

KATHOLISCHE
FACHHOCHSCHULE FREIBURG
CATHOLIC UNIVERSITY
OF APPLIED SCIENCES FREIBURG



Freiburg „Stadt für alle – Bildung für alle“



Erwachsenenbildung

für Menschen mit Behinderung und Lernschwierigkeiten

Programm
Semester 2010/2

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Menschen mit Behinderung und Lernschwierigkeiten haben wie alle Menschen ein Recht auf lebenslange Bildung. Die Volkshochschule Freiburg bietet in Kooperation mit dem Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche (ABC), der Lebenshilfe Freiburg und der Katholischen Fachhochschule Freiburg deshalb ein Programm für Menschen mit Behinderungen und Lernschwierigkeiten an.

Das Projekt "Bildung inklusive" ist nicht nur bei Menschen mit Behinderungen beliebt und nachgefragt. Zu den Kursen melden sich auch Menschen ohne Behinderung an und lassen das gemeinsame Lernen lebendig werden. Darüber hinaus können Menschen mit Behinderung selbstverständlich auch an Angeboten der Erwachsenenbildung aus dem gesamten Programm der VHS teilnehmen, ob mit oder ohne einer persönlichen Bildungsassistentin bzw. einem Bildungsassistenten. Gerne klären wir individuell Ihre Fragen zu Kursen, die Sie besuchen wollen. Kommen Sie auf uns zu, wenn Sie Hilfe benötigen oder einen Fahrdienst für die Kursbesuche in Anspruch nehmen wollen.

Wir hoffen, dass Sie auch in diesem Semester interessante Angebote finden und stehen Ihnen für weitere Informationen gerne zur Verfügung.

Eva von Rekowski, Direktorin der Volkshochschule Freiburg, Tel. 07 61/3 68 95 11

Prof. Dr. Reinhard Markowetz, Katholische Fachhochschule Freiburg, Tel. 07 61/2 00 15 27

Annika Rodefeld, Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche, Tel. 07 61/7 67 72 77

Beate Himmelpach, Lebenshilfe Freiburg, Tel. 07 61/47 99 98 16

Kursnummer: **209.253**

Bauchtanz (für Frauen)

Bauchtanz macht Spaß! Das Tanzen hilft, sich selbst besser zu spüren. Die Bewegung zur Musik macht in der Gruppe besonders viel Spaß. Der Kurs beginnt mit Aufwärmübungen. Die Tänzerinnen erlernen Grundbewegungen des Bauchtanzes, z.B. für Arme oder Hüften. Diese werden dann zu einem kleinen Tanz zusammengesetzt. Nach dem Bauchtanz ist unser Körper warm, und wir fühlen uns wohl. Neue Frauen sind im Kurs herzlich willkommen!



Wer leitet den Kurs?

Svetlana Mokrushina



Wie viele Personen können an dem Kurs teilnehmen?

Am Kurs können 8 Frauen teilnehmen.



Wie viel kostet der Kurs?

Der Kurs kostet 40.- Euro.



Wann findet der Kurs statt?

Der Kurs findet ab dem 29. September 2010 statt. Wir treffen uns 8mal für je 1,5 Stunden, jeden Mittwoch von 16.30 bis 18.00 Uhr.



Wo findet der Kurs statt?

Offene Hilfen, Haslach/Weingarten, in der Belchenstr. 2a (Buslinie 14, Haltestelle "Uffhauser Str.).



Kontakt und Infos

Lebenshilfe für Menschen mit Behinderungen Freiburg i.Br. und Umgebung e.V., Belchenstraße 2 A,
Tel. 07 61/47 99 98 16, Fax 07 61/47 99 98 13,
E-Mail himmelpach@lebenshilfe-freiburg.de.

Ich traue mich und sage nein!

Oft sagen andere Leute, was gut für einen ist. Aber das ist es manchmal gar nicht. Jeder weiß selber am besten, was gut für ihn ist. Aber wie sage ich den anderen, was ich will? Es ist schwierig nein zu sagen. Oder wir haben Angst vor einem Streit. Dieser Kurs will Mut machen! Wir schauen, was wir gut können. Das macht uns stark und selbstbewusst. Wir lernen NEIN zu sagen. Wir üben zusammen, wie das geht. Dafür machen wir Rollenspiele. Das ist ein bisschen wie Theaterspielen. Wir werden miteinander reden und uns viel erzählen.



Wer leitet den Kurs?

Wer den Kurs leitet, steht heute leider noch nicht fest.



Wie viele Personen können an dem Kurs teilnehmen?

Am Kurs können 6 bis 10 Personen teilnehmen.



Wie viel kostet der Kurs?

Der Kurs kostet 40.- Euro.



Wann findet der Kurs statt?

Der Kurs findet ab dem 25. September 2010 statt.
Wir treffen uns 4mal für je 3 Stunden, jeden Samstag
von 14.00 bis 17.00 Uhr.



Wo findet der Kurs statt?

Offene Hilfen, Haslach/Weingarten, in der Belchenstr. 2a
(Buslinie 14, Haltestelle "Uffhauser Str.).



Kontakt und Infos

Lebenshilfe für Menschen mit Behinderungen Freiburg i.Br.
und Umgebung e.V., Belchenstraße 2 A,
Tel. 07 61/47 99 98 16, Fax 07 61/47 99 98 13,
E-Mail himmelpach@lebenshilfe-freiburg.de.

Kursnummer: **307.251**

Lecker und gesund



Richtig gute Sachen essen, die klasse schmecken und dabei sehr gesund sind. Wie das geht, kann man ganz leicht lernen. Wir sprechen zum Beispiel darüber, was wir eigentlich zuhause oder unterwegs alles so essen, warum zuviel Fett und Zucker überhaupt nicht gesund sind und wieso buntes Essen so toll ist. Leckere Frühstückbrötchen, Knabberzeug, Schnelles für Feiern und vieles mehr können Sie selbst ausprobieren und tolle Rezepte zum Nachmachen mit nach Hause nehmen.



Wer leitet den Kurs?

Barbara Braun



Wie viele Personen können an dem Kurs teilnehmen?

Am Kurs können 6 bis 10 Personen teilnehmen.



Wie viel kostet der Kurs?

Der Kurs kostet 37,- Euro, zzgl. 10,- Euro für Lebensmittel.



Wann findet der Kurs statt?

Der Kurs findet ab dem 29. September 2010 statt.
Wir treffen uns 4mal für je 2 Stunden, jeden Mittwoch
von 17.15 bis 19.15 Uhr.



Wo findet der Kurs statt?

Projektraum in den ABC-Räumen im Dachgeschoß,
Maienstr. 2.

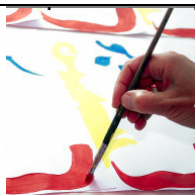


Kontakt und Infos

Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche,
Maienstr. 2, 79102 Freiburg, Tel. 07 61/7 67 72 77,
Fax 07 61/76 77 27 8.

Kursnummer: **205.254**

Pinselfrich - In jedem Menschen steckt ein Künstler!



Bilder können auf ganz unterschiedliche Art gemalt werden. Man kann z.B. auf Papier oder auf Leinwand malen. Wollen Sie Ihre eigenen Kunstwerke entstehen lassen? Das können Sie in diesem Kurs! Bitte einen Malkittel oder Ähnliches zum Kurs mitbringen.



Wer leitet den Kurs?

Katrin Schropp
Karin Weiß



Wie viele Personen können an dem Kurs teilnehmen?

Am Kurs können 6 Personen teilnehmen.



Wie viel kostet der Kurs?

Der Kurs kostet 45.- Euro.



Wann findet der Kurs statt?

Der Kurs findet ab dem 5. Oktober 2010 statt.
Wir treffen uns 8mal für je 1,5 Stunden, jeden Dienstag
von 18.30 bis 20.00 Uhr.



Wo findet der Kurs statt?

Offene Hilfen, Haslach/Weingarten, in der Belchenstr. 2a
(Buslinie 14, Haltestelle "Uffhauser Str.).



Kontakt und Infos

Lebenshilfe für Menschen mit Behinderungen Freiburg i.Br.
und Umgebung e.V., Belchenstraße 2 A,
Tel. 07 61/47 99 98 16, Fax 07 61/47 99 98 13,
E-Mail himmelpach@lebenshilfe-freiburg.de.

Sehen lernen! (Fotokurs)



Ein Angebot für alle, die mit geöffneten Augen durchs Leben gehen möchten. Wir widmen uns an den jeweiligen Terminen verschiedenen Themenbereichen: Dem Fotografieren in der Stadt, in der Natur, von Menschen und Tieren. Dabei lernen wir, den Ausschnitt auszusuchen und entsprechend zu belichten, sodass die Bilder das auch wiedergeben, was wir sehen. Beim gemeinsamen Anschauen kann gefragt, gelacht und über die entstandenen Bilder diskutiert werden. Wer hat, bringe die eigene Kamera mit!



Wer leitet den Kurs?

Claudia Richter



Wie viele Personen können an dem Kurs teilnehmen?

Am Kurs können 8 Personen teilnehmen.



Wie viel kostet der Kurs?

Der Kurs kostet 66,25 Euro.



Wann findet der Kurs statt?

Der Kurs findet ab dem 6. Oktober 2010 statt.

Wir treffen uns 5mal für je 1,75 Stunden, jeden Mittwoch von 16.00 bis 17.45 Uhr.



Wo findet der Kurs statt?

An der VHS im Schwarzen Kloster, Raum 103.



Kontakt & Infos:

Volkshochschule Freiburg, 07 61/3 68 95 32.

Fotografieren mit der Digitalkamera



Wir lernen gemeinsam den Umgang mit der Digitalkamera. Wir werden fotografieren und die Bilder auf dem Computer anschauen, die Fotos im richtigen Format auf dem Computer speichern und archivieren. Wir werden lernen, wie man Bilder auf dem Computer bearbeitet und an seine Freunde per E-Mail verschickt. Herzlich willkommen. Bitte die eigene Digitalkamera mitbringen!



Wer leitet den Kurs?

Studierende der Katholischen Fachhochschule.



Wie viele Personen können an dem Kurs teilnehmen?

Am Kurs können 8 Personen teilnehmen.



Wie viel kostet der Kurs?

Der Kurs kostet 40,- Euro.



Wann findet der Kurs statt?

Der Kurs findet ab dem 17. November 2010 statt.
Wir treffen uns 6mal für je 1,5 Stunden,
jeden Mittwoch von 18.15 bis 19.45 Uhr.



Wo findet der Kurs statt?

VHS im Schwarzen Kloster, Raum 107.



Kontakt & Infos:

Katholische Fachhochschule, 07 61/2 00 15 27.

Kursnummer: **202.250**

Improvisationstheatergruppe „Die Wundertüten“



Diese Gruppe wendet sich an alle, die Freude am spontanen Theater-Spiel haben - mit allem, was dazugehört: Körperhaltung, Bewegung, Sprache, Verkleidung ... Was dabei herauskommt, muss nicht die perfekte Geschichte sein. Die einfachsten Ideen sind oft die witzigsten! Was am meisten gefällt, wird dann von Zeit zu Zeit im Rahmen eines kleinen "Impro-Abends" auf die Bühne gebracht und dem interessierten Publikum vorgeführt.



Wer leitet den Kurs?

Wolfgang Kapp vom Theater Phänampfer
Jürgen Wilmes



Wie viele Personen können an dem Kurs teilnehmen?

Am Kurs können 6 bis 10 Personen teilnehmen.



Wie viel kostet der Kurs?

Der Kurs kostet 6,- Euro pro Termin.



Wann findet der Kurs statt?

Diese Gruppe findet fortlaufend statt.
Ab Montag, dem 13. September, können neue Teilnehmer/-innen mitmachen.
Immer Montags von 19.30 bis 21.00 Uhr.



Wo findet der Kurs statt?

Im Saal der Christuskirche, Maienstr. 2.



Kontakt und Infos

Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche,
Maienstr. 2, 79102 Freiburg, Tel. 07 61/7 67 72 77,
Fax 07 61/76 77 27 8.

Kursnummer: **301.252**

Selbstbehauptung: Training für Menschen mit und ohne Handicaps

Die vier Tierbilder aus dem Qigong Dancing - Bär, Kranich, Tiger und Schlange - helfen mit manchmal schwierigen Alltagssituationen anders umzugehen. Wir wollen gemeinsam auf Entdeckungsreise gehen: Wir beschäftigen uns mit den Kräften der Tierbilder. Wir übertragen diese Kräfte auf Alltagssituationen. Wir lernen Übungen aus dem Qigong und der Kampfkunst. Wir bewegen uns frei zu Musik.



Wer leitet den Kurs?

Gertrud Schröder



Wie viele Personen können an dem Kurs teilnehmen?

Am Kurs können 6 bis 10 Personen teilnehmen.



Wie viel kostet der Kurs?

Der Kurs kostet 32,- Euro.



Wann findet der Kurs statt?

Der Kurs findet ab dem 28. September 2010 statt. Wir treffen uns 5mal für je 1 Stunde, jeden Dienstag von 16.45 bis 17.45 Uhr.



Wo findet der Kurs statt?

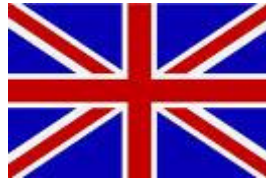
Seminarraum in den ABC-Räumen im Dachgeschoß, Maienstr. 2.



Kontakt und Infos

Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche,
Maienstr. 2, 79102 Freiburg, Tel.: 07 61/ 7 67 72 77,
Fax 07 61/76 77 27 8.

Englisch - How do you do?



Begriffe wie coffee shop, for sale, ice tea, event oder nordic walking tauchen immer wieder in alltäglichen Situationen auf und können für Verwirrung sorgen. Gemeinsam wollen wir uns der englischen Sprache praktisch nähern und einen Grundwortschatz aufbauen. Ziel ist es, uns am Ende in einfachen alltäglichen Situationen auf Englisch unterhalten zu können. Wenn Sie sich mit der bis jetzt Ihnen unbekanntem Sprache vertraut machen wollen, dann ist dieser Kurs genau richtig.



Wer leitet den Kurs?

Studierende der Katholischen Fachhochschule.



Wie viele Personen können an dem Kurs teilnehmen?

Am Kurs können 8 Personen teilnehmen.



Wie viel kostet der Kurs?

Der Kurs kostet 60,- Euro.



Wann findet der Kurs statt?

Der Kurs findet ab dem 5. Oktober 2010 statt.

Wir treffen uns 12mal für je 1,5 Stunden, jeden Dienstag von 18.00 bis 19.30 Uhr.



Wo findet der Kurs statt?

VHS in der Passage, Rathausgasse 48, Raum 17.



Kontakt & Infos:

Katholische Fachhochschule, 07 61/2 00 15 27.