Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,
liebe Kolleginnen und Kollegen,

im Folgenden finden Sie das Kursprogramm für das Wintersemester 2019/2020 für alle Standorte der klassischen Werkstatt.

Im ersten Teil sind die Kurse des Berufsbildungsbereichs zusammengefasst. Bei diesen Kursen haben Teilnehmer im Berufsbildungsbereich Vorrang. Offene Plätze können mit Interessenten aus dem Arbeitsbereich besetzt werden.

Im zweiten Teil finden sich die arbeitsbegleitenden Angebote mit allgemeinen Kursen, MVHS-Kursen, sowie therapeutischen Angeboten.
Daran anschließend sind die Angebote der Standorte Unterschleißheim, Trudering, Moosach und der Gärtnerei am Hart aufgeführt.

Bitte beachten Sie bei der Anmeldung:

- **Datenbank**
  Die Anmeldung erfolgt ausschließlich über die Datenbank. Sie finden diese mit einer Schritt für Schritt Anleitung unter:
  L:\WKM\EXTERN\Öffentlicher Ordner\ABA\Datenbank

  Bei Fragen senden Sie bitte eine Mail an ABATeam@pfennigparade.de

- **Terminsicherheit, keine Stornierung**
  Bitte prüfen Sie vor der Buchung, ob die Kurstermine mit Therapieterminen kollidieren oder ob es durch die Kursteilnahme zu Engpässen in der Auftragsabwicklung kommt. Die Kurse können nachträglich nicht storniert werden. Bei vorab nicht absehbaren Konflikten mit der Auftragsarbeit entscheidet der Fachbereichsleiter, ob die Teilnahme am speziellen Einzeltermin auftragsbedingt abgesagt wird.

Bei Fragen wenden Sie sich gerne an uns.
Viel Vergnügen bei den Kursen!

BBB-Team der Pfennigparade WKM GmbH/Pfennigparade VSB GmbH
Anne Fritzsch, Arne Hanselmann und Bianka Sperrer

ABA-Team der Pfennigparade WKM GmbH/Pfennigparade VSB GmbH
Kai Freitag, Beate Lahner, Nicole Neubauer und Anne Samberger-Seelos

Kursplan

	Barlachstraße	
1	Berufs- Bildungs- Bereich Pflichtkurse	
1.01	Selbstbild - Fremdbild I	10
1.02	Selbstbild - Fremdbild II	11
1.03	Selbstbild - Fremdbild III	12
1.04	Brandschutz & Umweltschutz: Was kann ICH beitragen?	13
1.05	Brandschutz & Umweltschutz: Was kann ICH beitragen?	14
1.06	Sicherheit, Gesundheitsschutz & Ergonomie am Arbeitsplatz	15
1.07	Werkstattthemen & Mitbestimmung	16
2	Berufs- Bildungs- Bereich EDV- (Computer-) Kurse	
2.01	ECDL Modul 3 Textverarbeitung Word 2010	17
2.02	EXCEL Kurs - Tabellen und ihre Anwendungsgebiete erlernen	18
2.03	WORD Kurs: Textverarbeitung richtig nutzen lernen	19
3	Berufs- Bildungs- Bereich Wahlkurse	
3.01	Aktuelle Themen aus Politik und Zeitgeschehen	20
3.02	Deutschkurs - Gemeinsam Deutsch lernen und sprechen	21
3.03	Zeitreise - der Geschichte auf der Spur	22
4	Fachlicher Berufs- Bildungs- Bereich	
4.01	Aktenvernichtung und Datenschutz	23
4.02	Datenservice: Scanning-Vorbereitung leicht gemacht!	24
4.03	Funktionsprogrammierung für's Internet (WordPress und PHP)	24
4.04	Kunst zum Mitmachen	26
4.05	Qualifizierungsbaustein QB 08 - Assistenz und Sekretariat	27
4.06	Webdesign Fortgeschrittene	28
4.07	Webentwicklung Fortgeschrittene	29
4.08	Zeit für Kommunikation - das (Kunden-)Gespräch im Mittelpunkt	30
5	ABA Barlachstraße	
5.01	Aikido - ein Weg der Selbsterfahrung	31
5.02	Besuch der Bavaria Filmstudios	32
5.03	Besuch einer virtuellen Werkstattgruppe im Tierpark Hellabrunn	33
5.04	Botengänge rund um die Barlachstraße	34
5.05	BÜWA - Begleiteter Übergang Werkstatt auf den allgemeinen Arbeitsmarkt	35
5.06	Chor	36
5.07	DGS (Deutsche Gebärden Sprache) für Anfänger	37
5.08	Einblicke in die Post-Partnerfiliale	38
5.09	Digitale Bildbearbeitung leicht gemacht	39
5.10	Englisch für Einsteiger	40
5.11	Einschränkung - na und! Ich bleibe im Kontakt!	41
5.12	Frauen-Café	42
5.13	Gedächtnis- und Konzentrationstraining mit einfachen Übungen	43
5.14	Hygiene am Arbeitsplatz I	44
5.15	Hygiene am Arbeitsplatz II	45
5.16	Informationsveranstaltung ausgelagerter Arbeitsplatz	46
5.17	Kreatives Nähen	47
5.18	Lerne, wie Facebook funktioniert - Einstieg in die Welt der Social Media	48
5.19	Mach mit - werde auch Du zum RaceRunner!	49

Kursplan

	Barlachstraße	
5	ABA Barlachstraße	
5.20	Musik und Leben	50
5.21	OWA-Grundkurs	51
5.22	Plastisches und bildnerisches Gestalten	52
5.23	Polizei-Kurs: Selbstbehauptung und Sicherheit im Alltag erlernen I	53
5.24	Polizei-Kurs: Selbstbehauptung und Sicherheit im Alltag erlernen II	54
5.25	Positive Gedanken und Gefühle fördern und entwickeln	55
5.26	Redaktion WeZet	56
5.27	Schachtraining - Unterstufe	57
5.28	Schachtraining - Mittelstufe	58
5.29	Stille Meditation	59
5.30	Telefontraining	60
5.31	Walking für Menschen mit Behinderung	61
5.32	Wie suche ich mir ein passendes Praktikum?	62
5.33	Wir gestalten ein Fotobuch	63
6	ABA MVHS	
6.01	Das merke ich mir!	64
6.02	Englisch in der Stiftung Pfennigparade - langsam und leicht	65
7	ABA MVHS Sport	
7.01	Klettern in der Halle	66
7.02	Yoga barrierefrei I	67
7.03	Yoga barrierefrei II	68
	ZB4 - Therapeutische Kurse	
8	Therapeutische Kurse	
8.01	Ergotherapie: Kognitives Training I	70
8.02	Ergotherapie: Kognitives Training II	71
8.03	Ergotherapie: Kognitives Training Trudering	72
8.04	Ergothearpie: Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen	73
8.05	Ergotherapie: Therapeutisches Klettern in der Halle	74
8.06	Ergotherapie: KOGA-KOFIT I	75
8.07	Ergotherapie: KOGA-KOFIT II	76
8.08	Logopädie:Fußball und Kommunikation	77
8.09	Logopädie: Hatha Yoga - Philosophie und Übungen	78
8.10	Logopädie: Weltgeschehen - München, Bayern und die Welt	79

Kursplan

	Unterschleißheim	
9	Berufs- Bildungs- Bereich Unterschleißheim	
9.01	Aktuelle Themen aus Politik und Zeitgeschehen	82
9.02	Brandschutz & Umweltschutz: Was kann ICH beitragen?	83
9.03	Sicherheit, Gesundheitsschutz & Ergonomie am Arbeitsplatz	84
9.04	Zeitreise - der Geschichte auf der Spur	85
10	ABA Unterschleißheim	
10.01	Besuch einer virtuellen Werkstattgruppe im Tierpark Hellabrunn	86
10.02	Erzähl mal: Wie ist es, draußen zu arbeiten?	87
10.03	Fit in den Tag - Dehnübungen	88
10.04	Herstellung eines Tieres mit Filz	89
10.05	Konduktives Training	90
10.06	Konzepterstellung und Einüben einer Werkstattführung in der VSB	91
10.07	Memory - Wir basteln uns ein Memoryspiel	92
10.08	Plätzchen backen	93
10.09	Planetariumsbesuch	94
10.10	Psychoedukatives Gruppen-Programm (Teil 2)	95
10.11	Reise durch Russland	96
10.12	Schach für Anfänger und Fortgeschrittene	97
10.13	Selbstverteidigung: Möglichkeiten für Jedermann	98
10.14	Sudoku für Einsteiger	99
10.15	Wir machen einen Ausflug	100
10.16	Zeit für Kommunikation - Kursangebot für Gehörlose	101
10.17	Zubereitung kleiner Snacks	102
11	Kooperation Förderstätte / Werkstatt USH	
11.01	Aktuelles aus Politik und Wissenschaft	103
11.02	Gelenkte Imagination/ Phantasiereisen	104
11.03	"Wellness & Beauty"	105
11.04	Wir fertigen einen Jahreskalender Teil 2	106
	Trudering	
12	ABA Trudering	
12.01	Die Natur und der Mensch im Einklang?	108
12.02	Geschichten, Mythen und Erzählungen	109
12.03	Gesellschaftsspiele	110
12.04	Meditation	111
12.05	Progressive Muskelentspannung nach Jacobson	112
12.06	Yoga im Lehnstuhl	113

Kursplan

	Moosach/ Gärtnerei am Hart	
13	BBB Moosach	
13.01	Sicherheit, Gesundheitsschutz und Ergonomie am Arbeitsplatz	116
13.02	Werkstattthemen & Mitbestimmung	117
14	ABA Moosach	
14.01	Gymnastik im Rollstuhl	118
14.02	Kreative Entspannung	119
14.03	Ladenteam	120
15	ABA Gärtnerei am Hart	
15.01	Maschinen und Geräte - Anwendungsgebiete, Handhabung & Fehlersuche	121
15.02	Pflanzenkunde - Das Leben der Pflanze besser verstehen	122
15.03	Brandschutz & Umweltschutz - was kann ICH beitragen?	123
15.04	Gestalten mit Stempeldruck	124

BERUFS BILDUNGS BEREICH

Informationen zu den Angeboten des Berufsbildungsbereichs

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer!

Für die Teilnehmer des Berufsbildungsbereichs gilt das zwischen der WfbM und der zuständigen Arbeitsagentur verabschiedete Fachkonzept. Diese Vereinbarung bezieht sich auf den Umfang der Kurse und die zu vermittelnden Inhalte. Des Weiteren besteht für uns Nachweispflicht, dass Sie an Kursen teilgenommen haben und welche das waren.

Innerhalb der zwei Jahre, die Sie dem BBB angehören, sollen Sie insgesamt 160 Fachstunden absolvieren:

- In Absprache mit Ihrem Bildungsbegleiter und dem BBB-Team können Sie Kurse frei wählen, die Ihrem Wissensstand und Ihrem Interesse entsprechen.
- Es gibt aber auch Kurse, die Sie besuchen müssen, wie z.B. die Arbeits- und Werkstattthemen, die im Programm unter „BBB-Pflichtkurse“ aufgeführt sind. Sie sollen möglichst in der dort aufgeführten zeitlichen Reihenfolge besucht werden.
- Einige Kurse aus dem AbA-Angebot sind auf den BBB anrechenbar. Diese Kurse sind durch den Zusatz „BBB anrechenbar“ im Katalog gekennzeichnet.

Wie viele Fachstunden Sie bereits absolviert haben, kann Ihnen Ihr Bildungsbegleiter sagen.

Sie sollen an 4 Semesterprogrammen des übergeordneten BBB-Programmes teilnehmen. Je nach Zeitpunkt des Beginns des Berufsbildungsbereiches, kann das 4. Semester dann in den Arbeitsbereich der Werkstatt hineinreichen.

Das Wintersemester des BBB beginnt am 01.10.2019 und dauert bis 28.02.2020.

Ihr BBB-Team

Barlachstraße

Kursnr. 1.01 Selbstbild - Fremdbild I

Dozent:
Pelka, Alexander
Telefon:
- 4687

Personen: 6

Kurseinheiten: 3
Anzahl Stunden: 6,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Wie sehe ich mich?
Wie sehen mich andere?
Ist meine Selbsteinschätzung passend?
Wieso verhält sich mein Kollege so? Behinderungen und deren Auswirkungen
Erfahrungsaustausch: Leben mit Behinderung - Wer unterstützt mich? Wie machen das andere?
Toleranz und Akzeptanz für mich und andere schaffen - Was bedeutet das? Warum ist das wichtig?
Erfahrungsaustausch: Wie geht die Gesellschaft mit Behinderung um?

Über diese Fragen und Vieles mehr können wir gemeinsam in diesem Kurs sprechen.

Kurs I, II und III haben den selben Inhalt!

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Durchsetzungsfähigkeit
Fähigkeit zur Zusammenarbeit
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Entscheidungen ausdrücken

Voraussetzungen:

Der Wille sich mit sich selbst, anderen Teilnehmern und der Behinderung auseinander zu setzen

Raum: NK 11/12 EDV Raum UG Barlachstr. 28

Kurstermine: **Dienstags von 13:30 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
	12.11.2019	03.12.2019		
	26.11.2019			

Selbstbild - Fremdbild II

Kursnr. 1.02

Dozent:
Pelka, Alexander
Telefon:
- 4687

Personen: 6

Kurseinheiten: 3
Anzahl Stunden: 6,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Wie sehe ich mich?
Wie sehen mich andere?
Ist meine Selbsteinschätzung passend?
Wieso verhält sich mein Kollege so? Behinderungen und deren Auswirkungen
Erfahrungsaustausch: Leben mit Behinderung - Wer unterstützt mich? Wie machen das andere?
Toleranz und Akzeptanz für mich und andere schaffen - Was bedeutet das? Warum ist das wichtig?
Erfahrungsaustausch: Wie geht die Gesellschaft mit Behinderung um?

Über diese Fragen und Vieles mehr können wir gemeinsam in diesem Kurs sprechen.

Kurs I, II und III haben den selben Inhalt!

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Durchsetzungsfähigkeit
Entscheidungen ausdrücken
Fähigkeit zur Zusammenarbeit
Wissen über die eigenen Fähigkeiten

Voraussetzungen:

Der Wille sich mit sich selbst, anderen Teilnehmern und der Behinderung auseinander zu setzen

Raum: NK 11/12 EDV Raum UG Barlachstr. 28

Kurstermine: **Dienstags von 13:30 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
			14.01.2020	
			21.01.2020	
			28.01.2020	

Kursnr. 1.03 **Selbstbild - Fremdbild III**

Dozent:
Pelka, Alexander
Telefon:
- 4687

Personen: 6

Kurseinheiten: 3
Anzahl Stunden: 6,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Wie sehe ich mich?
Wie sehen mich andere?
Ist meine Selbsteinschätzung passend?
Wieso verhält sich mein Kollege so? Behinderungen und deren Auswirkungen
Erfahrungsaustausch: Leben mit Behinderung - Wer unterstützt mich? Wie machen das andere?
Toleranz und Akzeptanz für mich und andere schaffen - Was bedeutet das? Warum ist das wichtig?
Erfahrungsaustausch: Wie geht die Gesellschaft mit Behinderung um?

Über diese Fragen und Vieles mehr können wir gemeinsam in diesem Kurs sprechen.

Kurs I, II und III haben den selben Inhalt!

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Durchsetzungsfähigkeit
Fähigkeit zur Zusammenarbeit
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Entscheidungen ausdrücken

Voraussetzungen:

Der Wille sich mit sich selbst, anderen Teilnehmern und der Behinderung auseinander zu setzen

Raum: NK 11/12 EDV Raum UG Barlachstr. 28

Kurstermine: **Dienstags von 13:30 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
				04.02.2020
				11.02.2020
				18.02.2020

Brandschutz & Umweltschutz: Was kann ICH beitragen? Kursnr. 1.04

Dozentin:
Spagert, Lina
Telefon:
-4694

Personen: 6

Kurseinheiten: 7
Anzahl Stunden: 14,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Brandschutz ist ein sehr wichtiges Thema am Arbeitsplatz. Wir besprechen wissenswerte Dinge rund um den Brandschutz, unter anderem:
- Was muss jeder tun, um Brände zu verhüten und zu vermeiden?
- Was ist im Falle eines Brandes zu tun?

Auch das Thema Umweltschutz geht uns alle etwas an. Am Arbeitsplatz und auch zu Hause. Wir besprechen gemeinsam, wie und was jeder zum Schutz unserer Lebensgrundlage beitragen kann. Wir beschäftigen uns mit Mülltrennung und den Möglichkeiten Müll zu vermeiden. Auch der Klimaschutz wird Thema sein.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Wissen über die eigenen Fähigkeiten

Voraussetzungen:

Raum: BBB Raum weiß in Klopstockstraße

Kurstermine: **Dienstags von 13:30 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
15.10.2019	05.11.2019	03.12.2019		
22.10.2019	12.11.2019			
	19.11.2019			
	26.11.2019			

Kursnr. 1.05 **Brandschutz & Umweltschutz: Was kann ICH beitragen?**

Dozentin:
Spagert, Lina
Telefon:
-4694

Personen: 8

Kurseinheiten: 7
Anzahl Stunden: 14,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Brandschutz ist ein sehr wichtiges Thema am Arbeitsplatz. Wir besprechen wissenswerte Dinge rund um den Brandschutz, unter anderem:
- Was muss jeder tun, um Brände zu verhüten und zu vermeiden?
- Was ist im Falle eines Brandes zu tun?

Auch das Thema Umweltschutz geht uns alle etwas an. Am Arbeitsplatz und auch zu Hause. Wir besrpechen gemeinsam, wie und was jeder zum Schutz unserer Lebensgrundlage beitragen kann. Wir beschäftigen uns mit Mülltrennung und den Möglichkeiten Müll zu vermeiden. Auch der Klimaschutz wird Thema sein.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Planen und Problemlösen

Voraussetzungen:

Raum: BBB Raum weiß in Klopstockstraße

Kurstermine: **Montags von 09:30 bis 11:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
		16.12.2019	13.01.2020	03.02.2020
			20.01.2020	10.02.2020
			27.01.2020	17.02.2020

Sicherheit, Gesundheitsschutz & Ergonomie am Arbeitsplatz

Kursnr. 1.06

Dozentin:
Spagert, Lina
Telefon:
-4694

Personen: 8

Kurseinheiten: 7
Anzahl Stunden: 14,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

In diesem Kurs geht es um die Sicherheit am Arbeitsplatz.
Wir alle wollen jeden Tag ohne gesundheitliche Schäden vom Arbeitsplatz nach Hause zurückkehren.
Wir lernen zusammen

- die Grundlagen zu Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit kennen
- wer für die Einhaltung und Kontrolle der gesetzlichen Vorgaben verantwortlich ist
- die verschiedenen Sicherheitszeichen kennen
- was im Falle eines Arbeitsunfalles zu beachten ist
- wie der Arbeitsplatz (ergonomisch) optimal eingerichtet wird

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Planen und Problemlösen

Voraussetzungen:

Raum: BBB Raum weiß in Klopstockstraße

Kurstermine: **Dienstags von 13:30 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
		17.12.2019	07.01.2020	04.02.2020
			14.01.2020	11.02.2020
			21.01.2020	
			28.01.2020	

Kursnr. 1.07 Werkstattthemen & Mitbestimmung

Dozentin:
Spagert, Lina
Telefon:
-4694

Personen: 8

Kurseinheiten: 7
Anzahl Stunden: 14,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

In diesem Kurs werden wichtige Themen rund um die Arbeit in der Werkstatt der Pfennigparade besprochen:

- Aufbau und Geschichte der Pfennigparade
- Werkstattvertrag sowie Rechte und Pflichten der Werkstattmitarbeiter
- Unterschied zwischen Werkstattvertrag und Arbeitsvertrag
- Ablauf der Berufsbildungsmaßnahme
- Alles rund um den Werktstattrat
- Werkstättenverordnung und Werkstättenmitwirkungsverordnung

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Fähigkeit zur Zusammenarbeit
Sich in andere hineinversetzen
Durchsetzungsfähigkeit
Entscheidungen ausdrücken

Voraussetzungen:

Pflicht für Teilnehmer im BBB. Für Werkstattwechsler geeignet.

Raum: BBB Raum weiß in Klopstockstraße

Kurstermine: **Montags von 09:30 bis 11:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
14.10.2019	04.11.2019	02.12.2019		
21.10.2019	11.11.2019			
	18.11.2019			
	25.11.2019			

ECDL Modul 3 Textverarbeitung Word 2010 Kursnr. 2.01

Dozentin:
Holzer, Anne
Telefon:
- 4610

Personen: 6

Kurseinheiten: 37
Anzahl Stunden: 74,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Der ECDL (Europäischer Computer Führerschein) ist ein anerkanntes Zertifikat zum Nachweis von grundlegenden IT- und EDV¬Kenntnissen.

Word ist das am häufigsten verwendete Programm im Arbeitsalltag der unterschiedlichsten Berufe. Es ist Teil des sog. Base-Zertifikats, das aus insgesamt 4 bestandenen Modulen besteht. Obwohl Word sich gut für den Einstieg in den ECDL eignet, muss auch hier viel gelernt und geübt werden. Der Lehrstoff ist vorgegeben und wird gemeinsam erarbeitet.

In der Prüfung müssen praktische Aufgaben online am PC gelöst werden. Die Aufgabenstellung kommt vom DLGI-Institut aus Bonn. Wir haben keinen Einfluss darauf.
Die Prüfungsgebühren bezahlt die WKM für jedes Modul einmal.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit	Umgang mit PC und Medien
Gedächtnis/Merkfähigkeit	Wissen über die eigenen Fähigkeiten

Voraussetzungen:

Bedienung von PC und Tastatur, Umgang mit dem Windows Explorer (Dateiverwaltung) und die Bereitschaft, Inhalte gemeinsam zu erarbeiten und Übungen auch am Arbeitsplatz selbständig durchzuführen.

Raum: NK 11/12 EDV Raum UG Barlachstr. 28

Informationstermin: Unterricht ist 2x/Woche, Prüfung im Februar (evtl. 20.02.2020)

Kurstermine: **Montags von 09:30 bis 11:30 Uhr**
Donnerstags von 09:30 bis 11:30 Uhr

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
07.10.2019				

Kursnr. 2.02 EXCEL Kurs - Tabellen und ihre Anwendungsgebiete erlernen

Dozentin:
Blien, Charis
Telefon:
- 4649
Kontakt über Arne Hanselmann

Personen: 6

Kurseinheiten: 6
Anzahl Stunden: 9,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Dieser Kurs eignet sich für alle, die das Tabellenkalkulationsprogramm Microsoft Office Excel besser kennenlernen möchten. Praxisnahe Übungen helfen, die Funktionen des Programms besser zu verstehen und anwenden zu können.

Die Inhalte des Kurses sind:
- Arbeit mit und Formatierung von Arbeitsmappe, Arbeitsblättern und Tabellen
- Rechnen mittels Formeln
- Formatieren und Strukurieren von Tabellen
- Auswertung von Daten z.B. durch Grafiken
- Berechnen von Ergebnissen (Teilergebnis, Pivot Tabelle)
- Einrichten und Drucken der Arbeitsmappe, Arbeitsblättern und Tabellen

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Planen und Problemlösen
Umgang mit PC und Medien

Voraussetzungen:

Kenntnisse im Umgang mit dem PC. Fähigkeit mit der Computermaus und/oder der PC Tastatur umgehen zu können.

Raum: NK 11/12 EDV Raum UG Barlachstr. 28

Kurstermine: **Mittwochs von 10:45 bis 12:15 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
02.10.2019	06.11.2019			
09.10.2019				
16.10.2019				
23.10.2019				
30.10.2019				

WORD Kurs: Textverarbeitung richtig nutzen lernen — Kursnr. 2.03

Dozentin:
Blien, Charis
Telefon:
- 4649
Kontakt über Arne Hanselmann

Personen: 6

Kurseinheiten: 6
Anzahl Stunden: 9,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

In diesem Kurs geht es darum, Ihre Grundkenntnisse des Textverarbeitungsprogramms Microsoft Office Word zu erweitern. Das vorhandene Wissen wird gefestigt und vertieft. Praxisnahe Übungen helfen dabei, mit dem Programm Word besser umgehen und eigene Texte leichter erstellen zu können.

Die Inhalte des Kurses sind:

- Formatieren eines Textes
- Gestalten und Drucken eines Dokuments
- Anwendung spezieller Funktionen wie z.B. Aufzählung
- Formatvorlagen nutzen, um Texte schnell und übersichtlich zu strukturieren
- Einfügen und Gestalten einer Tabelle (Datenbank) in einem Word Dokument

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Umgang mit PC und Medien
Wissen über die eigenen Fähigkeiten

Voraussetzungen:

Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC. Fähigkeit mit der Computermaus und/oder der Tastatur umgehen zu können.

Raum: NK 11/12 EDV Raum UG Barlachstr. 28

Kurstermine: **Mittwochs von 09:00 bis 10:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
02.10.2019	06.11.2019			
09.10.2019				
16.10.2019				
23.10.2019				
30.10.2019				

Kursnr. 3.01 Aktuelle Themen aus Politik und Zeitgeschehen

Dozentin:
Spagert, Lina
Telefon:
-4694

Personen: 8

Kurseinheiten: 7
Anzahl Stunden: 14,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Jeden Tag gibt es neue Nachrichten. Was passiert in der Welt? Wie sind die Auswirkungen? Was ist Politik? Was hat das mit mir zu tun?

Mit Hilfe von Zeitungen, Videos und dem Internet schauen wir uns an, was in der Welt passiert. Über welche Nachrichten wollen Sie mehr erfahren?

Wir möchten in der Gruppe diskutieren. Wir möchten Wissen austauschen und uns informieren, Neues dazu lernen. Wir betrachten die Nachrichten von mehreren Seiten, hören uns Meinungen an und stellen Fragen.

Wir möchten Politik und die Nachrichten verstehen. Seien Sie neugierig und diskutieren Sie mit.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Miteinander reden können
Lesen
Konzentration/Aufmerksamkeit
Fähigkeit zur Zusammenarbeit

Voraussetzungen:

Verbale Kommunikationsfähigkeit/Interesse an Diskussion. Interesse an Politik und Zeitgeschehen. Interesse und Offenheit, um Neues und Unbekanntes zu erfahren oder zu lernen. Freude daran, sich eigenständig über Nachrichten und Ereignisse zu informieren.

Raum: BBB Raum weiß in Klopstockstraße

Kurstermine: **Montags von 13:30 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
14.10.2019	04.11.2019	02.12.2019		
21.10.2019	11.11.2019			
	18.11.2019			
	25.11.2019			

Deutschkurs - Gemeinsam Deutsch lernen und sprechen

Kursnr. 3.02

Dozentin:
Marz, Emese Kinga B.
Telefon:
-4640
Kontakt über Maria Eidenmüller

Personen: 6

Kurseinheiten: 15
Anzahl Stunden: 22,50
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Deutsche Sprache - schwere Sprache ?
Da ist bestimmt etwas dran, vor allem wenn Deutsch nicht die eigene Muttersprache ist.
Im Kurs haben Sie die Chance, die deutsche Sprache zu erlernen. Sie besser zu verstehen und problemloser zu sprechen.

Das Ziel des Kurses ist es, dass Sie nachhaltig Ihr Deutsch verbessern und eine passende Lernstrategie finden.
Es wird also aktiv miteinander Deutsch gelernt und gesprochen.
Denn: Nur wenn eine Sprache regelmäßig gesprochen wird, springt sie vom Lehrbuch ins Leben.
So wird die deutsche Sprache zur Selbstverständlichkeit und der Alltag deutlich erleichtert.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Gedächtnis/Merkfähigkeit
Lesen
Miteinander reden können
Schreiben

Voraussetzungen:

Raum: BBB Raum weiß in Klopstockstraße

Kurstermine: **Donnerstags von 13:15 bis 14:45 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
17.10.2019	07.11.2019	05.12.2019	09.01.2020	06.02.2020
24.10.2019	14.11.2019	12.12.2019	16.01.2020	
31.10.2019	21.11.2019	19.12.2019	23.01.2020	
	28.11.2019		30.01.2020	

Kursnr. 3.03 **Zeitreise - der Geschichte auf der Spur**

Dozentin:
Spagert, Lina
Telefon:
-4694

Personen: 8

Kurseinheiten: 7
Anzahl Stunden: 14,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

- Wie war der Alltag in den 70 ern?
- Wie lebten die Menschen im Mittelalter?
- Wie sieht die Zukunft aus?
- Wer erfand den Computer? das Auto? die Playstation?
- Wer war Vincent van Gogh? Was ist Hip Hop? Pop Art? Surrealismus?

Dieses und mehr versuchen wir durch Texte, Bilder, Präsentationen und Filme herauszufinden. So nähern wir uns der Lösung der geschichtlichen Rätsel. Was interessiert Sie? Worüber möchten Sie mehr erfahren?

Durch Diskussionen wollen wir das vorhandene Wissen austauschen und erweitern. Warum war das damals so? Was hat sich verändert? Wie ist es heute oder in der Zukunft? Dies und mehr sehen wir uns im Kurs an.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Miteinander reden können
Fähigkeit zur Zusammenarbeit
Konzentration/Aufmerksamkeit
Lesen

Voraussetzungen:

Interesse an Geschichte und Zeitgeschehen, verbale Kommunikationsfähigkeit / Interesse an Diskussionen. Interesse und Offenheit Neues und Unbekanntes zu erfahren und zu lernen.

Raum: BBB Raum weiß in Klopstockstraße

Kurstermine: **Montags von 13:30 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
		16.12.2019	13.01.2020	03.02.2020
			20.01.2020	10.02.2020
			27.01.2020	17.02.2020

Aktenvernichtung und Datenschutz

Kursnr. 4.01

Dozentin:
Blessing, Tatjana
Telefon:
- 4664

Personen: 6

Kurseinheiten: 1
Anzahl Stunden: 6,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Wir werden uns zunächst theoretisch mit dem Thema Datenschutz in der Arbeit und im Privatbereich beschäftigen. Wir lernen u.a. die allgemeinen Aufbewahrungsfristen kennen.
Nachmittags steht der Besuch in der Aktenvernichtung der SWW (Südbayerische Werkstätten für Blinde und Sehbehinderte) an. Dort erfahren wir noch mehr Wissensertes zum Thema Aktenvernichtung.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Entscheidungen treffen

Planen und Problemlösen

Voraussetzungen:

Eigenständige Mobilität für den Besuch zu SWW ist dringend erforderlich

Raum: Clubraum 3

Kurstermine: **Mittwochs von 09:00 bis 15:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
09.10.2019				

Kursnr. 4.02 **Datenservice: Scanning-Vorbereitung leicht gemacht!**

Dozent:
Landig, Dominik
Telefon:
- 4665

Personen: 8

Kurseinheiten: 6
Anzahl Stunden: 12,00
BBB anrechenbar: Ja

Dozentin:
Reinhold, Isabel
Telefon:
- 4652

Kursbeschreibung:

Für diesen Kurs können sich alle anmelden, die Interesse am Datenservice haben. Oder ihre Kentnisse bei der Scanning-Vorbereitung ausweiten wollen. Wer auf der Suche nach einem verantwortungsvollen Auftrag ist und gerne eine anspruchsvolle neue Tätigkeit erlernen möchte, ist bei uns genau richtig.

Folgende Themen werden wir behandeln:
- Aufbau einer Rechnung/ Was zählt bei unserem Auftrag alles zu einer Rechnung?
- Umgang mit Arbeitsmaterial und Arbeitsgeräten
- Umgang mit Termindruck
- Einzelne Arbeitsschritte der Scanning Vorbereitung
- Mitarbeiten bei einem Auftrag der Scanning Vorbereitung

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Planen und Problemlösen
Entscheidungen treffen

Voraussetzungen:

Raum: Besprechungsraum 3. Stock

Kurstermine: **Dienstags von 09:30 bis 11:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
			14.01.2020	04.02.2020
			21.01.2020	11.02.2020
			28.01.2020	18.02.2020

Funktionsprogrammierung für's Internet (WordPress und PHP) Kursnr. 4.03

Dozent:
Wieshuber, Alois
Telefon:
- 4683

Personen: 6

Kurseinheiten: 10
Anzahl Stunden: 15,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

WordPress ist ein Content Management System (CMS). Es ist sehr beliebt für kleinere und mittelgroße Websites oder Blogs. Mit WordPress kann man recht einfach seine eigene Website gestalten.
Wer das Aussehen seiner Website genau bestimmen will, dem helfen einfache Programmierkenntnisse.
In dem Kurs lernen wir, wie WordPress funktioniert und den Einstieg in die Backend-Programmierung. Wir lernen, wie man in der Programmiersprache PHP einfache Funktionen programmiert. So können wir dann einen eigene Beitragstyp (z.B. "Team-Mitglied") anlegen. Dieser Typ lässt sich dann an verschiedenen Stellen der Homepage ausgeben. Auch eine Filterfunktion kann verwirklicht werden. Zum Beispiel eine Liste aller Team-Mitglieder, die zur Abteilung "Herstellung" gehören.
Im Kurs setzt jeder zur Übung eine kleine Website auf. Daran lernen wir das Anlegen eines eigenen Beitragstyps und die Programmierung einer Filterfunktion. Zum Kurs gehören auch Hausaufgaben.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Planen und Problemlösen

Umgang mit PC und Medien

Voraussetzungen:

Kenntnisse in HTML/Css
Von Vorteil ist auch Zugang zu einem PC um die Hausaufgaben zu machen.

Raum: Medienservice Raum 410

Kurstermine: **Montags von 13:30 bis 15:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
07.10.2019	04.11.2019	02.12.2019		
14.10.2019	11.11.2019	09.12.2019		
21.10.2019	18.11.2019			
28.10.2019	25.11.2019			

Kursnr. 4.04 Kunst zum Mitmachen

Dozentin:
Bernhard-Rings, Christine
Telefon:
- 4666

Personen: 8

Kurseinheiten: 15
Anzahl Stunden: 22,50
BBB anrechenbar: Ja

Dozentin:
König, Lydia
Telefon:
- 4663

Kursbeschreibung:

Wie schaffe ich es, dass mein Bild harmonisch wirkt, wie wird es spannender? Wie zeichne ich ein Portrait? Wie lege ich ein Landschaftsbild an? Welche Ideen stecken hinter der japanischen Tuschemalerei? Sind Expressionisten Spinner oder Genies?

Malen, zeichnen, gestalten - alles (k)eine Kunst, wenn man weiß, wie's gemacht wird!

In diesem Kurs werden grundlegende Techniken des Zeichnens vermittelt. Wir arbeiten mit Bleistift, Kreide oder Rötel. Auch Geübtere können ihre Kenntnisse in der Malerei mit Aquarell, Acryl und Tusche vertiefen. Und bei einem Blick in die Welt der Kunstgeschichte entdecken wir, welche Menschen hinter den berühmtesten Gemälden der Welt stecken.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Planen und Problemlösen
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Fähigkeit zur Zusammenarbeit

Voraussetzungen:

- Freude am Malen und Zeichnen
- Ausdauer um seine Fähigkeiten zu trainieren
- Offenheit den eigenen Stil weiterzuentwickeln

Raum: Küche 1. OG Barlachstr.

Kurstermine: **Dienstags von 14:00 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
08.10.2019	12.11.2019	03.12.2019	14.01.2020	04.02.2020
15.10.2019	19.11.2019	10.12.2019	21.01.2020	11.02.2019
22.10.2019		17.12.2019	28.01.2019	18.02.2019
29.10.2019				

Qualifizierungsbaustein QB 08 - Assistenz und Sekretariat Kursnr. 4.05

avanta e.V.
Telefon:
- 4649
Kontakt über Arne Hanselmann

Personen: 6

Kurseinheiten: 15
Anzahl Stunden: 45,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

- Mit bürospezifischen Hilfsmitteln die Arbeitsabläufe im Sekretariat organisieren
- Situationsgerecht kommunizieren und mit Störungen umgehen
- Arbeitsaufträge und Termine sachgerecht planen und überwachen
- Den betrieblichen Schriftverkehr unter sachlichen und zeitlichen Gesichtspunkten bearbeiten
- Sitzungen und Besprechungen betreuen
- Reisen und Veranstaltungen vor- und nachbereiten
- Arbeits- und Organisationsmittel von der Bestellung bis zur Ausgabe begleiten
- Eingehende und ausgehende Post sowie Dokumente sachgerecht bearbeiten und ablegen
- Gängige kaufmännische Begriffe in einer Fremdsprache anwenden

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Planen und Problemlösen
Zeit und Termine einteilen

Voraussetzungen:

Motivation, Inhalte selbständig zu lernen und mitzuarbeiten. TN müssen in der Lage sein, die Tätigkeiten praktisch auszuführen. Zum Erwerb des QBs müssen eine theoretische Prüfung erfolgreich abgeschlossen und 240 Praxisstunden geleistet werden.

Raum: BBB Raum weiß in Klopstockstraße

Informationstermin: Prüfungsvorbereitung 05.12.19/ 09.01./16.01.2020 von 9:00 - 10:30

Kurstermine: Dienstags von 09:00 bis 12:00 Uhr

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
01.10.2019	05.11.2019	03.12.2019	14.01.2020	
08.10.2019	12.11.2019	10.12.2019	21.01.2020	
15.10.2019	19.11.2019	17.12.2019	28.01.2020	
22.10.2019	26.11.2019			
29.10.2019				

Kursnr. 4.06 Webdesign Fortgeschrittene

Dozent:
Wright, Mattias
Telefon:
- 4682

Personen: 6

Kurseinheiten: 7
Anzahl Stunden: 10,50
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

In diesem Kurs werden unter Anleitung professionelle Webdesign Layouts für die verschiedenen Ausgabegeräte wie z.B. Smartphone, Tablet und Desktop erstellt.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Planen und Problemlösen
Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit

Voraussetzungen:

Sehr gute Kenntnisse in Adobe Illustrator

Raum: Medienservice Raum 410

Kurstermine: **Dienstags von 09:30 bis 11:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
01.10.2019	05.11.2019			
08.10.2019	12.11.2019			
15.10.2019	19.11.2019			
22.10.2019				

Webentwicklung Fortgeschrittene Kursnr. 4.07

Dozent:
Wright, Mattias
Telefon:
- 4682

Personen: 6

Kurseinheiten: 10
Anzahl Stunden: 15,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

In diesem Kurs werden Webhdesign Layouts unter Anleitung umgesetzt.

Folgende Schwerpunkte werden in dem Kurs behandelt:
CSS / Sass
HTML

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Planen und Problemlösen

Voraussetzungen:

Sehr gute Kenntnisse in HTML und CSS / Sass

Raum: Medienservice Raum 410

Kurstermine: **Mittwochs von 13:00 bis 14:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
02.10.2019	06.11.2019	04.12.2019		
09.10.2019	13.11.2019	11.12.2019		
16.10.2019	20.11.2019			
23.10.2019	27.11.2019			

Kursnr. 4.08 Zeit für Kommunikation - das (Kunden-)Gespräch im Mittelpunkt

Dozentin:
Engesser, Barbara
Telefon:
- 4700

Personen: 6

Kurseinheiten: 4
Anzahl Stunden: 6,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit den Grundlagen der Kommunikation. Vor allem in Bezug auf Gespräche mit Kunden.
Wir lernen, dass die "Körpersprache" ein wesentlicher Bestandteil von Unterhaltungen ist. Unter anderem betrachten wir Meister der Körpersprache und diskutieren, was sie auszeichnet.

Wir beantworten Fragen wie:
- Mit wie vielen Ohren hören wir zu?
- Was ist Körpersprache?
- Wie verhalte ich mich gegenüber Kunden?
- Sind alle Kunden gleich?

und vieles mehr zum Thema Kommunikation.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Miteinander reden können
Fähigkeit zur Zusammenarbeit
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Konzentration/Aufmerksamkeit

Voraussetzungen:

Sprache muss vorhanden sein

Raum: Beans & Books

Kurstermine: **Montags von 14:00 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
22.10.2019	05.11.2019			
29.10.2019	12.11.2019			

Aikido - ein Weg der Selbsterfahrung

Kursnr. 5.01

Dozent:
Huber, Albrecht
Telefon:
- 4685
Kontakt über Bianka Sperrer

Personen: 10

Kurseinheiten: 2
Anzahl Stunden: 12,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Aikido ist eine japanische Kampfkunst, die mit dem Ziel geübt wird, sein Potential voll zu entwickeln. Dadurch ist man in der Lage, Angriffen und Konflikten gelassen und friedlich zu begegnen.
Aikido besteht überwiegend aus kreis- und spiralförmigen Bewegungen, Hebel-, Wurf- und Haltetechniken, die weich und fließend, aber auch schwungvoll und effektiv sind. In der kreisförmigen Ausweichbewegung wird die Energie eines Angriffs aufgenommen und in eine Verteidigungsbewegung umgewandelt.

Mit dem erfahrenen Trainer Albrecht Huber bekommen Sie erste Eindrücke in diese defensive und moderne Kampfsportart.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Körperliche Belastbarkeit
Fähigkeit zur Zusammenarbeit
Körper spüren

Voraussetzungen:

Spezielle Voraussetzungen wie Kraft, Geschicklichkeit oder Sportlichkeit sind nicht erforderlich. Aikido kann von jedem Menschen seinen persönlichen Fähigkeiten entsprechend praktiziert werden.

Raum: Sporthalle Ernst-Barlach-Schule

Kurstermine: **Montags von 09:00 bis 15:00 Uhr**
Dienstags von 09:00 bis 15:00 Uhr

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
28.10.2019				
29.10.2019				

Termin-Zusatzinformation: Kurs findet in den Herbstferien statt. Urlaubsplanung beachten!!!

Kursnr. 5.02 **Besuch der Bavaria Filmstudios**

Dozent:
Mair, Markus
Telefon:
- 4617

Personen: 10

Kurseinheiten: 1
Anzahl Stunden: 7,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Der Besuch in den Bavaria Filmstudios soll einen Einblick in die moderne Filmwelt geben.

Wie arbeiten echte Filmprofis? Wie werden Filme heutzutage gedreht und inwieweit hat auch in der Filmbranche die Digitalisierung Einzug gehalten?

Werfe einen Blick hinter die Kulissen und entdecke die Filmsets von "Das Boot", "Die unendliche Geschichte", "Jim Knopf" und "Fack ju Göhte".

Eine spannende Reise in die Film- und Fernsehwelt.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Fähigkeit zur Zusammenarbeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Entscheidungen treffen

Voraussetzungen:

Raum: Treffpunkt Eingang Schreinerei EG

Kurstermine: **Donnerstags von 09:00 bis 16:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
10.10.2019				

Besuch einer virtuellen Werkstattgruppe im Tierpark Hellabrunn

Kursnr. 5.03

Dozent:
Mair, Markus
Telefon:
- 4617

Personen: 10

Kurseinheiten: 1
Anzahl Stunden: 7,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Bei einer virtuellen Werkstatt arbeiten die Mitarbeiter der Gruppe nicht in der Werkstatt selbst, sondern haben ihren täglichen Arbeitsplatz in einem Unternehmen des ersten Arbeitsmarktes. Sie werden von einem pädagogischen Mitarbeiter begleitet, der ihnen mit Rat zur Seite steht.
Seit 2015 unterstützt im Tierpark Hellabrunn eine Mannschaft der Lebenshilfe Werkstatt München die Mitarbeiter des Tierparks tatkräftig bei Räum- und Saisonarbeiten.
Sie lernen mehr über der Arbeit der Lebenshilfe Mitarbeiter direkt vor Ort.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit

Sich in andere hineinversetzen

Voraussetzungen:

Raum: Treffpunkt Eingang Schreinerei EG

Kurstermine: **Dienstags von 09:00 bis 16:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
15.10.2019				

Kursnr. 5.04 Botengänge rund um die Barlachstraße

Dozent:
Rother, Marcel
Telefon:
- 4689

Personen: 6

Kurseinheiten: 6
Anzahl Stunden: 9,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Im Werkstattalltag fallen immer wieder Erledigungen außerhalb der Werkstatt an.
Können Sie sich vorstellen diese Botengänge zu übernehmen?

Dann lernen Sie bei uns wie man sicher und gewissenhaft für seinen Gruppenleiter Botengänge außerhalb erledigt und auch wieder zurück findet.

Wir besuchen u.a. auch die umliegenden Außenstandorte rund um die Barlachstraße.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Planen und Problemlösen
Entscheidungen treffen
Miteinander reden können
Orientierung

Voraussetzungen:

Das Fortbewegen ohne Hilfe ist Vorraussetzung.

Raum: Besprechungsraum EG Barlachstr.

Kurstermine: **Donnerstags von 09:30 bis 11:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
10.10.2019	07.11.2019			
17.10.2019	14.11.2019			
24.10.2019				
31.10.2019				

BÜWA - Begleiteter Übergang Werkstatt auf den allgemeinen Arbeitsmarkt

Kursnr. 5.05

Dozentin:
Fritzsch, Anne
Telefon:
- 4681

Personen: 10

Kurseinheiten: 1
Anzahl Stunden: 2,50
BBB anrechenbar: Ja

Dozent:
Hanselmann, Arne
Telefon:
- 4649

Kursbeschreibung:

Sie möchten auf den allgemeinen Arbeitsmarkt? Das heißt fest in einer Firma als Mitarbeiter arbeiten?

Dann informieren wir Sie in dieser Veranstaltung über BÜWA. Ein Projekt des Bezirk Oberbayern in Zusammenarbeit mit den Werkstätten und den Integrationsfachdiesnt (IFD). Mit diesem Projekt sollen Werkstattbeschäftigte auf den allgemeinen Arbeitsmarkt vermittelt werden. Sie erfahren:

- Was ist BÜWA?
- Ziele des Projekts
- Zielgruppe des Projekts
- Wie ist der Ablauf des Projekts

Danach nehmen wir uns Zeit um Ihre Fragen zu beantworten.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Planen und Problemlösen
Entscheidungen treffen
Fähigkeit zur Zusammenarbeit

Voraussetzungen:

Der feste Wunsch eine Tätigkeit auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt wahrzunehmen; Motivation, Selbstständigkeit, Eigenständigkeit.

Raum: Kursraum Rümannstraße

Kurstermine: **Montags von 09:30 bis 12:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
07.10.2019				

Kursnr. 5.06 **Chor**

Dozent:
Graul, Alexander
Telefon:
- 4618

Personen: 18

Kurseinheiten: 19
Anzahl Stunden: 23,75
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Wir singen im Chor, eventuell auch in der Öffentlichkeit zu verschiedenen Gelegenheiten.

Wir machen Atemübungen,Sprach- und Stimmbildung.

Singen entspannt und lockert.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Miteinander reden können
Körper spüren

Voraussetzungen:

Spaß an der Musik!!!

Raum: Kegelbahn UG

Kurstermine: **Dienstags von 13:15 bis 14:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
01.10.2019	05.11.2019	03.12.2019	07.01.2020	04.02.2020
08.10.2019	12.11.2019	10.12.2019	14.01.2020	11.02.2020
15.10.2019	19.11.2019	17.12.2019	21.01.2020	18.02.2020
22.10.2019	26.11.2019		28.01.2020	
29.10.2019				

DGS (Deutsche Gebärden Sprache) für Anfänger

Kursnr. 5.07

Dozent:
Fröhner, Andreas
Telefon:
- 4669

Personen: 6

Kurseinheiten: 12
Anzahl Stunden: 12,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Lerne mit deinen Händen zu sprechen!
Die Deutsche Gebärdensprache ist die Sprache der gehörlosen Menschen in Deutschland.
Zur Kommunikation und Integration zwischen gehörlosen und hörenden Menschen ist die Gebärdensprache ein sehr wichtiges Instrument.

Wir lernen mit den Händen zu sprechen, mit der Mimik zu betonen oder Gefühle zu zeigen.
Ebenso das Fingeralphabet für komplizierte Namen und Bezeichnungen.
Ganz wichtig ist auch das Sichtfeld (Gebärdenfeld), welches man beobachten muss.
Wie nähere ich mich einen gehörlosen Menschen oder wie mache ich auf mich aufmerksam?

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit	Gedächtnis/Merkfähigkeit
Entscheidungen treffen	Miteinander reden können

Voraussetzungen:

Für diesen Kurs sollten beide Arme und Hände in ihrer Feinmotorik nicht eingeschränkt sein. Ein persönliches Vorgespräch mit Herrn Fröhner ist notwendig.

Raum: Besprechungsraum EG Barlachstr.

Kurstermine: **Mittwochs von 14:00 bis 15:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
23.10.2019	06.11.2019	04.12.2019	15.01.2020	
30.10.2019	13.11.2019	11.12.2019	22.01.2020	
	20.11.2019	18.12.2019	29.01.2020	
	27.11.2019			

Kursnr. 5.08 **Einblicke in die Post-Partnerfiliale**

Dozentin:
Unterreiner, Carmen
Telefon:
- 4621

Personen: 6

Kurseinheiten: 3
Anzahl Stunden: 4,50
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Sie wollten schon immer wissen welche Aufgaben und Herausforderungen in der Postfiliale täglich auf die Mitarbeiter warten?Wir schauen uns in diesem Kurs den tollen und abwechslungsreichen Arbeitsplatz in der Post-Partnerfiliale ganz genau an.
Der Umgang mit den Kunden gehört an diesem Arbeitsplatz zum täglichen Brot.
Sie erfahren
- auf welche Umgangsformen im Gespräch mit den Kunden besonders zu achten ist
- wie wichtig der "erste Eindruck" ist
- welche Wirkung unser eigenes Auftreten hat.

Zum Kurs gehört natürlich auch ein Besuch in unserer Post-Partnerfiliale. Dort können Sie den Standort besichtigen. Sie können die Mitarbeiter vor Ort direkt alles fragen was Sie wissen wollen.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Reinlichkeit, gepflegtes Auftreten
Fähigkeit zur Zusammenarbeit

Voraussetzungen:

Raum: Besprechungsraum EG Barlachstr.

Kurstermine: **Mittwochs von 13:30 bis 15:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
	27.11.2019		15.01.2020	
			29.01.2020	

Digitale Bildbearbeitung leicht gemacht

Kursnr. 5.09

Dozent:
Weimann, Markus
Telefon:
4522 3878

Personen: 6

Kurseinheiten: 8
Anzahl Stunden: 12,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

In diesem Kurs wollen wir alle Möglichenkeiten der digitalen Bildbearbeitung behandeln.
Wir machen Fotos mit Handys und Digitalkameras.
Wir lernen
- die unterschiedlichen Aufnahmearten kennen
- wie die Bilddateien zum Bearbeiten auf den Computer gelangen,
- wie man die Bilder auf dem Computer bearbeiten und verändern kann und
- welche Möglichkeiten der Archivierung und der Druckausgabe es gibt (z.B Diashows, Fotobuch usw.).

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Umgang mit PC und Medien
Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit

Voraussetzungen:

Computer- , Mobiltelefon- bzw. Kameranutzung

Raum: Gruppenraum Digitale Kunst Rümannstrasse

Kurstermine: **Montags von 10:00 bis 11:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
07.10.2019	04.11.2019	02.12.2019		
14.10.2019	18.11.2019	09.12.2019		
21.10.2019		16.12.2019		

Kursnr. 5.10 **Englisch für Einsteiger**

Dozent:
Despot, Oliver
Telefon:
- 4677

Personen: 8

Kurseinheiten: 6
Anzahl Stunden: 8,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Englisch ist die meistgesprochene Sprache der Welt.
In diesem Kurs soll jeder, der bis jetzt keine Vorkenntnisse hat, die Grundlagen der englischen Sprache erlernen. Zu den Grundlagen gehört z.B.
- das Alphabet
- die Wochentage
- die Zahlen und
- die richtige Aussprache der Wörter.

Sie werden auch lernen, sich selbst vorzustellen (z.B. Name, Alter, Hobbys, ...).

See you soon !

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Gedächtnis/Merkfähigkeit
Konzentration/Aufmerksamkeit
Miteinander reden können
Lesen

Voraussetzungen:

- verbale Kommunikationsfähigkeit
- deutliche Aussprache

Raum: Clubraum 3

Kurstermine: **Dienstags von 10:00 bis 11:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
		03.12.2019	07.01.2020	
		10.12.2019	14.01.2020	
		17.12.2019	21.01.2020	

Termin-Zusatzinformation: 3.12.19 und 21.01.20 findet der Kurs von 10:00 - 11:00 Uhr statt.

Einschränkung - na und! Ich bleibe im Kontakt! Kursnr. 5.11

Dozentin:
Ammerl, Carina
Telefon:
- 4334

Personen: 6

Kurseinheiten: 5
Anzahl Stunden: 7,50
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Wir wollen gemeinsam erarbeiten, wie man nach Hirnverletzungen und deren Folgen (z. B. Aphasie) im sozialen Kontakt bleibt.
Die Gruppe soll Raum für Erfahrungsaustausch schaffen, um gemeinsam Rückzug oder Einsamkeit zu verstehen und zu durchbrechen.
Denn durch mehr Aktivitäten werden auch positive Stimmung, Lebensfreude und Akzeptanz gesteigert!

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Miteinander reden können
Sich in andere hineinversetzen

Voraussetzungen:

Raum: NK

Kurstermine: **Donnerstags von 14:00 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
	07.11.2019	05.12.2019		
	14.11.2019			
	21.11.2019			
	28.11.2019			

Kursnr. 5.12 **Frauen-Café**

Dozentin:
Böhm, Susanne
Telefon:
- 4689
Kontakt über Marcel Rother

Personen: 8

Kurseinheiten: 5
Anzahl Stunden: 7,50
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

In diesem Kurs können alle Fragen und Themen, die Ihnen unter den Nägeln brennen, angesprochen werden. Auch werden verschiedene aktuelle Themen besprochen.

Aber keine Angst, wir können auch einfach nur ratschen oder Kaffee trinken, wie uns der Sinn steht.

Uns ist ein respektvoller Umgang miteinander wichtig. Jedes Thema wird ernst genommen.

Alles was besprochen wird bleibt unter uns. Niemand erzählt etwas weiter.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Miteinander reden können
Sich in andere hineinversetzen
Entscheidungen ausdrücken
Konzentration/Aufmerksamkeit

Voraussetzungen:

Raum: Besprechungsraum EG Barlachstr.

Kurstermine: **Mittwochs von 13:30 bis 15:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
16.10.2019	20.11.2019	11.12.2019	15.01.2020	12.02.2020

Gedächtnis- und Konzentrationstraining mit einfachen Übungen

Kursnr. 5.13

Dozent:
Freitag, Kai
Telefon:
- 4684

Personen: 6

Kurseinheiten: 17
Anzahl Stunden: 17,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Sie können sich schlecht konzentrieren? Sind Sie häufig vergesslich?

Das muss nicht sein!

Mit verschiedenen Aktivierungstechniken und Denkspielen arbeiten wir an der Steigerung unserer Gedächtnisleistung.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Entscheidungen ausdrücken
Fähigkeit zur Zusammenarbeit

Voraussetzungen:

Raum: Besprechungsraum 3. Stock

Kurstermine: **Dienstags von 10:00 bis 11:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
15.10.2019	05.11.2019	03.12.2019	07.01.2020	04.02.2020
22.10.2019	12.11.2019	10.12.2019	14.01.2020	11.02.2020
29.10.2019	19.11.2019		21.01.2020	18.02.2020
	26.11.2019		28.01.2020	25.02.2020

Kursnr. 5.14 Hygiene am Arbeitsplatz I

Dozent:
Joachimsthaler, Stefan
Telefon:
- 4652

Personen: 6

Kurseinheiten: 3
Anzahl Stunden: 5,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Gib den Keimen keine Chance!

Damit Keime und Erreger weniger leichtes Spiel haben, sollten Sie Hygiene am Arbeitsplatz nicht auf die leichte Schulter nehmen.
Im Kurs werden einfache Maßnahmen erklärt, um für mehr Sauberkeit und damit für mehr Gesundheit am Arbeitsplatz zu sorgen.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Reinlichkeit, gepflegtes Auftreten

Voraussetzungen:

Raum: Besprechungsraum 3. Stock

Kurstermine: **Mittwochs von 13:30 bis 15:30 Uhr**
Mittwochs von 13:30 bis 14:30 Uhr

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
09.10.2019				
16.10.2019				
23.10.2019				

Hygiene am Arbeitsplatz II

Kursnr. 5.15

Dozent:
Joachimsthaler, Stefan
Telefon:
- 4652

Personen: 6

Kurseinheiten: 3
Anzahl Stunden: 5,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Gib den Keimen keine Chance!

Damit Keime und Erreger weniger leichtes Spiel haben, sollten Sie Hygiene am Arbeitsplatz nicht auf die leichte Schulter nehmen.
Im Kurs werden einfache Maßnahmen erklärt, um für mehr Sauberkeit und damit für mehr Gesundheit am Arbeitsplatz zu sorgen.

Gleicher Inhalt wie Hygiene am Arbeitsplatz I

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Reinlichkeit, gepflegtes Auftreten

Voraussetzungen:

Raum: Besprechungsraum 3. Stock

Kurstermine: **Mittwochs von 13:30 bis 15:30 Uhr**
Mittwochs von 13:30 bis 14:30 Uhr

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
30.10.2019	06.11.2019			
	13.11.2019			

Kursnr. 5.16 **Informationsveranstaltung ausgelagerter Arbeitsplatz**

Dozentin:
Fritzsch, Anne
Telefon:
- 4681

Personen: 6

Kurseinheiten: 1
Anzahl Stunden: 3,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Was ist eigentlich ein "ausgelagerter Arbeitsplatz"?
Welche Rahmenbedingungen sind zu beachten?
Was kann ich selbst tun, wenn ich an einem ausgelagerten Arbeitsplatz interessiert bin?
Wie bekomme ich einen ausgelagerten Arbeitsplatz?
Was ist der Unterschied zwischen einem ausgelagerten Arbeitsplatz in einer Firma und arbeiten in der Werkstatt?
Welche Herausforderungen warten auf mich und welche Veränderungen kommen auf mich zu?
Welche Beispiele gibt es aus der Werkstatt?

Wir finden Antworten auf diese Frage und informieren rund um das Thema ausgelagerter Arbeitsplatz!

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit

Voraussetzungen:

Das Interesse, langfristig außerhalb der Werkstatt (=1. Arbeitsmarkt) arbeiten zu wollen.

Raum: Kursraum Rümannstraße

Kurstermine: **Mittwochs von 09:00 bis 12:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
30.10.2019				

Kreatives Nähen **Kursnr. 5.17**

Dozent:
Kis, Robert
Telefon:
- 4611

Personen: 6

Kurseinheiten: 6
Anzahl Stunden: 9,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Im Kurs wird der Umgang mit Nadel und Faden gelernt.

Bei Nähübungen werden verschiedene Sticharten kennengelernt.

Die kleine Stoffkunde klärt über die Verwendung der Stoffarten auf.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Handgeschicklichkeit
Konzentration/Aufmerksamkeit
Planen und Problemlösen
Entscheidungen treffen

Voraussetzungen:

Raum: Küche 1. OG Barlachstr.

Kurstermine: **Donnerstags von 14:00 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
10.10.2019	07.11.2019			
17.10.2019	14.11.2019			
24.10.2019				
31.10.2019				

Kursnr. 5.18 **Lerne, wie Facebook funktioniert - Einstieg in die Welt der Social Media**

Dozent:
Bruder, Dennis
Telefon:
-4695

Personen: 8

Kurseinheiten: 4
Anzahl Stunden: 4,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Facebook ist das größte soziale Netzwerk der Welt. Die meisten kennen Facebook aber nur aus Nutzersicht.

In diesem Kurs erfahren Sie, welche Bedeutung und Funktion Social Media in der heutigen Gesellschaft hat und wie sich Facebook dort einordnet.

Im zweiten Schritt bekommen Sie eine Einführung in die Welt der Unternehmenskommunikation auf Facebook. Dort lernen sie ganz praktisch, wie Facebook als Unternehmen funktioniert, wie sie Beiträge posten und wie sie mit ihren Fans interagieren. Auch das Thema Risiken bei der Nutzung von Facebook werden wir besprechen.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Umgang mit PC und Medien
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Entscheidungen ausdrücken

Voraussetzungen:

Raum: Medienservice Raum 410

Kurstermine: **Mittwochs von 10:00 bis 11:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
	06.11.2019			
	13.11.2019			
	20.11.2019			
	27.11.2019			

Mach mit - werde auch Du zum RaceRunner! Kursnr. 5.19

Dozent:
Mair, Markus
Telefon:
- 4617

Personen: 8

Kurseinheiten: 8
Anzahl Stunden: 8,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Die neue Sportart RaceRunning begeistert weltweit die Leichtathletik-Szene im Breiten- und Spitzensport! Innerhalb weniger Jahre ist RaceRunning weltweit zu einer der populärsten Sportarten für Menschen mit Behinderung geworden.

Das Sport-, Freizeit-, und Therapiegerät gleicht einem Laufrad für Kinder. Es ermöglicht selbst schwerst- mehrfachbehinderten Menschen sich zum Ausgleich, in ihrer Freizeit oder im Vereinssport körperlich aktiv zu betätigen.

CPISRA (Cerebral Palsy International Sports and Recreation Association) hat RaceRunning in die Weltspiele mit aufgenommen. Zudem soll RaceRunning in Zukunft eine Paralympische Sportart werden.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Misserfolge aushalten
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Körperliche Belastbarkeit

Voraussetzungen:

Raum: Treffpunkt Eingang Schreinerei EG

Kurstermine: **Dienstags von 14:00 bis 15:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
08.10.2019	05.11.2019			
15.10.2019	12.11.2019			
23.10.2019	19.11.2019			
30.10.2019	26.11.2019			

Kursnr. 5.20 **Musik und Leben**

Dozent:
Schädlich-Buter, Gustav
Telefon:
- 4312

Personen: 8

Kurseinheiten: 5
Anzahl Stunden: 6,25
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Musik spielt für die meisten Menschen eine wichtige Rolle.
Wer hat nicht Lieblingslieder, Lieblingsbands und Lieblingsmusikstücke?

In diesem Kurs werden wir bekannte (und auch weniger bekannte) Lieder aus Rock, Pop, Chanson und Klassik hören und uns über die dazugehörigen Liedtexte unterhalten. Wir werden uns mit der Frage beschäftigen, was die Liedtexte uns sagen wollen und welche Gefühle sie bei uns auslösen.

Es wird auch die Gelegenheit geben, dass die Teilnehmer-Innen eigene Lieblingsmusikstücke mitbringen und sie den anderen vorstellen.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Miteinander reden können

Sich in andere hineinversetzen

Voraussetzungen:

Freude an der Musik, Lust sich über Liedtexte auszutauschen, Bereitschaft, sich einzubringen.

Raum: Bewohnertreff

Kurstermine: **Mittwochs von 11:00 bis 12:15 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
			22.01.2020	05.02.2020
			29.01.2020	12.02.2020
				19.02.2020

OWA-Grundkurs **Kursnr. 5.21**

Dozent:
Bryk, Stefan
Telefon:
- 4626

Personen: 8

Kurseinheiten: 5
Anzahl Stunden: 10,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

In diesem Kurs erwerben Sie die Grundkenntnisse von OWA.
Sie lernen die ersten Schritte kennen, von der Anmeldung bis hin zum Erstellen Ihrer Signatur.

In dem Kurs werden die folgenden Themen behandelt:
- Anmeldung in OWA
- Erklärung der wichtigsten Symbole auf der Benutzeroberfläche
- Verfassen und Versenden von E-Mails
- Kalendereinträge erstellen
- Signatur erstellen

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Planen und Problemlösen

Umgang mit PC und Medien

Voraussetzungen:

Raum: NK 11/12 EDV Raum UG Barlachstr. 28

Kurstermine: **Dienstags von 13:30 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
08.10.2019	05.11.2019			
15.10.2019				
22.10.2019				
29.10.2019				

Kursnr. 5.22 Plastisches und bildnerisches Gestalten

Dozent:
Sinowatz, Tobias
Telefon:
- 4614

Personen: 6

Kurseinheiten: 9
Anzahl Stunden: 9,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

In diesem Kurs werden die Grundlagen sowie die wichtigsten Arbeitstechniken des Gestaltens vermittelt.

Mit Materialien wie Modeliermasse, Acrylfarben, Buntstiften, Wachsmalkreide, Pappe und Papier werden bildnerische Prozesse angeregt und gestalterisch erarbeitet.

Die genauen Termine werden bei der Anfangsveransaltung am 21.10.19 bekannt gegeben.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Gedächtnis/Merkfähigkeit
Miteinander reden können
Fähigkeit zur Zusammenarbeit
Handgeschicklichkeit

Voraussetzungen:

Raum: Küche 1. OG Barlachstr.

Kurstermine: **Montags von 14:00 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
21.10.2019				

Termin-Zusatzinformation: Gastdozent/ -in vom Werklehrerseminar

Polizei-Kurs: Selbstbehauptung und Sicherheit im Alltag erlernen I

Kursnr. 5.23

Polizei München
Telefon:
- 4674
Kontakt über Anne Samberger-Seelos

Personen: 10

Kurseinheiten: 2
Anzahl Stunden: 4,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Ein Polizist des Polzeipräsidiums München bietet Ihnen die Möglichkeit, in einer Kleingruppe Ihre Selbstsicherheit im Umgang mit Gefahren zu stärken.
Alle Fragen und Anliegen der Kursteilnehmer werden besprochen.
Sie lernen im Kurs
- Gefahren zu erkennen
- wie Sie sich in Gefahrensituationen verhalten sollten
- wie Sie Ihre Stimme effektiv einsetzen können
- welche Chancen der körperlichen Verteidigung Sie haben
- wo Risikobereiche sein können
- was Notwehr / Nothilfe ist

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Entscheidungen ausdrücken
Entscheidungen treffen
Durchsetzungsfähigkeit
Wissen über die eigenen Fähigkeiten

Voraussetzungen:

Raum: Clubraum 1

Kurstermine: **Mittwochs von 09:30 bis 11:30 Uhr**
Donnerstags von 09:30 bis 11:30 Uhr

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
	06.11.2019			
	07.11.2019			

Kursnr. 5.24 **Polizei-Kurs: Selbstbehauptung und Sicherheit im Alltag erlernen II**

Polizei München
Telefon:
- 4674
Kontakt über Anne Samberger-Seelos

Personen: 10

Kurseinheiten: 2
Anzahl Stunden: 4,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Ein Polizist des Polzeipräsidiums München bietet Ihnen die Möglichkeit, in einer Kleingruppe Ihre Selbstsicherheit im Umgang mit Gefahren zu stärken.
Alle Fragen und Anliegen der Kursteilnehmer werden besprochen.
Sie lernen im Kurs
- Gefahren zu erkennen
- wie Sie sich in Gefahrensituationen verhalten sollten
- wie Sie Ihre Stimme effektiv einsetzen können
- welche Chancen der körperlichen Verteidigung Sie haben
- wo Risikobereiche sein können
- was Notwehr / Nothilfe ist

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Entscheidungen ausdrücken
Entscheidungen treffen
Durchsetzungsfähigkeit
Wissen über die eigenen Fähigkeiten

Voraussetzungen:

Raum: Clubraum 3

Kurstermine: **Dienstags von 09:30 bis 11:30 Uhr**
Mittwochs von 09:30 bis 11:30 Uhr

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
			28.01.2020	
			29.01.2020	

Positive Gedanken und Gefühle fördern und entwickeln

Kursnr. 5.25

Dozentin:
Klippel, Hanna
Telefon:
- 4334

Personen: 6

Kurseinheiten: 6
Anzahl Stunden: 9,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

In diesem Kurs wollen wir gemeinsam lernen, wie man positive Gedanken und Gefühle fördern kann. Damit soll das eigene Wohlbefinden erhöht und erhalten werden.
Mit Hilfe von Übungen können Stimmungstiefs erfolgreich begegnet oder vorgebeugt werden.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Körper spüren

Voraussetzungen:

Raum: NK

Kurstermine: **Mittwochs von 13:30 bis 15:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
			08.01.2020	05.02.2020
			15.01.2020	12.02.2020
			22.01.2020	
			29.01.2020	

Kursnr. 5.26 **Redaktion WeZet**

Dozentin:
Baumer, Susanne
Telefon:
- 4662

Personen: 10

Kurseinheiten: 7
Anzahl Stunden: 7,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Regelmäßiges Treffen der WeZet-Redaktion zur Besprechung neuer Artikel mit Schreibtraining.

- Verstehen, welche unterschiedlichen Textarten es gibt (Nachricht, Erfahrungsbericht, Blog-Beitrag)
- Schreiben von verschiedenen Textarten

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Misserfolge aushalten
Sich in andere hineinversetzen
Fähigkeit zur Zusammenarbeit
Schreiben

Voraussetzungen:

Umgang mit dem PC
Schreiben von Texten

Raum: Medienservice Raum 410

Kurstermine: **Donnerstags von 13:00 bis 14:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
10.10.2019	21.11.2019	12.12.2019	09.01.2020	20.02.2020
31.10.2019			30.01.2020	

Schachtraining - Unterstufe Kursnr. 5.27

Münchner Schachakade
Telefon:
0179 8335368

Personen: 20

Kurseinheiten: 19
Anzahl Stunden: 28,50
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Eines der ältesten und anspruchsvollsten Spiele ist Schach, das ursprünglich aus Indien kommt.

Es gibt Angebote, in denen verschiedene Spielerstärken trainiert werden können. Die Kurse sind hauptsächlich in Unterstufe, Mittelstufe und Oberstufe unterteilt, was sich sowohl für Anfänger als auch für erfahrene Spieler gut eignet.
Dieses Schachtraining "Unterstufe" ist für Anfänger geeignet.

Das Schachspiel eignet sich sehr gut als Instrument, um fit im Kopf zu bleiben.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Misserfolge aushalten
Planen und Problemlösen
Gedächtnis/Merkfähigkeit

Voraussetzungen:

Raum: Realschulgebäude

Kurstermine: **Dienstags von 14:00 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
01.10.2019	05.11.2019	03.12.2019	07.01.2012	04.02.2020
08.10.2019	12.11.2019	10.12.2019	14.01.2020	11.02.2020
15.10.2019	19.11.2019	17.12.2019	21.01.2020	18.02.2020
22.10.2019	26.11.2019		28.01.2020	25.02.2020

Kursnr. 5.28 **Schachtraining - Mittelstufe**

Münchner Schachakademie
Telefon:
0179 8335368

Personen: 20

Kurseinheiten: 17
Anzahl Stunden: 25,50
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Eines der ältesten und anspruchsvollsten Spiele ist Schach, das ursprünglich aus Indien kommt.

Es gibt Angebote, in denen verschiedene Spielerstärken trainiert werden können.
Die Kurse sind hauptsächlich in Unterstufe, Mittelstufe und Oberstufe unterteilt, was sich sowohl für Anfänger als auch für erfahrene Spieler gut eignet.

Dieses Schachtraining "Mittelstufe" ist für diejenigen geeignet, die schon etwas Erfahrung im Schachspiel mitbringen.

Das Schachspiel eignet sich sehr gut als Instrument, um fit im Kopf zu bleiben.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Misserfolge aushalten
Planen und Problemlösen
Gedächtnis/Merkfähigkeit

Voraussetzungen:

Raum: Realschulgebäude

Kurstermine: **Montags von 14:00 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
07.10.2019	04.11.2019	02.12.2019	13.01.2020	03.02.2020
14.10.2019	11.11.2019	09.12.2019	20.01.2020	10.02.2020
21.10.2019	18.11.2019	16.11.2019	27.01.2020	17.02.2020
	25.11.2019			24.02.2020

Stille Meditation Kursnr. 5.29

Dozent:
Müller, Alexander
Telefon:
- 4990

Personen: 10

Kurseinheiten: 12
Anzahl Stunden: 12,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

In diesem Kurs begegnen wir uns selbst. Wir tauchen gemeinsam ein in die Welt der Körper-, Gedanken- und Gefühlsbeobachtung.

Selbstwahrnehmung ist der erste Schritt zur Erkenntnis. Aus Erkenntnis kann eine Verhaltensänderung entstehen.

Diese Übungen stärken unter anderem die körperliche Belastbarkeit, Ausdauer, Entschlossenheit, Durchsetzungsvermögen und Entscheidungsfähigkeit. Sie machen uns fit für die Herausforderungen im Alltag.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Körper spüren
Körperliche Belastbarkeit

Voraussetzungen:

Raum: Kreativ Labor Scheidplatz

Kurstermine: **Dienstags von 10:00 bis 11:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
08.10.2019	12.11.2019	03.12.2019	14.01.2020	04.02.2020
15.10.2019	26.11.2019	10.12.2019	21.01.2020	
22.10.2019		17.12.2019	28.01.2020	

Kursnr. 5.30 **Telefontraining**

Dozent:
Brenninger, Daniel
Telefon:
- 4655

Personen: 6

Kurseinheiten: 10
Anzahl Stunden: 10,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Sie haben Schwierigkeiten am Telefon die richtigen Worte zu finden?

Richtig telefonieren ist nicht leicht.
Mit einem Plan wird es ganz einfach.
Wir üben:
- begrüßen
- zuhören
- verstehen
- notieren
- Informationen weitergeben

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Planen und Problemlösen
Entscheidungen treffen
Miteinander reden können
Telefonieren

Voraussetzungen:

Raum: Besprechungsraum 3. Stock

Kurstermine: **Mittwochs von 10:00 bis 11:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
16.10.2019	06.11.2019	04.12.2019	08.01.2020	
23.10.2019	27.11.2019	11.12.2019	15.01.2020	
30.10.2019		18.12.2019		

Walking für Menschen mit Behinderung

Kursnr. 5.31

Dozent:
Mair, Markus
Telefon:
- 4617

Personen: 10

Kurseinheiten: 8
Anzahl Stunden: 8,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Walking fördert die Fitness.
Es ist daher besonders für Personen geeignet, die mehr für ihren Körper und ihr Gewicht tun möchten.

Jede Kurseinheit startet mit einem abwechslungsreichen Aufwärmprogramm. Danach folgt eine Walkingrunde im Luitpoldpark.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Körperliche Belastbarkeit
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Körper spüren

Voraussetzungen:

Fußgänger ohne Gehhilfen

Raum: Treffpunkt Eingang Schreinerei EG

Kurstermine: **Donnerstags von 09:00 bis 10:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
10.10.2019	14.11.2019	12.12.2019	09.01.2020	
17.10.2019	28.11.2019		23.01.2020	
31.10.2019				

Kursnr. 5.32 **Wie suche ich mir ein passendes Praktikum?**

Dozent:
Hanselmann, Arne
Telefon:
- 4649

Personen: 6

Kurseinheiten: 4
Anzahl Stunden: 6,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Wir machen uns auf die Suche nach einem Praktikum!

- Was kann ich machen, um ein Praktikum für mich zu finden?
- Welche Möglichkeiten gibt es für die Suche?
- Was sind Vorteile/Nachteile der verschiedenen Möglichkeiten der Suche?
- Unterstützerkreis hilft bei der Suche? Unterstützerkreis? Was ist das und wie hilft das mir?
- Wie und wobei bekomme ich von At Work Unterstützung? Wie sieht das aus? Was macht At Work eigentlich?

In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, Ihre Fragen rund ums Thema Praktikum zu stellen.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Umgang mit PC und Medien
Misserfolge aushalten
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Entscheidungen ausdrücken

Voraussetzungen:

Interesse an einem Praktikum außerhalb der Werkstatt.

Raum: Kursraum Rümannstraße

Kurstermine: **Dienstags von 09:00 bis 10:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
			21.01.2020	11.02.2020
			28.01.2020	18.02.2020

Wir gestalten ein Fotobuch

Kursnr. 5.33

Dozent:
Strack, Uwe
Telefon:
- 4675

Personen: 6

Kurseinheiten: 8
Anzahl Stunden: 12,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Wir gestalten gemeinsam mit Ihnen ein Fotobuch mit Ihren selbst mitgebrachten Fotos (Urlaub, Hobby, Famile, Freunde, Partys, usw.).

Papierabzüge oder digitale Bilder können verwendet werden. Es sollten mindestens 30 - 40 Bilder sein, da ein Fotobuch mind. 20 Seiten umfasst.

Das fertige Buch kann am Ende des Kurses bestellt werden (Unkostenbeitrag etwa 25 Euro).

Wenn nötig können wir den Kurs am 2.03.2020/ 09.03.2020 noch fortführen.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Entscheidungen treffen
Planen und Problemlösen
Fähigkeit zur Zusammenarbeit

Voraussetzungen:

Raum: Gruppenraum Digitale Kunst Rümannstrasse

Kurstermine: **Montags von 10:00 bis 11:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
			13.01.2020	03.02.2020
			20.01.2020	10.02.2020
			27.01.2020	17.02.2020

Kursnr. 6.01 **Das merke ich mir!**

MVHS
Telefon:
48006-6691

Personen: 6

Kurseinheiten: 15
Anzahl Stunden: 22,50
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Sie treffen einen guten Bekannten auf der Straße, er begrüßt Sie mit Namen aber Sie können sich nicht an seinen Namen erinnern. Sie stehen am Bankautomat und erinnern sich nicht an Ihre PIN-Nummer. Sie vergessen gelegentlich Termine.

Jeder hat solche oder ähnliche Erfahrungen bereits gemacht.
Birgit Schuh von der Münchner Volkshochschule stellt Ihnen Techniken vor, die Ihr Gedächtnis fit für den Alltag machen. So fällt es Ihnen wieder leichter, sich Dinge zu merken und sich besser zu konzentrieren.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Gedächtnis/Merkfähigkeit

Konzentration/Aufmerksamkeit

Voraussetzungen:

Raum: Realschule Raum A

Kurstermine: **Mittwochs von 14:00 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
02.10.2019	06.11.2019	04.12.2019	08.01.2020	
09.10.2019	13.11.2019	11.12.2019	15.01.2020	
16.10.2019	20.11.2019	18.12.2019	22.01.2020	
23.10.2019	27.11.2019		29.01.2020	

Englisch in der Stiftung Pfennigparade - langsam und leicht

Kursnr. 6.02

MVHS
Telefon:
48006-6691

Personen: 6

Kurseinheiten: 15
Anzahl Stunden: 15,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Als Anfänger mit geringen Vorkenntnissen haben Sie schon einige englische Wörter gelernt. Sie können sich in einfachen Situationen verständigen.
In diesem Kurs lernen Sie neue Wörter, hören englische Gespräche und Lieder und sprechen auch selbst viel.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Gedächtnis/Merkfähigkeit
Konzentration/Aufmerksamkeit
Miteinander reden können

Voraussetzungen:

Raum: Clubraum (Nr. wechselt, an der Pforte nachfragen)

Kurstermine: **Mittwochs von 14:00 bis 15:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
02.10.2019	06.11.2019	04.12.2019	08.01.2020	
09.10.2019	13.11.2019	11.12.2019	15.01.2020	
16.10.2019	20.11.2019	18.12.2019	22.01.2020	
23.10.2019	27.11.2019		29.01.2020	

Kursnr. 7.01 **Klettern in der Halle**

Dozent:
Mair, Markus
Telefon:
- 4617

Personen: 8

Kurseinheiten: 7
Anzahl Stunden: 21,00
BBB anrechenbar: Nein

Dozent:
Fuchs, Thomas
Telefon:
- 4609

Kursbeschreibung:

Wer sich gerne bewegt und Lust dazu hat, an einem Seil gesichert eine Wand hochzuklettern, ist hier absolut richtig.
Es spielt keine Rolle, ob man Anfänger oder schon ein kleiner Kletterfreak ist.
In diesemKurs kann jeder etwas lernen.
Während die Neulinge ihre ersten Klettererfahrungen sammeln können, haben die Fortgeschrittenen die Möglichkeit, ihre Klettertechnik zu verbessern.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Körperliche Belastbarkeit
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Misserfolge aushalten
Konzentration/Aufmerksamkeit

Voraussetzungen:

Diesen MVHS-Kurs können Sie über das normale Anmeldeverfahren der arbeitsbegleitenden Angebote buchen. Da die WKM für Sie die Teilnahmegebühr übernimmt, ist die Anmeldung verbindlich und kann nicht storniert werden.

Raum: Ernst-Barlach-Schulen

Kurstermine: **Donnerstags von 09:00 bis 12:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
24.10.2019	07.11.2019	05.12.2019	16.01.2020	
	21.11.2019	19.12.2019	30.01.2020	

Yoga barrierefrei I **Kursnr. 7.02**

MVHS
Telefon:
48006-6691

Personen: 8

Kurseinheiten: 10
Anzahl Stunden: 15,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Für Menschen im Rollstuhl oder mit körperlichen Einschränkungen ist sanftes Yoga eine sehr gute Methode, um den Körper beweglich zu halten bzw. ihn wieder beweglicher zu machen.

Die Dozentin legt ihren Schwerpunkt auf leichte Yoga- und Atemübungen, die zur Körperwahrnehmung und zu tieferer Entspannung führen können.

Alle Übungen werden nach den individuellen Bedürfnissen der Teilnehmer ausgeführt.
Genießen Sie die kleine Auszeit vom Alltag.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Körperliche Belastbarkeit
Körper spüren
Konzentration/Aufmerksamkeit

Voraussetzungen:

Diesen MVHS-Kurs können Sie über das normale Anmeldeverfahren der Arbeitsbegleitenden Angbote buchen. Da die WKM für Sie die Teilnahmegebühr übernimmt, ist die Anmeldung verbindlich und kann nicht storniert werden.

Raum: MVHS Scheidplatz, Belgradstr. 108

Kurstermine: **Montags von 14:00 bis 15:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
07.10.2019	04.11.2019	02.12.2019	13.01.2020	03.02.2020
14.10.2019	11.11.2019	09.12.2019	20.01.2020	10.02.2020
21.10.2019	18.11.2019	16.12.2019	27.02.2020	
	25.11.2019			

Kursnr. 7.03 **Yoga barrierefrei II**

MVHS
Telefon:
48006-6691

Personen: 6

Kurseinheiten: 10
Anzahl Stunden: 15,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Für Menschen im Rollstuhl oder mit körperlichen Einschränkungen ist sanftes Yoga eine sehr gute Methode, um den Körper beweglich zu halten bzw. ihn wieder beweglicher zu machen.

Die Dozentin legt ihren Schwerpunkt auf leichte Yoga- und Atemübungen, die zur Körperwahrnehmung und zu tieferer Entspannung führen können.

Alle Übungen werden nach den individuellen Bedürfnissen der Teilnehmer ausgeführt.
Genießen Sie die kleine Auszeit vom Alltag.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Körperliche Belastbarkeit
Körper spüren

Voraussetzungen:

Diesen MVHS-Kurs können Sie über das normale Anmeldeverfahren der Arbeitsbegleitenden Angbote buchen. Da die WKM für Sie die Teilnahmegebühr übernimmt, ist die Anmeldung verbindlich und kann nicht storniert werden.

Raum: Barlachstr. 28, Untergeschoß (ehemalige VHS-Räume)

Kurstermine: **Dienstags von 10:30 bis 12:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
08.10.2019	05.11.2019	03.12.2019		
15.10.2019	12.11.2019	10.12.2019		
22.10.2019	19.11.2019	17.12.2019		
	26.11.2019			

Die Therapeutischen Kurse richten sich an alle Werkstattmitarbeiter und stellen eine Möglichkeit dar, an einem therapeutischen Gruppenangebot teilnehmen zu können.

Da es sich um **Therapie** handelt, müssen Sie jedoch einige **Besonderheiten** beachten:

- Wenn Sie sich bei einer Therapie-AbA angemeldet haben, muss Ihr Hausarzt oder das MVZ (Arztpraxis in der Barlachstraße) **vor jedem Kursbeginn** überprüfen, ob bei Ihnen ein **Therapiebedarf** besteht. Das gilt auch, wenn sie den Kurs schon einmal besucht haben. Sie müssen sich bei ihrem Arzt vorstellen, die Krankenversicherungskarte einlesen lassen und eine Kopie der Kursbeschreibung mitbringen, damit Ihr Arzt die passende Heilmittelverordnung zur Therapie ausstellen kann.

- Eine gültige Heilmittelverordnung ist die Grundlage für jede Therapie und damit auch für jede therapeutische AbA. Welche Heilmittelverordnung Sie benötigen steht als kurze Bemerkung für Ärzte in der jeweiligen Kursbeschreibung. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an den Kursleiter oder die Therapierezeption.

  - Wenn Sie an einem Kurstermin eines therapeutischen Kurses nicht teilnehmen können, müssen sie **jeden Termin** immer an der **Therapierezeption absagen**.

  - Bitte beachten: Eine Absage bei Ihrem Gruppenleiter ist nicht ausreichend!

  Therapierezeption: Telefon: **089/8393-4153**

  Email: Therapie-Petuelpark@pfennigparade.de

- Alle therapeutischen Kurse finden fortlaufend statt, es gibt also keine Semesterferien. Die therapeutischen ABA-Kurse beginnen immer einen Monat nach den anderen ABA Kursen. So haben Sie ausreichend Zeit, um sich bei Ihrem Arzt um eine Heilmittelverordnung zu bemühen.

- Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir an gesetzliche Vorschriften, wie die Heilmittelrichtlinien, gebunden sind. Wir dürfen bei oben stehenden Regelungen keine Ausnahmen machen. Wenn ihr Arzt entscheidet, dass Sie keinen Therapiebedarf haben, können Sie an dem Kurs leider nicht teilnehmen.

Wir wünschen ihnen einen erfolgreichen therapeutischen Kurs!

Ihr Therapie Team vom ZB 4 – Therapie und Gesundheit

ZB4 - Therapeutische Kurse

Kursnr. 8.01 Ergotherapie: Kognitives Training I

Dozentin:
Borowski, Ulrike
Telefon:
- 4153

Personen: 8

Kurseinheiten: 15
Anzahl Stunden: 11,25
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Über verschiedene Übungen, welche alle Sinne und Gedächtnissysteme einschließen, wird das Denken gefördert. U. a. Merkfähigkeit, Konzentration, Aufmerksamkeit, Wortfindung, assoziatives Denken, Denkflexibilität, logisches Denken, Beurteilen, Begriffe klären, Entscheiden, Strukturieren.

Dieser Kurs ist für Anfänger, es handelt sich um Ergotherapie mit folgendem Konzept: Kognitives Training nach Stengel ist ein gesundheitsorientiertes Training kognitiver Funktionen, Informationsverarbeitung, Denken, Gedächtnis und Sprache. Training von: Konzentration, Aufmerksamkeit, Gedächtnis , Merkfähigkeit, Fähigkeit zur Zusammenarbeit.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Fähigkeit zur Zusammenarbeit

Voraussetzungen:

Bitte unbedingt das Vorwort beachten. da es sich um Therapie handelt

Raum: Ergo-Gruppenraum 2.06 Barlachstr. 36c

Kurstermine: **Dienstags von 10:00 bis 10:45 Uhr**

November	Dezember	Januar	Februar	März
05.11.2019	03.12.2019	07.01.2020	04.02.2020	03.03.2020
12.11.2019	10.12.2019	14.01.2020	11.02.2020	10.03.2020
19.11.2019	17.12.2019	21.01.2020	18.02.2020	17.03.2020
26.11.2019		28.01.2020	25.02.2020	24.03.2020
				31.03.2020

Ergotherapie: Kognitives Training II — Kursnr. 8.02

Dozentin:
Kasten, Sabine
Telefon:
- 4153

Personen: 7

Kurseinheiten: 19
Anzahl Stunden: 14,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Über verschiedene Übungen, welche alle Sinne und Gedächtnissysteme einschließen, wird das Denken gefördert. U. a. Merkfähigkeit, Konzentration, Aufmerksamkeit, Wortfindung, assoziatives Denken, Denkflexibilität, logisches Denken, Beurteilen, Begriffe klären, Entscheiden, Strukturieren.

Dieser Kurs ist für Anfänger.
Es handelt sich um Ergotherapie mit dem Konzept: Kognitives Training nach Stengel.
Es ist ein gesundheitsorientiertes Training kognitiver Funktionen, Informationsverarbeitung, Denken, Gedächtnis und Sprache.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Entscheidungen treffen
Fähigkeit zur Zusammenarbeit

Voraussetzungen:

Bitte unbedingt das Vorwort beachten. Da es sich um Therapie handelt

Raum: Ergo-Gruppenraum 2.06 Barlachstr. 36c

Kurstermine: **Donnerstags von 11:45 bis 12:30 Uhr**

November	Dezember	Januar	Februar	März
07.11.2019	05.12.2019	09.01.2020	06.02.2020	05.03.2020
14.11.2019	12.12.2019	16.01.2020	13.02.2020	12.03.2020
21.11.2019	19.12.2019	23.01.2020	20.02.2020	19.03.2020
28.11.2019		30.01.2020	27.02.2020	26.03.2020

Kursnr. 8.03 Ergotherapie: Kognitives Training Trudering

Dozentin:
Zander, Susanne
Telefon:
- 4153

Personen: 7

Kurseinheiten: 19
Anzahl Stunden: 14,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Über verschiedene Übungen, welche alle Sinne und Gedächtnissysteme einschließen, wird das Denken gefördert. U. a. Merkfähigkeit, Konzentration, Aufmerksamkeit, Wortfindung, assoziatives Denken, Denkflexibilität, logisches Denken, Beurteilen, Begriffe klären, Entscheiden, Strukturieren.

Dieser Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene.
Es handelt sich um Ergotherapie mit folgendem Konzept: Kognitives Training nach Stengel.
Dies ist ein gesundheitsorientiertes Training kognitiver Funktionen, Informationsverarbeitung, Denken, Gedächtnis und Sprache.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Entscheidungen treffen
Fähigkeit zur Zusammenarbeit

Voraussetzungen:

Bitte unbedingt das Vorwort beachten, da es sich um Therapie handelt.

Raum: Ergotherapie Trudering

Kurstermine: **Montags von 11:00 bis 11:45 Uhr**

November	Dezember	Januar	Februar	März
04.11.2019	02.12.2019	13.01.2020	03.02.2020	02.03.2020
11.11.2019	09.12.2019	20.01.2020	10.02.2020	09.03.2020
18.11.2019	16.12.2019	27.01.2020	17.02.2020	16.03.2020
25.11.2019			24.02.2020	23.03.2020
				30.03.2020

Ergothearpie: Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen

Kursnr. 8.04

Dozentin:
Kronester, Nora
Telefon:
-4153

Personen: 8

Kurseinheiten: 19
Anzahl Stunden: 14,25
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Die Progressive Muskelentspannung ist eine bewährte Entspannungsmethode.
Sie ist im Alltag einfach anwendbar und hilft Verspannungen zu vermeiden oder zu lösen.

Im Vordergrund steht das praktische Üben in der Gruppe: Sie bekommen eine schrittweise Anleitung für Ihr individuelles Üben und Tipps wie Sie die Übungen in Ihren Alltag einbauen können.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Körper spüren
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Konzentration/Aufmerksamkeit
Körperliche Belastbarkeit

Voraussetzungen:

Bitte Vorwort Beachten: Sie benötigen eine Ergotherapie Heilmittelverordnung: Sensomotorisch Perzeptiv Gruppe.

Raum: Snozelen Raum Therapie

Kurstermine: **Mittwochs von 09:00 bis 09:45 Uhr**

November	Dezember	Januar	Februar	März
06.11.2019	04.12.2019	08.01.2020	05.02.2020	04.03.2020
13.11.2019	11.12.2019	15.01.2020	12.02.2020	11.03.2020
20.11.2019	18.12.2019	22.01.2020	19.02.2020	18.03.2020
27.11.2019		29.01.2020	26.02.2020	25.03.2020

Kursnr. 8.05 Ergotherapie: Therapeutisches Klettern in der Halle

Dozentin:
Ohmayer, Andrea
Telefon:
- 4153

Personen: 4

Kurseinheiten: 9
Anzahl Stunden: 13,50
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Klettern liegt im Trend und macht Spaß! Beim therapeutischen Klettern geht es am Seil gesichert die Wand hinauf. Dabei werden Kraft, Koordination, Beweglichkeit und Körperwahrnehmung trainiert. Gemeinsam mit anderen kannst Du spielerisch Deine Grenzen ausloten und Selbstvertrauen gewinnen. Der Kurs eignet sich für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen.

Bitte beachten:
Die ersten Termine finden bereits im Oktober statt:
24.10.2019 und 31.10.2019

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Körperliche Belastbarkeit
Konzentration/Aufmerksamkeit
Misserfolge aushalten
Wissen über die eigenen Fähigkeiten

Voraussetzungen:

Bitte Vorwort beachten: Sie benötigen eine Ergotherapie Heilmittelverordnung: Sensomotorisch Perzeptiv Einzel.

Raum: Ernst-Barlach-Schulen

Kurstermine: **Donnerstags von 09:00 bis 10:30 Uhr**

November	Dezember	Januar	Februar	März
07.11.2019	05.12.2019			
14.11.2019	12.12.2019			
21.11.2019	19.12.2019			
28.11.2019				

Ergotherapie: KOGA-KOFIT I

Kursnr. 8.06

Dozentin:
Benedikti, Kinga
Telefon:
- 6393

Personen: 6

Kurseinheiten: 18
Anzahl Stunden: 27,00
BBB anrechenbar: Nein

Dozentin:
Zach, Doris
Telefon:
- 6393

Kursbeschreibung:

Durch die Zusammenarbeit von Ergotherapeut/ innen und Konduktor/ innen kann die aktive Gruppenarbeit in intensiven Bewegungseinheiten durchgeführt werden.
Diese Einheit ist eine Möglichkeit Stress zu reduzieren und Entspannung zu erreichen. In einer positiven Atmosphäre mit individuellen Aufgaben wird Eigenaktivität gefördert. Wir wechseln zwischen Anspannung und Entspannung, dadurch erreichen wir eine Tonusreduktion, tiefere Atmung und eine regulierte Pulsfrequenz.
Alle Übungen werden durch Rythmisches Intendieren unterstützt und ausgeführt. Neben dem intensiven Training in der Gruppe haben wir viel Spaß beim Alltagstraining, welches uns die Teilhabe in allen Lebenssituationen erleichtert. Wir motivieren uns gegenseitig, so dass uns alles gleich viel leichter fällt. Besondern angesprochen werden Menschen mit spastischen Bewegungsstörungen.
Erste Termine: 01. / 08. / 15. und 22.10 Bitte beachten!

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Körperliche Belastbarkeit
Konzentration/Aufmerksamkeit
Körper spüren
Miteinander reden können

Voraussetzungen:

Bitte Vorwort beachten: Sie benötigen eine Ergotherapie Heilmittelverordnung: Sensomotorisch Perzeptiv Gruppe

Raum: Konduktive Fö. NK 07 Keller Barlachstr. 26

Kurstermine: **Dienstags von 14:00 bis 15:30 Uhr**

November	Dezember	Januar	Februar	März
05.11.2019	03.12.2019	07.01.2020	11.02.2020	
12.11.2019	10.12.2019	14.01.2020	18.02.2020	
19.11.2019	17.12.2019	21.01.2020	25.02.2020	
26.11.2019		28.01.2020		

Termin-Zusatzinformation: Kurs beginnt bereits im Oktober!

Kursnr. 8.07 **Ergotherapie: KOGA-KOFIT II**

Dozentin:
Benedikti, Kinga
Telefon:
- 6393

Personen: 6

Kurseinheiten: 18
Anzahl Stunden: 27,00
BBB anrechenbar: Nein

Dozentin:
Zach, Doris
Telefon:
- 6393

Kursbeschreibung:

Durch die Zusammenarbeit von Ergotherapeut/ innen und Konduktor/ innen kann die aktive Gruppenarbeit in intensiven Bewegungseinheiten durchgeführt werden.
Diese Einheit ist eine Möglichkeit Stress zu reduzieren und Entspannung zu erreichen. In einer positiven Atmosphäre mit individuellen Aufgaben wird Eigenaktivität gefördert. Wir wechseln zwischen Anspannung und Entspannung, dadurch erreichen wir eine Tonusreduktion, tiefere Atmung und eine regulierte Pulsfrequenz.
Alle Übungen werden durch Rythmisches Intendieren unterstützt und ausgeführt. Neben dem intensiven Training in der Gruppe haben wir viel Spaß beim Alltagstraining, welches uns die Teilhabe in allen Lebenssituationen erleichtert. Wir motivieren uns gegenseitig, so dass uns alles gleich viel leichter fällt. Besondern angesprochen werden Menschen mit spastischen Bewegungsstörungen.
Erste Termine: 02. / 09. / 16. und 23.10 Bitte beachten!

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Körperliche Belastbarkeit
Konzentration/Aufmerksamkeit
Körper spüren
Miteinander reden können

Voraussetzungen:

Bitte Vorwort Beachten: Sie benötigen eine Ergotherapie Heilmittelverordnung: Sensomotorisch Perzeptiv Gruppe

Raum: Konduktive Fö. NK 07 Keller Barlachstr. 26

Kurstermine: **Mittwochs von 10:00 bis 11:30 Uhr**

November	Dezember	Januar	Februar	März
06.11.2019	04.12.2019	07.01.2020	12.02.2020	
13.11.2019	11.12.2019	15.01.2020	19.02.2020	
20.11.2019	18.12.2019	22.01.2020	26.02.2020	
27.11.2019		29.01.2020		

Termin-Zusatzinformation: Kurs beginnt bereits im Oktober!

Logopädie:Fußball und Kommunikation

Kursnr. 8.08

Dozent:
Wanninger, Bernd
Telefon:
- 4150

Personen: 8

Kurseinheiten: 19
Anzahl Stunden: 14,25
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Diskussionen in der Gruppe rund um den Fußball:
-Miteinander kommunizieren, seine Meinung kundtun, ausreden lassen, zuhören- Wie verschaffe ich mir die neuesten Infos? Welche Medien beziehe ich dazu ein?- In der Gruppe produktiv miteinander arbeiten, Infos zusammenführen- Konzentration steigern, Gedächtnistraining, Erlernen von Planungsstrukturen- Spaß und Freude haben, sich wieder fit machen für den Alltag- Hausaufgaben bis zum nächsten Mal erledigen

Logopädische Therapie zur Förderung der Sprechmotorik, der Stimmgebung, der Artikulation, des Sprechens und des Schluckens Positiver Effekt der Gruppendynamik, Fortschritte er-zielen bei Beobachtung anderer Teilnehmer Gruppenregeln erlernen: sich melden, ausreden lassen, Spaß und Freude bei der Kommunikation mit Anderen mit dem gleichen Kommunikations-Handicap (Talker)
Dies geschieht anhand der Kommunikationsgruppe zum Thema Fußball

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Entscheidungen ausdrücken
Miteinander reden können
Konzentration/Aufmerksamkeit
Fähigkeit zur Zusammenarbeit

Voraussetzungen:

Siehe Vorwort:. Sie benötigen eine Logopädische Heilmittelverordnung: Logopädie Gruppe 45Min.

Raum: Ergo-Gruppenraum 2.06 Barlachstr. 36c

Kurstermine: **Donnerstags von 14:30 bis 15:15 Uhr**

November	Dezember	Januar	Februar	März
07.11.2019	05.12.2019	09.01.2020	06.02.2020	05.03.2020
14.11.2019	12.12.2019	16.01.2020	13.02.2020	12.03.2020
21.11.2019	19.12.2019	23.01.2020	20.02.2020	19.03.2020
28.11.2019		30.01.2020	27.02.2020	26.03.2020

Kursnr. 8.09 **Logopädie: Hatha Yoga - Philosophie und Übungen**

Dozentin:
Thomas, Corinna
Telefon:
- 4158

Personen: 7

Kurseinheiten: 17
Anzahl Stunden: 12,75
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Im Kurs werden wir Hatha-Yoga-Übungen durchführen, die an die Fähigkeiten der Teilnehmer angepasst werden. Hierbei bilden Übungen zur Körper- und Atemwahrnehmung den Schwerpunkt. Im Laufe des Übens wird der Körper beweglicher und der Atem vertieft und flexibler. Das hilft uns zu entspannen und die frische Energie mit in unseren Alltag und in unser Leben mithinein zu nehmen. Neben Körper- und Atemübungen werden wir uns im Gespräch mit der reichhaltigen Yoga-Philosophie beschäftigen. Logopädische Therapie zur Förderung der Sprechmotorik, der Stimmgebung , der Atmung, der Artikulation, des Sprechens und des Schluckens, sowie der Wortfindung und der Satzbildung. Schwerpunkt: sind Übungen zur Körper- und Atemwahrnehmung in unterschiedlichen Haltungen und in der Bewegung.. Das hilft zu entspannen. Dazu Gespräch über die reichhaltige Yoga-Philosophie, der gemeinsamen Suche nach Möglichkeiten , diese im Alltag umzusetzen. Erfahrungsaustausch, Tonus Regulierung, Verbalisieren von eigenen Wahrnehmungen, Kommunikations- und Konfliktfähigkeit üben

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Miteinander reden können
Körper spüren
Wissen über die eigenen Fähigkeiten

Voraussetzungen:

Bitte Vorwort Beachten: Sie benötigen eine Logopädie Heilmittelverordnung: Logopädie Gruppe 45 Min.

Raum: Rythmikraum Keller Barlachstr. 36c

Kurstermine: **Donnerstags von 14:30 bis 15:15 Uhr**

November	Dezember	Januar	Februar	März
07.11.2019	05.12.2019	09.01.2020	06.02.2020	05.03.2020
14.11.2019	12.12.2019	16.01.2020	13.02.2020	12.03.2020
21.11.2019		23.01.2020	20.02.2020	26.03.2020
28.11.2019		30.01.2020	27.02.2020	

Logopädie: Weltgeschehen - München, Bayern und die Welt

Kursnr. 8.10

Dozentin:
Thomas, Corinna
Telefon:
- 4158

Personen: 8

Kurseinheiten: 18
Anzahl Stunden: 13,50
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Wir leben in einer Demokratie und da ist es wichtig, über den eigenen Tellerrand hinaus zu blicken und sich zu informieren. Im Kurs befassen wir uns mit Neuigkeiten aus München, Bayern und aller Welt. Unsere Quellen sind die Zeitung und das Internet. Wir sprechen über Politik, Kultur, Sport, Klatsch und alles, was die Teilnehmer interessiert. Im Kurs werden Meinungen und Ansichten formuliert und diskutiert. Die eigene Erfahrung und aktive Mitarbeit der Teilnehmer sind für das Gelingen des Kurses wichtig. Mit den Diskussionen im Kurs lernen wir, uns sprachlich besser auszudrücken.
Logopädische Therapie zur Förderung der Sprechmotorik,
der Stimmgebung , der Artikulation, des Sprechens und des Schluckens; Wortfindung und Satzbildung wird geübt; Lesen u. Befassen mit Nachrichten aus aller Welt, es werden Meinungen und Ansichten zu Politik, Kultur etc. diskutiert; üben einer angemessen lauten Stimme mit verständlicher Artikulation

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Miteinander reden können
Entscheidungen ausdrücken
Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit

Voraussetzungen:

Bitte Vorwort Beachten: Sie benötigen eine Logopädie Heilmittelverordnung: Logopädie Gruppe 45 Min.

Raum: Ergo-Gruppenraum 2.06 Barlachstr. 36c

Kurstermine: **Mittwochs von 12:45 bis 13:30 Uhr**

November	Dezember	Januar	Februar	März
06.11.2019	04.12.2019	08.01.2020	05.02.2020	04.03.2020
13.11.2019	11.12.2019	15.01.2020	12.02.2020	11.03.2020
20.11.2019		22.01.2020	19.02.2020	18.03.2020
27.11.2019		29.01.2020	26.02.2020	25.03.2020

Unterschleißheim

Kursnr. 9.01 **Aktuelle Themen aus Politik und Zeitgeschehen**

Dozentin:
Spagert, Lina
Telefon:
-4694

Personen: 6

Kurseinheiten: 7
Anzahl Stunden: 14,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Jeden Tag gibt es neue Nachrichten. Was passiert in der Welt? Wie sind die Auswirkungen? Was ist Politik? Was hat das mit mir zu tun?

Mit Hilfe von Zeitungen, Videos und dem Internet schauen wir uns an, was in der Welt passiert. Über welche Nachrichten wollen Sie mehr erfahren?

Wir möchten in der Gruppe diskutieren. Wir möchten Wissen austauschen und uns informieren, Neues dazu lernen. Wir betrachten die Nachrichten von mehreren Seiten, hören uns Meinungen an und stellen Fragen.

Wir möchten Politik und die Nachrichten verstehen. Seien Sie neugierig und diskutieren Sie mit

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Miteinander reden können	Fähigkeit zur Zusammenarbeit
Konzentration/Aufmerksamkeit	Lesen

Voraussetzungen:

Verbale Kommunikationsfähigkeit/Interesse an Diskussion. Interesse an Politik und Zeitgeschehen. Interesse und Offenheit, um Neues und Unbekanntes zu erfahren oder zu lernen. Freude daran, sich eigenständig über Nachrichten und Ereignisse zu informieren.

Raum: EDV-Schulungsraum Ohmstraße

Kurstermine: **Donnerstags von 13:30 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
17.10.2019	07.11.2019			
24.10.2019	14.11.2019			
31.10.2019	21.11.2019			
	28.11.2019			

Brandschutz & Umweltschutz: Was kann ICH beitragen? Kursnr. 9.02

Dozentin:
Spagert, Lina
Telefon:
-4694

Personen: 6

Kurseinheiten: 7
Anzahl Stunden: 14,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Brandschutz ist ein sehr wichtiges Thema am Arbeitsplatz. Wir besprechen wissenswerte Dinge rund um den Brandschutz, unter anderem:
- Was muss jeder tun, um Brände zu verhüten und zu vermeiden?
- Was ist im Falle eines Brandes zu tun?

Auch das Thema Umweltschutz geht uns alle etwas an. Am Arbeitsplatz und auch zu Hause. Wir besprechen gemeinsam, wie und was jeder zum Schutz unserer Lebensgrundlage beitragen kann. Wir beschäftigen uns mit Mülltrennung und den Möglichkeiten, Müll zu vermeiden. Auch der Klimaschutz wird Thema sein.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Planen und Problemlösen

Voraussetzungen:

Dieser Kurs ist für Teilnehmer im BBB Pflicht.

Raum: EDV-Schulungsraum Ohmstraße

Kurstermine: **Donnerstags von 09:30 bis 11:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
			09.01.2020	06.02.2020
			16.01.2020	13.02.2020
			23.01.2020	20.02.2020
			30.01.2020	

Kursnr. 9.03 **Sicherheit, Gesundheitsschutz & Ergonomie am Arbeitsplatz**

Dozentin:
Spagert, Lina
Telefon:
-4694

Personen: 6

Kurseinheiten: 7
Anzahl Stunden: 14,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

In diesem Kurs geht es um die Sicherheit am Arbeitsplatz.
Wir alle wollen jeden Tag ohne gesundheitliche Schäden vom Arbeitsplatz nach Hause zurückkehren.
Im Kurs lernen wir
- die Grundlagen zu Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit
- wer für die Einhaltung und Kontrolle der gesetzlichen Vorgaben verantwortlich ist
- die verschiedenen Sicherheitszeichen kennen
- was im Falle eines Arbeitsunfalles zu beachten ist
- wie der Arbeitsplatz (ergonomisch) optimal eingerichtet wird

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Planen und Problemlösen

Voraussetzungen:

Dieser Kurs ist für Teilnehmer im BBB Pflicht.

Raum: EDV-Schulungsraum Ohmstraße

Kurstermine: **Donnerstags von 09:30 bis 11:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
17.10.2019	07.11.2019	05.12.2019		
24.10.2019	14.11.2019			
	21.11.2019			
	28.11.2019			

Zeitreise - der Geschichte auf der Spur

Kursnr. 9.04

Dozentin:
Spagert, Lina
Telefon:
-4694

Personen: 6

Kurseinheiten: 7
Anzahl Stunden: 14,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

- Wie war der Alltag in den 70ern?
- Wie lebten die Menschen im Mittelalter?
- Wie sieht die Zukunft aus?
- Wer erfand den Computer? das Auto? die Playstation?
- Wer ist Vincent van Gogh? Was ist Hip Hop? Pop Art? Surrealismus?

Dieses und mehr versuchen wir durch Texte, Bilder, Präsentationen und Filme herauszufinden. So nähern wir uns der Lösung der geschichtlichen Rätsel. Was interessiert Sie? Worüber möchten Sie mehr erfahren?

Durch Diskussion wollen wir das vorhandene Wissen austauschen und erweitern. Warum war das damals so? Was hat sich verändert? Wie ist es heute oder in der Zukunft? Dies und mehr sehen wir uns im Kurs an.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Misserfolge aushalten	Konzentration/Aufmerksamkeit
Fähigkeit zur Zusammenarbeit	Lesen

Voraussetzungen:

Interesse an Geschichte und Zeitgeschehen, verbale Kommunikationsfähigkeit/Interesse an Diskussionen. Interesse und Offenheit Neues und Unbekanntes zu erfahren und zu lernen.

Raum: EDV-Schulungsraum Ohmstraße

Kurstermine: **Donnerstags von 13:30 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
			09.01.2020	06.02.2020
			16.01.2020	13.02.2020
			23.01.2020	20.02.2020
			30.01.2020	

Kursnr. 10.01 **Besuch einer virtuellen Werkstattgruppe im Tierpark Hellabrunn**

Dozent:
Mair, Markus
Telefon:
- 4617

Personen: 10

Kurseinheiten: 1
Anzahl Stunden: 7,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Bei einer virtuellen Werkstatt arbeiten die Mitarbeiter der Gruppe nicht in der Werkstatt selbst. Sie haben ihren täglichen Arbeitsplatz in einem Unternehmen des ersten Arbeitsmarktes. Sie werden von einem pädagogischen Mitarbeiter begleitet, der ihnen mit Rat zur Seite steht.

Seit 2015 unterstützt im Tierpark Hellabrunn eine Mannschaft der Lebenshilfe Werkstatt München die Mitarbeiter des Tierparks tatkräftig bei Räum- und Saisonarbeiten.
Sie lernen mehr über der Arbeit der Lebenshilfe Mitarbeiter bei einem Besuch vor Ort.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Sich in andere hineinversetzen

Voraussetzungen:

Raum: Wird noch bekannt gegeben

Kurstermine: **Donnerstags von 09:00 bis 16:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
24.10.2019				

Erzähl mal: Wie ist es, draußen zu arbeiten? Kursnr. 10.02

Dozent:
Pfefferkorn, Marc
Telefon:
37429343

Personen: 6

Kurseinheiten: 2
Anzahl Stunden: 4,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Dein Kollege arbeitet außerhalb der Werkstatt?
Was macht er genau?
Wie geht es ihm dabei?
Könnte ich das auch?

Infos, Erfahrungen, Berichte aus erster Hand von "denen da draußen".

Tipps und Austausch in lockerer Runde mit Filmbeiträgen und Fotos.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Miteinander reden können
Entscheidungen ausdrücken
Planen und Problemlösen

Voraussetzungen:

Jeder ist willkommen.

Raum: Besprechungsraum Lise-Meitner-Str. 4

Kurstermine: **Freitags von 11:00 bis 13:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
11.10.2019				
25.10.2019				

Kursnr. 10.03 **Fit in den Tag - Dehnübungen**

Dozentin:
Harich, Jana
Telefon:
0176 19900479

Personen: 6

Kurseinheiten: 14
Anzahl Stunden: 7,00
BBB anrechenbar: Nein

Dozentin:
Keck, Regina
Telefon:
- 4990
Kontakt über
Alexander Müller

Kursbeschreibung:

In diesem Kurs geht es darum, am Morgen vor der Arbeit ein paar Dehnübungen durchzuführen.
Auch Möglichkeiten zur Bewegung im Rollstuhl oder auf einem Stuhl werden erlernt.

Eine Werkstattbeschäftigte wird euch im Umgang mit den Holzstäben zur Dehnung anleiten und durch das Programm führen.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Körperliche Belastbarkeit
Körper spüren

Voraussetzungen:

Beweglichkeit beider Arme. Es können Fußgänger und Rollstuhlfahrer an dem Programm teilnehmen.

Raum: Besprechungsraum Ohmstraße

Kurstermine: **Donnerstags von 09:30 bis 10:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
10.10.2019	07.11.2019	05.12.2019	09.01.2020	06.02.2020
	14.11.2019	12.12.2019	16.01.2020	13.02.2020
	28.11.2019	19.12.2019	23.01.2020	27.02.2020
			30.01.2020	

Herstellung eines Tieres mit Filz

Kursnr. 10.04

Dozentin:
Frey, Vanessa
Telefon:
374293-43

Personen: 6

Kurseinheiten: 12
Anzahl Stunden: 8,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Du bist kreativ und probierst gerne Neues aus?
Dann bist du bei mir genau richtig!
Ich möchte dir zeigen, wie du mit ein paar Nadelstichen etwas schönes herstellen kannst.

Das Trockenfilzen mit der Filznadel ist ein Verfahren, indem die einzelnen Wollfasern so miteinander verdichtet werden, bis ein festes Gewebe entsteht.
Die fertigen Objekte eignen sich prima zum verschenken oder um dein Zuhause zu verschönern.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Handgeschicklichkeit
Konzentration/Aufmerksamkeit
Planen und Problemlösen

Voraussetzungen:

eigenständige Handmotorik
keine Allergie / Unverträglichkeiten gegen Schafswolle
keine Angst vor Nadeln bzw. Nadelstichen

Raum: Besprechungsraum Lise-Meitner-Str. 4

Kurstermine: **Dienstags von 10:30 bis 12:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
15.10.2019	12.11.2019	10.12.2019	14.01.2020	11.02.2020
29.10.2019	26.11.2019		28.01.2020	

Kursnr. 10.05 **Konduktives Training**

Dozent:
Stelczer, Ferenc
Telefon:
- 4505

Personen: 6

Kurseinheiten: 17
Anzahl Stunden: 17,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Das Intensivtraining umfasst ein komplexes therapeutisches Vorgehen, das die motorischen, sensorischen, geistigen und sozialen Fähigkeiten fördert.

Im Training werden die Selbstorganisation, die Bewegungsfreude, die Motivation und das Selbstwertgefühl gestärkt.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Körperliche Belastbarkeit
Handgeschicklichkeit
Wissen über die eigenen Fähigkeiten

Voraussetzungen:

Besonders angesprochen werden Menschen mit spastischen Bewegungsstörungen.

Raum: Konduktive Förderung Ohmstrasse

Kurstermine: **Mittwochs von 14:00 bis 15:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
02.10.2019	06.11.2019	04.12.2019	08.01.2020	05.02.2020
09.10.2019	13.11.2019	11.12.2019	15.01.2020	12.02.2020
16.10.2019	20.11.2019		22.01.2020	19.02.2020
23.10.2019	27.11.2019		29.01.2020	

Konzepterstellung und Einüben einer Werkstattführung in der VSB

Kursnr. 10.06

Dozentin:
Raab, Angela
Telefon:
37429324

Personen: 6

Kurseinheiten: 6
Anzahl Stunden: 7,50
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Wer hat Lust, Besucher (-gruppen) durch die Werkstatt der VSB in Unterschleißheim) zu führen? Und dabei unsere Arbeitsgruppen, Dienstleistungen und Räumlichkeiten vorzustellen?

Wir entwickeln gemeinsam ein Konzept für den Inhalt und Ablauf einer Werkstattführung.

Diese werdet Ihr dann in Zukunft mit interessierten Besuchern durchführen.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Fähigkeit zur Zusammenarbeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Planen und Problemlösen
Konzentration/Aufmerksamkeit

Voraussetzungen:

Ihr solltet Spass daran haben, unsere Werkstatt zu herzuzeigen und unsere Arbeitsgruppen vorzustellen.

Raum: Besprechungsraum Lise-Meitner-Str. 4

Kurstermine: **Donnerstags von 11:00 bis 12:15 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
			16.01.2020	06.02.2020
			23.01.2020	13.02.2020
			30.01.2020	20.02.2020

Termin-Zusatzinformation: Wenn Bedarf besteht, sind weitere Termine möglich.

Kursnr. 10.07 **Memory - Wir basteln uns ein Memoryspiel**

Dozent:
Hartmann, Georg
Telefon:
37429342

Personen: 6
davon 1 von der Perspektive

Kurseinheiten: 5
Anzahl Stunden: 10,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Wir basteln zusammen ein Memoryspiel!

Von der Auswahl der Motive und der Gestaltung, sowie der Herstellung, machen wir alles selbst. Auch werden wir in der Handbuchbinderei der VSB zusammenarbeiten, um unsere Vorstellungen in die Tat umzusetzten.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Handgeschicklichkeit
Planen und Problemlösen
Fähigkeit zur Zusammenarbeit

Voraussetzungen:

Du hast keine Angst mit Geräten wie zum Beispiel einer Pappschere zu arbeiten (Freiwillig).

Raum: Besprechungsraum VSB, Lise-Meitner-Straße 7

Kurstermine: **Mittwochs von 10:15 bis 12:15 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
		04.12.2019	15.01.2019	05.02.2019
		11.12.2019	22.01.2019	

Plätzchen backen **Kursnr. 10.08**

Dozentin:
Schreiber Gertraud
Telefon:
37429315
Kontakt über Vanessa Friedl

Personen: 6
davon 1 von der Perspektive

Kurseinheiten: 4
Anzahl Stunden: 6,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Wir stimmen uns auf die Weihnachtszeit ein.

Haben Sie Lust am Backen und an süßen Leckereien ?

Dann sind Sie hier richtig.

Wir werden unser Vorgehen beim Backen planen, verschiedeneTeige vorbereiten, natürlich auch Plätzchen backen und Konfekt herstellen.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Fähigkeit zur Zusammenarbeit
Konzentration/Aufmerksamkeit
Reinlichkeit, gepflegtes Auftreten
Handgeschicklichkeit

Voraussetzungen:

Eine Hand sollte einsatzfähig sein oder bitte Assistenz mitbringen.
Der Kurs findet in der neuen, barrierefreien Küche der Perspektive in der Lise-Meitner-Strasse statt.

Raum: Küche

Kurstermine: **Mittwochs von 13:30 bis 15:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
	06.11.2019			
	13.11.2019			
	20.11.2019			
	27.11.2019			

Kursnr. 10.09 **Planetariumsbesuch**

Dozent:
Kostial, Adam
Telefon:
- 4671

Personen: 6

Kurseinheiten: 1
Anzahl Stunden: 6,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Hast Du Interesse, mehr über unser Universum zu erfahren? Dann bist du hier genau richtig.
Wir besuchen das Planetarium ESO Supernova in Garching. Der Besuch beginnt mit der Planetariumsshow "Von der Erde zum Universum". Dabei tauchen wir auf einer 360-Grad-Kuppel-Leinwand in die Tiefen des Universums ein.
Nach einer Mittagspause im Picknickbereich des Planetariums werden wir noch die interaktive astronomische Ausstellung auf 3 Stockwerken im selben Gebäude besuchen. Dort kann man anhand von Kunstgegenständen erfahren, was es heißt, ein Sternforscher zu sein.
Das ganze Gebäude ist für Rollstuhlfahrer zugänglich. Rollstuhlgeeignete Toiletten sind vorhanden.
Für die Teilnehmer entstehen keine Kosten. Die Brotzeit und Getränke für die Mittagspause müssen selbst mitgebracht werden. Hin- und Rückfahrt findet mit dem Bus der Perspektive statt, es können also max. 4 Rollstuhlfahrer mitkommen (bitte unbedingt Kopfstütze mitbringen!)

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Gedächtnis/Merkfähigkeit	Konzentration/Aufmerksamkeit
Miteinander reden können	Fähigkeit zur Zusammenarbeit

Voraussetzungen:

Selbstständige Fortbewegung über den Zeitraum des Ausflugs.
Der Ausflug ist wegen der Lichteffekte für Epileptiker nicht geeignet.
Rollifahrer müssen aus dem Rollstuhl aufstehen können und ca. 10 m an einem Geländer laufen

Raum: Kantine Ohmstraße

Kurstermine: **Donnerstags von 09:00 bis 15:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
10.10.2019				

Psychoedukatives Gruppen-Programm (Teil 2) Kursnr. 10.10

Dozentin:
Harich, Jana
Telefon:
0176 19900479

Personen: 6

Kurseinheiten: 7
Anzahl Stunden: 10,50
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Es handelt sich um einen Kurs, der über zwei Semester angeboten wird. Dieses Semester ist der zweite Teil.

Der Kurs soll Ihnen dabei helfen, Alltagssituationen besser zu bewältigen und Handlungsabläufe zu verstehen. Aufbau des Gehirns und deren Funktionen sind ebenfalls Themenpunkte des Kurses. Die Inhalte sollen, wenn möglich, durch Erfahrungen der einzelnen Kursteilnehmer in einer interaktiven Gruppe erarbeitet werden.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Miteinander reden können
Planen und Problemlösen

Voraussetzungen:

Menschen mit erworbener Hirnschädigung. Empfehlenswert ist Teil 1 bereits belegt zu haben, da die Kursinhalte aufbauend sind.

Raum: Besprechungsraum Lise-Meitner-Str. 4

Kurstermine: **Mittwochs von 10:00 bis 11:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
09.10.2019	13.11.2019	04.12.2019	08.01.2020	26.02.2020
	20.11.2019			
	27.11.2019			

Kursnr. 10.11 **Reise durch Russland**

Dozentin:
Karpenko-Kildau, Olga
Telefon:
- 4704

Personen: 6
davon 1 von der Perspektive

Kurseinheiten: 8
Anzahl Stunden: 12,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Goldene Kuppeln, der größte und schönste Strom Europas und das Naturwunder Baikalsee. Eine unvorstellbar herzliche Gastfreundschaft, Kunstschätze von unermesslichem Wert, weltweit berühmte architektonische Schmuckstücke.

Ich möchte Ihnen mit einer ausgewogenen Mischung aus Unterhaltung und Information Lust auf eine "Expedition" in den fremden und unbekannten Osten machen.Tauchen Sie ein in das unvergessliche Erlebnis - entdecken Sie Russland!

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Miteinander reden können
Sich in andere hineinversetzen

Voraussetzungen:

Raum: Besprechungsraum, Ohmstr.

Kurstermine: **Mittwochs von 14:00 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
09.10.2019	06.11.2019		08.01.2020	05.02.2020
23.10.2019	20.11.2019		22.01.2020	19.02.2020

Schach für Anfänger und Fortgeschrittene — Kursnr. 10.12

Dozent:
Jacobi, Klaus
Telefon:

Kontakt über E-Mail

Personen: 8
davon 1 von der Perspektive

Kurseinheiten: 20
Anzahl Stunden: 20,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Eines der ältesten und anspruchvollsten Spiele ist Schach, das ursprünglich aus Indien kommt.

Dieser Kurs ist für Anfänger im Schachspiel, die die Grundlagen erst erlernen müssen. Aber auch für diejenigen, die bereits Erfahrung mit Schach haben und bereits erlernte Spielstrategien ausprobieren oder ausbauen wollen.

Das Schachspiel ist das ideale Gehirnjogging. Es eignet sich hervorragend um fit im Kopf zu bleiben.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Entscheidungen treffen
Entscheidungen ausdrücken
Misserfolge aushalten

Voraussetzungen:

Man soll die Figuren selber führen können oder Assistenz mitbringen.

Raum: Kantine 2. Stock VSB

Kurstermine: **Dienstags von 14:00 bis 15:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
01.10.2019	05.11.2019	03.12.2019	07.01.2020	04.02.2020
08.10.2019	12.11.2019	10.12.2019	14.01.2020	11.02.2020
15.10.2019	19.11.2019	17.12.2019	21.01.2020	18.02.2020
22.10.2019	26.11.2019		28.01.2020	25.02.2020
29.10.2019				

Kursnr. 10.13 **Selbstverteidigung: Möglichkeiten für Jedermann**

Dozent:
Gembe, Christian
Telefon:
- 4685
Kontakt über Bianka Sperrer

Personen: 6
davon 2 von der Perspektive

Kurseinheiten: 2
Anzahl Stunden: 12,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Jeder kann sich selbst verteidigen!!!

Hände und Füße sowie unsere Stimme sind die selbstverständlichsten, einfachsten Mittel zur eigenen Verteidigung. Aber was tun, wenn diese "einfachen" Mittel eingeschränkt sind?
Sie lernen im Kurs, dass Sie auch verschiedene Hilfsmittel wie Krücke, Gehstock, Rollator oder ähnliches gut zur Selbst-Verteidigung verwenden können. Auch wenn Sie im Rollstuhl sitzen, haben Sie immer eine tolle "Waffe" bei sich.

Sie lernen, wie Sie sich mit den Mitteln verteidigen können, die Sie zur Verfügung haben. Es ist genügend Zeit, um die verschiedenen Möglichkeiten der Selbstverteidigung auszuprobieren. Mit diesem Wissen und Können sind Sie sicherer und selbstbewusster unterwegs. Ein großer Gewinn im Alltag.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Entscheidungen ausdrücken
Planen und Problemlösen
Durchsetzungsfähigkeit

Voraussetzungen:

Raum: Konduktive Fö. NK 07 Keller Barlachstr. 26

Kurstermine: **Dienstags von 09:00 bis 15:00 Uhr**
Mittwochs von 09:00 bis 15:00 Uhr

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
15.10.2019				
16.10.2019				

Sudoku für Einsteiger Kursnr. 10.14

Dozentin:
Neubauer, Nicole
Telefon:
37429328

Personen: 6

Kurseinheiten: 6
Anzahl Stunden: 9,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Ihr seht immer die komischen Kästchen mit den Zahlen durcheinander gewürfelt? Es ist euch unbegreiflich, wie man diese Logikrätsel mit den teilweise befüllten Zahlenkästchen lösen soll?
Dann seid Ihr bei mir genau richtig!
Ich werde Euch in die Geheimnisse des Sudoku - Lösens einweisen.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Planen und Problemlösen
Rechnen, Umgang mit Geld

Voraussetzungen:

Wenn Handführung nötig sein sollte, bitte Assistenz mitbringen

Raum: Besprechungsraum VSB, Lise-Meitner-Straße 7

Kurstermine: **Montags von 10:30 bis 12:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
		02.12.2019	13.01.2020	03.02.2020
		09.12.2019	20.01.2020	
			27.01.2020	

Kursnr. 10.15 **Wir machen einen Ausflug**

Dozentin:
Neubauer, Nicole
Telefon:
37429328

Personen: 6

Kurseinheiten: 3
Anzahl Stunden: 9,50
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Ich möchte mit euch einen Ausflug planen und durchführen. In den 2 Vorbereitungsterminen am 21.01. und 28.01.2020 suchen wir gemeinsam ein Ziel aus und planen unseren Ausflug für den 04.02.2020.

Wo wollen wir hin?
Wie kommen wir dahin?
Wie teilen wir die Zeit ein?
Wie benutzen wir die öffentlichen Verkehrsmittel?
Wo kehren wir ein?

Usw ..

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Planen und Problemlösen
Entscheidungen treffen
Zeit und Termine einteilen
Benutzung öffentl. Verkehrsmittel

Voraussetzungen:

Raum: 0

Informationstermin: 21.01. und 28.01.2020 nur von 13:30 bis 15:00 Uhr

Kurstermine: **Donnerstags von 09:00 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
			21.01.2020	04.02.2020
			28.01.2020	

Zeit für Kommunikation - Kursangebot für Gehörlose

Kursnr. 10.16

Dozentin:
Pöttker, Mechthild
Telefon:
-4640
Kontakt über Maria Eidenmüller

Personen: 6

Kurseinheiten: 10
Anzahl Stunden: 15,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Dieses Kursangebot ist speziell für gehörlose Mitarbeiter in den Werkstätten in Unterschleißheim. Nehmen Sie sich gemeinsam mit Frau Pöttker die Zeit, sich untereinander in einer kleinen Gruppe auszutauschen.
Inhaltlich werden Werkstattthemen, Kommunikation aber auch Zeitgeschichtliches sowie Aktuelles behandelt.
Die Schwerpunkte hängen von Ihren Interessen und Bedürfnissen ab.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Sich in andere hineinversetzen
Konzentration/Aufmerksamkeit
Miteinander reden können
Entscheidungen ausdrücken

Voraussetzungen:

gehörlose oder schwerhörige Rehakunden/innen
Gebärdensprache

Raum: Besprechungsraum Lise-Meitner-Str. 4

Kurstermine: **Mittwochs von 14:00 bis 15:30 Uhr**
Donnerstags von 14:00 bis 15:30 Uhr

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
10.10.2019				

Termin-Zusatzinformation: Termine nach Abstimmung (2 mal monatlich - Mi. oder Do.)

Kursnr. 10.17 Zubereitung kleiner Snacks

Dozentin:
Luchtmann, Simone
Telefon:
017619900484
Kontakt über Vanessa Friedl

Personen: 6
davon 1 von der Perspektive

Kurseinheiten: 6
Anzahl Stunden: 10,50
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Sie haben Spaß und Freude daran, kleine Snacks selbständig zuzubereiten?

Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig!

Wir werden verschiedene Lösungsmöglichkeiten erarbeiten, sodass jeder mit den Küchenutensilien und entsprechender Assistenz umgehen kann.

- Vorbereitung des Arbeitsplatzes
- Zubereitung verschiedener Snacks
- Strategien zur Lösung von Problemen erarbeiten

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Handgeschicklichkeit
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Planen und Problemlösen

Voraussetzungen:

Interesse an Arbeiten in der Küche und der Zubereitung von Speisen

Raum: Kantine Ohmstraße

Kurstermine: **Dienstags von 13:30 bis 15:15 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
08.10.2019	05.11.2019			
15.10.2019	12.11.2019			
22.10.2019				
29.10.2019				

Aktuelles aus Politik und Wissenschaft Kursnr. 11.01

Dozentin:
Solimann, Jasmin
Telefon:
31784364

Personen: 6
davon 2 von der Perspektive

Kurseinheiten: 10
Anzahl Stunden: 10,00
BBB anrechenbar: Nein

Dozentin:
von Steinsdorff, K.
Telefon:
31784364

Kursbeschreibung:

Wir geben einen Überblick über die aktuellen Neuigkeiten aus Politik, Gesellschaft und Wissenschaft. Im Anschluss tauschen wir uns über die Themen aus und führen eine kleine Diskussion.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Miteinander reden können

Voraussetzungen:

Raum: PC-Raum LSM 9

Kurstermine: **Dienstags von 14:15 bis 15:15 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
01.10.2019	12.11.2019	10.12.2019	07.01.2020	
15.10.2019	26.11.2019	17.12.2019	21.01.2020	
29.10.2019			28.01.2020	

Kursnr. 11.02 Gelenkte Imagination/ Phantasiereisen

Dozentin:
Harich, Jana
Telefon:
0176 19900479

Personen: 6

Kurseinheiten: 15
Anzahl Stunden: 15,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Gelenkte Imagination ist eine Entspannungsübung die Ihnen helfen kann, sich aus dem Alltagsgeschehen zu nehmen und vom Stress zu lösen.
Sie erlernen durch unterschiedliche Phantasiereisen und Musik einen inneren Ort der Ruhe zu finden.
Dies hat nichts mit Hypnose zu tun - Sie werden dazu angeregt, Ihre innere Vorstellungskraft zu aktivieren und dadurch Ihre Gesundheit zu fördern.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Körper spüren

Voraussetzungen:

Es kann jeder teilnehmen der keine Einschränkungen beim Hören hat.

Raum: Besprechungsraum Ohmstraße

Kurstermine: **Donnerstags von 14:30 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
10.10.2019	07.11.2019	19.12.2019	09.01.2020	06.02.2020
24.10.2019	14.11.2019		16.01.2020	13.02.2020
31.10.2019	28.11.2019		23.01.2020	20.02.2020
			30.01.2020	27.02.2020

"Wellness & Beauty" **Kursnr. 11.03**

Dozentin:
Eichhorn Evelyn
Telefon:
31784368

Personen: 6
davon 2 von der Perspektive

Kurseinheiten: 4
Anzahl Stunden: 4,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Zu Beginn der kalten Jahreszeit wollen wir uns genussvoll um unseren Körper kümmern.
Wir pflegen unser Gesicht, die Hände und die Füße mit selbst hergestellten Auflagen und Cremes aus Naturmaterialien wie Ölen, Honig, Quark und verschiedenen Duftessenzen.
Dabei entspannen wir bei ruhiger Musik und Berührung.
Dieser Kurs ist auch offen für Männer.

Die Termine sind nicht zusammengehörend. Es können also auch Einzelanmeldungen zu den Terminen erfolgen.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Körper spüren

Miteinander reden können

Voraussetzungen:

Raum: Basale Stimmulation LMS 9

Informationstermin: Bitte den Terminwunsch mit angeben

Kurstermine: **Donnerstags von 14:30 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
24.10.2019	07.11.2019			
	14.11.2019			
	21.11.2019			

Kursnr. 11.04 Wir fertigen einen Jahreskalender Teil 2

Dozentin:
Klingschat, Lucie
Telefon:
31784362

Personen: 6
davon 3 von der Perspektive

Kurseinheiten: 11
Anzahl Stunden: 14,50
BBB anrechenbar: Nein

Dozentin:
Salzburg, Andrea
Telefon:
31784362

Kursbeschreibung:

Wir stellen einen Jahreskalender für 2021her. Dafür werden Fotos, Zeichnungen und Zitate/Sprüche der Rehakunden und Mitarbeiter benötigt. Es werden in den Gruppen, Arbeitsbereichen und der Leitungsebenen Fotos gemacht und ein kleines Interview geführt. Die schönsten Ergebnisse zieren dann je einen Monat im Kalender. Die Ausarbeitung wird anschließend am PC durchgeführt und abschließend in A2 im Copyshop gedruckt.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Umgang mit PC und Medien
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Entscheidungen treffen
Planen und Problemlösen

Voraussetzungen:

Gute PSC-Kenntnisse, geübt im Umgang mit Handy und Fotoapparat, gute Fingerfähigkeit, Geduld und Lust am Zeichnen und Schreiben, Freude auf das Gesamtwerk.

Raum: 0

Informationstermin: Beginn 2.10.2019, weitere Termine werden bekannt gegeben

Kurstermine: **Mittwochs von 14:30 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
02.10.2019				

Trudering

Kursnr. 12.01 **Die Natur und der Mensch im Einklang?**

Dozent:
Wittkötter, Christian
Telefon:
427440331

Personen: 8

Kurseinheiten: 11
Anzahl Stunden: 13,75
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Leben wir mit der Natur im Einklang?
Die Antwort lautet leider nein! Wir müllen unsere Erde zu, so dass die Natur und die anderen Lebewesen darunter leiden.
Aber was können wir besser machen und wie ?
In diesem Kurs wollen wir uns Gedanken machen, was jeder von uns dazu beitragen kann, dass auch unsere Nachkommen noch in einer schönen Welt leben können.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Entscheidungen treffen
Planen und Problemlösen
Fähigkeit zur Zusammenarbeit

Voraussetzungen:

Raum: Besprechungsraum WKM Souterrain Trudering

Kurstermine: **Dienstags von 10:45 bis 12:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
		03.12.2019	07.01.2020	04.02.2020
		10.12.2019	14.01.2020	11.02.2020
		17.12.2019	21.01.2020	18.02.2020
			28.01.2020	25.02.2020

Geschichten, Mythen und Erzählungen Kursnr. 12.02

Dozentin:
Hollerith, Daniela
Telefon:
427440330

Personen: 7

Kurseinheiten: 18
Anzahl Stunden: 18,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Alte Geschichten, Mythen und Erzählungen haben bis heute nichts an Spannung und Faszination eingebüßt. Vom Schicksal bestimmt kämpfen Helden, Götter und Dämonen um Liebe, Ehre und Hass. Dabei wurde sich einer lebhaften und bildhaften Erzählweise bedient. Genau in dieser Tradition sollen in diesem Kurs alte Mythen und Sagen wiederbelebt und nacherzählt werden.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Lesen

Voraussetzungen:

Lesen

Raum: Besprechungsraum WKM Souterrain Trudering

Kurstermine: **Donnerstags von 10:45 bis 11:45 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
10.10.2019	07.11.2019	05.12.2019	09.01.2020	06.02.2020
17.10.2019	14.11.2019	12.12.2019	16.01.2020	13.02.2020
24.10.2019	21.11.2019	19.12.2019	23.01.2020	20.02.2020
	28.11.2019		30.01.2020	27.02.2020

Kursnr. 12.03 **Gesellschaftsspiele**

Dozent:
Geier, Walter
Telefon:
427440331

Personen: 6

Kurseinheiten: 10
Anzahl Stunden: 10,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Gesellschaftsspiele sind nicht nur Spiele, die Spaß machen - sie können auch bestimmte Fähigkeiten schulen.
In diesem Kurs wollen wir zusammen unterschiedliche Gesellschaftsspiele in der Gruppe spielen und dabei die unten genannten Kompetenzen verbessern.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Fähigkeit zur Zusammenarbeit
Misserfolge aushalten

Voraussetzungen:

Raum: Besprechungsraum WKM Souterrain Trudering

Kurstermine: **Dienstags von 14:00 bis 15:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
08.10.2019	05.11.2019	03.12.2019		
15.10.2019	12.11.2019	10.12.2019		
22.10.2019	19.11.2019			
29.10.2019	26.11.2019			

Meditation **Kursnr. 12.04**

Dozentin:
Babic, Lena
Telefon:
427440330

Personen: 8

Kurseinheiten: 18
Anzahl Stunden: 18,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

In unserer modernen Welt haben wir es immer mehr mit Hektik, Stress, Reizüberflutung und dem Druck steigender Anforderung zu tun. Um uns vor körperlicher und geistiger Erschöpfung zu schützen, können wir uns mit Hilfe von Meditation eine innere Oase der Ruhe und des Friedes aufbauen, in die wir uns immer wieder zurückziehen können. Im Rahmen der Meditationsstunde machen wir einfache Atemmeditation und Phantasiereisen, die von Jedem leicht praktiziert werden kann.

Wir lernen:
- Innere Ruhe zu entwickeln, die auch in den Alltag ausstrahlt.
- Negative Gedanken loszulassen.
- Dem Leben eine positive Richtung zu geben.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Misserfolge aushalten
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Körper spüren

Voraussetzungen:

Raum: Besprechungsraum WKM Souterrain Trudering

Kurstermine: **Montags von 14:00 bis 15:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
07.10.2019	04.11.2019	02.12.2019	13.01.2020	03.02.2020
14.10.2019	11.11.2019	09.12.2019	19.01.2020	10.02.2020
21.10.2019	18.11.2019	16.12.2019	26.01.2020	17.02.2020
28.10.2019	25.11.2019			24.02.2020

Kursnr. 12.05 **Progressive Muskelentspannung nach Jacobson**

Dozentin:
Lehr-Düpont, Eva-Maria
Telefon:
427440-241

Personen: 10

Kurseinheiten: 19
Anzahl Stunden: 9,50
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Die von Dr. E. Jacobson entwickelte Progressive Muskelentspannung baut auf dem Wechselspiel von Anspannung und Entspannung auf. Die Anspannung einer bestimmten Muskelpartie fördert die Wahrnehmung derselben und erleichtert die anschließende Entspannung.

Durch regelmäßiges Training kann nicht nur ein körperlicher, sondern auch ein psychischer Entspannungszustand erreicht werden. Dies führt zu einer besseren Stressbewältigung und kann psychosomatischen Beschwerden vorbeugen bzw. diese lindern.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Körperliche Belastbarkeit

Körper spüren

Voraussetzungen:

Intaktes Hörvermögen und man sollte eine halbe Stunde am Stück sitzen können.

Raum: Besprechungsraum WKM Souterrain Trudering

Kurstermine: **Dienstags von 13:30 bis 14:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
01.10.2019	05.11.2019	03.12.2019	07.01.2020	04.02.2020
08.10.2019	12.11.2019	10.12.2019	14.01.2020	11.02.2020
15.10.2019	19.11.2019	17.12.2019	21.01.2020	18.02.2020
22.10.2019	26.11.2019		28.01.2020	
29.10.2019				

Yoga im Lehnstuhl **Kursnr. 12.06**

Dozentin:
Babic, Lena
Telefon:
427440330

Personen: 8

Kurseinheiten: 18
Anzahl Stunden: 18,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Beim Yoga im Lehnstuhl werden anspruchsvolle Yogaübungen auf ihren Kern zurückgeschraubt. Dadurch können auch Menschen mit körperlichen Einschränkungen die Asanas (Yogaübungen) im Stuhl bzw. Rollstuhl durchführen.

Positive Auswirkungen:
- Aufbau von Ruhe und Gelassenheit
- Vergrößerung des Lungenvolumens
- Verbesserung der Beweglichkeit

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Gedächtnis/Merkfähigkeit
Konzentration/Aufmerksamkeit
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Körper spüren

Voraussetzungen:

Raum: Besprechungsraum WKM Souterrain Trudering

Kurstermine: **Mittwochs von 14:00 bis 15:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
09.10.2019	06.11.2019	04.12.2019	08.01.2020	05.02.2020
16.10.2019	13.11.2019	11.12.2019	15.01.2020	12.02.2020
23.10.2019	20.11.2019	18.12.2019	22.01.2020	19.02.2020
30.10.2019	27.11.2019		29.01.2020	

Moosach/ Gärtnerei am Hart

Kursnr. 13.01 **Sicherheit, Gesundheitsschutz und Ergonomie am Arbeitsplatz**

Dozentin:
Spagert, Lina
Telefon:
-4694

Personen: 6

Kurseinheiten: 7
Anzahl Stunden: 14,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

In diesem Kurs geht es um die Sicherheit am Arbeitsplatz.
Wir alle wollen jeden Tag ohne gesundheitliche Schäden vom Arbeitsplatz nach Hause zurückkehren.
Im Kurs lernen wir
- die Grundlagen zu Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit
- wer für die Einhaltung und Kontrolle der gesetzlichen Vorgaben verantwortlich ist
- die verschiedenen Sicherheitszeichen kennen
- was im Falle eines Arbeitsunfalles zu beachten ist
- wie der Arbeitsplatz (ergonomisch) optimal eingerichtet wird

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Planen und Problemlösen

Voraussetzungen:

Raum: Allzweckraum Hanauer Str.

Kurstermine: **Dienstags von 09:30 bis 11:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
15.10.2019	05.11.2019	03.12.2019		
22.10.2019	12.11.2019			
	19.11.2019			
	26.11.2019			

Werkstattthemen & Mitbestimmung Kursnr. 13.02

Dozentin:
Spagert, Lina
Telefon:
-4694

Personen: 8

Kurseinheiten: 7
Anzahl Stunden: 14,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

In diesem Kurs werden wichtige Themen rund um die Arbeit in der Werkstatt der Pfennigparade besprochen:

- Aufbau und Geschichte der Pfennigparade
- Werkstattvertrag sowie Rechte und Pflichten der Werkstattmitarbeiter
- Unterschied zwischen Werkstattvertrag und Arbeitsvertrag
- Ablauf der Berufsbildungsmaßnahme
- Alles rund um den Werktstattrat
- Werkstättenverordnung und Werkstättenmitwirkungsverordnung

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Fähigkeit zur Zusammenarbeit
Sich in andere hineinversetzen
Durchsetzungsfähigkeit
Entscheidungen ausdrücken

Voraussetzungen:

Pflicht für Teilnehmer im BBB. Für Werkstattwechsler geeignet.

Raum: Gemeinschaftsraum Hanauerstraße

Kurstermine: **Dienstags von 09:30 bis 11:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
			07.01.2020	04.02.2020
			14.01.2020	11.02.2020
			21.01.2020	18.02.2020
			28.01.2020	

Kursnr. 14.01 Gymnastik im Rollstuhl

Dozent:
Fabri, Sara
Telefon:
45208970
Kontakt über Christine Grefen

Personen: 6

Kurseinheiten: 10
Anzahl Stunden: 15,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Sport erhält nicht nur die Mobilität, sondern fördert nebenbei den sicheren Umgang mit dem Rollstuhl. Das Übungsprogramm wird von Sarah Fabri, einer ausgebildeten Fitnesstrainerin zusammengestellt. Frau Fabri sitzt selbst im Rollstuhl.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Wissen über die eigenen Fähigkeiten
Körperliche Belastbarkeit
Körper spüren

Voraussetzungen:

Raum: Allzweckraum Hanauer Str.

Kurstermine: **Donnerstags von 10:30 bis 12:00 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
10.10.2019	07.11.2019	05.12.2019	09.01.2020	06.02.2020
24.10.2019	21.11.2019	19.12.2019	23.01.2020	20.02.2020

Kreative Entspannung **Kursnr. 14.02**

Dozentin:
Grefen, Christine
Telefon:
45208970

Personen: 6

Kurseinheiten: 10
Anzahl Stunden: 15,00
BBB anrechenbar: Nein

Kursbeschreibung:

Mandala ausmalen bedeutet, sich einer Sache mit voller Aufmerksamkeit zu widmen.
Mit den von uns speziell für Erwachsene ausgesuchten Mandalas könnt ihr eurer Vielfalt freien Lauf lassen, Ruhe finden, Feinmotorik und Koordination verbessern.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Körper spüren
Konzentration/Aufmerksamkeit
Handgeschicklichkeit

Voraussetzungen:

Raum: Gemeinschaftsraum Hanauerstraße

Kurstermine: **Mittwochs von 14:00 bis 15:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
09.10.2019	06.11.2019	04.12.2019	15.01.2020	12.02.2020
23.10.2019	20.10.2019	18.12.2019	29.01.2020	26.02.2020

Kursnr. 14.03 **Ladenteam**

Dozentin:
Lindenbeck-Menzel, Nadja
Telefon:
45208970

Personen: 6

Kurseinheiten: 4
Anzahl Stunden: 7,30
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

In einem Werkstattladen fallen viele verschiedene Tätigkeiten an.
Besonders wichtig ist der richtige Umgang mit Geld.
Wir trainieren das richtige Herausgeben von Rückgeld.
Wir sprechen aber auch über Auftragsformulare undProduktinformation, Warenlisten und Ladendekoration.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Rechnen, Umgang mit Geld
Planen und Problemlösen
Schreiben
Wissen über die eigenen Fähigkeiten

Voraussetzungen:

Freude am Umgang mit Kunden und Beratungsgesprächen

Raum: Allzweckraum Hanauer Str.

Kurstermine: **Donnerstags von 10:30 bis 12:20 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
10.10.2019		12.12.2019	16.01.2020	06.02.2019

Maschinen und Geräte - Anwendungsgebiete, Handhabung & Fehlersuche

Kursnr. 15.01

Dozent:
Günzel, Maximilian
Telefon:
3117245

Personen: 8

Kurseinheiten: 6
Anzahl Stunden: 12,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

Jeden Tag wenden wir verschiedene Hilfsmittel beim Arbeiten an. Manche davon sind einfache Werkzeuge. Andere wie z.B. Freischneider, Rasenmäher, Laubbläser und Heckenschere sind mit Motor und Antrieb ausgestattet.
Im Kurs wollen wir die Technik und Funktionsweise der Maschinen und Geräte unsere täglichen Arbeit besser kennenlernen. Denn: Wer sich gut mit einem Arbeitsgerät auskennt, kann es auch besser bedienen.

Wir werden Fragen klären wie z.B.:
- Wie wende ich die Maschinen / Geräte richtig an?
- Auf was muss ich bei der Anwendung achten?
- Welche Persönliche Schutzausrüstung muss ich tragen?
- Was kann der Grund sein, wenn ein Gerät nicht richtig funktioniert / nicht anspringt etc.?

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit
Gedächtnis/Merkfähigkeit
Planen und Problemlösen
Wissen über die eigenen Fähigkeiten

Voraussetzungen:

Raum: Gärtnerei

Informationstermin: Der Kurs ist für Teilnehmer im BBB Pflicht.

Kurstermine: **Dienstags von 09:30 bis 11:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
			07.01.2020	04.02.2020
			14.01.2020	11.02.2020
			21.01.2020	
			28.01.2020	

Kursnr. 15.02 **Pflanzenkunde - Das Leben der Pflanze besser verstehen**

Dozent:
Günzel, Maximilian
Telefon:
3117245

Personen: 8

Kurseinheiten: 6
Anzahl Stunden: 12,00
BBB anrechenbar: Ja

Kursbeschreibung:

In diesem Kurs werden wir den Mittelpunkt unserer Arbeit als Gärtner genauer kennelernen: die PFLANZE. Wir arbeiten jeden Tag mit Pflanzen, aber verstehen wir sie wirklich?

- Wie funktioniert eigentlich eine Pflanze?
- Von was lebt sie?
- Aus welchen Teilen besteht sie?
- Welche verschiedenen Pflanzen gibt es?
- Auf was muss ich als Gärtner im Umgang mit Pflanzen achten?

Auf all diese und noch viele weitere Fragen werden wir zusammen Antworten finden.

Folgendes kann in diesem Kurs trainiert werden:

Konzentration/Aufmerksamkeit Gedächtnis/Merkfähigkeit

Voraussetzungen:

Raum: Gärtnerei

Informationstermin: Der Kurs ist für alle Teilnehmer im BBB Pflicht.

Kurstermine: **Donnerstags von 09:30 bis 11:30 Uhr**

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
			09.01.2020	06.02.2020
			16.01.2020	13.02.2020
			23.01.2020	
			30.01.2020	