo man nicht lange kochen muss.
Aber wie gesund ist das alles?

Warum haben so viele Menschen Probleme mit ihrem Gewicht?
Und mit ihrer Gesundheit?
In diesem Kurs lernen Sie was gesunde Ernährung ist.
Und warum gesunde Ernährung gut für Ihren Körper ist.

Der Kurs-Leiter ist
Der Kurs wird 2x im Jahr angeboten.
Der Kurs dauert 1 Stunde und 30 Minuten.



Wie kann ich ein Praktikum oder BIAP machen?

Viele Menschen mit Handicap arbeiten in einer Werkstatt.
Andere arbeiten auf dem allgemeinen Arbeits-Markt.
Manche Mitarbeiter möchten nicht mehr in der Werkstatt arbeiten.
Sie möchten lieber in einer normalen Firma
auf dem allgemeinen Arbeits-Markt arbeiten.
Dort kann man mit mehr unterschiedlichen Menschen arbeiten.
Aber man muss wissen:
Die Arbeit in einer Werkstatt ist anders
als die Arbeit auf dem allgemeinen Arbeits-Markt.
Hier können Sie alle Fragen besprechen.
Der Kurs-Leiter ist ...
Der Kurs wird 2x im Jahr angeboten.
Der Kurs dauert 1 Stunde.



ABM-Arbeitsbegleitende Maßnahmen

Warum soll ich an einer ABM teilnehmen?

Diese und viele andere Fragen beantworten wir:
Wie finde ich die richtige ABM für mich?
Wie melde ich mich an?
Darf ich mit-machen?
Warum darf ich nicht mit-machen?
Was hat mein Eingliederungs-Plan mit ABM zu tun?

Die Kurs-Leiter sind
...und ...
Der Kurs wird 1x im Jahr angeboten.
Der Kurs dauert 1 Stunde.



Notizen



Lebenshilfe

Werkstätten Unterer Niederrhein GmbH