

Inklusive Kurse in einfacher Sprache Programm 2023





Anmeldung ganz einfach

Vor Ort am Empfang

Das Bildungsinstitut
leben lernen gGmbH am EDKE
Herzbergstraße 87–99, 2. Etage
10365 Berlin

oder am Telefon

030 – 509 322 290

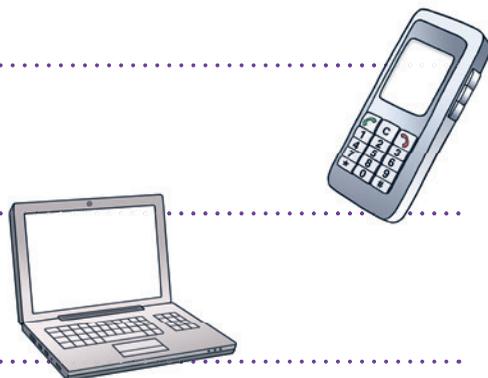
oder per E-Mail

bildung@lebenlernen-berlin.de

Bezahlung bar vor Ort

oder per Überweisung

Kontoverbindung:
IBAN DE94 3506 0190 1566 5030 14
BIC GENODED1DKD
KD Bank Dortmund



So geht inklusive Bildung bei uns

- ▶ kleine Gruppen
- ▶ einfache Sprache
- ▶ jede Person lernt in ihrem eigenen Tempo
- ▶ Inhalte sind individuell angepasst
- ▶ Unterricht mit Videos, Lern-Apps und Spielen
- ▶ Getränke und Snacks
- ▶ genug Pausen
- ▶ Assistenz darf umsonst mitkommen
- ▶ Pflege ist möglich
- ▶ wir helfen, wo wir können
- ▶ Teilnahmebescheinigung

Inhalt

Anmeldung ganz einfach	4
So geht inklusive Bildung bei uns	5

Kurse

Workshop Wahlen	9
Workshop Demonstration	11
Ostergeschichte	13
Wir gehen ins Museum	15
Bewegungsübungen Host-Town-Programm	17
Gesund! Host-Town-Programm	19
Englisch-alles easy Host-Town-Programm	21
Fidschi Host-Town-Programm	23
Plakate malen Host-Town-Programm	25
Was mache ich mit meinem Smartphone?.....	27
Foto-Safari.....	29
Landschaftsmalerei	31
Ich richte mein Zimmer selber ein.....	33
Gesund!	35
Gewalt - Was kann man dagegen tun?.....	37

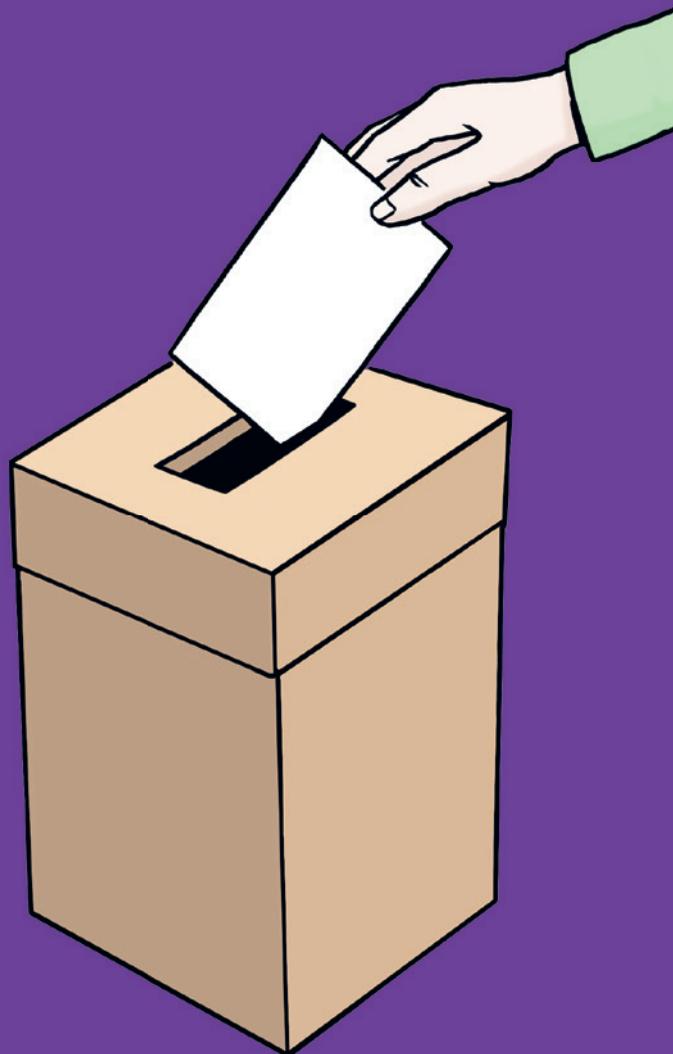
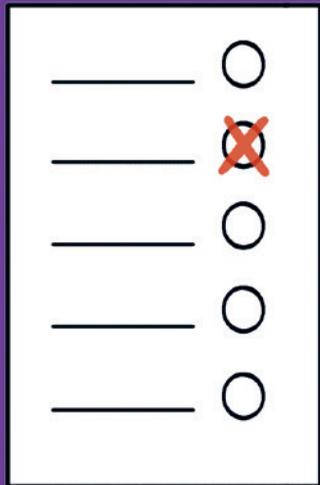
Töpfern mit Kerstin.....	39
Wir gehen ins Museum Lichtenberg	41
Liebe, Sex und solche Sachen	43
Wir singen Weihnachtslieder.....	45

Weitere Angebote

Alles im Gleichgewicht	47
Kreatives Entspannen	49
Bibliothek	51
Kunstatelier	53
Tovertafel	55

Bildnachweis: Museum Lichtenberg im Stadthaus, Foto Peter Thieme;

Illustrationen: Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers



Workshop Wahlen

Am 26. September 2021 wurde gewählt. In Berlin gab es Pannen bei der Wahl. Das Gericht hat entschieden, die Wahl in Berlin muss wiederholt werden. Von 10 Uhr bis 15 Uhr wollen wir informieren und Fragen beantworten.

.....

Wann?

3. Februar 2023
9:00 bis 13:30 Uhr

.....

Wo?

Raum 4

.....

Wer?

André Erfurth, Robin Kremer, Silke Schmidt

.....

Was noch?

Keine Vorkenntnisse nötig.
Der Kurs ist in einfacher Sprache.
Keine Kosten



Workshop Demonstration

Am 5. Mai ist der Europäische Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung. Jedes Jahr gibt es am 5. Mai in Berlin eine große Demonstration. In diesem Workshop besprechen wir: Was ist eine Demonstration? Warum ist Demonstrieren wichtig? Wir gestalten Plakate mit unseren Forderungen. Am 5. Mai gehen wir gemeinsam zur Demonstration.

Wann?

24. April 2023
15:00 bis 19:00 Uhr

Wo?

Raum 2 und Kunstatelier

Wer?

André Erfurth und Silke Schmidt

Was noch?

Keine Vorkenntnisse nötig.
Der Kurs ist in einfacher Sprache.
Keine Kosten



Die Ostergeschichte eine musikalische Erzählung zu Ostern

Was ist an Ostern passiert? Wir erzählen, warum wir Ostern feiern. Und wir lernen etwas über die Leidens-Geschichte und die Auferstehung Jesu. In diesem Kurs singen wir auch christliche Osterlieder.

.....

Wann?

22. März 2023
29. März 2023
15:30 bis 17:00 Uhr

.....

Wo?

Raum 2

.....

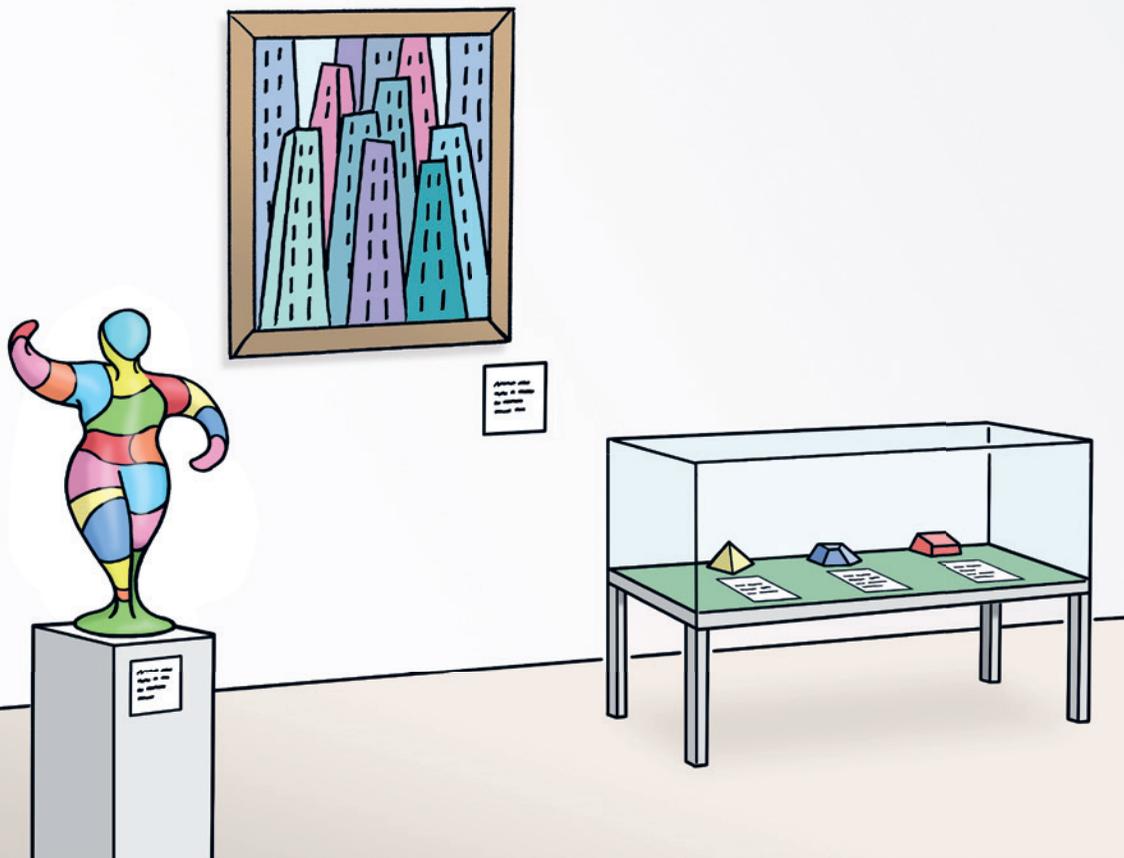
Wer?

André Erfurth und Patrick Fretzdorff (Musik-Pädagoge)

.....

Was noch?

Keine Vorkenntnisse nötig.
Der Kurs ist in einfacher Sprache.
Keine Kosten



Wir gehen ins Museum

In diesem Kurs lernen wir etwas über die Sammlung der Neuen Nationalgalerie: Kunst der Gesellschaft 1900 bis 1945.

Tag 1: Wir stellen die damalige Zeit vor. Welche Themen waren für die Menschen wichtig?

Tag 2: Wir besprechen die Werke von Käthe Kollwitz, Otto Nagel und Paula Modersohn-Becker.

Tag 3: Wir besuchen die Ausstellung und betrachten die Werke vor Ort.

Tag 4: Wir malen selbst Bilder im Atelier.

Wann?

8. -11. Mai 2023

9:00 bis 13:30Uhr

Wo?

Raum 4

Wer?

Henrike Büscher (Kunstwissenschaftlerin) und Giselind Hardwig

Was noch?

Keine Vorkenntnisse nötig.

Der Kurs ist in einfacher Sprache.

Kosten: 6 €

Bewegungsübungen für den Alltag

Lichtenberger Inklusionswoche - Host Town

Wir lernen Sport-Übungen kennen:

- für die Pause oder Wartezeit.
- die gut tun und Spaß machen

Wann?

7. Juni 2023

16:30 bis 18:00 Uhr

Wo?

Raum 2

Wer?

Christoph Hey und Luise Bernhardt

Was noch?

Keine Vorkenntnisse nötig.

Der Kurs ist in einfacher Sprache.

Keine Kosten





Gesund!

Lichtenberger Inklusionswoche - Host Town

Bewegen Sie sich gerne oder machen sogar Sport?

Wir geben Tipps und Tricks für Sportler und Sportlerinnen.

Welches Essen tut Sportlern und Sportlerinnen gut?

Nach dem Sport ist Entspannung wichtig.

Wann?

6. Juni 2023

16:30 bis 18:00 Uhr

Wo?

Raum 2

Wer?

Giselind Hardwig und Claudia Gips (Ernährungsberaterin)

Was noch?

Keine Vorkenntnisse nötig.

Der Kurs ist in einfacher Sprache.

Keine Kosten



Englisch – alles easy

Lichtenberger Inklusionswoche - Host Town

In diesem Kurs lernen wir Englisch sprechen. Die Olympia-Athleten aus Fidschi sind zu Besuch in Lichtenberg. Sie sprechen Englisch. Wir wollen uns unterhalten. Dafür lernen wir einige Wörter und Sätze.

.....

Wann?

7. Juni 2023

16:30 bis 18:00 Uhr

.....

Wo?

Raum 2

.....

Wer?

Nora Wöhlert und Cornelia Krüger

.....

Was noch?

Keine Vorkenntnisse nötig.

Der Kurs ist in einfacher Sprache.

Keine Kosten



Fidschi – Interessantes über Land und Leute

Lichtenberger Inklusionswoche - Host Town

Wir wollen wissen:

Wie sieht es auf den Fidschi-Inseln aus?

Wie ist das Wetter dort?

Welche Sprachen werden dort gesprochen?

Welche Religionen gibt es auf Fidschi?

Wie wird dort Gottesdienst gefeiert?

Welche Musik ist typisch für Fidschi?

Wann?

8. Juni 2023

16:30 bis 18:00 Uhr

Wo?

Raum 2

Wer?

Giselind Hardwig

Was noch?

Keine Vorkenntnisse nötig.

Der Kurs ist in einfacher Sprache.

Keine Kosten



Plakate malen

Lichtenberger Inklusionswoche - Host Town

Wir empfangen die Athleten aus Fidschi am Flughafen Berlin.

Dafür malen wir Plakate.

Wir benutzen Schablonen und Sprühfarbe.

Wann?

9. Juni 2023

16:30 bis 18:00 Uhr

Wo?

Kunstatelier

Wer?

Giselind Hardwig und Marius Thieme

Was noch?

Keine Vorkenntnisse nötig.

Der Kurs ist in einfacher Sprache.

Keine Kosten



Was mache ich mit meinem Smartphone?

Wie fotografiere ich mit dem Smartphone? Wie höre ich Musik mit dem Smartphone? Wie schicke ich Nachrichten? Wie kann ich Leute kennenlernen mit dem Smartphone? Wie geht Instagram? Diese und noch mehr Fragen beantworten unsere Experten.

.....

Wann?

Der Kurs findet 2-mal statt.

10. August

24. August 2023

10:00 bis 12:00 Uhr

.....

Wo?

Raum 9

.....

Wer?

Marc Adam und André Erfurth (IT-Experten)

.....

Was noch?

Keine Vorkenntnisse nötig.

Der Kurs ist in einfacher Sprache.

Kosten: 12 €, ermäßigt: 3 €



Foto-Safari

Sie fotografieren gerne? Wollen Sie mehr aus Ihren Bildern machen?
In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen des Fotografierens.

Was ist ein gutes Motiv?

Auf was muss ich beim Smartphone achten?

Oder bei einer Kamera?

Wir gehen gemeinsam in den Landschaftspark, um zu fotografieren.
Dabei üben wir Nahaufnahme.

Oder Landschaftsfotografie.

Wann?

16. August

23. August 2023

9:00 bis 12:00 Uhr

Wo?

Raum 4

Wer?

Jacqueline Hübler und Felix Weiswange (Foto-Expertin und Experte)

Was noch?

Bitte bringen Sie Ihre Kamera oder Ihr Smartphone mit.

Haben Sie kein Gerät? Dann stellen wir Ihnen gerne eins zur Verfügung.

Der Kurs ist in einfacher Sprache.

Kosten: 16 €, ermäßigt 4 € für beide Termine





Landschafts-Malerei

Wir malen im Landschaftspark. Dort gibt es viele Motive: Bäume, Schafe, Blumen oder den Himmel. Die Kursleitung hilft gerne bei Fragen. Wir arbeiten mit Kreidestiften. Zum Beispiel: Pastell oder Kohle.

Wann?

24 August 2023

9:30 bis 12:00 Uhr

Wo?

Kunstatelier leben lernen

Wer?

Anke Rische, Christiane Schmidt, Marius Thieme

Was noch?

Keine Vorkenntnisse nötig.

Der Kurs ist in einfacher Sprache.

Kosten: 8 €, ermäßigt 2 €

Ich richte mein Zimmer selber ein

Die Menschen verbringen viel Zeit zuhause. Deswegen soll es dort schön aussehen. Was schön ist, bestimmt jeder und jede selbst. In dem Kurs lernen wir, wie man mit wenig Aufwand ein Zimmer neu einrichten kann. Wir üben an einem echten Zimmer.

.....

Wann?

Der Kurs findet 4-mal statt.

29. August

5. September

12. September

19. September 2023

9:00 bis 13:30 Uhr

.....

Wo?

Raum 9

.....

Wer?

Anni Kuchler und Anja Kalbitz

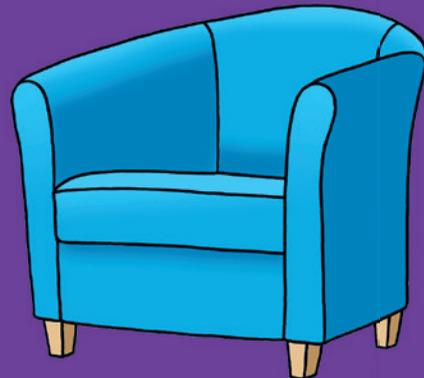
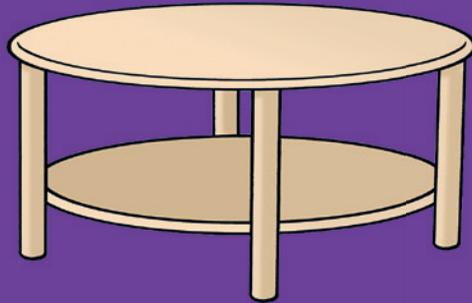
.....

Was noch?

Keine Vorkenntnisse nötig

Der Kurs ist in einfacher Sprache

Kosten: 32 €, ermäßigt 8 €





Gewalt – was kann man dagegen machen?

Jeder Mensch hat persönliche Grenzen.

Grenz-Verletzungen passieren meistens zufällig.

Zum Beispiel: Jemand berührt eine andere Person aus Versehen.

Übergriffe passieren nicht zufällig oder aus Versehen.

Zum Beispiel: Jemand macht absichtlich eine blöde Bemerkung.

Strafrechtlich relevante Gewalt heißt:

Gewalt, die durch Gesetze verboten ist.

Zum Beispiel: Körperverletzung oder Freiheitsberaubung.

Gegen Grenz-Verletzungen, Übergriffe oder strafbare Gewalt kann man was machen.

Was das sein kann, darüber sprechen wir in diesem Kurs.

Wann?

Dieser Kurs geht 2 Tage.

Der genaue Termin steht noch nicht fest.

9:00 bis 13:30 Uhr

Wo?

Raum 2

Wer?

Sascha Omidi (Fachberater für Gewaltprävention)

Was noch?

Keine Vorkenntnisse nötig.

Der Kurs ist in einfacher Sprache.

Kosten: 100 €, ermäßigt: 25 €



Töpfern mit Kerstin

Wir machen aus Ton schöne Dinge. Zum Beispiel eine Tasse. Sie entscheiden selbst, was Sie töpfern wollen. Die Kursleitung unterstützt Sie dabei. Wir malen den Ton mit Spezial-Farben an. Wie das geht, lernen Sie in diesem Kurs. Am Ende können Sie Ihr Kunstwerk mitnehmen.

Wann?

Der Kurs findet 2-mal statt.
9. und 30. November 2023
15:00 bis 17:30 Uhr

Wo?

Kunstatelier leben lernen

Wer?

Kerstin Just (Keramik-Expertin)

Was noch?

Keine Vorkenntnisse nötig.
Der Kurs ist in einfacher Sprache.
Bitte bringen Sie eine Schürze mit.
Kosten: 80 €, ermäßigt 20 €



Wir gehen ins Museum Lichtenberg

In diesem Kurs lernen wir das Museum Lichtenberg kennen.
Welche Orte in Lichtenberg sind mir wichtig?
Wo war ich schon mal?
Im Atelier gestalten wir eine eigene biographische Stadtkarte.

Tag 1: Was ist alles in Lichtenberg passiert? Lichtenberg und ich.
Tag 2: Wir besuchen die Ausstellung.
Tag 3: Wir gehen ins Atelier.

Wann?

Der Kurs findet 3 mal statt.
15. November
16. November
17. November 2023
09:00 bis 13:30 Uhr

Wo?

Kunstatelier leben lernen

Wer?

Giselind Hardwig und Henrike Büscher (Kunstwissenschaftlerin)

Was noch?

Der Kurs ist in einfacher Sprache.
Kosten: 32 €, ermäßigt 8 €



Liebe, Sex und solche Sachen

In diesem Kurs lernen Sie vieles über Sexualität:
Wie kann man über Sex sprechen?
Was will ich über meinen Körper noch lernen?
Zusammen sein: Was ist schwierig? Was ist schön?
»Raus aus meinem Zimmer!«
Jeder Mensch hat Grenzen.
Welche Regeln sind mir wichtig?
Welche Rechte habe ich?

Wann?

4. und 5. Dezember 2023
9:00 bis 13:30 Uhr

Wo?

Raum 4

Wer?

Andreas Nitsche (Forschungsgruppe ReWiks, Experte für sexuelle Selbstbestimmung)

Was noch?

Keine Vorkenntnisse nötig.
Der Kurs ist in einfacher Sprache.
Kosten: 125 €, ermäßigt: 31,25 €



Wir singen Weihnachtslieder!

Wir singen Weihnachtslieder. In gemütlicher Runde mit Tee und Gebäck stimmen wir uns auf Weihnachten ein. Sie sind herzlich willkommen! In diesem Kurs können Sie mitsingen. Oder einfach zuhören und genießen.

.....

Wann?

8. Dezember
15. Dezember 2023
16:30 bis 17:30 Uhr

.....

Wo?

Raum 4

.....

Wer?

Patrick Fretzdorff (Musik-Pädagoge)

.....

Was noch?

Keine Vorkenntnisse nötig.
Der Kurs ist in einfacher Sprache.
Keine Kosten



Alles im Gleichgewicht

Ein inklusiver Sportkurs mit Spaß an der Bewegung. Wir trainieren das Gleichgewicht und unseren Körper.

Wann?

Alle Termine sind auf unserer Website:
www.dasbildungsinstitut.de

Wo?

Raum 2

Wer?

Steffen Horatschke (Fitness-Coach)

Was noch?

Der Kurs ist in einfacher Sprache.
Sie brauchen Sportsachen, Handtuch und Trinken.
Kosten: 6 €, ermäßigt 2 €



Kreatives Entspannen

Bei Stress, Schmerzen oder Schlafstörungen hilft Entspannung. Entspannung kann man schnell und einfach lernen.

Es werden viele Techniken angewendet.

Zum Beispiel in Gedanken auf Reisen gehen (Traum-Reise).

Oder Atem-Übungen machen.

Sie wählen, was Ihnen am besten gefällt.

Wann?

Immer donnerstags

10 bis 11 Uhr

oder

15 bis 16 Uhr

Alle Termine sind auf unserer Website:

www.dasbildungsinstitut.de

Wo?

Raum 2

Wer?

Cornelia Hindermann (Entspannungstherapeutin)

Was noch?

Keine Vorkenntnisse nötig.

Bitte bringen Sie warme Socken mit.

Kosten: 1 €



Bibliothek

Hier gibt es Bücher in leichter Sprache.
Es gibt viele Themen zur Auswahl.
Zum Beispiel Krimis oder Romane.
Die Bücher kann man sich ausleihen.
Man kann auch in der Bibliothek lesen.
Dort stehen gemütliche Sessel und ein Sofa.
Kommen Sie gerne vorbei!

Wann?

Geöffnet 8:00 bis 16:30 Uhr
Montag bis Freitag

Wo?

Bibliothek Raum 11

Was noch?

Wir veranstalten auch Lese-Nachmittage.
Dann lesen wir aus einem Buch Ihrer Wahl vor.
Bei Interesse einfach anrufen:
030 – 509 322 290

Der Kurs ist in einfacher Sprache.
Keine Kosten



Kunstatelier

Malen Sie gerne? Töpfern Sie gerne? Wollen Sie was Kreatives machen? Dann kommen Sie ins Kunstatelier! Sie entscheiden selbst, was Sie machen wollen. Wir unterstützen Sie, Ihren eigenen künstlerischen Ausdruck zu entwickeln.

.....

Wann?

Alle Termine sind auf unserer Website:
www.dasbildungsinstitut.de
16:00 bis 19:00 Uhr

.....

Wo?

Kunstatelier leben lernen

.....

Wer?

Giselind Hardwig, Leonore Kahn, Marius Thieme (Künstler)

.....

Was noch?

Bitte bringen Sie Kleidung mit, die beim Malen schmutzig werden kann.

Der Kurs ist in einfacher Sprache.

Kosten: 8 €, ermäßigt 2 €



Tover-Tafel

Was ist eine Tover-Tafel?
Mit der Tafel kann man spielen.
So ähnlich wie mit einem Computer-Spiel.
Man spielt auf einem Tisch. Der Raum ist dunkel.
Animierte Spiele machen Spaß.
Es gibt eine große Auswahl:
Zum Beispiel: Fische im Aquarium oder Käfer im Laub suchen.

.....

Wann?

Auf Anfrage
Geöffnet 8:00 bis 16:30 Uhr
Montag bis Freitag

.....

Wo?

Raum 5

.....

Wer?

Katrin Erfurth und Annelie Schubring

.....

Was noch?

Keine Vorkenntnisse nötig.
Keine Kosten

Kontakt

Das Bildungsinstitut
leben lernen gGmbH am EDKE
Herzbergstraße 87–99, 2. Etage
10365 Berlin

Telefon

030 – 509 322 290

E-Mail

bildung@lebenlernen-berlin.de

Website

www.dasbildungsinstitut.de



Gefördert durch die

Aktion
MENSCH

 **lebenlernen**
Hier bin ich Ich ■

am Evangelischen
Diakoniewerk
Königin Elisabeth