



# Halbjahres- Programm

Arbeitsbegleitende  
Maßnahmen

**2025**

Januar - Juli



**W**ernberger  
erkstätten

## Vorwort

Liebe Beschäftigte der Wernberger Werkstätten,

wir freuen uns sehr, Euch hiermit unser neu gestaltetes Programmheft für die Kurse im Rahmen der Arbeitsbegleitenden Maßnahmen in unserer Werkstatt vorstellen zu können.

Neues lernen, Weiterbildung aber auch der Erhalt von Fähigkeiten sind wichtige Bausteine in unserem Leben. So sind auch die Bildungskurse, die Kreativkurse und die Bewegungskurse ein fester Bestandteil unseres Angebots in der Werkstatt.

Alle Kurse sind kostenlos und finden während der Arbeitszeit statt.

Auf den folgenden Seiten findet Ihr die aktuellen Kursangebote für den Zeitraum **Januar - Juli 2025**.

Wir wünschen Euch viel Spaß beim Durchblättern und hoffen, dass das eine oder andere Kursangebot Euer Interesse weckt.

Wir freuen uns auf viele Anmeldungen!



## Computer 1

Der Computerkurs 1 ist ein Kurs für **Anfänger**.

Hier erfährst du wie ein Computer aufgebaut ist und wie du ihn benutzt.

Du machst dich mit der Tastatur vertraut und schreibst selbst kleine Texte und lernst wie sie bearbeitet werden.

Dieser Kurs ist für alle die bisher wenig Erfahrungen mit dem Computer gemacht haben.

**10**  
Einheiten



Datum/Uhrzeit:

**14.01.**  
Dienstag  
08:30-10:00  
Uhr



Kursleitung:

Judith  
Kraus



Ort:

Bildungshaus



Treffpunkt:

Am  
Haupteingang  
der  
Wernberger  
Werkstätte



## Werkstatt Zeitung

In diesem Kurs erstellen wir die Werkstatt Zeitung. Wir schreiben Artikel über alles, was in der Werkstatt passiert. Ebenso führen wir Interviews z. B. mit neuem Werkstatt Personal. Wenn Du Spaß am Gestalten und Schreiben hast und gerne am Computer arbeitest, melde dich an!

**Voraussetzung:** Du musst dich gut mit dem Computer z.B. Schriftart, Schriftgröße, Farbe usw. auskennen. Auch solltest du aus dem Internet Bilder kopieren und einfügen können

wöchentlich  
immer  
Dienstag

 Datum/Uhrzeit:	 Kursleitung:	 Ort:	 Treffpunkt:
<b>14.01.</b> Dienstag 10:00-11:30 Uhr	Judith Kraus	Bildungshaus	Am Haupteingang der Wernberger Werkstätte



## Demokratie – Meine Stimme ist wichtig

Im Kurs Demokratie, lernen wir, wie eine Demokratie funktioniert und warum wählen gehen wichtig ist. Wir sprechen darüber, wie eine Wahl abläuft und warum wir wählen dürfen. Am Ende des Kurses weißt du, wie eine Wahl funktioniert und wie du aktiv an einer Demokratie teilhaben kannst

5  
Einheiten

 Datum/Uhrzeit:	 Kursleitung:	 Ort:	 Treffpunkt:
<b>14.01.</b> Dienstag 13:30-15:00 Uhr	Judith Kraus	Bildungshaus	Am Haupteingang der Wernberger Werkstätte



## Fußball und Sport

Du hast Lust dich zu bewegen und deinem Körper etwas Gutes zu tun? Dann bist du bei diesem Kurs richtig.

Wenn du Interesse hast, frage einfach direkt Tobias Graf nach.

Jeden  
zweiten  
Dienstag



## Deutschkurs

Im Deutschkurs üben wir das Lesen und Verstehen einfacher Texte.

Wir schauen uns oft vorkommende Wörter an und lernen, wie man sie richtig schreibt.

Diese üben wir beim Schreiben von Diktaten.

Sodass du sicherer wirst.

Der Kurs ist für alle, die ihre Deutschkenntnisse verbessern möchten.

10  
Einheiten



Datum/Uhrzeit:

**14.01.**  
Dienstag  
14:45-16:00  
Uhr



Kursleitung:

Tobias  
Graf



Ort:

-



Treffpunkt:

Am  
Haupteingang  
der  
Wernberger  
Werkstätte



Datum/Uhrzeit:

**15.01.**  
Mittwoch  
08:30-10:00  
Uhr



Kursleitung:

Judith  
Kraus



Ort:

Bildungshaus



Treffpunkt:

Am  
Haupteingang  
der  
Wernberger  
Werkstätte



## Musikgruppe - erlernen leichter Lieder

Im Musikkurs üben wir einfache Rhythmen. Jeder darf mitmachen und ein Instrument spielen, wie zum Beispiel ein Tamburin, eine Trommel oder ein Xylophon.

Außerdem lernen wir leichte Lieder, die einfach zu singen oder mit Instrumenten zu begleiten sind.

Am Ende des Kurses präsentieren wir unsere Musikstücke beim Sommerfest.

wöchentlich  
immer  
Mittwoch



Datum/Uhrzeit:

**15.01.**  
Mittwoch  
10:00-11:30  
Uhr



Kursleitung:

Judith  
Kraus



Ort:

Bildungshaus



Treffpunkt:

Am  
Haupteingang  
der  
Wernberger  
Werkstätte



## Tanzgruppe - Zumba

In diesem Kurs lernt ihr verschiedene Tanzschritte.

Gemeinsam stellen wir eine Tanz-Choreografie zusammen und üben sie miteinander ein.

Am Ende des Kurses präsentieren wir unseren Tanz beim Sommerfest.

Jeder kann mitmachen, egal ob du schon tanzen kannst oder nicht.

wöchentlich  
immer  
Mittwoch



Datum/Uhrzeit:

**15.01.**  
Mittwoch  
13:30-15:00  
Uhr



Kursleitung:

Judith  
Kraus



Ort:

Bildungshaus



Treffpunkt:

Am  
Haupteingang  
der  
Wernberger  
Werkstätte



## Gedächtnistraining

Im Gedächtniskurs üben wir, wie man das Gedächtnis stärkt und sich Dinge besser merken kann. Dafür machen wir verschiedene Übungen, Gedächtnisspiele und Arbeitsblätter, die dir helfen, dein Gedächtnis zu trainieren.

**10**  
Einheiten



Datum/Uhrzeit:

**16.01.**  
Donnerstag  
08:30-10:00  
Uhr



Kursleitung:

Judith  
Kraus



Ort:

Bildungshaus



Treffpunkt:

Am  
Haupteingang  
der  
Wernberger  
Werkstätte



## Theatergruppe - kurze Sketsche

In der Theatergruppe proben wir kurze lustige Comedystücke. Mit viel Spaß übt ihr eure Rollen ein, um sie dann sicher vor dem Publikum zu präsentieren. Natürlich kümmern wir uns auch um das Bühnenbild und die Verkleidung. Am Ende des Kurses führen wir unser Theaterstück am Sommerfest auf.

wöchentlich  
immer  
Donnerstag



Datum/Uhrzeit:

**16.01.**  
Donnerstag  
13:30-15:00  
Uhr



Kursleitung:

Judith  
Kraus



Ort:

Bildungshaus



Treffpunkt:

Am  
Haupteingang  
der  
Wernberger  
Werkstätte



## Entspannung

Mit verschiedenen Entspannungs-Techniken, wie progressives Muskeltraining, Klangschalen und geführte Meditationen lernst du, wie du zur Ruhe kommen und Stress abbauen kannst.

Du lernst dich auf deinen Körper und deine Gedanken zu konzentrieren.

Das hilft Stress und Sorgen loszulassen.

**10**  
Einheiten

## Kreativangebot „Osterhasen“

Im Kreativkurs Osterhase, falten wir aus einem Waschlappen kleine Osterhäschen.

Dazu falten wir den Waschlappen so, dass er am Ende wie ein Hase aussieht und gestalten ihn anschließend mit Augen und Nase, sowie bunte Bänder.

Passt sehr schön ins Osternest.

**2**  
Einheiten



Datum/Uhrzeit:

**18.02.**  
Dienstag  
13:30-15:00  
Uhr



Kursleitung:

Judith  
Kraus



Ort:

Bildungshaus



Treffpunkt:

Am  
Haupteingang  
der  
Wernberger  
Werkstätte



Datum/Uhrzeit:

**Termin 1:**  
Mittwoch, 12.03.2025  
**Termin 2:**  
Donnerstag, 13.03.2025  
**10:00-11:30**  
Uhr



Kursleitung:

Judith  
Kraus



Ort:

Bildungshaus



Treffpunkt:

Am  
Haupteingang  
der  
Wernberger  
Werkstätte



## Computer 2

Dieser Kurs ist für alle, die schon ein **bisschen Erfahrung** mit dem PC haben und ihre Kenntnisse erweitern wollen.

Hier bearbeiten wir zur Wiederholung noch einmal Texte in Word, kopieren Bilder aus dem Internet, erstellen Tabellen und Präsentationen und arbeiten mit Hintergründen und Rahmen.

10  
Einheiten



Datum/Uhrzeit:

**25.03.**  
Dienstag  
08:30-10:00  
Uhr



Kursleitung:

Judith  
Kraus



Ort:

Bildungshaus



Treffpunkt:

Am  
Haupteingang  
der  
Wernberger  
Werkstätte



## Rechnen im Alltag

In diesem Kurs geht es darum, das Rechnen je nachdem, was du schon kannst Schritt für Schritt zu üben.

Das Ziel ist, dass du sicher mit Zahlen umgehen kannst.

Wir üben einfache Rechenarten.

Dazu benutzen wir verschiedene Materialien, wie Zahlenkarten, Hunderterquadrat, Rechenstäbe und Arbeitsblätter, die dir helfen, den jeweiligen Zahlenraum von 1 – 100 besser zu verstehen.

10  
Einheiten



Datum/Uhrzeit:

**26.03.**  
Mittwoch  
08:30-10:00  
Uhr



Kursleitung:

Judith  
Kraus



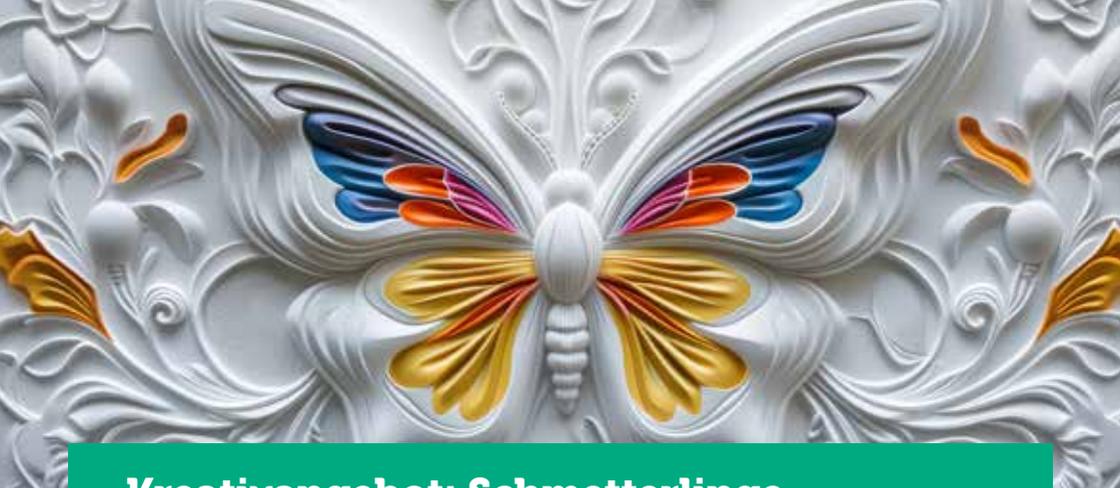
Ort:

Bildungshaus



Treffpunkt:

Am  
Haupteingang  
der  
Wernberger  
Werkstätte



## Vom Raucher zum Nichtraucher

Der Kurs „Vom Raucher zum Nichtraucher“ hilft dir, mit dem Rauchen aufzuhören.

Du lernst, wie du Schritt für Schritt rauchfrei werden kannst und wie sehr das Rauchen deinem Körper schadet.

Dieser Kurs ist für alle, die den Wunsch haben, mit dem Rauchen aufzuhören und ein gesünderes Leben zu führen.

**5**  
Einheiten



Datum/Uhrzeit:

**27.03.**  
Donnerstag  
08:30-10:00  
Uhr



Kursleitung:

Judith  
Kraus



Ort:

Bildungshaus



Treffpunkt:

Am  
Haupteingang  
der  
Wernberger  
Werkstätte

## Kreativangebot: Schmetterlinge

Im Kreativkurs Schmetterling, gießen wir Gips in eine Schmetterlingsform.

Nachdem der Gips ausgehärtet ist, kann er nach Belieben bemalt oder verziert werden.

Am Ende des Kurses hast du einen tollen, selbstgestalteten Schmetterling, den du als Deko verwenden oder verschenken kannst.

**2**  
Einheiten



Datum/Uhrzeit:

**Termin 1:**  
Mittwoch, 09.04.2025  
**Termin 2:**  
Donnerstag, 10.04.2025  
**10:00-11:30**  
Uhr



Kursleitung:

Judith  
Kraus



Ort:

Bildungshaus



Treffpunkt:

Am  
Haupteingang  
der  
Wernberger  
Werkstätte



## Aerobic

Im Aerobic-Kurs machen wir einfache Bewegungen zur Musik. Aerobic ist eine Art Sport, bei der du dich bewegst und gleichzeitig Spaß hast.

Es ist gut für den Körper und hilft, fit und gesund zu bleiben.

**10**  
Einheiten



Datum/Uhrzeit:

**29.04.**  
Dienstag  
13:30-15:00  
Uhr



Kursleitung:

Judith  
Kraus



Ort:

Bildungshaus



Treffpunkt:

Am  
Haupteingang  
der  
Wernberger  
Werkstätte



## Was sind meine Ziele - und wie erreiche ich sie?

Der Kurs „Was sind meine Ziele“, hilft dir deine eigenen Ziele zu erkennen und einen Plan zu machen, wie du sie erreichen kannst.

Du wirst lernen, was dir wichtig ist und wie du deine Wünsche in die Realität umsetzen kannst.

**2**  
Einheiten  
pro  
Teilnehmer



Datum/Uhrzeit:

**Termin 1:**  
Donnerstag, 08.05.2025  
**Termin 2:**  
Donnerstag, 15.05.2025  
**08:30-10:00**  
Uhr



Kursleitung:

Judith  
Kraus



Ort:

Bildungshaus



Treffpunkt:

Am  
Haupteingang  
der  
Wernberger  
Werkstätte



## Blätterteigschnecken backen

Dieser Kurs ist für alle, die gerne backen und etwas Einfaches, aber Leckerer zubereiten möchten.

Es macht Spaß und du kannst deine Blätterteigschnecke nach deinem Geschmack, deftig oder süß füllen.

Anschließend werden wir sie natürlich gemeinsam probieren.

**1**  
Einheit



Datum/Uhrzeit:

**15.05.**  
Donnerstag  
10:00-11:30  
Uhr



Kursleitung:

Judith  
Kraus



Ort:

Bildungshaus



Treffpunkt:

Am  
Haupteingang  
der  
Wernberger  
Werkstätte



## Planung Sommerfest 2025

Bei der Sommerfestvorbereitung überlegen wir zusammen, was beim Sommerfest alles passieren soll.

Welche Spiele gibt es?

Was wird gegessen?

Wer hilft wo?

Gemeinsam bereiten wir unser großes Sommerfest vor.

Du kannst bei verschiedenen Aufgaben mithelfen, damit das Sommerfest ein tolles Erlebnis wird!

**5**  
Einheiten



Datum/Uhrzeit:

Beginn und  
Uhrzeit:  
Nach Vereinbarung



Kursleitung:

Susanne  
Hintermeier  
und  
Tobias  
Graf



Ort:

Bildungshaus



Treffpunkt:

Am  
Haupteingang  
der  
Wernberger  
Werkstätte

## Noch Fragen zur Organisation?

- Die Kurse finden wie gewohnt im Bildungshaus statt.
- Kursleitung ist Judith Kraus.
- Je nach Themenbereich haben die Kursangebote unterschiedlich viele Kurseinheiten.
- Judith Kraus stellt das Kursprogramm nochmals persönlich in jeder Arbeitsgruppe vor – Fragen können dann noch geklärt werden.

## Noch Fragen zur Anmeldung?

- Grundsätzlich hat jede/r Werkstattbeschäftigte zunächst Anspruch auf einen Kurs.
- Gerne können aber auch mehrere (1-3) Kurswünsche angegeben werden.  
Bitte nummeriert hier dann mit 1. welcher der wichtigste Kurswunsch ist, mit 2. oder 3. alternative Kurswünsche.  
So kann die Teilnahme an mindestens einem Kursangebot gewährleistet werden.
- Werkstattbeschäftigte, die in Teilzeit arbeiten werden geben, ihre Arbeitstage bzw. ihre Arbeitszeiten, an denen sie in der Werkstatt anwesend sind, auf dem Anmeldeformular zu vermerken.

Ich, ..... Gruppe: .....

möchte mich **anmelden** für:



Computer 1



Werkstatt Zeitung



Demokratie –  
Meine Stimme ist wichtig



Fußball und Sport



Deutschkurs



Musikgruppe -  
erlernen leichter Lieder



Tanzgruppe - Zumba



Gedächtnstraining



Theatergruppe -  
kurze Sketsche



Entspannung



Kreativangebot:  
Osterhasen



Computer 2



Rechnen im Alltag



Vom Raucher zum  
Nichtraucher



Kreativangebot:  
Schmetterling



Aerobic



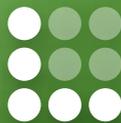
Was sind meine Ziele und  
wie erreiche ich sie?



Blätterteigschnecken  
backen



Planung  
Sommerfest 2025



**W**ernberger  
erkstätten

[www.wernberger-werkstaetten.de](http://www.wernberger-werkstaetten.de)