

# Da kann ja jeder kommen!

Seminare für Menschen mit und ohne Behinderung

2018



Bildungs-Akademie  
Johannes-Diakonie Mosbach

## Da kann ja jeder kommen!

Was ist da wohl drin in der Schublade?  
Woher kommt eigentlich der Schnee?  
Wie die Schokolade wohl schmeckt?

Sind Sie auch manchmal neugierig? Das ist gut!  
Denn Neugier macht unser Leben reich.  
Nur so lernen wir etwas dazu. Jeden Tag aufs Neue.

Bei uns sind Sie richtig, wenn Sie etwas Neues ausprobieren  
möchten. Sie dürfen viele Fragen stellen. Und Sie werden neue  
Menschen kennenlernen. Und ganz leicht lernen Sie etwas dazu.

Neugierig geworden? Dann melden Sie sich schnell zu unseren  
Fortbildungen an. Wir freuen uns auf Sie!



Kerstin Wolff  
Leiterin der Bildungs-Akademie

# Inhalt

**Informationen** 4-5

## **Seminare**

Mehr möglich machen. Das neue Bundesteilhabegesetz	6
TU WAS! Hinschauen statt wegschauen	7
Facebook? Aber sicher!	8
Unterwegs zum Siebensauren Suppenstein	9
Ich bin schön, so wie ich bin	10
Entspannt – mit Gummiband	11
Klangschalenmassage	12
Pilates	13
Erstbelehrung zum Infektionsschutz-Gesetz	14
Erste Hilfe in einfacher Sprache	14

**Anmeldung** 15

## Informationen



### **Wer kann teilnehmen?**

Teilnehmen kann jeder Mensch, mit oder ohne Behinderung, aus der Johannes-Diakonie Mosbach oder auch sonstige interessierte Menschen.

Daher ist das Programm bewusst in einfacher Sprache geschrieben.

Wenn Sie Fragen haben, sprechen Sie uns an.

### **Wie melden Sie sich an?**

Im Heft finden Sie ein Anmeldeformular (Seite 15).

Sie tragen Ihren Seminarwunsch ein.

Dann schicken Sie das Anmeldeformular per Post an uns.

Wenn sich genug Menschen für ein Seminar anmelden, findet das Seminar statt.

Wenn Sie sich angemeldet haben, aber nicht kommen können: Schreiben Sie uns bitte oder rufen uns an!

Wenn sich nicht genügend Menschen anmelden, müssen wir das Seminar absagen.

Sie bekommen dann eine Absage von uns.

Bitte die Anmeldung per Post schicken an:

Bildungs-Akademie Johannes-Diakonie Mosbach

Fortbildung

Irmgard Bender oder Doris Ziegler

Neckarburkener Straße 2-4

74821 Mosbach

## **Teilnahmegebühr**

Die Seminare sind in der Regel kostenfrei.

## **Wichtiger Hinweis zur Assistenz**

Manche Menschen benötigen Assistenz.

Auch ihnen ist es möglich, an den Seminaren teilzunehmen.

Bitte sprechen Sie den Bedarf zeitig im Vorfeld mit uns ab.

Interessierte Menschen, die bereit sind, während einzelner Seminare die nötigen Assistenzdienste zu leisten, sind gesucht und herzlich willkommen. Im Sinne eines inklusiven Angebotes können Sie als Teilnehmende bei den Seminaren anwesend sein.

## **Wir sind für Sie da!**

Wenn Sie Fragen haben, können Sie uns gerne ansprechen.



Irmgard Bender

Fortbildungsorganisation

Telefon: 06261 88-390

E-Mail: [irmgard.bender@johannes-diakonie.de](mailto:irmgard.bender@johannes-diakonie.de)



Doris Ziegler

Fortbildungsorganisation

Telefon: 06261 88-884

E-Mail: [doris.ziegler@johannes-diakonie.de](mailto:doris.ziegler@johannes-diakonie.de)

# Mehr möglich machen. Das neue Bundesteilhabegesetz







Das neue Bundesteilhabegesetz ist ein Gesetz für Menschen mit Behinderungen.

Menschen mit Behinderungen bekommen Unterstützung. Sie können dann bei allem mitmachen.

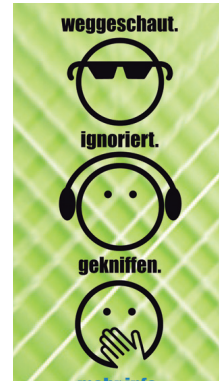
## Inhalte:

- Hier wird dieses Gesetz erklärt
- Wer bekommt Unterstützung?
- Wie bekommt man Unterstützung?
- Wer bezahlt die Unterstützung?

Für wen?		alle Interessierten
Leitung?		Rosemarie Jany Johannes-Diakonie Mosbach
Wann?		10. April 2018 14 bis 16 Uhr
Wo?		Konferenzraum 2 fideljo Mosbach
Kosten?		kostenfrei
Information		Irmgard Bender Telefon: 06261 88-390 E-Mail: <a href="mailto:irmgard.bender@johannes-diakonie.de">irmgard.bender@johannes-diakonie.de</a>

## TU WAS! Hinschauen statt wegschauen

Viele wollen helfen, wenn Menschen belästigt oder beraubt oder bedroht werden. Im Seminar lernen Sie, für andere einzutreten. Sie lernen auch, sich dabei nicht in Gefahr zu bringen.



Inhalte:

- 6 praktische Regeln für mehr Sicherheit im Alltag

Für wen?		alle Interessierten
Leitung?		Rüdiger Bäuerlein, Werner Ritzhaupt Polizeipräsidium Heilbronn Referat Prävention Außenstelle Mosbach
Wann?		19. November 2018 14.30 bis 16 Uhr
Wo?		Konferenzraum 2 fideljo Mosbach
Kosten?		kostenfrei
Information		Irmgard Bender Telefon: 06261 88-390 E-Mail: irmgard.bender@johannes- diakonie.de





## Facebook? Aber sicher!



Viele Menschen sind bei Facebook.  
Sie posten Fotos oder schreiben anderen.  
Doch Facebook kann auch Probleme machen.  
Damit das nicht passiert,  
sollten Facebook-Nutzer Tipps zur Sicherheit beachten.

Inhalte:

- Grundlagen zu Facebook
- eigener Schutz in Facebook

Für wen?		alle Interessierten
Leitung?		Andreas Lang, Johannes-Diakonie
Wann?		4. Oktober 2018, 14 bis 15.30 Uhr
Wo?		Konferenzraum 3, fideljo, Mosbach
Kosten?		kostenfrei
Information		Doris Ziegler Telefon: 06261 88-884 E-Mail: <a href="mailto:doris.ziegler@johannes-diakonie.de">doris.ziegler@johannes-diakonie.de</a>



# Unterwegs zum Siebensauren Suppenstein



Kennen Sie den Siebensauren Suppenstein?

Oder das Wasserschloss in Schwarzach?

Nein?

Dann wird es Zeit, dass Sie sich auf den Weg dorthin machen.

Siegfried Edelmann begleitet Sie und erzählt dazu Geschichten.

Wir treffen uns auf dem Schwarzacher Hof vor der Cafeteria.

Dann gehen wir gemeinsam los.

Inhalte:

- Während wir unterwegs sind, hören wir Geschichten und Märchen

Für wen?		alle Interessierten
Leitung?		Siegfried Edelmann
Wann?		9. Mai 2018 14.30 bis 15.30 Uhr
Wo?		Treffpunkt vor der Cafeteria Schwarzacher Hof
Kosten?		kostenfrei
Information		Irmgard Bender Telefon: 06261 88-390 E-Mail: <a href="mailto:irmgard.bender@johannes-diakonie.de">irmgard.bender@johannes-diakonie.de</a>

# Ich bin schön – so wie ich bin!

## Ein Angebot für Frauen



Frauen möchten oft wie ein Model aussehen.

Frauen sehen in den Spiegel und sehen:

Nicht superschlank, Haare nicht toll.

knubbeliger Bauch und einige Fettröllchen.

Für manche Frauen ist das ein Problem.

Aber muss wirklich jede Frau aussehen wie ein Model?

Das kann auch langweilig sein.

Jeder Mensch ist verschieden. Und in jedem (!) Menschen





stecken tolle Gaben: Vielleicht ist es gerade Ihr Lächeln?

Oder Ihre Freundlichkeit? Vielleicht sagen Leute zu Ihnen:

„Ich habe Dich gern, genauso wie Du bist!“

Inhalte:

- Diese Gaben wollen wir entdecken, an uns und anderen, mit Spielen und Verkleiden

Für wen?		alle interessierten Frauen
Leitung?		Birgit Lallathin, Pfarrerin
Wann?		25. April oder 24. Oktober 2018 16 bis 18.30 Uhr
Wo?		Gemeinschaftsraum Johanneskirche Mosbach
Kosten?		kostenfrei
Information		Doris Ziegler Telefon: 06261 88-884 E-Mail: doris.ziegler@johannes- diakonie.de

# Entspannt – mit Gummiband



Wir bewegen uns.

Dazu nutzen wir ein Band aus Gummi.





Wir dehnen uns, machen uns groß und richten uns auf.

Wir lassen dabei unser Atmen fließen.

Und wir entspannen uns dabei.

Inhalte:

- Wir machen uns mit dem Band aus Gummi vertraut
- Wir ziehen es lang
- Dabei dehnen wir unsere Muskeln
- Wir machen Übungen im Stehen, im Sitzen und im Liegen auf der Matte

Für wen?		alle Interessierten, auch für Rollstuhlfahrer geeignet
Leitung?		Ute Reiss, Trainerin
Wann?		17. Mai 2018 13:30 bis 14:30 Uhr
Wo?		Bewegungsraum Haus Sonnenhalde Schwarzacher Hof
Kosten?		kostenfrei
Information		Doris Ziegler Telefon: 06261 88-884 E-Mail: <a href="mailto:doris.ziegler@johannes-diakonie.de">doris.ziegler@johannes-diakonie.de</a>

# Klangschalenmassage



Wir liegen bequem auf Matten.

Klangschalen werden angeschlagen.

So werden sie zum Tönen gebracht.

Wir lauschen den Tönen.





Wir werden mit Klängen „massiert“ und entspannen uns.

Wer möchte, bekommt eine Klangschale auf Rücken oder Bauch.

Dann wird die Klangschale angeschlagen.

Inhalte:

- Wir hören zu, wie Klangschalen aus Tibet zum Tönen gebracht werden
- Wir entspannen uns dabei

Für wen?		alle Interessierten
Leitung?		Waltraud Scheidle Klangschalen-Expertin
Wann?		18. Juni 2018 16.30 bis 17.30 Uhr
Wo?		Bewegungsraum Haus Sonnenhalde Schwarzacher Hof
Kosten?		keine Kosten
Information		Irmgard Bender Telefon: 06261 88-390 E-Mail: <a href="mailto:irmgard.bender@johannes-diakonie.de">irmgard.bender@johannes-diakonie.de</a>

## Pilates



Pilates ist ein wirksames Training.

Es wirkt auf den gesamten Körper.

Diese speziellen Übungen sind nach Joseph H. Pilates benannt.

Sie verbessern das Körpergefühl.

Sie beugen Rückenschmerzen vor und fördern die innere Kraft.

Durch Pilates werden wir beweglicher.

Und wir verbessern unsere Körperhaltung.

Für Einsteiger und Profis geeignet – Bitte Handtuch mitbringen!





Inhalte:

- Wir üben gemeinsam Pilates
- Mit Übungen kräftigen und dehnen wir die Muskeln, vor allem im Bauch- und im Rückenbereich
- Die richtige Atmung wird dabei ebenfalls geübt

Für wen?		alle Interessierten
Leitung?		Tanja Bauer, Pilates-Trainerin
Wann?		17. Mai 2018 16.30 bis 17.30 Uhr
Wo?		Gymnastikraum Johannesberg Schule, Mosbach
Kosten?		keine Kosten
Information		Doris Ziegler Telefon: 06261 88-884 E-Mail: doris.ziegler@johannes- diakonie.de





## Erstbelehrung zum Infektionsschutz-Gesetz in einfacher Sprache



Für wen?		Interessierte aus der Johannes-Diakonie, die Lebensmittel herstellen oder verteilen
Leitung?		Susanne Heimpel Hygienebeauftragte Ärztin
Wann?		13. Juni 2018, 9 bis 10.30 Uhr
Wo?		Konferenzraum Erdgeschoss Hauptverwaltung, Mosbach
Kosten?		kostenfrei für Menschen mit Behinderung, 15 Euro für Mitarbeitende
Information		Doris Ziegler, Telefon: 06261 88-884 E-Mail: doris.ziegler@johannes-diakonie.de

## Erste Hilfe in einfacher Sprache



Für wen?		alle Interessierten, die Erste Hilfe lernen wollen
Leitung?		Patrizia Helter, Johanniter-Unfall-Hilfe
Wann?		26. Februar, 17. April, 24. Oktober 2018 jeweils von 13 bis 16 Uhr
Wo?		Konferenzraum 207 Johannesberg Schule, Mosbach
Kosten?		kostenfrei
Information		Irmgard Bender, Telefon: 06261 88-390 E-Mail: irmgard.bender@johannes-diakonie.de



## Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich an!

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname

\_\_\_\_\_  
Straße, Hausnummer

\_\_\_\_\_  
Postleitzahl, Ort

\_\_\_\_\_  
Geburtsdatum

\_\_\_\_\_  
Telefon

\_\_\_\_\_  
E-Mail-Adresse

\_\_\_\_\_  
Veranstaltungstitel

\_\_\_\_\_  
Datum der Veranstaltung

Sind Sie Rollstuhlfahrer?

Ja

Nein

Benötigen Sie Assistenz?

Ja

Nein

Sonstiges:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Ihre Daten werden zu Verwaltungszwecken gespeichert.

\_\_\_\_\_  
Datum, Unterschrift

\_\_\_\_\_

# Da kann ja jeder kommen!

**Bitte schicken Sie Ihre Anmeldung per Post an:**

Bildungs-Akademie Johannes-Diakonie Mosbach

Fortbildung

Irmgard Bender oder Doris Ziegler

Neckarburkener Straße 2-4

74821 Mosbach

