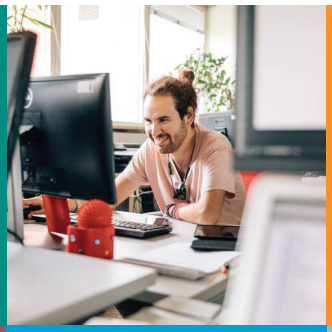
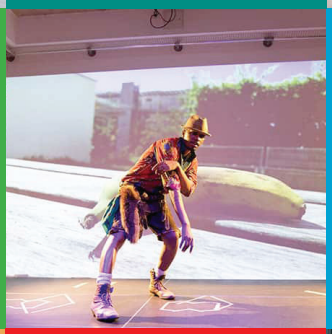


ABA



MOOSACH

ONLINE



SCHWABING





UNTER-
SCHLEISSHEIM



BBB

BERUFLICHE BILDUNG UND ARBEITSBEGLEITENDE ANGEBOTE

im ChancenWerk der Pfennigparade

Wintersemester 2026/27
01. Oktober – 14. März

*Liebe Werkstatt·mitarbeiter*innen, liebe Kolleg*innen,*

das neue ABA Kurs·programm mit einer breiten Auswahl an Arbeits·Begleitenden Angeboten (ABA-Kurse) sowie Kursen zur Berufs·Bildung (BBB-Kurse) ist da.
*Alle Werkstatt·mitarbeiter*innen können sich zu jedem beliebigen Kurs anmelden.*

AUFBAU DES PROGRAMMS

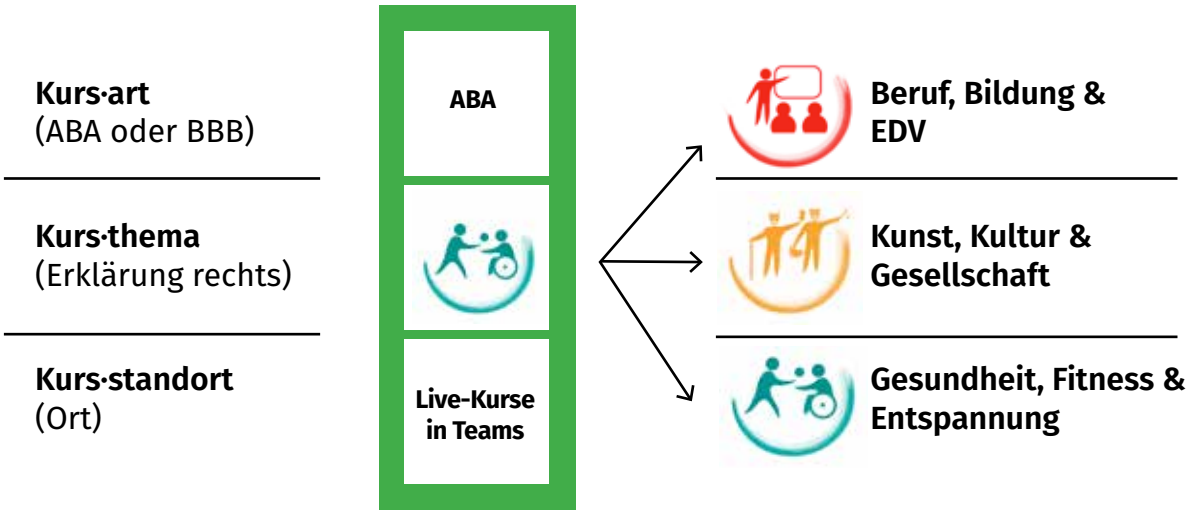
Die Kurse sind nach Standorten sortiert - jeder Standort hat eine Farbe.

Hauptstandort Schwabing | Unterschleißheim | Moosach AutArK / GAH

Im ersten Teil finden Sie Online-Kurse.

Diese Kurse finden in MS Teams statt. Es gibt sie als Video·konferenz (feste Zeit) oder als Lern·video zum Abruf (zeitlich flexibel). Für die Online-Kurse ist ein Zugang zu MS 365 nötig, der vor Kurs·beginn (über die Gruppen·leitung) beantragt werden muss.

Zu jedem Kurs gibt es mehrere Hinweise im farbigen Kasten oben rechts/links:



KURSE IM BERUFS-BILDUNGS-BEREICH

- **BBB Grund·kurse 1 – 4:** Teilnahme im 1.Jahr (automatische Anmeldung durch BGL)
- **BBB Vertiefungs·kurse:** Teilnahme im 2. Jahr, mindestens 4 Kurse auswählen
- **BBB Fach·kurse:** alle Kurse aus dem eigenen Fach·bereich müssen besucht werden

Anmeldung zu BBB Vertiefungs·kursen und Fach·kursen über Gruppen·leitung.

Pfennigparade
Die Zukunft zählt auf uns.

ANMELDUNG

Vor der Anmeldung zu Kursen bitte prüfen, ob eine Teilnahme am Kurs zu diesem Zeitpunkt tatsächlich möglich ist (Therapien, Urlaube, Anfahrt beachten).
Bei BBB-Kursen haben Anmeldungen aus dem Berufs·Bildungs·Bereich Vorrang.
Die Anmeldung wird direkt in SOWIS Doku von der Gruppen·leitung getätigt.
Klick·anleitung und Video·tutorial sind zu finden unter
L:\WKM\EXTERN\Qualitätsmanagement\c) 3. Arbeitsbegleitende Angebote

ANMELDE·ZEITRAUM

- für Kurse im Sommer·semester (vom 15. März bis 31. Juli): **JANUAR**
- für Kurse im Winter·semester (vom 1. Oktober bis 14. März): **AUGUST**

THERAPEUTISCHE ANGEBOTE

Buchung sowie Absprache zu Therapie·angeboten über die jeweilige Therapie·praxis.
Infos im Pfennigfenster unter fenster.pfennigparade.de/gesundheit/therapie/

ABA-KATALOG IM INTERNET

Der Link im Pfennigfenster unter fenster.pfennigparade.de/arbeiten/arbeit-und-kurse/kursangebote/aba-und-bbb-kurse/ verweist auf den aktuellen Kurskatalog.

Viel Spaß beim Stöbern und bei der Teilnahme an den ABA-Kursen
Das ABA-Team des ChancenWerks

*Wir sind erreichbar unter **ABATeam@pfennigparade.de***

Katalog digital runterladen

Inhaltsverzeichnis

01 Online / Fernschulung

Social Media barrierefrei Seite 1
Web·entwicklung – Werde PHP-Master – CMS-Projekt Seite 2

02 Hauptstandort Schwabing

Aktuelle Themen aus Politik und Zeit·geschehen Seite 3
Arbeit und Berufs·bildung (Grund·kurs 2) Seite 4
Bedienungs·anleitung für ein menschliches Gehirn Seite 5
Bewerbungs·training Seite 6
Chor Seite 7
Content Management und Online-Redaktion Seite 8
Das merke ich mir - Gedächtnis·training (Kurs der MVHS) Seite 9
Deutsch lernen - Gemeinsam vom Wort zur Sprache Seite 10
Deutsche Gebärden Sprache (DGS) - Lerne mit den Händen zu Seite 11
Die Geschichte des Skateboardens Seite 12
Du hast´n Freund in mir - Gedanken zu Freund·schaft Seite 13
Elektro-Rollstuhl Training (Kurs der MVHS) Seite 14
Englisch für Fortgeschrittene (Kurs der MVHS) Seite 15
Englisch langsam und einfach (Kurs der MVHS) Seite 16
Erweiterung von Sozial·kompetenz im Rahmen eines Theater·projektes Seite 17
Fit für PC und Internet (Grund·kurs 1) Seite 18
Französisch - erste Wörter und Sätze sprechen Seite 19
Frauen·café - Lockerer Austausch unter Frauen Seite 20
Gehirn·jogging - Gedächtnis spielerisch trainieren Seite 21
Gemeinsames kochen (Kurs der MVHS) - nachmittags Seite 22
Gemeinsames kochen (Kurs der MVHS) - vormittags Seite 23
Gesundheit und Umwelt·schutz (Grund·kurs 4) Seite 24
Grundkurs Fotografie II Seite 25
Happy Art - Lasst uns kreativ sein! (nach·mittags) Seite 26
Happy Art - Lasst uns kreativ sein! (vor·mittags) Seite 27
Hitster - das Musik-Ratespiel mit Köpfchen Seite 28
Hör·genuss Seite 29
Ich werde Tutor*in Seite 30
Kletter-Training an der Wand der EBS (Kurs der MVHS) Seite 31
Klima·wandel - was geht mich das an? Seite 32
KOGA KOFIT - Ergo·therapie: Konduktive Förderung und Yoga Seite 33
Kommunikation - wie geht es richtig? Seite 34
Kommunikation und Team·arbeit (Grund·kurs 3) Seite 35

Inhaltsverzeichnis

02 Hauptstandort Schwabing

Laden·team Geschenke·laden Seite 36
Lese·zeit & Aktuelles Seite 37
Manga erleben - eine Erzähl·reise mit Bildern zu "The hand of healing" Seite 38
Meditieren für Einsteiger*innen (Gruppe 1) Seite 39
Menschen mit erworbener Hirn·schädigung verstehen und begleiten Seite 40
MouseArt Projekte Seite 41
MS Office Workshop: Hipp Hopp zwischen Teams, Outlook-Kalender Seite 42
MS Office Workshop: Hipp Hopp zwischen Teams, Outlook-Kalender Seite 43
Polizei-Kurs: Angriffe und Trick-Betrug abwehren! Seite 44
Rollstuhl·tanz - Lasst uns tanzen! (Kurs der MVHS) Seite 45
Scannen lernen leicht gemacht Seite 46
Schach spielen und trainieren für Einsteiger (Unter·stufe) Seite 47
Schach spielen und trainieren für Fortgeschrittene (Mittel·stufe) Seite 48
Sicher durchs Internet Seite 49
Stille Meditation Seite 50
Strich·männchen-Comic: Einfach zeichnen - groß erzählen Seite 51
Vorstellungs·gespräch üben & vorbereiten Seite 52
Werkstatt·rat Café: Treffpunkt für Vorträge, Austasuch und Begegnung Seite 53
WeZet Redaktion - Werkstatt·zeitung mit gestalten Seite 54
Word Kurs: Text·verarbeitung für Anfänger Seite 55

03 Moosach/AutArK/GAH

Achtsamkeit in der Gärtnerei Seite 56
Achtung Betrug - So schützt du dich! Seite 57
Arbeit und Berufs·bildung (Grund·kurs 2) - MOO Seite 58
Die Gemüse·pflanze im Winter Seite 59
Erste Hilfe Teil·lehrgang 1 - Wunden richtig versorgen Seite 60
Französisch für Anfänger Seite 61
Frauen·café - lockerer Austausch unter Frauen (AutArK) Seite 62
Frauen·café - lockerer Austausch unter Frauen MOO Seite 63
Gemeinschaftliches Spielen - AutArK (Han 58) Seite 64
Grund·kurs Bücher·kiste Seite 65
Heben und Tragen - so geht´s richtig Seite 66
Hör·bücherei Seite 67
Klima·wandel - was geht mich das an? (MOO) Seite 68
Kommunikation und Team·arbeit (Grund·kurs 3) - AutArK Seite 69
Lager und Versand Seite 70

Inhaltsverzeichnis

03 Moosach/AutArK/GAH

Lebens·linien Seite 71
Lese·zeit & Aktuelles (MOO) Seite 72
Maschinen·kunde - Bedienung und Fehler·suche Seite 73
Plastisches Gestalten Seite 74
Polizei-Kurs: Angriffe und Trick-Betrug abwehren! (MOO) Seite 75
Presse·schau Seite 76
Sicher durchs Internet (MOO) Seite 77
Sozialkompetenz·training AutArK DL 2 (Han 85) Seite 78
Sozialkompetenz·training E-Commerce 1 Seite 79
Sozialkompetenz·training E-Commerce 2 Seite 80
Sozialkompetenz·training E-Commerce 3 (AutArK/ Han 85) Seite 81
Sozialkompetenz·training EDV / DL Seite 82
Sozialkompetenz·training Kreativ·gruppe Seite 83
Stil·richtungen und Epochen Seite 84
Walking - Bewegung an der frischen Luft Seite 85

04 Unterschleißheim

Arbeit und Berufs·bildung (Grund·kurs 2) Seite 86
Bewegen und Wohlfühlen - Schwung·voll durch den Werkstatt·alltag Seite 87
Deutsch lernen langsam und einfach Seite 88
Die innere Ruhe für den Alltag stärken Seite 89
Englisch für den Alltag - Everyday English Course Seite 90
Fit für einfaches Rechnen im Alltag Seite 91
Fit im Kopf und den Händen - Gedächtnis und Motorik trainieren Seite 92
Frauen·café - lockerer Austausch unter Frauen (Ohmstraße) Seite 93
Frauencafe - Lockerer Austausch unter Frauen (LMS) Seite 94
Grönland Bilder·show - Land & Kultur kennenlernen Seite 95
I red Boarisch und Du? Seite 96
Ich werde Tutor*in (USH) Seite 97
Klima·wandel - was geht mich das an? (USH) Seite 98
Konduktive Förderung nach Péto Seite 99
Kreativ & Gemeinsam - Bastel·spaß für alle Seite 100
Pinsel, Farbe, Fantasie Seite 101
Spielerisches Hirn·leistungs·training Seite 102
Zertifikats·lehrgang "Assistent*in im Büro" (IHK) - weiterführender Kurs Seite 103

ABA

Live-Kurse in Teams



Social Media barrierefrei

In diesem Kurs lernen wir gemeinsam, wie man gute und barrierefreie Inhalte für Social Media gestaltet.

Wir schauen uns einfache Grundlagen an und probieren direkt selbst aus, wie verständliche und ansprechende Beiträge entstehen.

Der Kurs ist für alle geeignet, die Lust auf kreative Arbeit mit Social Media haben.

Voraussetzungen: Selbständiger Umgang mit Microsoft Teams

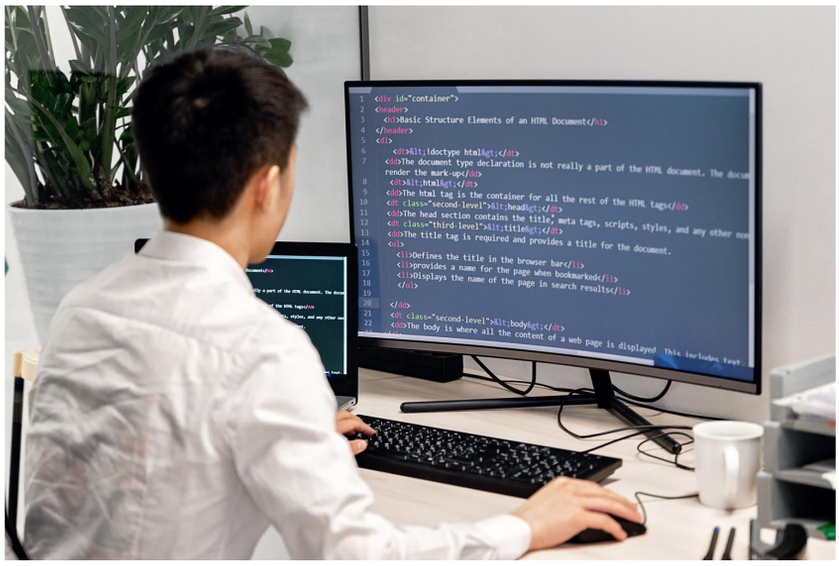
Selbständiger Umgang mit dem Computer

Interesse an der Gestaltung von Inhalten für Social Media



Carina Schneider
Tel: 089 8393 4638
Raum: PC / Tablet / Smartphone (live)
Uhrzeit: 10:00 bis 11:30

Oktober	November	Dezember			
Do 15.10.	Do 05.11.	Do 10.12.			
Do 22.10.	Do 12.11.				
Do 29.10.	Do 19.11.				
	Do 26.11.				



ABA

Live-Kurse in Teams

Web·entwicklung – Werde PHP-Master – CMS-Projekt

Du lernst, wie man ein Content-Management-System (CMS) wie WordPress erstellt.

Voraussetzungen: gute HTML-, CSS-, JS- und PHP-Vorkenntnisse



Yevhenii Nasidka
Tel: 089 8393 4683
Raum: PC / Tablet / Smartphone (live)
Uhrzeit: 09:30 bis 11:30

Oktober	November				
Do 01.10. Do 15.10. Do 29.10.	Do 12.11. Do 26.11.				

ABA

Barlach-strasse



Aktuelle Themen aus Politik und Zeit·geschehen

Politik - was geht mich das an?

Wir wollen das aktuelle politische Tages·geschehen verstehen lernen. Wir suchen aus eigenen Vorschlägen Themen aus dem Welt·geschehen aus Zeitung, Internet und Welt·karte zusammen. Wir tauschen unseren Wissens·stand aus und versuchen ihn gemeinsam zu erweitern, denn: Wer weiß schon alles?

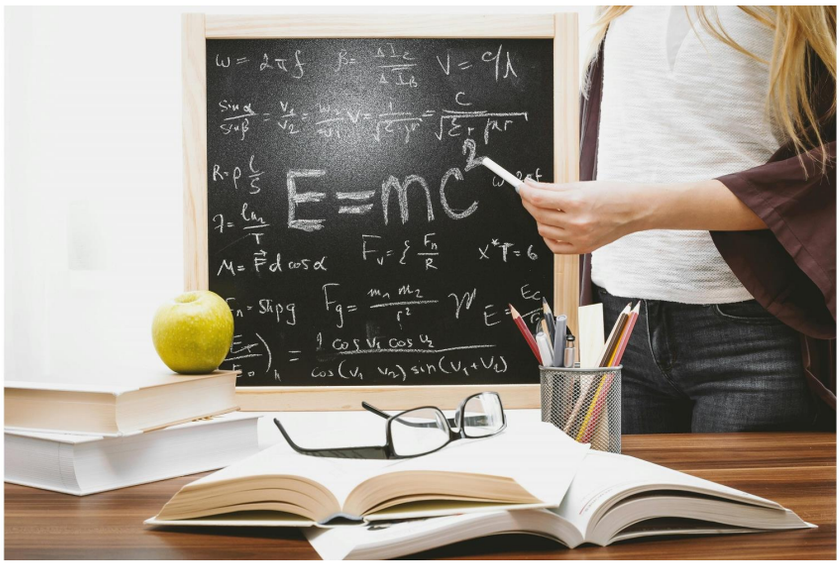
Eine lebhafte und ungezwungene Diskussion ergibt sich dann fast von selbst.

Voraussetzungen: Bereitschaft zur Diskussion



Markus Weimann
Tel: 089 83934666
Raum: Besprechungsraum E 14 EG
Uhrzeit: 14:00 bis 15:15

Dezember	Januar	Februar	März		
Di 01.12. Di 15.12.	Di 19.01.	Di 09.02. Di 16.02.	Di 02.03. Di 16.03.		



BBB Grundkurs

Barlach-strasse

Arbeit und Berufs·bildung (Grund·kurs 2)

Wir sprechen im Kurs über die Arbeit in der Werkstatt der Stiftung Pfennig·parade.

Du bekommst Antworten auf viele Fragen, wie zum Beispiel:

- wie ist die Stiftung Pfennig·parade und das ChancenWerk aufgebaut?
- wie ist der Weg vom Eingangs·verfahren bis zur Arbeit in der Werkstatt·gruppe?
- was machen Sozial·dienst, Geschäfts·führung, Werkstatt·rat und Frauen·beauftragte?
- was dürfen und was müssen die Mitarbeiter*innen in der Werkstatt tun?
- wie wird der Lohn berechnet?
- wie kann man sich in der Werkstatt weiter·entwickeln?

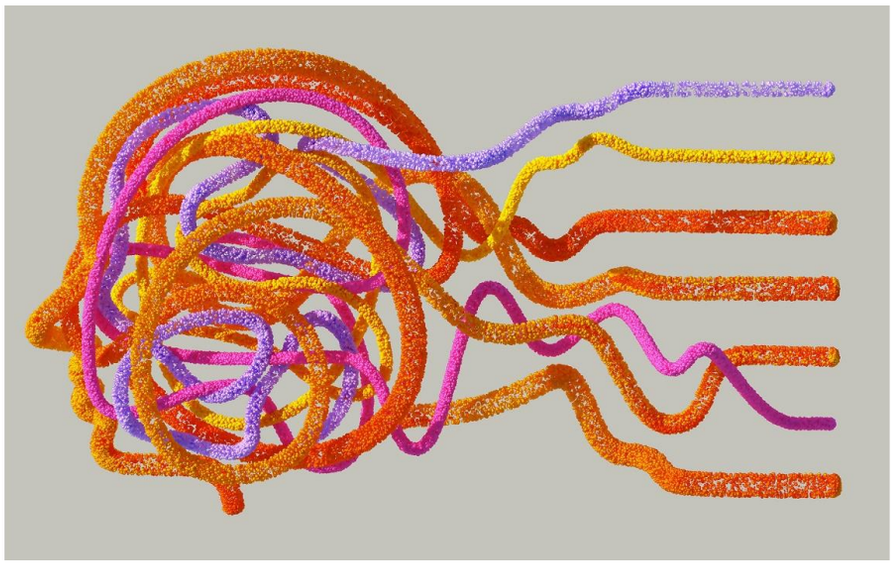


Bianca Palazzo
Tel: 08983934640
Raum: Besprechungsraum E 14 EG
Uhrzeit: 10:00 bis 12:00

Oktober	November	Dezember			
Do 22.10. Do 29.10.	Do 05.11. Do 12.11. Do 19.11. Do 26.11.	Do 03.12. Do 10.12.			

ABA

Barlach-strasse



Bedienungs·anleitung für ein menschliches Gehirn

Wie benutze ich mein Gehirn dafür, meine Wünsche und Ziele zu erreichen?

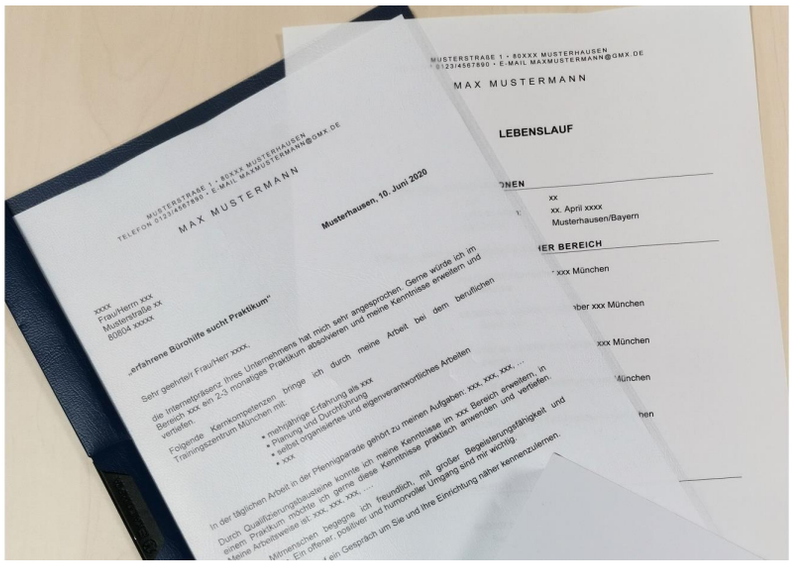
Auf unterhaltsame Art schauen wir uns an, wie unser Gehirn funktioniert und wir uns das zunutze machen können.

Voraussetzungen: Neugier und Lust auf gedankliche Experimente



Thomas Brinkmann
Tel: 089 8393 4689
Raum: Besprechungsraum E 14 EG
Uhrzeit: 14:00 bis 15:00

Oktober	November	Januar	Februar		
Di 06.10.	Di 03.11.	Di 26.01.	Di 02.02.		
Di 13.10.	Di 10.11.				
Di 20.10.	Di 17.11.				
Di 27.10.	Di 24.11.				



ABA

Klopstock-strasse

Bewerbungs·training

Du fragst dich, was zu einer guten Bewerbung gehört?

Dann bist Du hier richtig! Gemeinsam beschäftigen wir uns mit diesen Themen:

- Wie sieht eine Bewerbung aus? Wie bereite ich eine Bewerbung vor?

- Wer bin ich? Wir bereiten die Grundlagen für Deinen Lebens·lauf und Dein Anschreiben vor.

- Was kann ich gut? Wir finden Deine Stärken und machen sie sichtbar!

- Wo kann ich nach passenden Stellen suchen? Welche Möglichkeiten gibt es?

- Wie verschicke ich meine Bewerbung an Firmen?

Voraussetzungen: selbständiges Schreiben



Marika Tchigladze
Tel: +49 (89) 8393-4681
Raum: BBB Schulungs-Raum weiß 1.OG
Uhrzeit: 09:30 bis 11:30

November					
Mi 04.11. Mi 11.11. Mi 18.11.					

ABA

Barlach-strasse



Chor

In diesem Kurs üben und singen wir verschiedenste Lieder.

Wir lernen Texte und proben unter anderem für kleine Auftritte innerhalb der Pfennigparade.

Achtung: Einmalig Termin am Dienstag, 27.10. (statt 28.10.)

Voraussetzungen: Spaß an der Musik



Alexander Graul
Tel: 089 8393 4618
Raum: Kegelbahn UG
Uhrzeit: 13:30 bis 15:00

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Mi 14.10. Di 27.10.	Mi 11.11. Mi 25.11.	Mi 09.12.	Mi 13.01. Mi 27.01.	Mi 10.02. Mi 24.02.	Mi 10.03.



BBB Fachkurs

Barlach-strasse

Content Management und Online-Redaktion

Im Kurs lernst Du die Grundlagen von Content Management und Online-Redaktion kennen.

- Funktionen eines CMS (Content Management System)
- Pflege von Web·seiten in Word Press
- Besonderheiten der barrierefreien Online-Redaktion
- Qualitäts·sicherung
- Urheber·recht
- Daten·schutz und Umgang mit KI

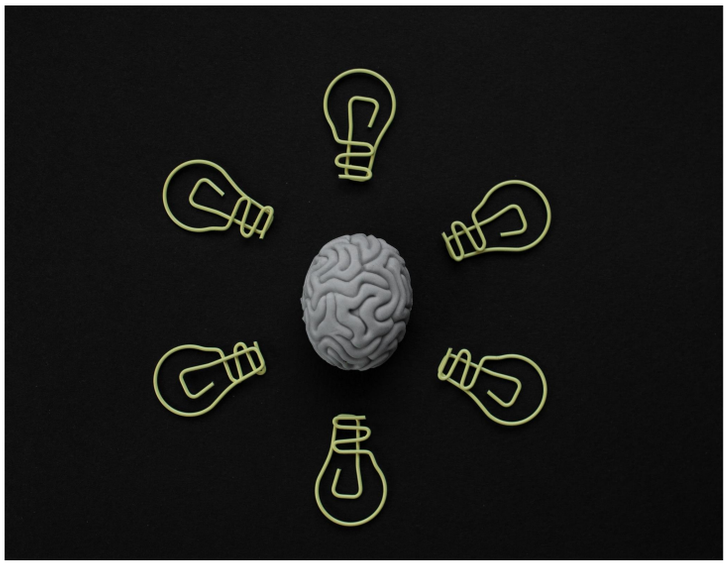
Voraussetzungen: Sicherer Umgang mit PC + eigenen Hilfs·mitteln, Zugang bei Microsoft Teams

Ariane Champeimont
Tel: 089 8393 4682
Raum: Medienservice Studio Raum 410 4.OG
Uhrzeit: 13:00 bis 15:00

Oktober	November	Januar	Februar	März
Mi 14.10.	Mi 11.11.	Mi 27.01.	Mi 24.02.	Mi 10.03.

ABA

Barlach-strasse



Das merke ich mir - Gedächtnis·training (Kurs der MVHS)

Manchmal vergessen wir Dinge. Zum Beispiel den Namen von einem Freund oder die PIN-Nummer der Bankkarte.

Manchmal vergessen wir auch Termine. Das ist jedem schon mal passiert.

Im Kurs lernen wir, wie wir unser Gedächtnis trainieren können. Diese Übungen können wir auch im Alltag anwenden.

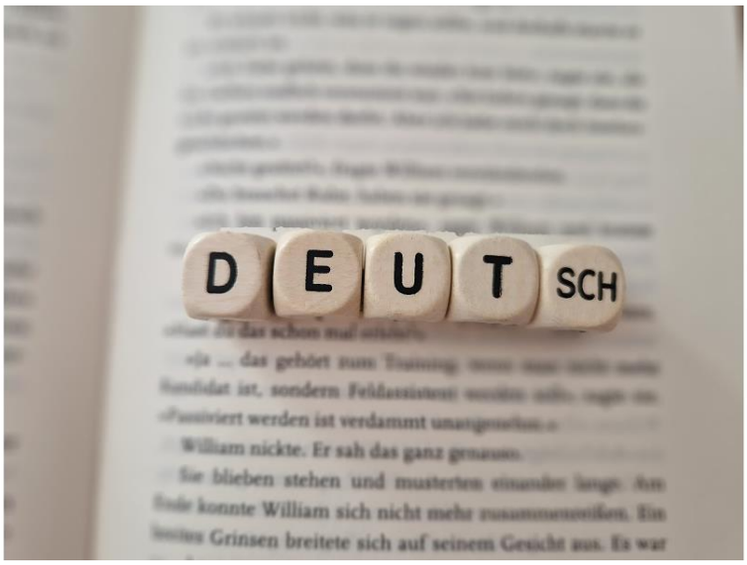
Dann können wir uns Dinge besser merken und uns besser konzentrieren.



Birgit Schuh (MVHS)

Raum: Realschule 4.01 4.OG
Uhrzeit: 14:00 bis 15:30

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
Mi 07.10.	Mi 11.11.	Mi 02.12.	Mi 13.01.	Mi 03.02.
Mi 14.10.	Mi 25.11.	Mi 09.12.	Mi 20.01.	Mi 17.02.
Mi 21.10.		Mi 16.12.	Mi 27.01.	Mi 24.02.
Mi 28.10.				



ABA

Barlach-strasse

Deutsch lernen - Gemeinsam vom Wort zur Sprache

Deutsche Sprache - schwere Sprache?

Da ist wahrscheinlich was dran. Besonders, wenn es nicht deine Mutter·sprache ist.

Im Kurs lernst Du in kleinen Schritten deutsche Wörter und die wichtigste Grammatik.

Das Ziel ist, dass Du besser Deutsch sprechen und verstehen kannst.

Deshalb sprechen wir viel Deutsch miteinander in der Gruppe.

So wirst Du sicher im Deutsch sprechen und in der Unterhaltung.

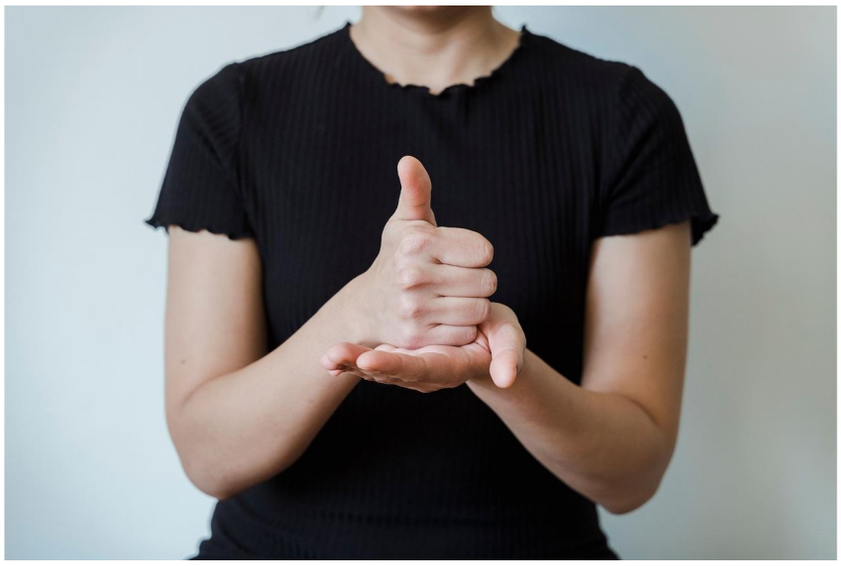


Peyman Chitsaz
Tel: 089 8393 4737
Raum: EDV Raum NK 11/12 UG
Uhrzeit: 13:15 bis 14:45

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Do 01.10.	Do 05.11.	Do 03.12.	Do 14.01.	Do 04.02.	Do 04.03.
Do 08.10.	Do 12.11.	Do 10.12.	Do 21.01.	Do 11.02.	Do 11.03.
Do 15.10.	Do 19.11.	Do 17.12.	Do 28.01.	Do 18.02.	
Do 22.10.	Do 26.11.			Do 25.02.	
Do 29.10.					

ABA

Barlach-strasse



Deutsche Gebärden Sprache (DGS) - Lerne mit den Händen zu sprechen

Wir wollen Kommunikation und Integration zwischen hörenden und gehör·losen Menschen möglich machen.

In diesem Anfänger·kurs lernst Du, wie man richtig Kontakt mit gehörlosen Menschen aufnimmt und miteinander kommuniziert.

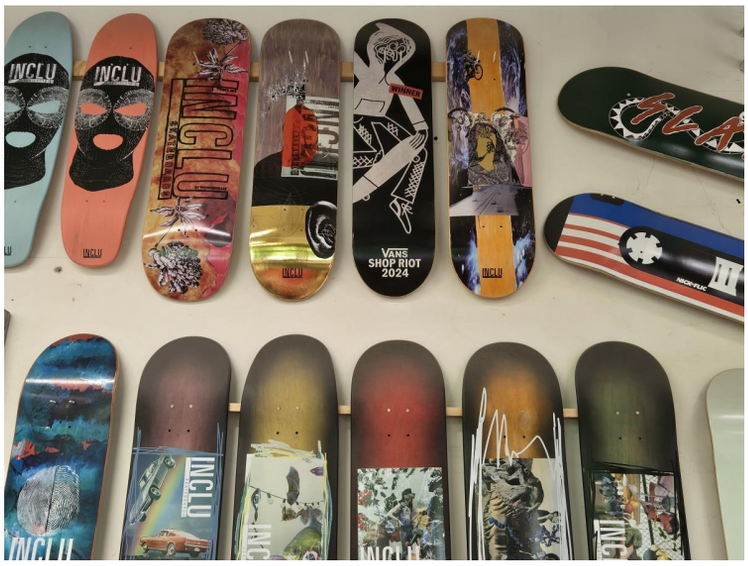
Dazu gehören nicht nur die Gebärden (Hand·zeichen), sondern auch Mimik und das Ablesen der Lippen·bewegungen.

Voraussetzungen: Zwei Hände ohne motorische Einschränkungen



Andreas Fröhner
Tel: 089 8393 4669
Raum: Besprechungsraum E 14 EG
Uhrzeit: 09:00 bis 10:00

Oktober	November	Dezember			
Do 01.10.	Do 05.11.	Do 03.12.			
Do 08.10.	Do 12.11.				
Do 15.10.	Do 19.11.				
Do 22.10.	Do 26.11.				
Do 29.10.					



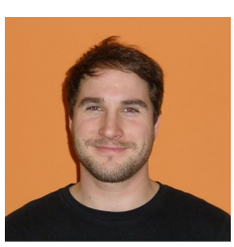
ABA

Barlach-
strasse

Die Geschichte des Skateboardens

Die Geschichte des Skateboardens begann in den 1950er Jahren an der Südwest·küste Kaliforniens. Damals montierten Surfer unter kleinen Surf·brettern Räder. Ziel war dabei, die Bewegung des Surfens auf der Straße nachzuahmen, wenn der Wellen·gang nicht günstig war.

Der Prototyp des Skateboards hieß dementsprechend Asphalt·surfer.



Andreas Spießl
Tel: 089 8393 4616
Raum: Schreinerei / INCLU Sports EG
Uhrzeit: 14:00 bis 14:45

Oktober	November	Dezember			
Do 01.10.	Do 05.11.	Do 03.12.			
Do 08.10.	Do 12.11.				
Do 15.10.	Do 19.11.				
Do 22.10.	Do 26.11.				
Do 29.10.					

ABA

Barlach-strasse



Du hast´n Freund in mir - Gedanken zu Freund·schaft

Einen Freund haben, Freundin sein, wer wünscht sich das nicht? Freunde sind wichtig im Leben. Freunde tragen vieles mit.

Wir machen uns Gedanken über Freund·schaft.

Was ist (mir) wichtig? Was ist mein Anteil?

Was macht gute Freund·schaft aus?

Die persönlichen Gedanken bringen wir zum Beispiel mit Wachs·mal·kreide oder Wasser·farbe und Pinsel zum Ausdruck.

Künstlerische Fähigkeiten sind nicht erforderlich.



Irmi Gruber (Seelsorgerin)
Tel: 8393-4312
Raum: Bewohnertreff BAR 28 EG
Uhrzeit: 10:30 bis 12:00

Oktober	November				
Di 20.10. Di 27.10.	Di 10.11. Di 17.11. Di 24.11.				

ABA

Barlach-strasse



Elektro-Rollstuhl Training (Kurs der MVHS)

Werde fit im Umgang mit dem Elektro-Rollstuhl!

Zuerst gibt es eine theoretische Einführung.

Danach üben wir das Fahren auf Geh·weg, auf der Straße und im Gelände.

Wir üben auch das Fahren mit öffentlichen Verkehrs·mitteln.

So wirst Du immer sicherer im Umgang mit dem E-Rolli in allen Situationen.

Wichtig: Bitte organisiere selbst Pflege.

Voraussetzungen: Elektro-Rollstuhl



Alexander Bassarini (MVHS)

Raum: Bewohnertreff BAR 28 EG
Uhrzeit: 09:30 bis 15:30

November Do 12.11.					

ABA

Klopstock-strasse



Englisch für Fortgeschrittene (Kurs der MVHS)

Du kannst schon die wichtigsten Grundlagen der englischen Sprache?

Du kennst die Zahlen, kannst Dich selbst vorstellen und kurze einfache Fragen und Sätze sprechen?

Du hast Interesse, Deine Fähigkeiten in Englisch weiter auszubauen?

Dann lass´ uns zusammen Deine Sprach·kenntnisse im Englischen weiter ausbauen und vertiefen. Wir erweitern unseren Wort·schatz und üben längere Sätze, Unterhaltungen und Fragen zu formulieren und zu sprechen.

Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Englisch wie Zahlen und einfache Gespräche

Nicole Neratzoulis (MVHS)

Raum: BBB Schulungs-Raum weiß 1.OG
Uhrzeit: 14:00 bis 15:30

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
Do 08.10.	Do 12.11.	Do 03.12.	Do 14.01.	Do 04.02.
Do 15.10.	Do 19.11.	Do 10.12.	Do 21.01.	Do 18.02.
Do 22.10.	Do 26.11.	Do 17.12.	Do 28.01.	
Do 29.10.				



ABA

Klopstock-strasse

Englisch langsam und einfach (Kurs der MVHS)

Du kennst schon einige englische Wörter und willst mehr lernen?

In diesem Kurs lernen wir neue Wörter und Grundlagen der englischen Grammatik.

Du lernst und übst, Dich in einfachen Situationen auf Englisch zu unterhalten oder etwas zu erfragen.

Wir hören im Kurs englische Gespräche und Lieder. So lernst Du neue Wörter ohne viel Mühe fast wie von selbst.

Wir sprechen im Kurs gemeinsam viel Englisch. Du kommst in Übung und wirst immer sicherer.

Nicole Neratzoulis (MVHS)

Raum: BBB Schulungs-Raum weiß 1.OG
Uhrzeit: 12:30 bis 14:00

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
Do 08.10.	Do 12.11.	Do 03.12.	Do 14.01.	Do 04.02.
Do 15.10.	Do 19.11.	Do 10.12.	Do 21.01.	Do 18.02.
Do 22.10.	Do 26.11.	Do 17.12.	Do 28.01.	
Do 29.10.				

ABA

Scheidplatz/ Forum am Luitpold



Erweiterung von Sozial·kompetenz im Rahmen eines Theater·projektes

Theater·spielen kann die Entwicklung von Sozial·kompetenzen fördern. Dieses Potential liegt in den verschiedenen spezifischen Arbeits·weisen im Theater·spielen. Diese sind vorrangig das Arbeiten in Gruppen, das Einbringen eigener Ideen, das Ausprobieren in einem geschützten Raum und die Rollen·arbeit.

Dieses Mal wird das Theater "Eine Stunde vier" aufgeführt.

Premiere: 08.Oktober 2026

weitere Aufführungen: 15./20./ 22./29.Oktober; 10./12./19./24.November; 03. Dezember; Alle im Kreativ Labor um 19:00 Uhr

Voraussetzungen: Zeitliche Flexibilität am Abend



Alexander Müller
Tel: 089 8393 4990
Raum: Kreativ Labor EG
Uhrzeit: 19:00 bis 21:00

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Do 08.10.	Di 10.11.	Do 03.12.	Mo 18.01.	Mo 01.02.	Mo 01.03.
Do 15.10.	Do 12.11.		Mo 25.01.	Mo 15.02.	Mo 08.03.
Di 20.10.	Do 19.11.			Mo 22.02.	
Do 22.10.	Di 24.11.				
Do 29.10.					



BBB Grundkurs

Barlach-strasse

Fit für PC und Internet (Grund·kurs 1)

Wir lernen, sicher mit dem Computer und Internet umzugehen. Inhalte des Kurses sind:

- Grundlagen zu PC, Maus, USB-Stick und Kopfhörer
- Wissen zu Microsoft Office 365 und Outlook / OWA
- Ordner erstellen und Dokumente speichern
- Internet, Such·maschinen, Browser und Google
- Daten·schutz, sichere Pass·wörter und Urheber·recht
- Chancen und Gefahren der sozialen Medien



Bianca Palazzo
Tel: 08983934640
Raum: EDV Raum NK 11/12 UG
Uhrzeit: 09:30 bis 12:00

Oktober					
Di 06.10.					
Di 13.10.					

BBB Vertiefungs-kurs

Barlach-strasse



Französisch - erste Wörter und Sätze sprechen

Wir lernen einfache französische Wörter und Sätze.

Wir stellen uns auf Französisch vor.

Wir lernen, wie man ein Gespräch auf Französisch beginnt.

Wir sprechen kleine Sätze auf Französisch.

Wir sprechen auch über Frankreich und die Menschen dort. Wir lernen, wo man Französisch spricht und was in Frankreich besonders ist.



Beate Lahner
Tel: 0151 1955 9252
Raum: EDV Raum NK 11/12 UG
Uhrzeit: 09:30 bis 10:30

Oktober	November				
Mi 07.10. Mi 14.10. Mi 21.10. Mi 28.10.	Mi 04.11.				



ABA

Barlach-strasse

Frauen·café - Lockerer Austausch unter Frauen

Bei unseren Treffen können alle Fragen und Themen angesprochen werden, die Euch unter den Nägeln brennen. Wir können auch verschiedene aktuelle Themen besprechen, die euch interessieren. Aber keine Angst, wir können auch einfach mal nur "ratschen" und Kaffee trinken. Wir gestalten unser Treffen wie uns der Sinn steht.

Wichtig ist uns ein respekt·voller Umgang miteinander.

Jedes Thema wird ernst genommen.

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



Brigitte Asam, Anja Hupfer
Tel: 01511 9559246
Raum: Bewohnertreff BAR 28 EG
Uhrzeit: 13:30 bis 15:00

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
Di 20.10.	Di 17.11.	Di 15.12.	Di 19.01.	Di 16.02.

BBB Vertiefungs-kurs

Klopstock-strasse



Gehirn·jogging - Gedächtnis spielerisch trainieren

Wir machen gemeinsam Übungen, um unser Gehirn fit zu halten.

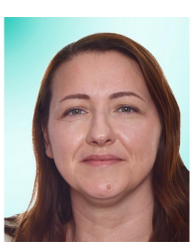
Gehirn·jogging ist gut, um das Gehirn zu trainieren.

Es hilft, besser aufzupassen und sich besser zu konzentrieren.

So können wir uns besser an Dinge zu erinnern.

In diesem Kurs lernen Sie Gehirn·jogging kennen.

Sie lernen auch, wie Sie es im Alltag nutzen können.



Yvonne Richter
Tel: 089 8393 4691
Raum: BBB Schulungs-Raum weiß 1.OG
Uhrzeit: 10:45 bis 12:00

Oktober	November				
Di 06.10.	Di 10.11.				
Di 13.10.	Di 17.11.				
Di 20.10.					
Di 27.10.					



ABA

Barlach-
strasse

Gemeinsames kochen (Kurs der MVHS) - nachmittags

Wir kochen in einer ruhigen Umgebung leckere und einfache Gerichte.

Am Ende essen wir die Gerichte zusammen.

Beim Vorbereiten, Kochen und Essen reden wir über Dinge aus dem Alltag. Zum Beispiel über unsere Wohn·gruppe, Arbeit und Freizeit. Wir reden über alles, was wir in der Gruppe besprechen wollen.

Der Kochkurs ist einmal im Monat.

Voraussetzungen: aktives Mitarbeiten beim Kochen, selbständiges Essen

Annette Uleer

Raum: Bewohnertreff BAR 28 EG
Uhrzeit: 13:30 bis 16:00

Oktober	November	Januar	Februar		
Mi 14.10.	Mi 11.11.	Mi 13.01.	Mi 10.02.		

ABA

Barlach-strasse



Gemeinsames kochen (Kurs der MVHS) - vormittags

Wir kochen in einer ruhigen Umgebung leckere und einfache Gerichte.

Am Ende essen wir die Gerichte zusammen.

Beim Vorbereiten, Kochen und Essen reden wir über Dinge aus dem Alltag. Zum Beispiel über unsere Wohn·gruppe, Arbeit und Freizeit. Wir reden über alles, was wir in der Gruppe besprechen wollen.

Der Kochkurs ist einmal im Monat.

Voraussetzungen: aktives Mitarbeiten beim Kochen, selbständiges Essen

Annette Uleer

Raum: Bewohnertreff BAR 28 EG
Uhrzeit: 10:30 bis 13:00

Oktober	November	Januar	Februar		
Mi 14.10.	Mi 11.11.	Mi 13.01.	Mi 10.02.		



BBB Grundkurs

Barlach-strasse

Gesundheit und Umwelt·schutz (Grund·kurs 4)

Beim Kurs beschäftigen wir uns mit dem Schutz unserer Gesundheit und der Umwelt.

Wir sprechen über wichtige Themen wie:

- Verhalten bei Brand sowie Flucht und Rettung
- Gefahren bei der Arbeit und bequemes Arbeiten (Ergonomie)
- richtiges Handeln bei einem Unfall oder Arbeits·unfall
- Umwelt schützen am Arbeits·platz
- Müll vermeiden und trennen



Beate Lahner
Tel: 0151 1955 9252
Raum: EDV Raum NK 11/12 UG
Uhrzeit: 10:45 bis 12:00

Januar	Februar	März			
Mi 13.01.	Mi 03.02.	Mi 03.03.			
Mi 20.01.	Mi 10.02.				
Mi 27.01.	Mi 17.02.				
	Mi 24.02.				

ABA

Rümann-strasse



Grundkurs Fotografie II

Wir vertiefen die technischen Grundlagen des Fotografierens und beleuchten weitere gestalterische Möglichkeiten.

Voraussetzungen: nur für Werkstattmitarbeitende der DigiKunst (Hagedornstr.)



David Gruber
Tel: +49 (89) 4522-0327
Raum: Digitale Kunst EG
Uhrzeit: 11:00 bis 12:00

Oktober	November				
Do 01.10. Do 15.10. Do 29.10.	Do 12.11. Do 26.11.				



BBB Fachkurs

Barlach-strasse

Happy Art - Lasst uns kreativ sein! (nach·mittags)

Kunst macht glücklich. Aber Kunst kommt auch von Können.

Lasst uns lernen, wie das geht mit der Kunst!

Im Kurs schauen wir den großen Meistern der Kunst über die Schulter. Wir studieren ihr Hand·werk und ihre Tricks.

Natürlich erschaffen wir auch selbst interessante Kunst·werke. Dazu nutzen wir Aquarell- und Acrylfarbe, Pinsel, Stifte und alles, was uns in die Quere kommt. Jeder eben auf seine spezielle Art.

Let's study art!



Lydia König
Tel: 089-8393-4663
Raum: Frühstücksraum Kunst 1.OG
Uhrzeit: 14:00 bis 15:30

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Di 13.10. Di 27.10.	Di 10.11. Di 24.11.	Di 08.12. Di 22.12.	Di 19.01.	Di 02.02. Di 16.02.	Di 02.03.

BBB Fachkurs

Barlach-strasse



Happy Art - Lasst uns kreativ sein! (vor·mittags)

Kunst macht glücklich. Aber Kunst kommt auch von Können.

Lasst uns lernen, wie das geht mit der Kunst!

Im Kurs schauen wir den großen Meistern der Kunst über die Schulter. Wir studieren ihr Hand·werk und ihre Tricks.

Natürlich erschaffen wir auch selbst interessante Kunst·werke. Dazu nutzen wir Aquarell- und Acrylfarbe, Pinsel, Stifte und alles, was uns in die Quere kommt. Jeder eben auf seine spezielle Art.

Let's study art!



Lydia König
Tel: 089-8393-4663
Raum: Frühstücksraum Kunst 1.OG
Uhrzeit: 10:00 bis 11:30

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Di 13.10. Di 27.10.	Di 10.11. Di 24.11.	Di 08.12. Di 22.12.	Di 19.01.	Di 02.02. Di 16.02.	Di 02.03.



ABA

Barlach-strasse

Hitster - das Musik-Ratespiel mit Köpfchen

Bei "Hitster" hören wir Lieder an und erraten, in welchem Jahr die Lieder erschienen sind. Wir sortieren die Lieder in einen Zeitstrahl ein. Die Lieder sind zwischen 1908 bis 2021 erschienen. Benennt jemand sogar Titel und Interpret richtig , gibt es eine Belohnung. Wer zuerst 10 Songs richtig erraten hat, gewinnt!

Das Spiel ist sehr unterhaltsam und kann die wunderbarsten Gespräche über Songs und die Erinnerungen, die mit ihnen verbunden sind, auslösen.

"Hitster" spricht viele Fähigkeiten an: das Gehör, das Gedächtnis und die Kombinations·gabe.



Claudia Marr
Tel: +49 (89) 8393-4611
Raum: Frühstücksraum Kunst 1.OG
Uhrzeit: 13:00 bis 14:00

November	Dezember				
Fr 06.11.	Fr 04.12.				
Fr 13.11.	Fr 11.12.				
Fr 20.11.	Fr 18.12.				
Fr 27.11.					

ABA

Barlach-strasse



Hör·genuss

Ein Hörbuch ist die perfekte Möglichkeit, sich direkt ins Reich der Fantasie entführen zu lassen.

In unserem Kurs "Hör-Genuss" bekommst du die Möglichkeit, dies zu genießen.

10 x 1h voller Fantasie und Entspannung.

Hör doch mal rein!



Janina Zellner
Tel: 089 8393 4617
Raum: Bewohnertreff BAR 28 EG
Uhrzeit: 11:00 bis 12:00

Oktober	November	Dezember			
Mo 12.10. Mo 19.10. Mo 26.10.	Mo 02.11. Mo 09.11. Mo 16.11. Mo 23.11. Mo 30.11.	Mo 07.12. Mo 14.12.			



ABA

Barlach-
strasse

Ich werde Tutor*in

Du kommst gerne mit Menschen in Kontakt? Du magst es, Anderen zu helfen? Du übernimmst gerne Verantwortung und neue Aufgaben? Dann werde Tutor*in!

In diesem Kurs erfährst Du alles über das Tutor*innen·system in unserer Werkstat. Du lernst, wie Du neue Werkstatt·mitarbeitende gut willkommen heißt. So wirst Du selbst vom Mitarbeitenden zum “Anleitenden”. Du tauschst Dich mit anderen Tutor*innen aus und testest Ihre Kompetenzen in praktischen Übungen. Am Ende bekommst Du eine Bescheinigung und wirkst anschließend als Tutor*in in Deiner Gruppe mit.

Voraussetzungen: Kommunikations·fähigkeit, Kontakt·freudigkeit, Verantwortungs ·bewußtsein, Hilfs·bereitschaft

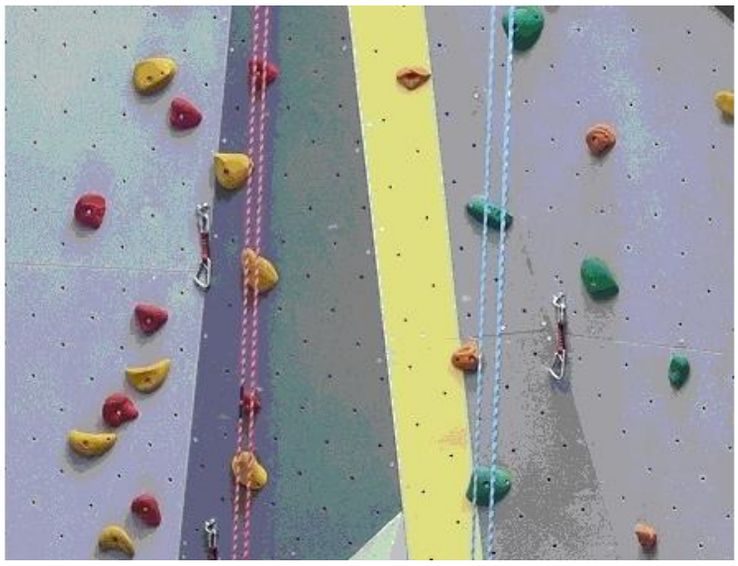


Rosalie Axtner
Tel: 089 8393 4693
Raum: Besprechungsraum E 14 EG
Uhrzeit: 08:00 bis 09:00

Oktober Di 27.10.					

ABA

Barlach-strasse



Kletter-Training an der Wand der EBS (Kurs der MVHS)

Du bewegst Dich gerne? Du hast Lust, an einem Seil gesichert eine Wand hoch zu klettern? Dann bist Du hier absolut richtig!

Es spielt keine Rolle, ob man Anfänger oder schon ein kleiner Kletter·profi ist.

In diesem Kurs kann jeder etwas lernen.

Neulinge sammeln in Ruhe ihre ersten Kletter·erfahrungen.

Geübte Kletterer haben die Möglichkeit, ihre Kletter·technik zu verbessern und weiter zu trainieren.

Voraussetzungen: aktuell leider nur für Fußgänger



Thomas Arendt
Tel: 089 8393 4684
Raum: Kletter·wand Aula EB-Schule
Uhrzeit: 14:00 bis 15:30

November	Dezember	Januar	Februar		
Di 10.11. Di 17.11. Di 24.11.	Di 01.12. Di 08.12.	Di 19.01. Di 26.01.	Di 02.02.		



BBB Vertiefungs-kurs

Barlach-strasse

Klima·wandel - was geht mich das an?

In den Medien ist fast jeden Tag von Klima·wandel und der Erwärmung der Erde die Rede.

Wir wollen herausfinden, was genau damit gemeint ist und warum es ein so großes Problem für die Menschheit und unseren Planeten darstellt.

Gemeinsam erkunden wir die Ursachen für den Klima·wandel.

Wir finden heraus, in wie weit und mit welchen Maßnahmen jede und jeder von uns einen kleinen Beitrag zum Schutz des Klimas leisten kann.



Bianca Palazzo
Tel: 08983934640
Raum: Besprechungsraum E 14 EG
Uhrzeit: 09:15 bis 10:30

Januar	Februar				
Fr 15.01. Fr 22.01. Fr 29.01.	Fr 05.02.				

ABA

Barlach-strasse



KOGA KOFIT - Ergo·therapie: Konduktive Förderung und Yoga (mittwochs)

KOGA KOFIT bedeutet: Förderung durch Bewegung und Yoga

Wir machen in der Gruppe viele Bewegungs·übungen. Wir werden selbst mit guter Stimmung und mit verschiedenen Aufgaben aktiv. Wir wechseln zwischen Anspannung und Entspannung. Das hilft gegen Verspannungen. Wir bekommen eine tiefe Atmung und einen ruhigen Puls. So wird Stress weniger.

Mit viel Spaß trainieren wir für den Alltag. Das macht das Leben leichter.

Der Kurs ist besonders gut für Menschen mit Problemen bei der Bewegung.

Voraussetzungen: HMVO Ergotherapie Sensomotorisch perzeptiv Gruppe vom Arzt nötig!



Anett Pinter
Tel: 089 8393 6361
Raum: NK 07 Konduktive Förderung UG
Uhrzeit: 10:00 bis 11:30

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Mi 07.10.	Mi 11.11.	Mi 02.12.	Mi 13.01.	Mi 03.02.	Mi 03.03.
Mi 14.10.	Mi 25.11.	Mi 09.12.	Mi 20.01.	Mi 17.02.	Mi 10.03.
Mi 21.10.		Mi 16.12.	Mi 27.01.	Mi 24.02.	
Mi 28.10.					



BBB Fachkurs

Knorrstrasse

Kommunikation - wie geht es richtig?

Im Café Beans & Books haben wir jeden Tag Kontakt zu Kunden.

Dabei ist es sehr wichtig, sich im richtigen Umgang mit den verschiedenen Kunden und ihren Wünschen sicher zu sein.

Wir beschäftigen uns im Kurs intensiv mit Kommunikation.

Wir lernen, wie wir durch unser Verhalten einen positiven Eindruck bei unseren Gesprächs·partnern hinterlassen.



Barbara Engesser
Tel: 089 8393 4700
Raum: Beans & Books EG
Uhrzeit: 13:00 bis 15:00

Oktober	November				
Di 06.10. Di 20.10.	Di 03.11. Di 17.11.				

BBB Grundkurs

Barlach-strasse



Kommunikation und Team·arbeit (Grund·kurs 3)

In unserer Arbeit ist es wichtig, dass wir miteinander reden und uns verstehen.

Im Kurs lernen wir viele wichtige Dinge rund um gute Kommunikation und Team·arbeit:

- Was ist Kommunikation und wie funktioniert sie?
- Regeln für einen respekt·vollen Umgang
- wie sehen wir uns selbst und wie sehen uns andere?
- Was passiert, wenn wir zu schnell eine Meinung bilden
- verschiedene Arten von Behinderung und Einschränkung



Beate Lahner
Tel: 0151 1955 9252
Raum: EDV Raum NK 11/12 UG
Uhrzeit: 10:45 bis 12:00

Oktober	November				
Mi 07.10.	Mi 04.11.				
Mi 14.10.	Mi 11.11.				
Mi 21.10.	Mi 18.11.				
Mi 28.10.	Mi 25.11.				



BBB Fachkurs

Rümann-strasse

Laden·team Geschenke·laden

Im neuen Geschenke·laden werden viele verschiedene, von Hand gefertigte Produkte aus den Werk·stätten des Chancenwerks angeboten.

Seifen, Kerzen, Blöcke, Zaun·kinder, Bilder und Keramik sind nur einige der angebotenen Waren. Wir wollen gemeinsam einen Über·blick über die vorhandenen Produkte bekommen.

Natürlich lernen wir auch, die Kasse zu bedienen. Und wir üben Beratungs- und Verkaufs ·gespräche.

Im Kurs werden alle wichtigen Dinge für den Verkaufs·alltag trainiert.



Max Suppmayr
Tel: 0176 19900457
Raum: Geschenkeladen Rümannstraße 5 EG
Uhrzeit: 13:30 bis 14:30

November	Dezember				
Mi 11.11. Mi 18.11. Mi 25.11.	Mi 02.12. Mi 09.12.				

BBB Vertiefungs-kurs

Barlach-strasse



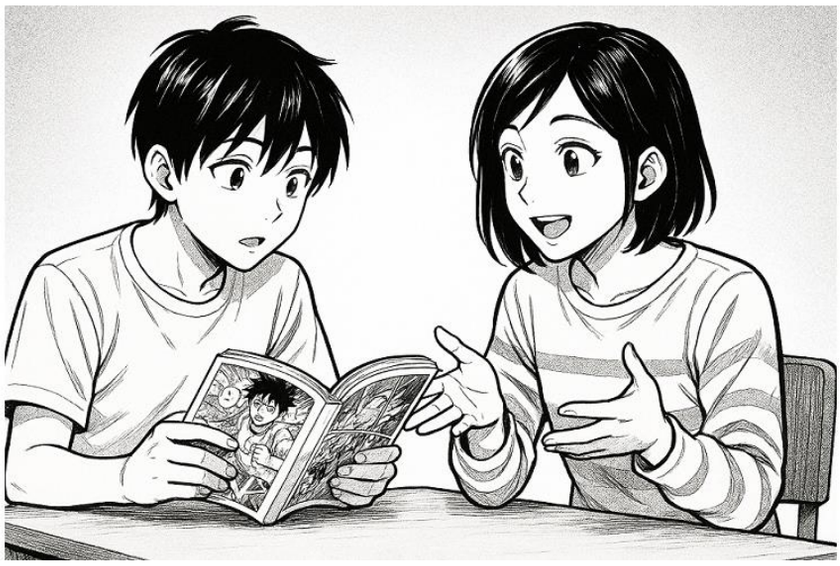
Lese·zeit & Aktuelles

In der Welt passiert jeden Tag etwas. Die Nachrichten sind häufig gar nicht so einfach zu verstehen. Aber reicht es, deshalb nur die Überschriften aus der Bild·zeitung zu lesen?
Wir lesen Artikel und sprechen über die aktuellen Themen der Welt und gehen ihnen gemeinsam auf den Grund. Jede*r liest dabei einmal vor.
Wir vergleichen die Schlag·zeilen und Inhalte der einzelnen Medien wie z.B. Münchner Merkur oder Bild·zeitung. Wir lernen, warum wir kritisch auf Schlag·zeilen schauen sollten. Die Themen suchen wir gemeinsam nach euren Interessen aus.
Voraussetzungen: Interesse an aktuellen Themen und lautem Vorlesen



Bianca Palazzo
Tel: 08983934640
Raum: Besprechungsraum E 14 EG
Uhrzeit: 09:15 bis 10:00

Oktober	November				
Fr 16.10. Fr 23.10. Fr 30.10.	Fr 06.11.				



ABA

Barlach-strasse

Manga erleben - eine Erzähl·reise mit Bildern zu "The hand of healing"

Comics, Mangas und Animé sind Dein Ding? Du liebst es, in andere Welten einzutauchen und gemeinsam an einem Abenteuer teilzunehmen? In diesem Kurs stellt die Künstlerin Eda Ertüzün ihre Graphic Novel/ ihr Manga *The hand of healing" vor. Der Kurs richtet sich an alle, die die Geschichte noch nicht kennen, aber auch an die treuen Fans, die die Story von vorne erzählt bekommen wollen. Die von Hand gezeichneten Bilder werden am Beamer gezeigt und vorgelesen. Wer Lust und Spaß daran hat, kann auch selbst in eine Rolle schlüpfen und ihr eine Stimme geben oder einfach der Geschichte folgen.



Kerstin Anspann-Bexkens
Tel: 089 8393 4663
Raum: Bewohnertreff BAR 28 EG
Uhrzeit: 14:00 bis 15:00

Oktober	November	Januar	Februar	März
Di 27.10.	Di 10.11.	Di 26.01.	Di 23.02.	Di 09.03.

ABA

Barlach-strasse



Meditieren für Einsteiger*innen (Gruppe 1)

Mediation wird von Menschen schon seit vielen Jahrhunderten gemacht.

Es hilft, Gedanken loszulassen und sich auf das Wichtige zu konzentrieren. So wird man gelassener.

Ich habe die Meditation von einem ausgebildeten Meister erlernt und möchte dieses Wissen gerne an euch weitergeben.

Achtung: Am 21.11.2025 geht der Kurs bis 11:30 Uhr. Hier schauen wir uns gemeinsam ein Video zum Thema Meditation an.

Voraussetzungen: 20 Minuten geräuschlos und ruhig sitzen können



Oliver Despot
Tel: 089 8393 4677
Raum: Besprechungsraum E 14 EG
Uhrzeit: 09:30 bis 10:30

Oktober	November	Dezember			
Fr 09.10.	Fr 06.11.	Fr 04.12.			
Fr 16.10.	Fr 13.11.	Fr 11.12.			
Fr 23.10.	Fr 20.11.				
Fr 30.10.	Fr 27.11.				



ABA

Barlach-
strasse

Menschen mit erworbener Hirn·schädigung verstehen und begleiten

Wir lernen im Kurs das Behinderungs·bild der erworbenen Hirn·schädigung kennen. Ziel ist, Menschen mit erworbener Hirn·schädigung (MEH) nach z.B. einem Schlag·anfall oder Schädel·hirn·trauma nach Unfall besser zu verstehen. Wir lernen die vielseitigen, weit gefächerten Probleme und Einschränkungen von MEH genauer kennen. So können wir unser Verständnis ausbauen und den Umgang mit diesem großen Personen·kreis unter den Kolleg *innen in der Werkstatt verbessern.

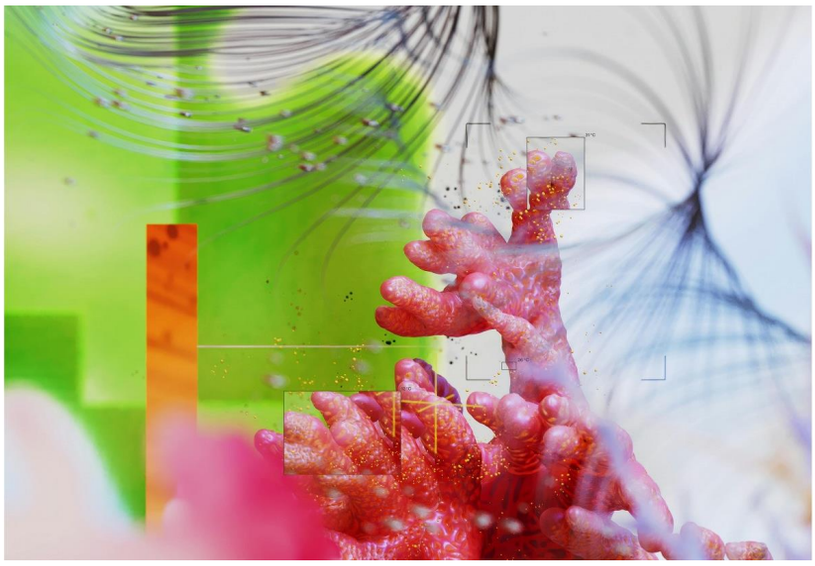


Sandra Hammerl
Tel: 089 8393 4694
Raum: Kegelbahn UG
Uhrzeit: 10:00 bis 12:00

September	Oktober				
Di 15.09.	Di 06.10.				
Di 22.09.	Di 13.10.				
Di 29.09.	Di 20.10.				

BBB Fachkurs

Barlach-strasse



MouseArt Projekte

Wir erstellen digitale Projekte. Wir bearbeiten die Projekte unter der Woche und besprechen sie in der Kurs·stunde. Im Kurs werden auch neue Projekte erklärt und vermittelt. Ihr sollt euch untereinander zu euren Projekten austauschen und euch gegenseitig unterstützen. Es ist gewünscht, Lob und/ oder Kritik sinnvoll zu äußern.

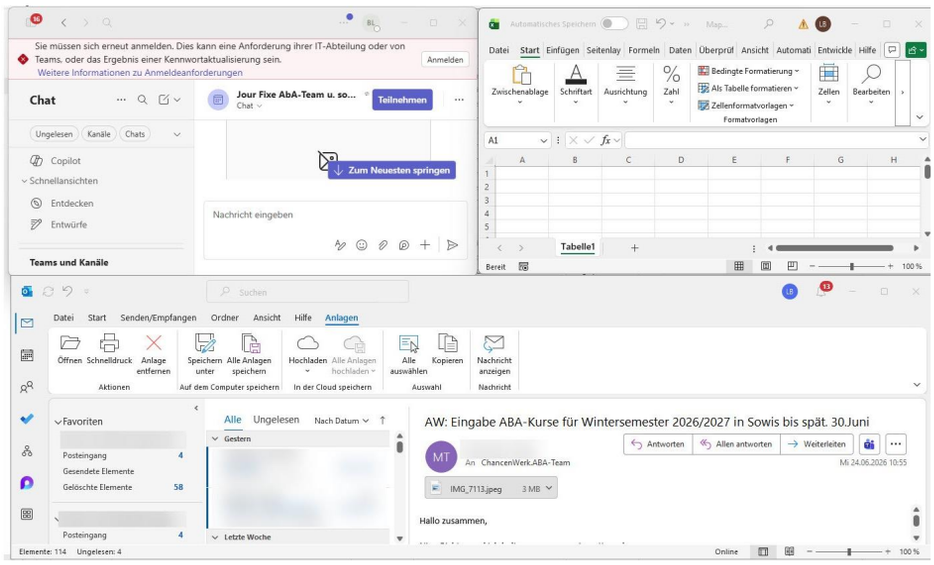
Ziel des Kurses ist es, die Kreativität und den Austausch untereinander zu fördern.

Voraussetzungen: Mitarbeiter/in der Digitalen Kunst 1



Svenja Riese
Tel: 089 8393 4635
Raum: Gruppenraum
Uhrzeit: 10:00 bis 11:00

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Mo 05.10. Mo 19.10.	Mo 02.11.	Mo 07.12. Mo 14.12.	Mo 11.01. Mo 25.01.	Mo 01.02. Mo 15.02.	Mo 01.03.



BBB Fachkurs

Barlach-strasse

MS Office Workshop: Hipp Hopp zwischen Teams, Outlook-Kalender und Excel (donnerstags)

Der MS Office Workshop ist insbesondere für die Mitarbeitenden am Empfang und alle Interessierten, die „schon einmal verzweifelt geklickt haben“.

Du hast schon einmal

* eine Excel Tabelle geöffnet und nur noch Bahnhof verstanden?
* kopierte Daten auf dem Weg zwischen Outlook und Excel verloren?
* Dateien, Register oder aktuelle Datei·versionen verloren?
* Dich gefragt, wie Excel für Dich rechnet?

Dann ist dieser Workshop für Dich vielleicht richtig! Panik ausgeschlossen. Humor inklusive.

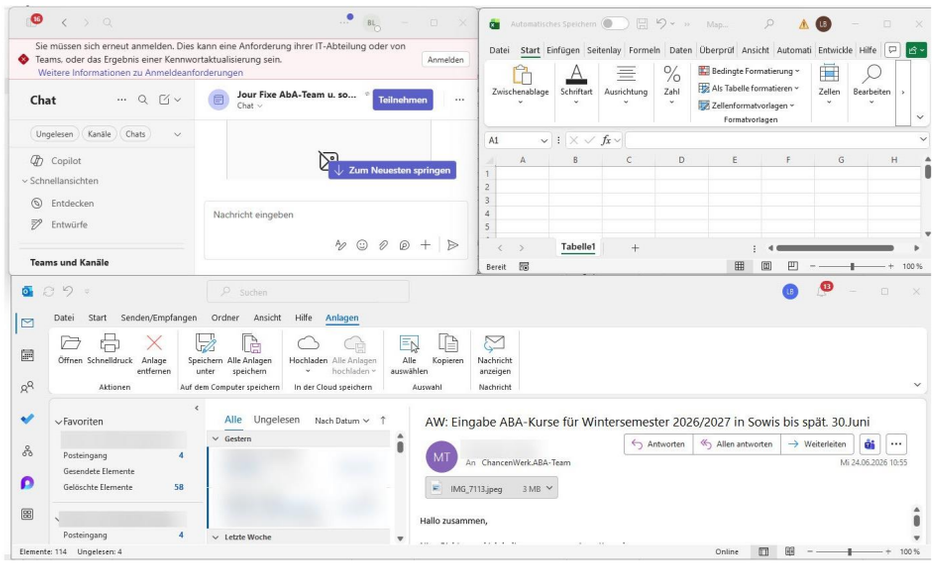


Gabriela Masetti
Tel: +49 (89) 8393-4664
Raum: EDV Raum NK 11/12 UG
Uhrzeit: 10:30 bis 12:00

Oktober	November				
Do 15.10. Do 22.10.	Do 05.11. Do 12.11.				

BBB Fachkurs

Barlach-strasse



MS Office Workshop: Hipp Hopp zwischen Teams, Outlook-Kalender und Excel (montags)

Der MS Office Workshop ist insbesondere für die Mitarbeitenden am Empfang und alle Interessierten, die „schon einmal verzweifelt geklickt haben“.

Du hast schon einmal

* eine Excel Tabelle geöffnet und nur noch Bahnhof verstanden?
* kopierte Daten auf dem Weg zwischen Outlook und Excel verloren?
* Dateien, Register oder aktuelle Datei·versionen verloren?
* Dich gefragt, wie Excel für Dich rechnet?

Dann ist dieser Workshop für Dich vielleicht richtig! Panik ausgeschlossen. Humor inklusive.

Voraussetzungen: E-Mail-Account + Teams-Zugang + Yubikey



Gabriela Masetti
Tel: +49 (89) 8393-4664
Raum: EDV Raum NK 11/12 UG
Uhrzeit: 09:30 bis 12:00

Oktober	November				
Mo 12.10. Mo 19.10.	Mo 02.11. Mo 09.11.				



ABA

Barlach-strasse

Polizei-Kurs: Angriffe und Trick-Betrug abwehren!

Manchmal fühlst Du Dich vielleicht unsicher oder sogar bedroht. Eine Kommissarin der Polizei München aus der Abteilung Opfer·schutz und Prävention kommt zu uns. Sie möchte Deine Selbst·sicherheit im Umgang mit Gefahren stärken. Du lernst Gefahren im Alltag kennen und richtig damit umzugehen. Du wirst ausprobieren, welche Mittel zur körperlichen Verteidigung Du hast und wie Du Deine Stimme effektiv einsetzt.
Außerdem informiert uns die Kommissarin über die aktuell verbreiteten Betrugs·maschen. Du lernst wie man betrügerische Angebote erkennt und was zu tun ist, falls Du auf einen Betrug herein·gefallen bist.

Polizei München

Raum: Clubraum 2 EG
Uhrzeit: 09:00 bis 12:00

Oktober Di 20.10. Mi 21.10.					

ABA

Scheidplatz/ Forum am Luitpold



Rollstuhl·tanz - Lasst uns tanzen! (Kurs der MVHS)

Lass Dich von lebendigen Rhythmen aus aller Welt begeistern.

Lass Deinen Körper vom Puls der Musik erfassen.

Die erfahrene Turnier·tänzerin Linda Erdl ist selbst Rollstuhl·fahrerin.

In der Gruppe erarbeitet Sie mit allen gemeinsam verschiedene Gesellschafts·tänze.

Anfänger*innen und Fortgeschrittene sind willkommen.

Du kannst auch ohne Rollstuhl teilnehmen.



Linda Erdl (MVHS)

Raum: Bewohnertreff Scheidplatz (Forum) 1.OG
Uhrzeit: 10:00 bis 11:30

Oktober	November				
Mo 12.10. Mo 26.10.	Mo 02.11. Mo 09.11. Mo 16.11.				



BBB Fachkurs

Barlach-strasse

Scannen lernen leicht gemacht

In diesem Kurs zeigen wir die Grundlagen, die zum Digitalisieren verschiedenster Dokumente erforderlich sind.

Mit Spaß erlangen wir dabei neues technischen Wissen.

Dieses neue Wissen können wir selbst in der Praxis anwenden.

Wir bedienen den Scanner und lernen ein neues Programm am PC kennen.

Voraussetzungen: Eine Hand kann eingesetzt werden



Reinhold Isabel, Landig Dominik
Tel: 089 8393 4665
Raum: Besprechungsraum 3.OG 3.OG
Uhrzeit: 13:30 bis 15:00

Oktober	November	Dezember			
Do 22.10. Do 29.10.	Do 05.11. Do 12.11. Do 19.11. Do 26.11.	Do 03.12.			

ABA

Barlach-strasse



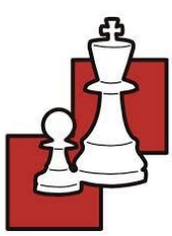
Schach spielen und trainieren für Einsteiger (Unter·stufe)

Schach ist ein sehr altes Spiel aus Indien. Die Spiel·regeln sind etwas knifflig. Jede Art von Figur hat eigene Regeln beim Ziehen und Schlagen von gegnerischen Figuren.

Schach ist gut für das Gehirn und hält den Kopf fit. Und es macht großen Spaß!

Es gibt Schach·kurse für Einsteiger und Fortgeschrittene. So können alle Spieler passend trainieren und Spaß dabei haben.

Dieser Kurs ist für Einsteiger im Schach·spiel. Wir lernen die Regeln sowie die ersten Schritte beim Schach.



Münchner Schachakademie Felix Brychcy
Tel: brychcy@mucschach.de
Raum: Realschule Raum 106 1.OG
Uhrzeit: 14:00 bis 15:30

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Di 06.10.	Di 10.11.	Di 01.12.	Di 12.01.	Di 02.02.	Di 02.03.
Di 13.10.	Di 17.11.	Di 08.12.	Di 19.01.	Di 16.02.	Di 09.03.
Di 20.10.	Di 24.11.	Di 15.12.	Di 26.01.	Di 23.02.	
Di 27.10.		Di 22.12.			

ABA

Barlach-strasse



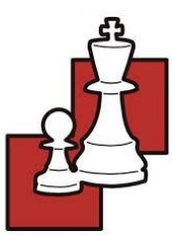
Schach spielen und trainieren für Fortgeschrittene (Mittel·stufe)

Schach ist ein sehr altes Spiel aus Indien. Die Spielr·egeln sind etwas knifflig. Jede Art von Figur hat eigene Regeln beim Ziehen und Schlagen von gegnerischen Figuren.

Schach ist gut für das Gehirn und hält den Kopf fit. Und es macht großen Spaß!

Es gibt Schach·kurse für Einsteiger und Fortgeschrittene. So können alle Spieler passend trainieren und Spaß dabei haben.

Dieser Kurs ist für fortgeschrittene Schach·spieler. Wir spielen und lernen dabei neue knifflige Züge kennen und anwenden.



Münchner Schachakademie Felix Brychcy
Tel: brychcy@mucschach.de
Raum: Realschule Raum 106 1.OG
Uhrzeit: 14:00 bis 15:30

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Mo 05.10.	Mo 09.11.	Mo 07.12.	Mo 11.01.	Mo 01.02.	Mo 01.03.
Mo 12.10.	Mo 16.11.	Mo 14.12.	Mo 18.01.	Mo 15.02.	Mo 08.03.
Mo 19.10.	Mo 23.11.	Mo 21.12.	Mo 25.01.	Mo 22.02.	
Mo 26.10.	Mo 30.11.				

BBB Vertiefungs-kurs

Barlach-strasse



Sicher durchs Internet

Das Internet ist ein riesiger digitaler Raum geworden, der fast überall auf der Welt genutzt wird. Das Internet ist meist eine große Bereicherung, wenn man zum Beispiel etwas wissen will. Aber es kann auch gefährlich sein. Man muss gut aufpassen, dass man nicht in Fallen tappt, die einem schaden können.

In diesem Kurs lernst Du, solchen Fallen auszuweichen und sicher im Internet zu "surfen". Zudem lernst Du durch praktische Übungen, wie Du Dich im Internet schützen kannst. Wir widmen uns dem Thema zuerst theoretisch und schauen es dann in der Praxis an.



Beate Lahner
Tel: 0151 1955 9252
Raum: EDV Raum NK 11/12 UG
Uhrzeit: 09:15 bis 10:30

November	Dezember				
Mi 18.11. Mi 25.11.	Mi 02.12. Mi 09.12.				



ABA

Scheidplatz/ Forum am Luitpold

Stille Meditation

In diesem Kurs begegnen wir uns selbst.

Wir tauchen gemeinsam in das Jetzt ein und beobachten unseren Körper, Gedanken und Gefühle. Wir nehmen wahr, was ist.

Durch diese Übung lernen wir, uns und andere besser zu verstehen.

Körperliche Belastbarkeit und Ausdauer wird verbessert.

Wir lernen, entschlossener zu handeln und uns besser durchzusetzen.

Wir verbessern die Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen.

Mediation macht uns fit für die Herausforderungen im Alltag.



Alexander Müller
Tel: 089 8393 4990
Raum: Kreativ Labor EG
Uhrzeit: 10:00 bis 11:00

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Di 27.10.	Di 17.11.	Di 01.12. Di 15.12.	Di 12.01. Di 19.01. Di 26.01.	Di 02.02. Di 16.02.	Di 02.03.

ABA

Klopstock-strasse



Strich·männchen-Comic: Einfach zeichnen - groß erzählen

Wir steigen gemeinsam in das Zeichnen von Strich·männchen ein.

Mit wenigen Strichen lassen wir ein Comic entstehen. Wir verfolgen dabei Ansätze aus der Kunst·therapie - es geht um Gefühle, Spannung, Außergewöhnliches aber auch das ganz normale Leben.

Wir lassen unserer Kreativität freien Lauf. Mit einfachen Zeichnungen können wir los·lassen, kreativ sein und uns selbst erkennen. Wir kreieren mit Erinnerungen, verrückten Phantasien oder Wünschen neue Bilder und Geschichten und erwecken sie zum Leben.

Voraussetzungen: Stift führen können



André Hackmann
Tel: 089 8393 4740
Raum: BBB Schulungs-Raum weiß 1.OG
Uhrzeit: 13:00 bis 15:00

Januar	Februar	März			
Mo 11.01. Mo 18.01. Mo 25.01.	Mo 01.02. Mo 08.02. Mo 15.02. Mo 22.02.	Mo 01.03. Mo 08.03.			



ABA

Klopstock-strasse

Vorstellungs·gespräch üben & vorbereiten

Du möchtest wissen, wie ein Vorstellungs·gespräch abläuft oder Dich auf ein Vorstellungs·gespräch vorbereiten?

Dann bist Du hier richtig! Gemeinsam beschäftigen wir uns mit diesen Themen:

- Warum gibt es ein Vorstellungs·gespräch?
- Wie kann ich mich vorbereiten?
- Wie ist der Ablauf?
- Was sind Fragen an mich? Welche Fragen kann ich stellen?
- Was sollte ich während des Vorstellungs·gesprächs tun und was nicht?

Wir werden das Vorstellungs·gespräch auch zusammen üben.



Deborah Seidlitz

Raum: BBB Schulungs-Raum weiß 1.OG
Uhrzeit: 09:30 bis 11:30

Januar	Februar				
Mi 20.01. Mi 27.01.	Mi 03.02.				

ABA

Barlach-strasse



Werkstatt·rat Café: Treffpunkt für Vorträge, Austasuch und Begegnung

Im neuen Werkstattrat Cafe haben wir bei jedem Termin ein bestimmtes Thema, über das uns ein Referent informieren und sich offen mit uns austauschen wird.

Die geplanten Themen sind:

Schwerbehinderten·vertretung, Rechte und Mitbestimmung im Arbeit·salltag, Persönliche Entwicklung und Weiterbildung, Behinderungs·bilder, Entlohnung, Freizeit·angebote und soziale Aktivitäten (Insel).

Alle Werkstatt·mitarbeitenden sind willkommen!

Hinweis: Der Kurs ist teils donnerstags und teils freitags.



Stephanie Steiglechner

Raum: Clubraum 3 EG
Uhrzeit: 10:30 bis 12:00

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Do 15.10.	Fr 13.11.	Fr 11.12.	Do 14.01.	Do 11.02.	Do 11.03.

WE.ZET
Die Werkstattzeitung

ABA

Barlach-strasse

WeZet Redaktion - Werkstatt·zeitung mit gestalten

Werde Mitglied in der Redaktion der WeZet!

Die We.Zet ist die Werkstatt·zeitung der Pfennigparade. Hier werden Artikel rund um die Interessen der Werkstatt·mitarbeitenden veröffentlicht.

Im Kurs schreiben und besprechen wir Artikel für die WeZet. Die Artikel können als Text, Video, Audio oder Zeichnung abgegeben werden.

Im Internet findest Du die Artikel unter www.wezet-pfennigparade.de.

Alle sind willkommen.

Voraussetzungen: Interesse, Artikel im WeZet-Blog (www.wezet-pfennigparade.de) zu veröffentlichen

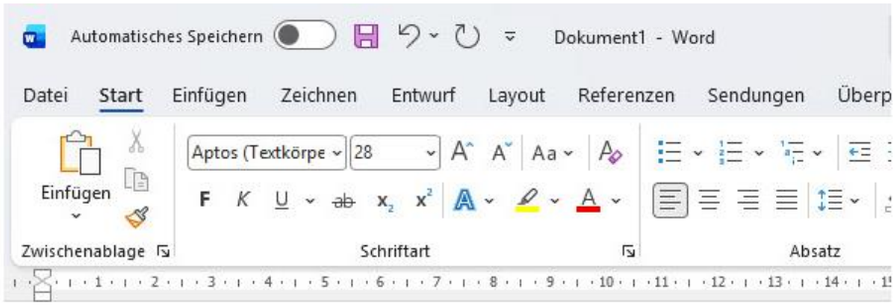


Carina Schneider
Tel: 089 8393 4638
Raum: Medienservice Studio Raum 410 4.OG
Uhrzeit: 14:00 bis 15:30

Februar	März				
Do 04.02. Do 11.02. Do 18.02. Do 25.02.	Do 04.03.				

BBB Vertiefungs-kurs

Barlach-strasse



WORD KENNENLERNEN

Los geht´s!

Word Kurs: Text·verarbeitung für Anfänger

Wir lernen gemeinsam die Funktionen sowie Tipps und Tricks in Word kennen.

Zuerst erstellen wir eine Speicherstruktur im Explorer, um unsere Übungen sinnvoll abzuspeichern.

Jeder übt am eigenen PC die verschiedenen Möglichkeiten zum Markieren und Bearbeiten von Wörtern, Sätzen und Absätzen.

Wir lernen Schritt für Schritt mit viel Praxis die vielen Angebote zur Formatierung von Texten in Word kennen.

Auch das Speichern, Drucken und Erstellen einer PDF-Datei üben wir.

Voraussetzungen: selbständige Bedienung von Maus und Tastatur / Joystick



Beate Lahner
Tel: 0151 1955 9252
Raum: EDV Raum NK 11/12 UG
Uhrzeit: 09:30 bis 10:30

Januar	Februar				
Mi 13.01. Mi 20.01. Mi 27.01.	Mi 03.02. Mi 10.02. Mi 17.02.				



ABA

Gärtnerei

Achtsamkeit in der Gärtnerei

Erlebe Achtsamkeit inmitten unserer Gärtnerei!

In unserem Achtsamkeits-Kurs wollen wir den Alltag hinter uns lassen.

Wir kommen bewusst zur Ruhe und nehmen unsere Umwelt mit allen Sinnen bewusst wahr.

Durch einfache Übungen stärken wir unser innere Balance.

Wir reduzieren Stress und tanken neue Energie.

Voraussetzungen: nur für Fussgänger



Aleksandar Radivojevic
Tel: 089 3117245
Raum: Gärtnerei am Hart
Uhrzeit: 08:00 bis 09:00

Januar	Februar	März			
Mo 11.01. Mo 18.01. Mo 25.01.	Mo 01.02. Mo 08.02. Mo 15.02. Mo 22.02.	Mo 01.03. Mo 08.03.			

ABA

Bücherkiste/ Kunsthand werk



Achtung Betrug - So schützt du dich!

Du möchtest lernen, wie man Betrug erkennt und sich im Alltag besser schützt?

In diesem Kurs sprechen wir über verschiedene Betrugsmaschen wie Phishing, Fake

-Profile, Love Scamming oder Identitäts·diebstahl. Das erwartet dich:

- Informationen zu aktuellen Betrugs·maschen
- Tipps zum sicheren Umgang mit E-Mails und Social Media
- Schutz von persönlichen Daten und Passw·örtern
- Austausch, praktische Beispiele und gemeinsame Übungen

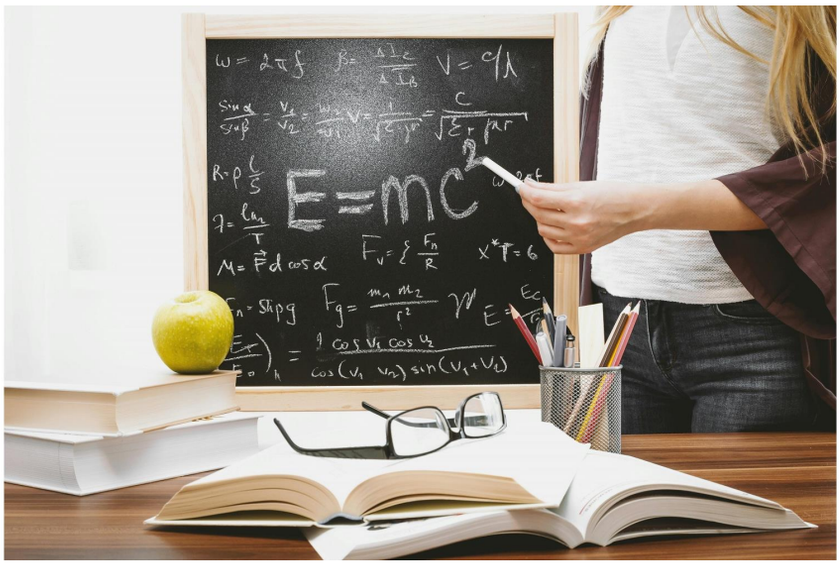
Der Kurs ist für alle, die sich informieren und im Alltag sicherer fühlen möchten.

Voraussetzungen: Nur Mitarbeitende des Standorts Hanauerstraße 85a



Sophie Großmann
Tel: 089 8393 4754
Raum: Beprechungsraum BüKi / KHW 1.OG
Uhrzeit: 14:00 bis 15:00

November	Dezember				
Mi 18.11. Mi 25.11.	Mi 02.12. Mi 09.12.				



BBB Grundkurs

Bücherkiste/ Kunsthand werk

Arbeit und Berufs·bildung (Grund·kurs 2) - MOO

Wir sprechen im Kurs über die Arbeit in der Werkstatt der Stiftung Pfennig·parade.

Du bekommst Antworten auf viele Fragen, wie zum Beispiel:

- wie ist die Stiftung Pfennig·parade und das ChancenWerk aufgebaut?
- wie ist der Weg vom Eingangs·verfahren bis zur Arbeit in der Werkstatt·gruppe?
- was machen Sozial·dienst, Geschäfts·führung, Werkstatt·rat und Frauen·beauftragte?
- was dürfen und was müssen die Mitarbeiter*innen in der Werkstatt tun?
- wie wird der Lohn berechnet?
- wie kann man sich in der Werkstatt weiter·entwickeln?



Maria Eidenmüller
Tel: 015119559248
Raum: Beprechungsraum BüKi / KHW 1.OG
Uhrzeit: 10:45 bis 12:00

Oktober	November				
Do 08.10.	Do 05.11.				
Do 15.10.	Do 12.11.				
Do 22.10.	Do 19.11.				
Do 29.10.	Do 26.11.				

BBB
Fachkurs

Gärtnerei



Die Gemüse·pflanze im Winter

Wir verfolgen anhand eines Endivien·salats, wie eine Gemüse·pflanze im Winter wächst.

Wir sprechen über die Besonderheiten, die beachtet werden müssen.

Wir lernen, welche Erde die Pflanze benötigt und welche Nähr·stoffe sie aufnimmt und braucht.

Wir beobachten und sprechen über den Einfluss von Wärme, Licht und den direkten Pflanzen·nachbarn auf das Wachstums der Pflanze.

Wir lernen auch mögliche Krankheiten der Pflanze kennen und erkennen.



Frederic Sennert
Tel: 089 3117245
Raum: Gärtnerei am Hart
Uhrzeit: 08:00 bis 09:00

November	Dezember	Januar			
Fr 06.11. Fr 13.11.	Fr 04.12. Fr 11.12. Fr 18.12.	Fr 08.01. Fr 15.01. Fr 22.01. Fr 29.01.			

ABA

Bücherkiste/ Kunsthand werk



Erste Hilfe Teil·lehrgang 1 - Wunden richtig versorgen

Bernhard Hartmann vom Arbeiter Samariter Bund aus München macht Dich mit einem wichtigen Teil in der Ersten Hilfe vertraut. In diesem ersten Teil·lehrgang geht es um Wunden und Verletzungen. Du lernst, wie Du eine Wunde richtig selbst versorgst und was Du dabei beachten musst. Im Kurs wird fleißig geübt, damit Du sicher wirst im Umgang mit Pflaster, Verband und allem, was dazu gehört. Thema wird auch sein, wie Du Dich selbst vor Verletzungen schützen kannst. Jede*r kann helfen - auch wenn man nur jemand anderem sagen kann, was er/sie tun soll!

Arbeiter Samariter Bund B. Hartmann

Raum: Beprechungsraum BüKi / KHW 1.OG
Uhrzeit: 10:30 bis 14:30

Februar Mi 17.02.					

ABA

Bücherkiste/ Kunsthand werk



Französisch für Anfänger

In diesem Kurs lernst du die wichtigsten Grundlagen der französischen Sprache, einfach praktisch und ohne Stress.

Gemeinsam üben wir echte Situationen aus dem Alltag, einfache Gespräche und eine gute Aussprache.

Das erwartet Dich:

- Erste Gespräche auf Französisch
- Sich vorstellen, Sätze aus dem Alltag, Wortschatz für Reisen, Freizeit...
- Spielerisch Übungen und interaktive Lernmethoden

Voraussetzungen: Nur Mitarbeitende vom Standort Hanauerstraße 85a



Karima Silhadi

Raum: Beprechungsraum BüKi / KHW 1.OG
Uhrzeit: 14:00 bis 15:00

Oktober	November	Dezember			
Mo 05.10.	Mo 02.11.	Mo 07.12.			
Mo 12.10.	Mo 09.11.				
Mo 19.10.	Mo 16.11.				
Mo 26.10.	Mo 23.11.				
	Mo 30.11.				



Frauen·café - lockerer Austausch unter Frauen (AutArK)

Bei unseren Treffen können alle Fragen und Themen angesprochen werden, die Euch unter den Nägeln brennen. Wir können auch verschiedene aktuelle Themen besprechen, die euch interessieren. Aber keine Angst, wir können auch einfach mal nur "ratschen" und Kaffee trinken. Wir gestalten unser Treffen wie uns der Sinn steht.

Wichtig ist uns ein respektvoller Umgang miteinander.

Jedes Thema wird ernst genommen.

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

Voraussetzungen: Nur für Mitarbeiterinnen von AutArk



Brigitte Asam, Anja Hupfer
Tel: 01511 9559246
Raum: Schulungsraum AutArK
Uhrzeit: 10:45 bis 12:15

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Do 08.10.	Do 12.11.	Do 10.12.	Do 14.01.	Do 11.02.	Do 11.03.

ABA

Bücherkiste/ Kunsthand werk



Frauen·café - lockerer Austausch unter Frauen MOO

Bei unseren Treffen können alle Fragen und Themen angesprochen werden, die Euch unter den Nägeln brennen. Wir können auch verschiedene aktuelle Themen besprechen, die euch interessieren. Aber keine Angst, wir können auch einfach mal nur "ratschen" und Kaffee trinken. Wir gestalten unser Treffen wie uns der Sinn steht.

Wichtig ist uns ein respektvoller Umgang miteinander.

Jedes Thema wird ernst genommen.

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

Voraussetzungen: Nur für Frauen



Brigitte Asam, Anja Hupfer
Tel: 01511 9559246
Raum: Schulungsraum AutArK Han 85 (Moo)
Uhrzeit: 10:30 bis 12:00

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Do 01.10.	Do 05.11.	Do 03.12.	Do 07.01.	Do 04.02.	Do 04.03.



ABA

AutArK

Gemeinschaftliches Spielen - AutArK (Han 58)

In unterschiedlichen Teams spielen wir verschiedene Spiele.

Wir sprechen uns untereinander ab, was gespielt wird.

Gerne können neue Spiele vorgestellt und erklärt werden.

Voraussetzungen: Nur für Personen von AutArK



Dominic Dorfner
Tel: 089 8393 4719
Raum: Schulungsraum AutArK
Uhrzeit: 14:00 bis 15:00

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Mo 05.10.	Mo 02.11.	Mo 07.12.	Mo 11.01.	Mo 01.02.	Mo 01.03.
Mo 12.10.	Mo 09.11.	Mo 14.12.	Mo 18.01.	Mo 15.02.	Mo 08.03.
Mo 19.10.	Mo 16.11.	Mo 21.12.	Mo 25.01.	Mo 22.02.	
Mo 26.10.	Mo 23.11.				
	Mo 30.11.				

BBB Fachkurs

Bücherkiste/ Kunsthand werk



Grund·kurs Bücher·kiste

Die Münchner Bücher·kiste ist eine sehr interessante Werkstatt der Pfennigparade. Hier werden gespendete Bücher, CDs und DVDs weiter·verkauft. Die Waren werden im Internet und im Laden vor Ort angeboten.

Im Kurs erfahren wir mehr über die einzelnen Arbeits·schritte in der Bücher·kiste.

Wir werden uns mit der Lagerung sowie dem Verkauf unserer Bücher in unserem Laden als auch mit dem Online·verkauf beschäftigen.

Es wird auch eine Einführung in die Grundlagen der Bücher·kiste geben.

Voraussetzungen: Nur Werkstatt·mitarbeitende des Standorts Hanauerstraße 85



Daniel Brenninger
Tel: 089 8393 4748
Raum: Gruppenraum BüKi
Uhrzeit: 10:00 bis 11:00

Januar					
Do 14.01. Do 21.01. Do 28.01.					



ABA

Gärtnerei

Heben und Tragen - so geht´s richtig

Viele von uns klagen über Rücken·schmerzen.

Stress, der falsche Stuhl, die falsche Matratze aber auch schwere Dinge heben sind Ursachen für Rücken·schmerzen. In der Gärtnerei müssen wir häufiger schwere Dinge heben und tragen. Im Kurs lernen wir die richtige Technik für Heben und Tragen, ohne den Rücken zu belasten.

Wir lernen praktische Hebe-Übungen, die uns den Arbeits·alltag erleichtern und unsere Gesundheit schützen.



Ramadan Avdyli
Tel: 089 3117 245
Raum: Gärtnerei am Hart
Uhrzeit: 09:00 bis 10:00

Januar	Februar	März			
Fr 29.01.	Fr 05.02. Fr 12.02. Fr 19.02. Fr 26.02.	Fr 05.03. Fr 12.03.			

ABA

Bücherkiste/ Kunsthand werk



Hör·bücherei

Tauche in eine Welt der unendlichen Geschichten mit unseren Hör·büchern ein.

Wir treffen uns jede Woche und hören gemeinsam ein Hör·buch.

Dieses wird im Anschluss gemeinsam besprochen und reflektiert.

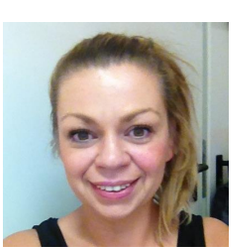
Wir fördern dabei verschiedene Kompetenzen wie:

- Aufmerksamkeit und Konzentration

- Zuhören, Merk·fähigkeit und Wiedergabe·fähigkeit

- Team·fähigkeit

Voraussetzungen: Nur Mitarbeitende des Standorts Hanauerstraße 85a



Behare Osmani
Tel: 089 8393 4743
Raum: Beprechungsraum BüKi / KHW 1.OG
Uhrzeit: 13:30 bis 15:00

Januar	Februar	März			
Di 12.01.	Di 02.02.	Di 02.03.			
Di 19.01.	Di 09.02.	Di 09.03.			
Di 26.01.	Di 16.02.	Di 16.03.			
	Di 23.02.				



BBB Vertiefungs-kurs

Bücherkiste/ Kunsthand werk

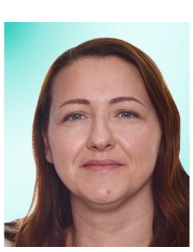
Klima·wandel - was geht mich das an? (MOO)

In den Medien ist fast jeden Tag von Klima·wandel und der Erwärmung der Erde die Rede.

Wir wollen herausfinden, was genau damit gemeint ist und warum es ein so großes Problem für die Menschheit und unseren Planeten darstellt.

Gemeinsam erkunden wir die Ursachen für den Klima·wandel.

Wir finden heraus, in wie weit und mit welchen Maßnahmen jede und jeder von uns einen kleinen Beitrag zum Schutz des Klimas leisten kann.



Yvonne Richter
Tel: 089 8393 4691
Raum: Beprechungsraum BüKi / KHW 1.OG
Uhrzeit: 10:45 bis 12:00

Februar	März				
Di 02.02. Di 16.02. Di 23.02.	Di 02.03.				

BBB Grundkurs

Bücherkiste/ Kunsthand werk

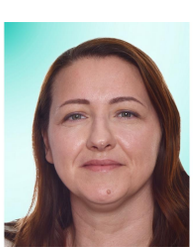


Kommunikation und Team·arbeit (Grund·kurs 3) - AutArK

In unserer Arbeit ist es wichtig, dass wir miteinander reden und uns verstehen.

Im Kurs lernen wir viele wichtige Dinge rund um gute Kommunikation und Team·arbeit:

- Was ist Kommunikation und wie funktioniert sie?
- Regeln für einen respekt·vollen Umgang
- wie sehen wir uns selbst und wie sehen uns andere?
- Was passiert, wenn wir zu schnell eine Meinung bilden
- verschiedene Arten von Behinderung und Einschränkung



Yvonne Richter
Tel: 089 8393 4691
Raum: Beprechungsraum BüKi / KHW 1.OG
Uhrzeit: 10:45 bis 12:00

Oktober	November	Dezember			
Mi 07.10. Mi 14.10. Mi 21.10. Mi 28.10.	Mi 11.11. Mi 25.11.	Mi 02.12. Mi 09.12.			



BBB Fachkurs

AutArK

Lager und Versand

Im Kurs lernen wir, wie verkaufte Artikel nachhaltig und sach·gerecht verpackt werden.

Dazu gehören diverse Arbeits·schritte wie:

- passendes Füll·material herstellen

- Anwendung von Cutter·messer, Pack·band Hand·abroller, Waage usw.

- Ware platz·sparend verpacken und sachgerecht zukleben

- sicherer Transport der Pakete zur Pack·station

Voraussetzungen: Dieser Kurs ist nur für die Mitarbeitenden der E-Commerce Gruppen AutArK



Elisabeth Zellhuber
Tel: 089 8393 4718
Raum: Schulungsraum AutArK
Uhrzeit: 13:30 bis 14:30

Oktober	November	Dezember			
Do 01.10. Do 15.10. Do 29.10.	Do 12.11. Do 26.11.	Do 10.12.			

ABA

Schreinerei Moosach



Lebens·linien

In diesem Kurs werden Personen des öffentlichen Lebens vor und hinter der Kamera vorgestellt.

Wir finden heraus, welche Schicksale oft hinter der Maske der Öffentlichkeit stehen.

Im Anschluss dazu diskutieren und reflektieren wir über die jeweilige Person und dessen Werde·gang. Dabei beleuchten wir Tragisches wie Erfreuliches.



Markus Pauly
Tel: 089 4524 7394
Raum: Schreinerei Moosach
Uhrzeit: 10:00 bis 12:00

Oktober					
Fr 02.10.					
Fr 09.10.					
Fr 16.10.					
Fr 23.10.					
Fr 30.10.					



BBB Vertiefungs-kurs

Bücherkiste/ Kunsthand werk

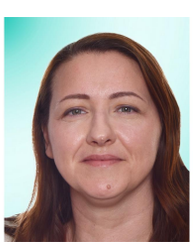
Lese·zeit & Aktuelles (MOO)

In der Welt passiert jeden Tag etwas. Die Nachrichten sind häufig gar nicht so einfach zu verstehen. Aber reicht es, deshalb nur die Überschriften aus der Bild·zeitung zu lesen?

Wir lesen Artikel und sprechen über die aktuellen Themen der Welt und gehen ihnen gemeinsam auf den Grund. Jede*r liest dabei einmal vor.

Wir vergleichen die Schlag·zeilen und Inhalte der einzelnen Medien wie z.B. Münchner Merkur oder Bild·zeitung. Wir lernen, warum wir kritisch auf Schlag·zeilen schauen sollten. Die Themen suchen wir gemeinsam nach euren Interessen aus.

Voraussetzungen: Interesse an aktuellen Themen und lautem Vorlesen



Yvonne Richter
Tel: 089 8393 4691
Raum: Beprechungsraum BüKi / KHW 1.OG
Uhrzeit: 10:45 bis 12:00

Januar	Februar				
Mi 20.01. Mi 27.01.	Mi 03.02. Mi 17.02.				

BBB
Fachkurs

Gärtnerei



Maschinen·kunde - Bedienung und Fehler·suche

Jeden Tag arbeiten wir mit verschiedenen Maschinen und Geräten. Manche davon sind einfache Werkzeuge. Andere wie z.B. Frei·schneider, Rasen·mäher, Laub·bläser und Hecken ·schere sind mit Motor und Antrieb ausgestattet. Im Kurs wollen wir die Technik und Funktions ·weise der Maschinen und Geräte besser kennenlernen. Denn wer sich gut mit einem Arbeits ·gerät auskennt, kann es auch besser bedienen. Wir lernen:

- Auf was muss ich bei der Anwendung achten?
- Welche persönliche Schutz·ausrüstung muss ich tragen?
- Was kann der Grund sein, wenn ein Gerät nicht richtig oder gar nicht funktioniert?



Ramadan Avdyli
Tel: 089 3117 245
Raum: Gärtnerei am Hart
Uhrzeit: 09:00 bis 12:00

Januar					
Fr 08.01. Fr 15.01. Fr 22.01.					



BBB Fachkurs

AutArK

Plastisches Gestalten

In diesem Kurs lernen wir, was plastisches Gestalten ist.

Wir reisen durch die Kunst·geschichte und lernen, wie sich plastisches Gestalten entwickelte und was für eine Rolle es spielt.

Wir lernen neue bild·hauerische Techniken kennen, experimentieren mit verschiedenen Materialien und Stylen usw.

Voraussetzungen: Nur für die Beschäftigte der Open Art Gallery AutArK



Tina Rade
Tel: 089 8393 4720
Raum: Gruppenraum AutArK
Uhrzeit: 10:45 bis 12:05

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Do 01.10. Do 15.10. Do 29.10.	Do 12.11. Do 26.11.	Do 10.12.	Do 07.01. Do 21.01.	Do 04.02. Do 18.02.	Do 04.03.

ABA

Bücherkiste/ Kunsthand werk



Polizei-Kurs: Angriffe und Trick-Betrug abwehren! (MOO)

Manchmal fühlst Du Dich vielleicht unsicher oder sogar bedroht. Eine Kommissarin der Polizei München aus der Abteilung Opfer·schutz und Prävention kommt zu uns. Sie möchte Deine Selbst·sicherheit im Umgang mit Gefahren stärken. Du lernst Gefahren im Alltag kennen und richtig damit umzugehen. Du wirst ausprobieren, welche Mittel zur körperlichen Verteidigung Du hast und wie Du Deine Stimme effektiv einsetzt.
Außerdem informiert uns die Kommissarin über die aktuell verbreiteten Betrugs·maschen. Du lernst wie man betrügerische Angebote erkennt und was zu tun ist, falls Du auf einen Betrug herein·gefallen bist.

Polizei München

Raum: Beprechungsraum BüKi / KHW 1.OG
Uhrzeit: 09:00 bis 12:00

März Di 09.03. Mi 10.03.					



Presse·schau

Bei Medien·kompetenz geht es nicht nur darum, einen Computer oder ein Smart·phone bedienen zu können. Im Kurs analysieren wir die aktuellen Themen des Tages und vergleichen verschiedene Tages·zeitungen miteinander. Dabei lernen wir

- welche Arten von Medien es gibt und welche Bedeutung sie haben
- warum es wichtig ist, die Quelle und ihre Seriosität zu kennen
- die fünf klassischen Ressorts (Bereiche) kennen
- wo der jeweilige politische redaktionelle Schwerpunkt der Zeitung liegt
- den Unterschied zwischen einem Kommentar und einem Bericht kennen



Stefan Joachimsthaler
Tel: 089 8393 4756
Raum: Beprechungsraum BüKi / KHW 1.OG
Uhrzeit: 13:30 bis 15:30

Januar	Februar				
Do 21.01. Do 28.01.	Do 04.02. Do 11.02. Do 18.02.				

BBB Vertiefungs-kurs

Bücherkiste/ Kunsthand werk



Sicher durchs Internet (MOO)

Das Internet ist ein riesiger digitaler Raum geworden, der fast überall auf der Welt genutzt wird. Das Internet ist meist eine große Bereicherung, wenn man zum Beispiel etwas wissen will. Aber es kann auch gefährlich sein. Man muss gut aufpassen, dass man nicht in Fallen tappt, die einem schaden können.

In diesem Kurs lernst Du, solchen Fallen auszuweichen und sicher im Internet zu "surfen". Zudem lernst Du durch praktische Übungen, wie Du Dich im Internet schützen kannst. Wir widmen uns dem Thema zuerst theoretisch und schauen es dann in der Praxis an.



Maria Eidenmüller
Tel: 015119559248
Raum: Beprechungsraum BüKi / KHW 1.OG
Uhrzeit: 10:45 bis 12:00

Januar	Februar				
Do 21.01. Do 28.01.	Do 11.02. Do 18.02.				



ABA

AutArK

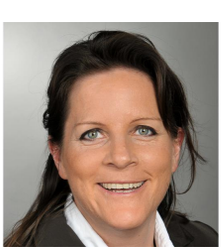
Sozialkompetenz·training AutArK DL 2 (Han 85)

Wir wollen in einer kleinen Gruppe berufliche und soziale Kompetenzen erarbeiten und vertiefen.

In diesem geschützten Rahmen gibt es die Möglichkeit, die individuelle Leistungs·fähigkeit einzuschätzen. Es können Strategien entwickelt werden, um die Leistungs·fähigkeit zu steigern.

Auf diese Weise kann jede(r) die eigene Persönlichkeit weiter entwickeln.

Voraussetzungen: WMA von AutArK



Martina Edlmayr
Tel: 089 8393 4721
Raum: Konferenzraum
Uhrzeit: 14:00 bis 15:30

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Do 01.10. Do 15.10. Do 29.10.	Do 12.11. Do 26.11.	Do 10.12.	Do 07.01. Do 21.01.	Do 04.02. Do 18.02.	Do 04.03.

ABA

AutArK



Sozialkompetenz·training E-Commerce 1

Wir wollen in einer kleinen Gruppe berufliche und soziale Kompetenzen erarbeiten und vertiefen.

In diesem geschützten Rahmen gibt es die Möglichkeit, die individuelle Leistungs·fähigkeit einzuschätzen. Es können Strategien entwickelt werden, um die Leistungs·fähigkeit zu steigern.

Auf diese Weise kann jede(r) die eigene Persönlichkeit weiter entwickeln.

Voraussetzungen: WB aus T-E-S Bereich



Liubov Marchenko
Tel: 0176 1990 0479
Raum: Schulungsraum AutArK
Uhrzeit: 14:00 bis 15:30

Oktober	November	Januar	Februar		
Mo 26.10.	Mo 23.11.	Mo 18.01.	Mo 15.02.		



ABA

AutArK

Sozialkompetenz·training E-Commerce 2

Wir wollen in einer kleinen Gruppe berufliche und soziale Kompetenzen erarbeiten und vertiefen.

In diesem geschützten Rahmen gibt es die Möglichkeit, die individuelle Leistungs·fähigkeit einzuschätzen. Es können Strategien entwickelt werden, um die Leistungs·fähigkeit zu steigern.

Auf diese Weise kann jede(r) die eigene Persönlichkeit weiter entwickeln.

Voraussetzungen: WB aus T-E-S Bereich



Liubov Marchenko
Tel: 0176 1990 0479
Raum: Schulungsraum AutArK
Uhrzeit: 14:00 bis 15:30

Oktober	November	Januar	Februar		
Mo 05.10.	Mo 02.11. Mo 30.11.	Mo 25.01.	Mo 22.02.		

ABA

AutArK



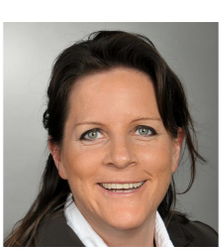
Sozialkompetenz·training E-Commerce 3 (AutArK/ Han 85)

Wir wollen in einer kleinen Gruppe berufliche und soziale Kompetenzen erarbeiten und vertiefen.

In diesem geschützten Rahmen gibt es die Möglichkeit, die individuelle Leistungs·fähigkeit einzuschätzen. Es können Strategien entwickelt werden, um die Leistungs·fähigkeit zu steigern.

Auf diese Weise kann jede(r) die eigene Persönlichkeit weiter entwickeln.

Voraussetzungen: Werkstattmitarbeiter aus dem Autismusbereich



Martina Edlmayr
Tel: 089 8393 4721
Raum: Schulungsraum AutArK Han 85 1.OG
Uhrzeit: 14:00 bis 15:30

Oktober	November	Dezember	Januar		
Do 08.10. Do 22.10.	Do 05.11. Do 19.11.	Do 03.12. Do 17.12.	Do 14.01. Do 28.01.		



ABA

AutArK

Sozialkompetenz·training EDV / DL

Wir wollen in einer kleinen Gruppe berufliche und soziale Kompetenzen erarbeiten und vertiefen.

In diesem geschützten Rahmen gibt es die Möglichkeit, die individuelle Leistungs·fähigkeit einzuschätzen. Es können Strategien entwickelt werden, um die Leistungs·fähigkeit zu steigern.

Auf diese Weise kann jede(r) die eigene Persönlichkeit weiter entwickeln.

Voraussetzungen: WB aus T-E-S- Bereich



Liubov Marchenko
Tel: 0176 1990 0479
Raum: Schulungsraum AutArK
Uhrzeit: 14:00 bis 15:30

Oktober	November	Dezember	Februar	März
Mo 12.10.	Mo 09.11.	Mo 07.12.	Mo 01.02.	Mo 01.03.

ABA

AutArK



Sozialkompetenz·training Kreativ·gruppe

Wir wollen in einer kleinen Gruppe berufliche und soziale Kompetenzen erarbeiten und vertiefen.

In diesem geschützten Rahmen gibt es die Möglichkeit, die individuelle Leistungs·fähigkeit einzuschätzen. Es können Strategien entwickelt werden, um die Leistungs·fähigkeit zu steigern.

Auf diese Weise kann jede(r) die eigene Persönlichkeit weiter entwickeln.

Voraussetzungen: WB aus T-E-S Bereich



Liubov Marchenko
Tel: 0176 1990 0479
Raum: Schulungsraum AutArK
Uhrzeit: 14:00 bis 15:30

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Mo 19.10.	Mo 16.11.	Mo 14.12.	Mo 11.01.	Mo 08.02.	Mo 08.03.



BBB
Fachkurs

AutArK

Stil·richtungen und Epochen

Im Kurs beschäftigen wir uns mit den verschiedenen Stil·richtungen und Epochen.

Wir lernen unter anderem:

- welche Stil·richtungen es gibt

- wie die Stil·richtungen in verschiedenen Skizzen angewendet werden können

- welche kunst·geschichtlichen Epochen es gibt

Voraussetzungen: Nur für Personen von AutArK



Tina Rade
Tel: 089 8393 4720
Raum: Schulungsraum AutArK
Uhrzeit: 14:00 bis 15:00

Februar					
Do 11.02. Do 18.02. Do 25.02.					

ABA

AutArK



Walking - Bewegung an der frischen Luft

Bist Du gerne draußen in der Natur?

Beim Walking laufen wir flott und bewegen dabei aktiv unsere Arme.

Wir können dabei entspannen und unserem Körper etwas Gutes tun.

Wer Walking-Stöcke hat, kann diese gerne mitbringen. Es geht aber auch ohne Stöcke.

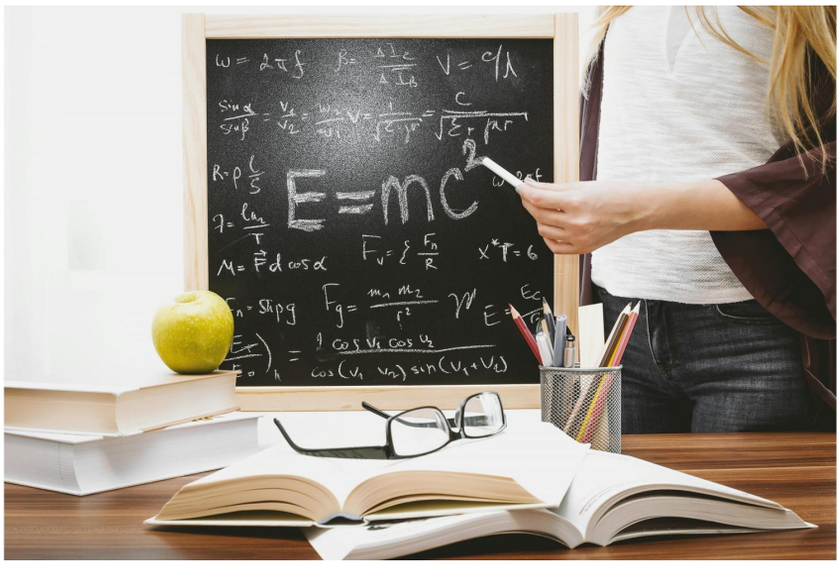
Mit Hilfe dieser aktiven Pausen an der frischen Luft steigern wir unsere Konzentration und Leistungs·fähigkeit.

Voraussetzungen: freie Beweglichkeit



Elisabeth Zellhuber
Tel: 089 8393 4718
Raum: Gruppenraum AutArK
Uhrzeit: 14:00 bis 15:00

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Mi 07.10.	Mi 04.11.	Mi 02.12.	Mi 13.01.	Mi 03.02.	Mi 03.03.
Mi 14.10.	Mi 11.11.	Mi 09.12.	Mi 20.01.	Mi 10.02.	Mi 10.03.
Mi 21.10.	Mi 18.11.	Mi 16.12.	Mi 27.01.	Mi 17.02.	
Mi 28.10.	Mi 25.11.			Mi 24.02.	



BBB Grundkurs

Lise-Meitner-Strasse

Arbeit und Berufs·bildung (Grund·kurs 2)

Wir sprechen im Kurs über die Arbeit in der Werkstatt der Stiftung Pfennig·parade.

Du bekommst Antworten auf viele Fragen, wie zum Beispiel:

- wie ist die Stiftung Pfennig·parade und das ChancenWerk aufgebaut?
- wie ist der Weg vom Eingangs·verfahren bis zur Arbeit in der Werkstatt·gruppe?
- was machen Sozial·dienst, Geschäfts·führung, Werkstatt·rat und Frauen·beauftragte?
- was dürfen und was müssen die Mitarbeiter*innen in der Werkstatt tun?
- wie wird der Lohn berechnet?
- wie kann man sich in der Werkstatt weiter·entwickeln?



Rosalie Axtner
Tel: 089 8393 4693
Raum: Besprechungsraum LMS EG
Uhrzeit: 10:15 bis 11:30

November	Dezember	Januar			
Di 10.11.	Di 01.12.	Di 12.01.			
Di 17.11.	Di 08.12.	Di 19.01.			
Di 24.11.	Di 15.12.				

ABA

Ohmstrasse



Bewegen und Wohlfühlen - Schwung·voll durch den Werkstatt·alltag

Aktivität und bewusste Ernährung ist auch und gerade für Roll·stuhl·fahrende wichtig.

Das Sitzen im Roll·stuhl fordert den Körper auf ganz besondere Weise heraus.

In diesem Kurs dreht sich alles darum, wie Du trotz sitzender Tätigkeit fit bleibst,

Verspannungen löst und Deinen Körper mit der richtigen Energie versorgst.

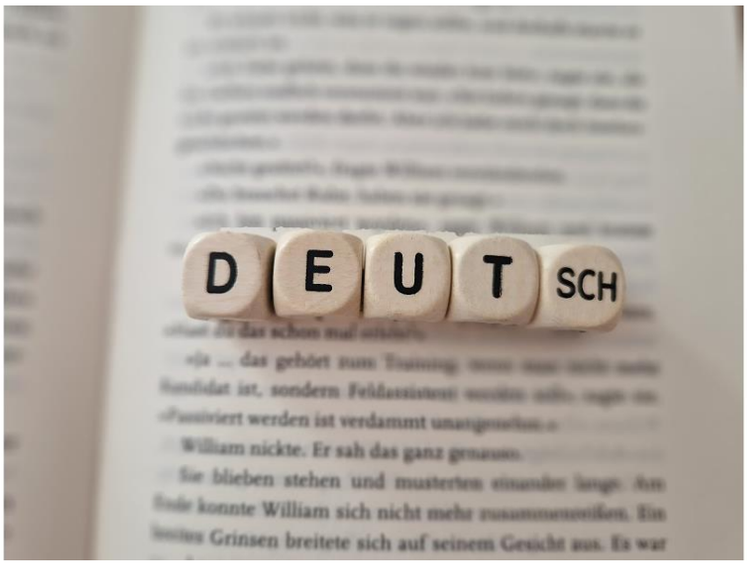
Wir schauen uns gemeinsam an, dass "Sport" und "gesundes Essen" kein Hindernis sein

muss, sondern richtig Spaß machen kann.



Nina Richter
Tel: 089 83934634
Raum: Besprechungsraum Ohmstr. EG
Uhrzeit: 14:00 bis 15:00

Oktober	November	Dezember			
Mi 14.10. Mi 21.10.	Mi 18.11. Mi 25.11.	Mi 02.12. Mi 16.12.			



ABA

Lise-Meitner-Strasse

Deutsch lernen langsam und einfach

In diesem Kurs lernen wir die Wörter und Grundlagen der deutschen Grammatik.

Wir sprechen und singen im Kurs viel Deutsch miteinander.

So wirst Du sicher im Deutsch sprechen und verstehen.



Olga Karpenko-Kildau
Tel: 089 3742 9328
Raum: Besprechungsraum LMS EG
Uhrzeit: 13:30 bis 15:00

Januar	Februar				
Mi 13.01.	Mi 03.02.				
Mi 20.01.	Mi 10.02.				
Mi 27.01.	Mi 17.02.				

ABA

Lise-Meitner-Strasse



Die innere Ruhe für den Alltag stärken

Es gibt Situationen, die eine große Unruhe in uns auslösen.

Ziel unseres Kurs·angebots ist es, wieder innere Ruhe herzustellen.

Dafür zeigen wir Euch Übungen für den Alltag.

Wir schauen dabei auch auf unsere persönlichen Stärken.



Andrea Cooke, Claudia Morgenstern
Tel: 01511 9557866
Raum: Besprechungsraum LMS EG
Uhrzeit: 10:00 bis 11:00

Januar	Februar	März			
Mi 20.01. Mi 27.01.	Mi 03.02. Mi 17.02. Mi 24.02.	Mi 03.03.			



ABA

Lise-Meitner-Strasse

Englisch für den Alltag - Everyday English Course

Überall im Alltag begegnet uns die englische Sprache.

Wenn Du Dich hier sicherer fühlen möchtest, ist der Kurs das Richtige für dich.

Auch wenn Du Dein Englisch etwas auffrischen möchtest, bist du herzlich willkommen.

Voraussetzungen: Du solltest einzelne Wörter lesen können. Englisch ist aber keine Voraussetzung



Corina Thränhardt
Tel: 089 3742 9323
Raum: Besprechungsraum LMS EG
Uhrzeit: 10:15 bis 11:45

Januar	Februar				
Mo 11.01. Mo 18.01. Mo 25.01.	Mo 01.02. Mo 08.02. Mo 15.02. Mo 22.02.				

BBB Vertiefungs-kurs

Lise-Meitner-Strasse



Fit für einfaches Rechnen im Alltag

Wer ist nicht manchmal unsicher im Umgang mit Zahlen und Geld? Viele Menschen tun sich schwer mit dem Rechnen, vor allem in stressigen Situationen. Zum Beispiel an der Kasse wird man schnell unsicher. Aber Übung macht den Meister! Mit vielen praktischen Aufgaben und kleinen Spielen üben wir:

- Zahlen·werte (mit Komma) nach Größe sortieren
- Zahlen schriftlich zusammen·rechnen und voneinander abziehen
- Münzen und Scheine zählen und zusammen·rechnen
- Beträge runden und grob schätzen

Keine Angst: Jeder Kurs·teilnehmende rechnet auf dem eigenen Niveau!



Rosalie Axtner
Tel: 089 8393 4693
Raum: Besprechungsraum LMS EG
Uhrzeit: 13:30 bis 14:45

November	Dezember				
Di 10.11. Di 17.11. Di 24.11.	Di 01.12.				



ABA

Lise-Meitner-Strasse

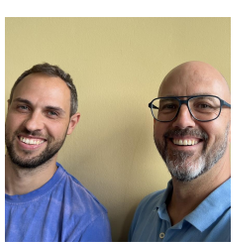
Fit im Kopf und den Händen - Gedächtnis und Motorik trainieren

Beim Spielen lernen wir uns besser kennen.

Mit Hilfe von verschiedenen Gesellschafts·spielen und kreativen Aufgaben fördern wir Konzentration und Merk·fähigkeit.

Dabei schulen wir unser Gedächtnis, Motorik sowie Finger·fertigkeit.

Außerdem trainieren wir unsere sozialen Kompetenzen.



Wick Andreas, Wenhardt Matthias
Tel: 089 - 37429324
Raum: Kantine LMS 1.OG
Uhrzeit: 13:30 bis 15:30

Oktober	November	Dezember	Januar		
Do 01.10.	Do 05.11.	Do 03.12.	Do 07.01.		

ABA

Ohmstrasse



Frauen·café - lockerer Austausch unter Frauen (Ohmstraße)

Bei unseren Treffen können alle Fragen und Themen angesprochen werden, die Euch unter den Nägeln brennen. Wir können auch verschiedene aktuelle Themen besprechen, die euch interessieren. Aber keine Angst, wir können auch einfach mal nur "ratschen" und Kaffee trinken. Wir gestalten unser Treffen wie uns der Sinn steht.

Wichtig ist uns ein respekt·voller Umgang miteinander.

Jedes Thema wird ernst genommen.

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



Brigitte Asam, Anja Hupfer
Tel: 01511 9559246
Raum: Kantine Ohmstr.
Uhrzeit: 13:30 bis 15:00

Februar Do 18.02.					



ABA

Lise-Meitner-Strasse

Frauencafe - Lockerer Austausch unter Frauen (LMS)

Bei unseren Treffen können alle Fragen und Themen angesprochen werden, die Euch unter den Nägeln brennen. Wir können auch verschiedene aktuelle Themen besprechen, die euch interessieren. Aber keine Angst, wir können auch einfach mal nur "ratschen" und Kaffee trinken. Wir gestalten unser Treffen wie uns der Sinn steht.

Wichtig ist uns ein respekt·voller Umgang miteinander.

Jedes Thema wird ernst genommen.

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



Brigitte Asam, Anja Hupfer
Tel: 01511 9559246
Raum: Kantine LMS 1.OG
Uhrzeit: 13:30 bis 15:00

Dezember Di 01.12.					

ABA

Lise-Meitner-Strasse



Grönland Bilder·show - Land & Kultur kennenlernen

Wir schauen gemeinsam Bilder meiner Grönland·reise an.

Ich erzähle dazu Geschichten und Informatives über dieses unbekannte Fleckchen Erde.

Wir reden über Land und Leute in Grönland. Außerdem lernen wir die besondere Kultur der Inuit kennen sowie Besonderheiten über das Leben an diesem außergewöhnlichen Ort.



Marc Pfefferkorn
Mobil: 0151 1955 9254
Raum: Besprechungsraum LMS EG
Uhrzeit: 10:00 bis 11:00

Oktober	November				
Fr 30.10.	Fr 06.11.				



ABA

Lise-Meitner-Strasse

I red Boarisch und Du?

Boarisch - was ist das?

Wir lernen bayrische Wörter und ihre Bedeutung kennen.

Vielleicht hast auch Du einen Dialekt? Ob Fränkisch, Schwäbisch, Niederbayrisch oder Sächsisch, den wir auch Kennenlernen dürfen?

Freut euch auf ein paar unterhaltsame Stunden mit viel Spaß an der bayrischen Sprache.

Voraussetzungen: Du solltest sprechen können

WKM Gertraud Schreiber

Raum: Kantine LMS 1.OG
Uhrzeit: 13:30 bis 15:00

Oktober Mi 14.10. Mi 21.10.					

ABA

Lise-Meitner-Strasse



Ich werde Tutor*in (USH)

Du kommst gerne mit Menschen in Kontakt? Du magst es, Anderen zu helfen? Du übernimmst gerne Verantwortung und neue Aufgaben? Dann werde Tutor:in!

In diesem Kurs erfährst Du alles über das Tutor:innen·system in unserer Werkstat. Du lernst, wie Du neue Werkstatt·mitarbeitende gut willkommen heißt. So wirst Du selbst vom Mit ·arbeitenden zum “Anleitenden”. Du tauschst Dich mit anderen Tutor:innen aus und testest Ihre Kompetenzen in praktischen Übungen. Am Ende bekommst Du eine Bescheinigung und wirkst anschließend als Tutor:in in Deiner Gruppe mit.

Voraussetzungen: Kommunikations·fähigkeit, Kontakt·freudigkeit, Verantwortungs ·bewußtsein, Hilfs·bereitschaft



Rosalie Axtner
Tel: 089 8393 4693
Raum: Besprechungsraum LMS EG
Uhrzeit: 10:15 bis 11:30

Februar					
Di 02.02. Di 09.02. Di 16.02. Di 23.02.					



BBB Vertiefungs-kurs

Lise-Meitner-Strasse

Klima·wandel - was geht mich das an? (USH)

In den Medien ist fast jeden Tag von Klima·wandel und der Erwärmung der Erde die Rede.

Wir wollen herausfinden, was genau damit gemeint ist und warum es ein so großes Problem für die Menschheit und unseren Planeten darstellt.

Gemeinsam erkunden wir die Ursachen für den Klima·wandel.

Wir finden heraus, in wie weit und mit welchen Maßnahmen jede und jeder von uns einen kleinen Beitrag zum Schutz des Klimas leisten kann.



Rosalie Axtner
Tel: 089 8393 4693
Raum: Besprechungsraum LMS EG
Uhrzeit: 13:30 bis 14:45

Dezember	Januar				
Di 08.12. Di 15.12.	Di 12.01. Di 19.01.				

ABA

Ohmstrasse



Konduktive Förderung nach Péto

Die konduktive Förderung nach Péto soll Dich im Arbeits·alltag unterstützen.

In den konduktiven Einheiten arbeiten wir an Sitz- und Arbeits·haltung, der Hand- und Arm ·bewegungen sowie der Fein·motorik.

Wir verbessern viele Fähigkeiten zur Teilhabe am Arbeits·alltag. Wir werden die Selbständigkeit bei der Planung von Arbeits·abläufen fördern sowie die persönliche Ausdauer erhöhen.

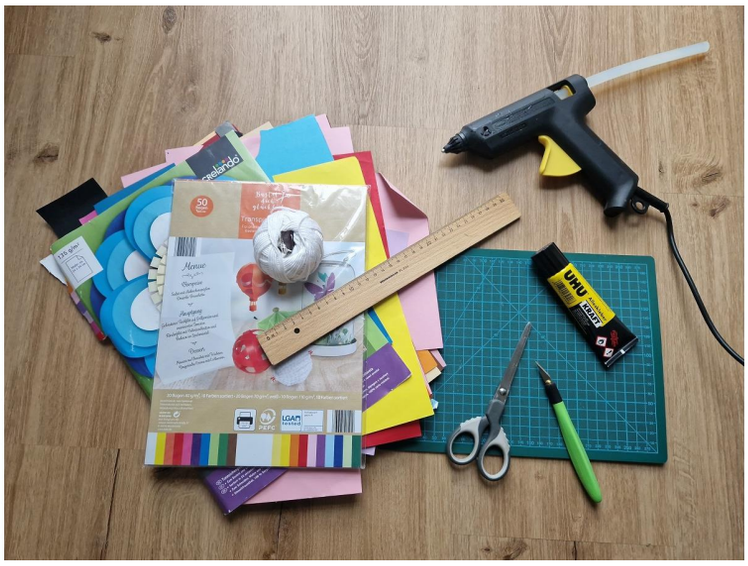
Im Kurs werden also Aufmerksamkeit, Belastbarkeit und Mobilität gefördert.

Raum und genaue Uhrzeit werden noch bekannt gegeben!



Ferenc Stelczer
Tel: 089 8393 4505
Raum: Konduktive Förderung
Uhrzeit: 00:00 bis 00:01

Januar	Februar	März			
Mi 27.01.	Mi 10.02. Mi 24.02.	Mi 10.03.			



ABA

Ohmstrasse

Kreativ & Gemeinsam - Bastel·spaß für alle

Wir wollen gemeinsam kreativ sein und Spaß am Basteln haben.

Der Kurs fördert die Gemeinschaft und unterstützt die individuellen Fähigkeiten.

Er richtet sich an Alle, die Freude daran haben, mit verschiedenen Materialien zu werken und kreative Projekte umzusetzen.

Im Kurs werden verschiedene Bastel·techniken vorgestellt.

Natürlich gibt es anschließend die Möglichkeit, sich auszuprobieren.

Wir gestalten Karten und lassen uns von den Jahres·zeiten inspirieren.

Voraussetzungen: Finger sollen beweglich sein



Nina Richter, Mounisse Tanja
Tel: 089 - 8393 4704
Raum: Kantine Ohmstr.
Uhrzeit: 10:00 bis 11:00

November	Dezember	Januar			
Do 05.11. Do 19.11.	Do 03.12.	Do 14.01. Do 28.01.			

ABA

Lise-Meitner-Strasse



Pinsel, Farbe, Fantasie

In diesem Mal·kurs gestalten wir mit verschiedenen Farben und Materialien eigene Bilder.

Kreativität, Freude am Gestalten und der persönliche Ausdruck stehen dabei im Mittelpunkt.

Das Malen stärkt die Fein·motorik, fördert Konzentration und Selbst·vertrauen und bietet Raum für Begegnung und Austausch.

Voraussetzungen: Pinsel, Stifte und ähnliche Materialien selbstständig führen können



Robert Faßler
Tel: +49 (89) 374293-43
Raum: Besprechungsraum LMS EG
Uhrzeit: 13:15 bis 15:15

Oktober	November	Dezember	Februar	März
Mo 05.10.	Mo 02.11.	Mo 07.12.	Mo 01.02.	Mo 01.03.



ABA

Ohmstrasse

Spielerisches Hirn·leistungs·training

Spielerisches Hirn·leistungs·training fördert auf einfache und unterhaltsame Weise Gedächtnis, Konzentration und Denken.

Dabei werden Spiele wie „Ich packe meinen Koffer“, Wort·ketten, Kategorien·raten (z. B. Tiere oder Berufe nennen) und kleine Quiz·fragen eingesetzt.

Voraussetzungen: Sprache und Sprechen



Adam Kostial
Tel: +49 (89) 8393-4671
Raum: Besprechungsraum Ohmstr. EG
Uhrzeit: 14:00 bis 15:00

Oktober	November				
Do 01.10. Do 08.10. Do 15.10. Do 22.10. Do 29.10.	Do 05.11.				

ABA

Ohmstrasse



Zertifikats·lehrgang "Assistent*in im Büro" (IHK) - weiterführender Kurs

Dieser Zertifikats-Lehrgang ist eine Ausbildung zum / zur "Assistent*in im Büro". Er ist geeignet für Menschen mit Behinderung, die in einem Büro arbeiten. Die Inhalte sind zusammen mit der "Industrie- und Handels·kammer (IHK) für Ober·franken entwickelt worden . Der Lehrgang dauert 12 Monate. Am Ende legst Du eine Prüfung ab. Bei bestandener Prüfung bekommst Du ein Zertifikat. Es bestätigt, dass Du alles Wichtige für die Arbeit als Büro·assistent*in weißt. Das Zertifikat bietet gute Aussichten auf dem Arbeits·markt.
Der Lehrgang findet immer am Dienstag alle 2 Wochen statt. Die genauenTermine werden noch bekannt gegeben.

Voraussetzungen: regelmäßige Teilnahme



Angelika Neumann
Tel: 0171 7735758
Raum: Besprechungsraum Ohmstr. EG
Uhrzeit: 10:00 bis 15:00

Oktober	November	Dezember	Januar	Februar	März
Di 06.10. Di 20.10.	Di 10.11. Di 24.11.	Di 08.12. Di 22.12.	Di 19.01.	Di 16.02.	Di 09.03.

Katalog digital runterladen



Pfennigparade
Die Zukunft zählt auf uns.