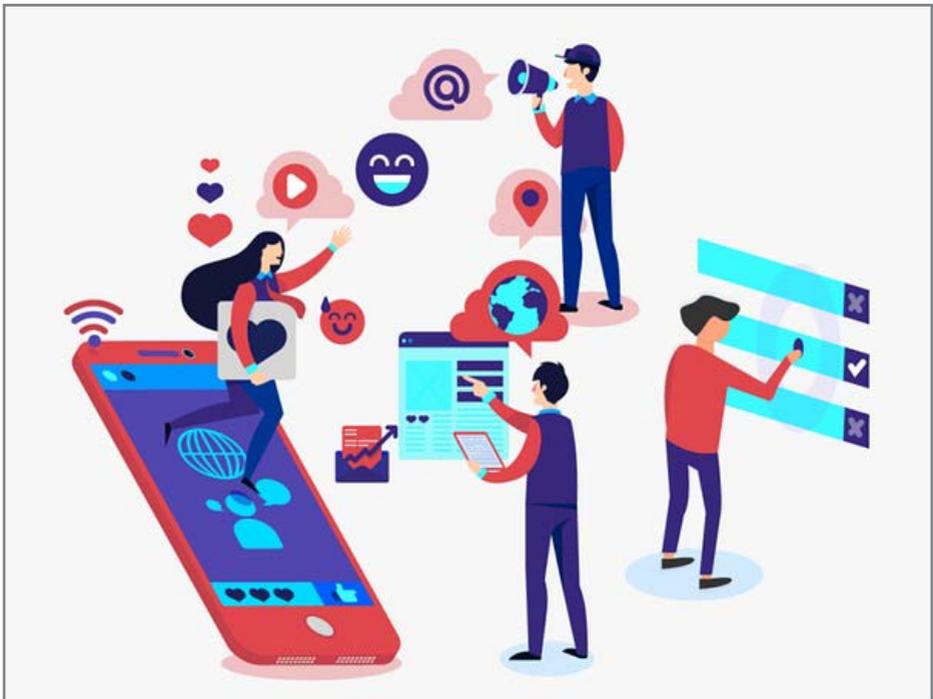


Durch Bildung mittendrin

WEITER•BILDUNGS•KATALOG

2. Halbjahr 2024



Arbeitsbegleitende Angebote
bei der Caritas Wertarbeit in Köln



für köln

Inhalt

INFOS	4
Infos zum Katalog	
An-meldung zu An-geboten	
Das Team Weiterbildung	
KURSE	9
BERUF-LICHES	
KOGNITIVES LERNEN	
KREATIV & MUSIK	
LEBENS-PRAXIS	
SPORT & ENT-SPANNUNG	
QUALI-FIZIERUNGEN UND ARBEIT	43
ZERTI-FIZIERTE QUALI-FIZIERUNGEN	
INTERNE QUALI-FIZIERUNGEN	
BETRIEB-LICHE SCHULUNGEN	
MIT-BESTIMMUNG IN DER WERK-STATT	
WORK-SHOPS UND PRO-JEKTE	53
PRÄ-VENTION	
LEBENS-PRAXIS	
KOGNITIVES LERNEN	
BERUF-LICHES	
SONSTIGES	88
Feed-back + Kontakt	
Kalender Work-shops und Pro-jekte	

Vorwort

Liebe Beschäftigte der Caritas Wertarbeit,

es gibt einen neuen Katalog für die Weiterbildung.

Von Juli bis Dezember gibt es viele neue Angebote.

Im Katalog finden Sie alle Infos.

Einfache Sprache

Im Katalog stehen leichte Texte.

Lange Wörter werden mit einem · getrennt.

Schwierige Wörter werden nicht benutzt. Oder erklärt.

Die Sätze sind kurz.

So können viele Menschen die Texte verstehen.

Wir sprechen alle an

Wenn in einem Text steht:

„Es waren viele Helfer dabei.“

Klingt das so:

Da waren keine Frauen dabei.

Richtig wäre es so:

„Es waren viele Helferinnen und Helfer dabei.“

Das ist sehr lang. Wir schreiben es kürzer:

„Es waren viele Helfer*innen dabei.“

Der Stern bedeutet:

Wir meinen alle. Männer und Frauen.

Und auch Menschen, die sich nicht als Mann oder Frau fühlen.

Wenn du den Stern in einem Wort siehst,

meinen wir ganz verschiedene Menschen.

Ver-schiedene An-gebote

Es gibt unterschiedliche Angebote.

Hier werden sie kurz erklärt.

KURSE

Die **Kurse** finden zwischen August und Dezember statt.

Ein Kurs findet regelmäßig statt.

Er dauert meist 45 Minuten.

Die Gruppen sind eher klein.

QUALI-FIZIERUNGEN UND ARBEIT

Diese Angebote haben mit der Arbeit zu tun.

Man kann sich weiter entwickeln.

Und neue Aufgaben übernehmen.

Einige Angebote sind nur für einen Arbeitsbereich.

WORK-SHOPS UND PRO-JEKTE

Ein **Work-shop** findet an einem oder mehreren Tagen statt.

Ein Work-shop dauert den ganzen Vormittag.

Es gibt Work-shops zu vielen verschiedenen Themen.

Man kann auch Work-shops an anderen Stand-orten besuchen.

Ein **Pro-jekt** dauert mehrere Stunden.

Manch-mal machen wir auch einen Aus-flug.

Jeden Monat gibt es verschiedene Work-shops und Pro-jekte.

Bei Work-shops und Pro-jekten sind die Gruppen größer.

Infos zum An-gebot

Im Katalog steht:



Was passiert in dem An-gebot?



Wann ist das An-gebot?



Für wen ist das An-gebot?

Manche An-gebote sind nur für einen Stand-ort.

Andere An-gebote sind für alle.



Was muss man können?

Bei manchen An-geboten muss man weit laufen können.

Oder schwierige Texte verstehen.

Sie lesen alle Infos.

Dann können Sie besser entscheiden.

Dann wissen Sie: Dieses An-gebot passt für mich.

Barriere-frei-heit

Im Katalog gibt es auch Infos zur Barriere-frei-heit.

Dafür nutzen wir Symbole:



Der Raum/ Ort ist nicht barriere-frei zu erreichen.

Es gibt keinen Aufzug. Oder keine Rampe.



Mit Gebärden-dolmetscher*in.

Die Symbole stehen bei den An-geboten.

Frei-willig-keit

Bei der Weiter-bildung kann man viel lernen.

Man kann neue Dinge ausprobieren.

Oder sich verbessern. Das kann viel Spaß machen.

Dabei ist wichtig:

Alle An-gebote im Katalog sind frei-willig.

Man entscheidet selbst, was man lernt.

Weiter-bildung für alle Be-schäftigten

Die Weiter-bildung ist für alle Be-schäftigten.

Für Be-schäftigte im Arbeits-bereich.

Auch für Teil-nehmende im Berufs-bildungs-bereich.

Und auch für Be-schäftigte auf einem Betriebs-integrierten Arbeits-platz (BiAP)

ABER: Manche An-gebote sind nur für einen Stand-ort.

Oder für bestimmte Personen.

Das steht bei den Infos.

An-gebote an anderen Stand-orten

Man kann auch An-gebote an einem anderen Stand-ort besuchen.

Die Gruppen-leitung hilft die Fahrt zu organisieren.

Selbst-fahrende Be-schäftigte können An-gebote an allen Stand-orten besuchen.

An-meldung

Sie melden sich bei der Gruppen-leitung an.

Die Gruppen-leitung hat einen Katalog im Computer.

Da kann man die Kurse direkt anklicken.

So kommt man zur An-meldung.

Die Gruppen-leitung trägt ihren Namen ein.

Vor Beginn bekommt die Gruppen-leitung eine Mail.

In der Mail steht wer am An-gebot teilnimmt. Und alle wichtigen Infos.

Das Team Weiter·bildung



Nadja Budzinski

Ich biete heil·pädagogische Förderung für den AmbB an.



Ricarda Gollmann

Ich biete Kunst·kurse und Kunst·therapie für alle Beschäftigten an.



Franziska Hack

Ich biete Kurse und Work·shops zu verschiedenen Themen an. Und organisiere die externen An·gebote.



Mirjam Harras

Ich biete Kurse und Work·shops zu verschiedenen Themen an.



Anna Lellek

Ich leite das Team der Weiter·bildung.



Berthold Lensing

Ich biete Work·shops und Be·ratungen an.
Die Be·ratung ist einzeln oder in der Gruppe.



Anthony Schmidt

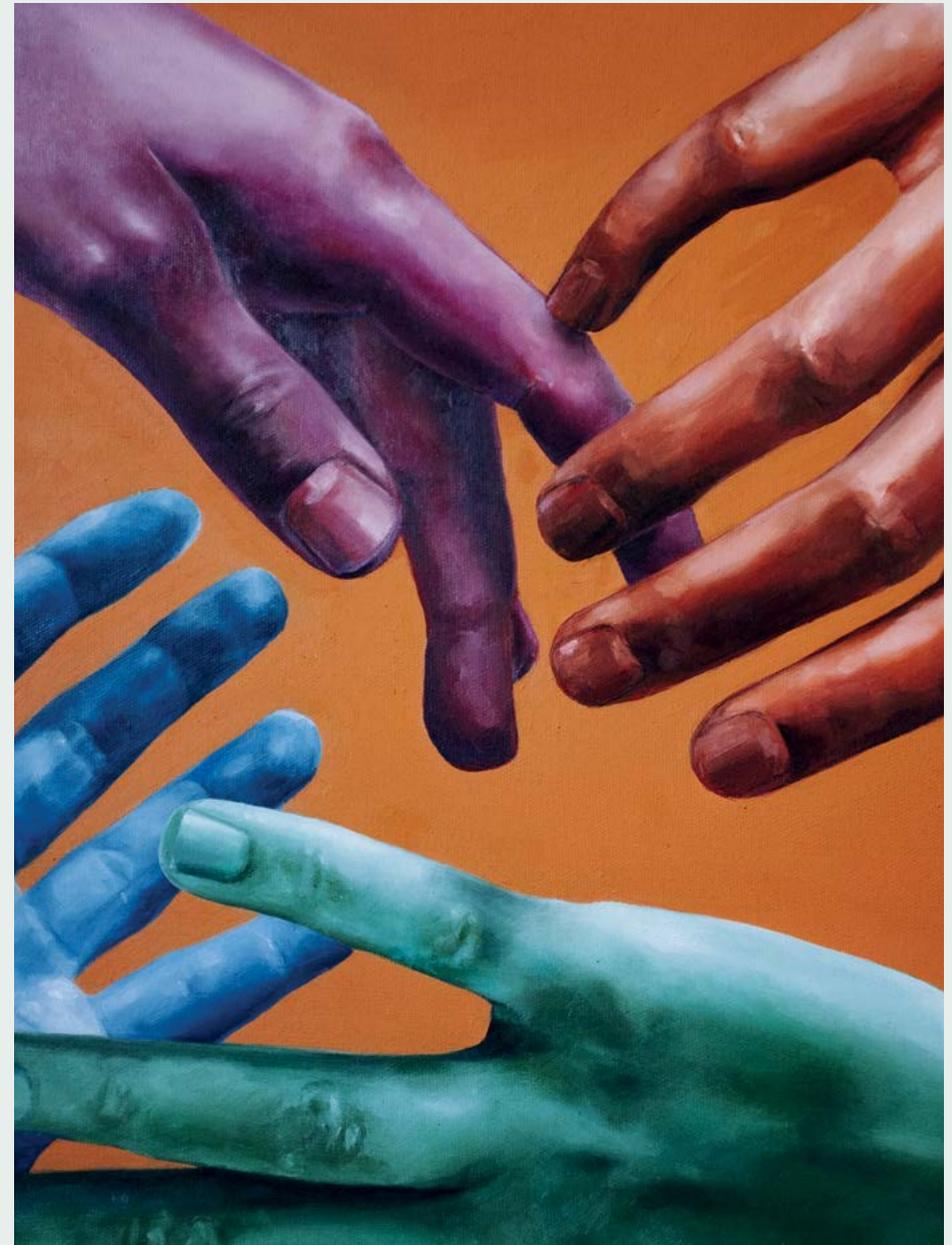
Ich biete Kurse und Work·shops zu Medien und Digital·isierung an.



Christiane Woltering

Ich biete Kurse und Work·shops zu verschiedenen Themen an.

KURSE



KURSE

BERUF-LICHES

12

Office am Coloneum

12

KOGNITIVES LERNEN

13

Kulturtechniken

13

Mathe

15

Lernen mit Apps

16

Rechnen mit Geld

18

Deutsch

19

Lese-kreis

20

Deutsch als Fremd-sprache

21

Spielerisch Lernen

22

Kopfzerbrechen (Rätsel)

23

KREATIV & MUSIK

24

Kunst tut gut

24

Offenes Atelier

26

Heil-pädagogisches Kreativ-angebot

27

Kreatives Ge-stalten

28

Arbeit mit Ton

29

Klang-erleben

30

Tanz & Rhyth-mik

31

Trommel-kurs

32

CariChor

33

Kreatives Schreiben für An-fänger

34

Schreib-werk-statt

35

LEBENS-PRAXIS

36

Unter-stützte Kommu-nikation

36

Training der Alltags-kompetenzen

37

SPORT & ENT-SPANNUNG

38

Ent-spannung

38

Ent-spanntes Zeichnen

39

CariFit - Sport und Gesund-heits-förderung

40

Acht-sam-keit

42

Office am Coloneum



Im Kurs üben wir Arbeits-ab-läufe am PC.
Wir lernen ver-schiedene Pro-gramme kennen.
Zusammen gestalten wir Leit-fäden
für die Arbeit in den Büro-diensten.



15.08.-05.12. (alle 4 Wochen)



Be-schäftigte der Büro-dienste (Am Coloneum)

Am Coloneum

MI 10:00 – 11:30 Uhr
mit
Anthony Schmidt

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Kultur·techniken – Mengen und Zahlen



Wir beschäftigen uns mit Mengen und Zahlen.
Wir sortieren Gegen-stände der Größe nach.
Wir erkennen unterschiedliche Formen.
Wir erkennen einzelne Zahlen.
Und können diese benennen.
Wir rechnen einfache Auf-gaben.
Wir üben am I-Pad mit der Anton-App.



Mitte August bis Mitte Dezember



vorrangig Be-schäftigte im Arbeits-bereich mit besonderer Be-treuung (AmbB)



Sie haben Inter-esse an Zahlen.
Sie mögen Tisch-aufgaben.

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

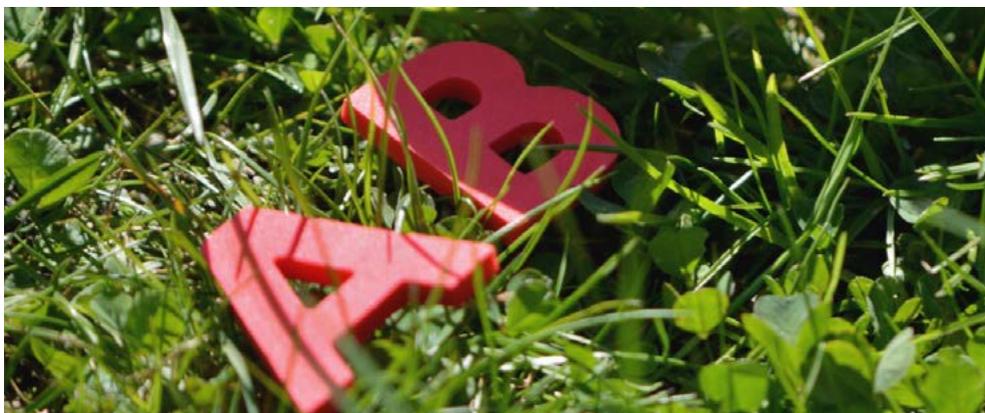
Clara-Fey-Haus

DI 10:45 – 11:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Gut Frohnhof

MO 10:45 – 11:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Kultur·techniken – Buch·staben und Schreiben



Wir machen Schwung·übungen.
 Wir erkennen einzelne Buch·staben.
 Wir lernen Buch·staben zu benennen und zusammen zu ziehen.
 Wir lernen unseren Buch·staben schreiben.
 Wir üben am I·Pad mit der Anton·App.



Mitte August bis Mitte Dezember

An·meldung bei der Gruppen·leitung



vorrangig Be·schäftigte im Arbeits·bereich mit besonderer Be·treuung (AmbB)



Sie haben Inter·esse an Buch·staben
 Sie mögen Tisch·aufgaben.

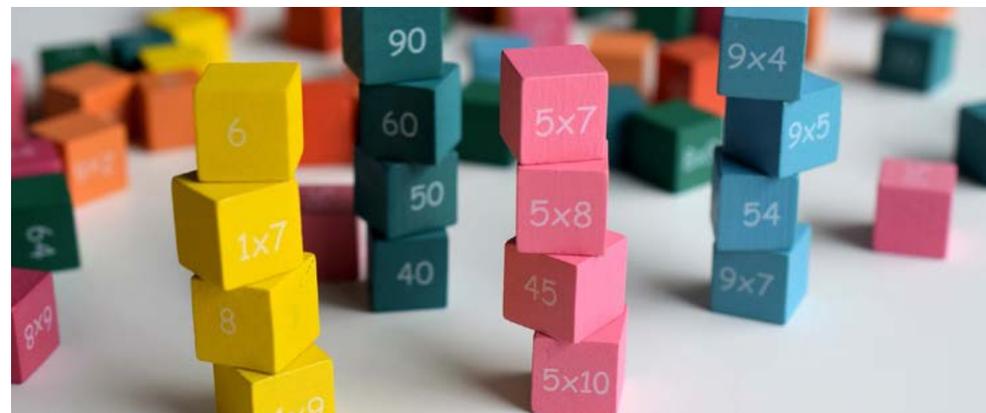
Clara·Fey·Haus

DO 8.45 – 9.30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Gut Frohnhof

MI 12:45 – 13:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Mathe



Zahlen und Rechnen sind im Leben oft wichtig.
 Auf der Arbeit und im Privaten.
 Im Kurs können Sie Ihre Fähig·keiten verbessern.
 Sie können üben und wiederholen.
 Oder neue Sachen lernen.
 Manch·mal gibt es Tricks, wie es einfacher geht.
 Man bekommt eigene passende Auf·gaben.
 Man entscheidet selbst, was man übt.



Mitte August bis Mitte Dezember

An·meldung bei der Gruppen·leitung



Be·schäftigte, die Mathe trainieren möchten.



Sie kennen die Zahlen bis 20.
 Sie können Plus und Minus rechnen.

Clara·Fey·Haus

MO 10:15 – 11:00 Uhr
mit
Dana Staiger

Horbeller Str. (14·täglich)

FR 11:30 – 12:15 Uhr
mit
Christiane Woltering

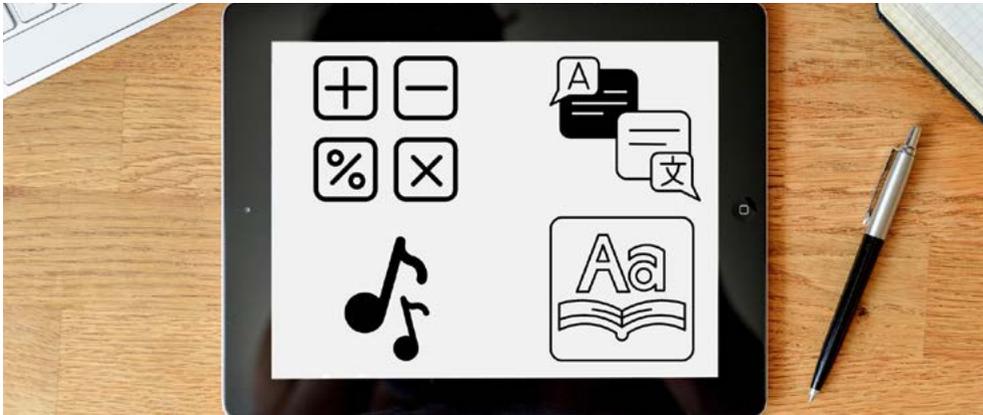
CariPrint

DO 08:30 – 09:15 Uhr
mit
Mirjam Harras

Clara·Fey·Haus

MI 9:15 – 10:00 Uhr
mit
Dana Staiger

Lernen mit Apps



Es gibt viele Lern-apps.
Man kann Zahlen oder Buch-staben üben.
Oder schwierige Mathe-aufgaben lösen.
Man kann auch Konzen-tration oder das Gedäch-tis trainieren.
Für jeden ist etwas dabei.

Sie können selbst entscheiden, was Sie lernen.
Wir nutzen am Tablet oder Computer ver-schiedene Lern-apps.
Zum Beispiel ANTON, Buden-berg und Cog-pack.



Mitte August bis Mitte Dezember



Be-schäftigte, die Spaß am Lernen haben.



Sie können Laptop oder Tablet bedienen.

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Gut Frohnhof
DO 8:15 – 9:00 Uhr
mit
Franziska Hack

Clara-Fey-Haus
MO 8:15 – 9:00 Uhr
mit
Dana Staiger

Clara-Fey-Haus
MI 10:15 – 11:00 Uhr
mit
Dana Staiger

Horbeller Str. (14-tägig)
FR 08:30 – 09:15 Uhr
mit
Christiane Woltering

CariLog
DO 8:30 – 9:15 Uhr
mit
Christiane Woltering

CariLog
DO 9:30 – 10:15 Uhr
mit
Christiane Woltering

CariPrint
DO 13:30 – 14:15 Uhr
mit
Christiane Woltering

Rechnen mit Geld



Man hat oft mit Geld zu tun.
 Im Super-market, beim Bäcker oder am Kiosk.
 Manchmal auch auf der Arbeit.
 Im Kurs trainiert man das Rechnen mit Geld.
 Zum Bei-spiel das Ein-kaufen, Kassieren oder Be-zahlen.
 Das kann helfen sicherer zu werden.
 Und weniger Fehler zu machen.
 Man bekommt eigene passende Auf-gaben.
 Man entscheidet selbst, was man übt.

An-meldung bei der Gruppen-leitung



Mitte August bis Mitte Dezember



Be-schäftigte, die das Rechnen mit Geld trainieren möchten.



Sie rechnen sicher Plus und Minus.
 Sie kennen Kommazahlen.

Clara-Fey-Haus

MI 12:15 – 13:00 Uhr
 mit
Dana Staiger

CariLog

DO 10:30 – 11:15 Uhr
 mit
Christiane Woltering

Deutsch



Lesen und Schreiben sind im All-tag oft wichtig.
 Man liest Nach-richten, Schilder oder Fahr-pläne.
 Oder muss ein Formular ausfüllen.
 Im Kurs kann man seine Fähig-keiten verbessern.
 Man kann Buch-staben und einfache Wör-ter lernen.
 Oder komplizierte Texte lesen.
 Man kann auch Grammatik üben.
 Für jeden ist etwas dabei.
 Man entscheidet selbst, was man übt.

An-meldung bei der Gruppen-leitung



Mitte August bis Mitte Dezember



Be-schäftigte, die Lesen und Schreiben trainieren möchten.



Sie kennen Buch-staben
 Sie kennen einfache Wörter

Clara-Fey-Haus

MI 8:15 – 9:00 Uhr
 mit
Dana Staiger

Horbeller Str. (14-tägig)

FR 10:30 – 11:15 Uhr
 mit
Christiane Woltering

Lesekreis



Es gibt viele verschiedene Bücher.
Zum Beispiel Romane, Krimis oder Geschichten.

Im Kurs wollen wir gemeinsam lesen.
Wir lesen Bücher in einfacher Sprache.
Jeder darf vorlesen.
Wir besprechen schwierige Wörter.
Wir entscheiden gemeinsam, welches Buch wir lesen.



14.08.-11.12.



Beschäftigte, die gern lesen.



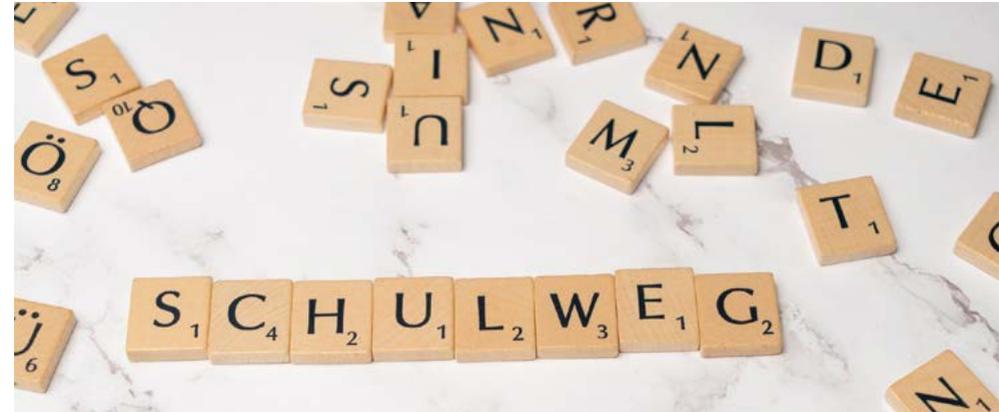
Sie können mit oder ohne Unterstützung lesen.

Clara-Fey-Haus

MI 11:15 – 11:45 Uhr
mit
Dana Staiger

Anmeldung bei der
Gruppenleitung

Deutsch als Fremdsprache



Deutsch verstehen und sprechen ist wichtig.
Damit man sich im Alltag gut verständigen kann.
Manche Menschen sprechen eine andere Muttersprache.
Und haben erst später Deutsch gelernt. Oder lernen gerade Deutsch.
Im Kurs kann man:

- neue Wörter lernen
- üben Deutsch besser zu verstehen
- die Aussprache verbessern
- Grammatik lernen

Es gibt im Kurs passende Übungen. Man entscheidet selbst, was man übt.



12.08.-09.12.



Beschäftigte, deren Muttersprache nicht Deutsch ist.



Sie möchten besser Deutsch lernen.

Clara-Fey-Haus

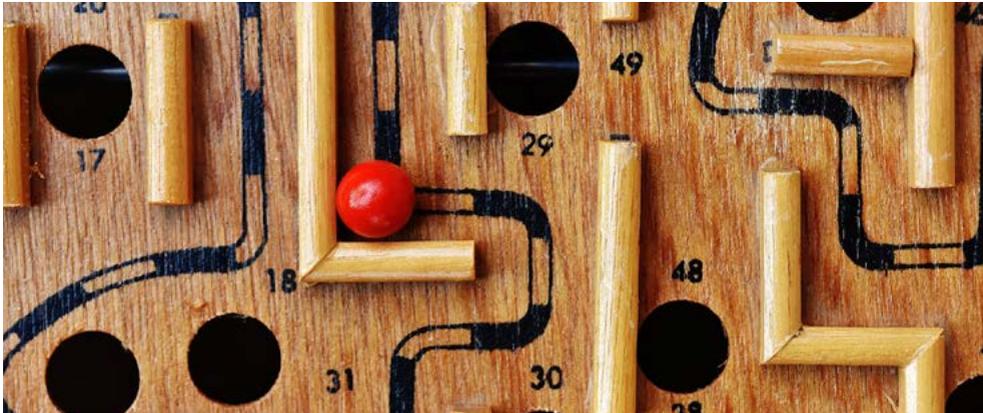
MO 9:15 – 10:00 Uhr
mit
Dana Staiger

Anmeldung bei der
Gruppenleitung

Clara-Fey-Haus

MO 12:15 – 13:00 Uhr
mit
Dana Staiger

Spielerisch Lernen



Mit Spielen kann man viel Lernen.
 Man trainiert die Konzentration. Oder das Gedächtnis.
 Manchmal muss man schnell sein. Oder kreativ.
 Es gibt Spiele mit Zahlen oder Buchstaben.
 Im Kurs spielt man verschiedene Spiele.
 Es wird gemeinsam entschieden, was trainiert werden soll.
 Man kann eigene Ideen einbringen.
 Das Lernen mit Spielen macht viel Spaß.



15.08.-12.12.

Anmeldung bei der Gruppenleitung



Beschäftigte, die Spaß am Spielen haben.



Sie können Spielregeln verstehen.

CariLog

DO 11:30 – 12:15 Uhr
mit
Christiane Woltering

CariPrint

DO 14:30 – 15:15 Uhr
mit
Christiane Woltering

Gut Frohnhof

DO 9:15 – 9:45 Uhr
mit
Franziska Hack

Kopf-zerbrechen (Rätsel)



Es gibt viele verschiedene Rätsel.
 Rätsel mit Zahlen oder Buchstaben. Oder mit Bildern.
 Man sucht immer die Lösung.
 Man kann allein knobeln. Oder in der Gruppe.
 Mit Rätseln kann man viel trainieren.
 Die Konzentration. Das Gedächtnis. Aber auch das Lösen von Problemen.
 Im Kurs lernt man verschiedene Rätsel kennen. Einfache oder sehr komplizierte.
 Man entscheidet selbst, was man probiert.



Mitte August bis Mitte Dezember

Anmeldung bei der Gruppenleitung



Beschäftigte, die Spaß am Knobeln haben.



Sie können sinnentnehmend Lesen und Schreiben.
 Sie können einfache Rechenaufgaben.
 Sie können gut logisch denken.

Clara-Fey-Haus

MO 11:15 – 11:45 Uhr
mit
Dana Staiger

CariPrint

DO 9:45 – 10:30 Uhr
mit
Mirjam Harras

Horbeller Str. (14-tägig)

FR 9:30 – 10:15 Uhr
mit
Christiane Woltering

Kunst tut gut



Alle können kreativ sein.
Man muss an sich glauben.
Manch-mal braucht es nur einen An-stoß.
„Jeder Mensch ist ein Künstler“ - Joseph Beuys

Im Kurs gibt es:

- Spaß und Freude
- An-regung der Fantasie
- Aus-gleich von Arbeit und All-tag
- Neues kennenlernen
- Selbst-vertrauen stärken
- Erlernen von Techniken
- Kennen-lernen von Materialien
- Un-bekanntes sichtbar machen
- Freies Ge-stalten



Mitte August bis Mitte Dezember



Be-schäftigte der CariLog und CariPrint

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

CariLog

DI 9:00 – 10:00 Uhr
mit
Ricarda Gollmann

CariLog

DI 10:00 – 11:00 Uhr
mit
Ricarda Gollmann

CariLog

DI 11:00 – 12:00 Uhr
mit
Ricarda Gollmann

CariLog

DI 12:00 – 13:00 Uhr
mit
Ricarda Gollmann

CariPrint

MO 9:00 – 10:00 Uhr
mit
Ricarda Gollmann

CariPrint

MO 10:00 – 11:00 Uhr
mit
Ricarda Gollmann

CariPrint

MO 11:00 – 12:00 Uhr
mit
Ricarda Gollmann

CariPrint

MO 12:00 – 13:00 Uhr
mit
Ricarda Gollmann

Offenes Atelier



Man weiß nie, wo einen der Pinsel hinträgt.
Das offene Atelier unterstützt die Möglichkeiten sich auszudrücken.
Sie werden sichtbar.
Anspannung und Entspannung sind oft nicht ausgeglichen.
Die kreative Arbeit schafft eine Balance.
Künstlerische Arbeit fördert die Fantasie.
Sie schafft neue Blickwinkel
Und Möglichkeiten.
Kunst tut der Seele gut.
Und fördert die Gesundheit.



14.08.-11.12.



Be-schäftigte mit psychischer Be-hinderung, die Freude an Kunst haben.

Gut Frohnhof

MI 8:30 – 14:30 Uhr
mit
Ricarda Gollmann

Aktuell keine freien Plätze.
Über freie Plätze wird informiert.

Heilpädagogisches Kreativangebot



Wir malen mit verschiedenen Farben.
Wir probieren verschiedene Untergründe aus.
Wir arbeiten mit Ton und Teig.
Wir formen Gegenstände und machen Abdrücke.



Mitte August bis Mitte Dezember

**An-meldung bei der
Gruppen-leitung**



Be-schäftigte im Arbeitsbereich mit besonderer Be-treuung (AmbB)



Sie haben Freude an der Be-schäftigung mit Farben und verschiedenen Materialien.

Clara-Fey-Haus

DO 9:45 – 10:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Gut Frohnhof

MI 10:45 – 11:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Kreatives Ge-stalten



Wir arbeiten mit vielen Farben.
Und mit ver-schiedenen Materialien.
Wir lernen ver-schiedene Techniken kennen.
Man kann viel Neues probieren.
Wir gestalten persönliche Kunst-werke.



14.08.-11.12.



Be-schäftigte, die Freude am Um-gang und Ge-stalten mit Farben haben.

Clara-Fey-Haus

MI 13:15 – 14:00 Uhr
mit
Dana Staiger

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Arbeit mit Ton



Wir lernen das Material Ton kennen.
Wir formen, bauen und matschen
Wir hinterlassen Spuren.
Wir können zeigen, was uns beschäftigt.
Wir genießen den Ton auf der Haut.



15.08.-12.12.



Be-schäftigte im Arbeits-bereich mit besonderer Be-treuung (AmbB)



Sie mögen das Material Ton auf der Haut.

Clara-Fey-Haus

DO 12:45 – 13:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Clara-Fey-Haus

DO 13:30 – 14:00 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Klang·erleben



Wir lassen Klänge auf uns wirken.
Und erzeugen selbst Klänge.
Wir probieren verschiedene Instrumente aus.
Wir trommeln verschiedene Rhythmen.
Wir singen zur Gitarre.
Und hören Klanggeschichten.
Wir lernen verschiedene Musikrichtungen kennen.

Anmeldung bei der
Gruppenleitung



Mitte August bis Mitte Dezember



Beschäftigte im Arbeitsbereich mit besonderer Betreuung (AmbB)



Sie mögen verschiedene und laute Geräusche. Sie singen gerne.

Clara-Fey-Haus

MI 9:45 – 10:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Gut Frohnhof

MO 9:45 – 10:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Gut Frohnhof

MI 13:30 – 14:00 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Tanz und Rhyth·mik



Wir bewegen uns zur Musik.
Und üben kleine Choreografien.
Wir trommeln einfache Rhythmen.

Anmeldung bei der
Gruppenleitung



Mitte August bis Mitte Dezember



Beschäftigte im Arbeitsbereich mit besonderer Betreuung (AmbB)



Sie bewegen sich gerne zur Musik.

Clara-Fey-Haus

DO 10:45 – 11:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Gut Frohnhof

MI 9:45 – 10:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Trommel-kurs



Trommeln macht Spaß.
Und gibt viel gute Energie.
Im Kurs kann man verschiedene Trommeln ausprobieren.
Und lernen, wie man sie richtig spielt.
Es gibt verschiedene Rhythmusübungen.
Man lernt afrikanische Rhythmen kennen.
Wir trommeln gemeinsam in der Gruppe.



07.08.-25.09.



Selbst-fahrende Beschäftigte aller Stand-orte
(Begleitung ab Gut Frohnhof möglich).



Sie haben Lust in der Gruppe zu trommeln.
Sie können laute Musik aushalten. (mit Gehörschutz)

Proben-raum Silcher Straße
(Nähe Rochus-platz)

MI 13:00 – 14:30 Uhr
mit
Malick Diouf + Mirjam Harras



**An-meldung bei der
Gruppen-leitung**

CariChor



Spaß am Singen? Freude an Musik?
Im CariChor wird gemeinsam gesungen.
Man kann auch eigene Musik-wünsche vorschlagen.

Einmal in der Woche ist Probe.
Es gibt auch Auf-tritte.
Zum Bei-spiel zu Karneval, beim Sommer-fest oder der Weih-nachts-feier.



ganz-jährig



Beschäftigte der CariLog



Sie haben Spaß am Singen.

CariLog

FR 10:30 – 11:30 Uhr
mit
**Nicole Reinsch, Tatjana
Kamphausen, Martin Dahm**

**Kontakt-aufnahme
mit der Chorleitung**

Kreatives Schreiben für An-fänger



Manche Menschen haben viel Fantasie. Und erfinden spannende Ge-schichten. Man kann die kreativen Ideen auch aufschreiben. Als Ge-dicht. Oder als Ge-schichte. Im Kurs lernt man ver-schiedene Techniken. Wie man gute Texte schreibt. Es gibt viele Übungen. Man kann viel ausprobieren. Und viele kleine Texte schreiben.



15.08.-24.10



Be-schäftigte, die Lust haben eigene Texte zu verfassen.



Sie können gut selbst-ständig Lesen und Schreiben. Sie sind kreativ und haben viel Fantasie.

CariPrint

DO 10:45 – 11:30 Uhr
mit
Mirjam Harras

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Schreib-werkstatt



Der Fantasie freien Lauf lassen. Die Ideen festhalten. Eigene Texte schreiben. Kreatives Schreiben kann viel Freude machen. In der Schreib-werk-statt schreibt man eigene Texte. Egal ob Ge-dichte, kurze Ge-schichten oder Romane. Jeder schreibt für sich. Man kann sich auch austauschen. Wichtig ist der Spaß am Schreiben.



31.10.-12.12.



Be-schäftigte, die Lust haben eigene Texte zu verfassen.



Sie können gut selbstständig Lesen und Schreiben können. Sie haben schon Erfahrungen im kreativen Schreiben.

CariPrint

DO 10:45 – 11:45 Uhr
mit
Mirjam Harras

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Unterstützte Kommunikation



Wir arbeiten mit dem Talker oder I-Pad
 Und mit Piktogrammen und Gebärden.
 Wir unterhalten uns zu festgelegten Themen.
 Wir spielen Gesellschaftsspiele.
 Wir probieren uns aus.
 Wir gestalten Entscheidungsgeschichten aktiv mit.

Anmeldung bei der
 Gruppenleitung



Mitte August bis Mitte Dezember



Beschäftigte im Arbeitsbereich mit besonderer Betreuung (AmbB)



Sie nutzen Hilfsmittel zur Kommunikation

Clara-Fey-Haus

DI 12:45 – 13:30 Uhr
 mit
 Nadja Budzinski

Gut Frohnhof

MI 8:45 – 9:30 Uhr
 mit
 Nadja Budzinski

Training der Alltagskompetenzen



Im Alltag und Beruf brauchen wir viele Fähigkeiten.
 Zum Beispiel: Umgang mit Geld.
 Oder die Uhrzeit erkennen.
 Wichtige Wörter und Sätze lesen und schreiben.
 Auch das Nutzen von Medien.
 Oder eigene Wünsche formulieren.
 Das trainieren wir in diesem Kurs.

Anmeldung bei der
 Gruppenleitung



15.08.-12.12.



Beschäftigte, die im Alltag Unterstützung benötigen.



Sie möchten Ihre Fähigkeiten im Alltag weiter entwickeln.

Gut Frohnhof

DO 10:10 – 10:55 Uhr
 mit
 Franziska Hack

Ent·spannung



Wir hören ruhige Musik.
Wir erleben Körper-massagen.
Wir machen Körper-übungen.
Wir hören Ent-spannungs-geschichten.
Und gestalten diese mit.
Wir genießen Licht-spiele und Düfte.

An-meldung bei der
Gruppen-leitung



Mitte August bis Mitte Dezember



Be-schäftigte im Arbeits-bereich mit besonderer Be-treuung (AmbB)



Sie können zur Ruhe kommen.

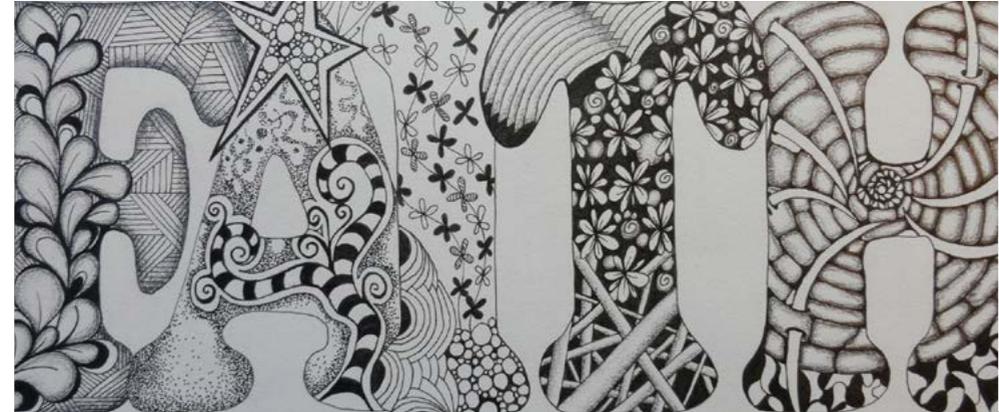
Clara-Fey-Haus

DI 8:45 – 9:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Gut Frohnhof

MO 8:45 – 9:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Ent-spanntes Zeichnen nach Zen·tangle



Zen-tangle ist eine meditative Art des Zeichnens.
Man braucht nicht viel. Nur Stift und Papier.
Und Lust, sich darauf einzulassen, was kommt!
Man braucht keine Erfahrungs- im Zeichnen. Und keine Ideen.
Viele sagen: „Ich kann nicht zeichnen.“ Sie versuchen es nicht.
Bei Zen-tangle gibt es ein strukturiertes Vorgehen.
Und definierte Muster. Das kann man lernen.
Fehler sind gut. Sie führen zu spannenden Ergeb-nissen.



01.07.-12.12.



Be-schäftigte mit psychischer Be-hinderung der Stand-orte
Gut Frohnhof und Am Coloneum.

Aktuell keine freien Plätze.
Über freie Plätze
wird informiert.

Gut Frohnhof

MO 8:45 – 9:30 Uhr
mit
Oliver Kesselring

Am Coloneum

DI 10:00 – 11:30 Uhr
mit
Oliver Kesselring

Am Coloneum

DO 14:20 – 15:50 Uhr
mit
Oliver Kesselring



Sport und Bewegung sind wichtig für die Gesundheit. Das CariFit-Team hat viele Angebote. Für jeden ist etwas dabei. Es gibt Reha-sport-gruppen:

- Gym-nastik
- Be-wegungs- und Sport-spiele
- Aus-dauer-training/ Walking

Und es gibt weitere Trainings-an-gebote:

- Mobili-sations-training
- Fit-ness-training
- Ent-spannungs-training

Man kann zuerst ein Probe-training machen.



ganzjährig



Be-schäftigte mit Ver-ordnung für ambulanten Reha-sport.
Be-schäftigte aller Stand-orte.

In unserem An-gebots-katalog 2024 sind alle CariFit-Angebote genau beschrieben.

HIER können Sie den An-gebots-katalog herunterladen

Gym-nastik (Reha-sport)

Im Training wechseln verschiedene Übungen. Man trainiert Beweg-lichkeit und Kraft. Und macht Übungen zu Dehnung und Ent-spannung. Man nutzt verschiedene Trainings-geräte. Gym-nastik fördert die Gesund-heit. Und ist ein guter Aus-gleich zur Arbeit.

Be-wegungs- und Sport-spiele (Reha-sport)

Mit Spielen kann man viele Dinge trainieren. Zum Beis-piel Geschick-lichkeit. Oder Konzen-tration. Manchmal muss man im Team arbeiten. Und sich absprechen. Man muss oft Regeln einhalten. Es werden viele verschiedene Spiele gespielt. Es gibt auch Gruppen mit Fuß-ball und Tisch-tennis.

Aus-dauer-training/ Nordic Walking (Reha-sport)

Wandern kann auch ein gutes Training sein. Man lernt den richtigen Um-gang mit Nordic Walking Stöcken. Wir wandern mit der Gruppe in der freien Natur.

Mobili-sation und Fit-ness (Einzel oder Gruppe)

Man trainiert an verschiedenen Geräten. Es gibt Trainings um die Beweglichkeit zu verbessern. Oder um beweglich zu bleiben. Das heißt Mobilisation. Man kann auch Aus-dauer und Kraft trainieren. Wir kontrollieren gemeinsam, wie sich Ihre Fit-ness verbessert. Am besten trainiert man mehrmals in der Woche.

Ent-spannungs-training

Es gibt viele Arten sich zu entspannen. Mit besonderen Übungen kann man sich beruhigen. Wenn man viel Stress hat. Wir probieren viel aus. Wir finden heraus, was für Sie am besten funktioniert.

CariPrint

Montag - Donnerstag
mit
Dominik Dannenberg

Clara-Fey-Haus

Montag - Mittwoch
mit
Regina Stommel

CariLog

Mittwoch
mit
Regina Stommel

Gut Frohnhof

Montag - Freitag
mit
Christian Dalka

Acht·sam·keit



Wir denken im Laufe des Tages an viele Dinge. Viele Ge-danken können uns stressen. Sie tun uns nicht gut. Im Kurs lenken wir die Auf-merksam-keit auf das „Hier und Jetzt“. Wir konzentrieren uns darauf, was wir gerade fühlen, hören, riechen und schmecken. Außerdem lernen wir zu entspannen. Es gibt ver-schiedene Übungen. Gemeinsam werden Übungen durchgeführt. Ziel ist es, sich besser zu fühlen. Und dass der Kopf zur Ruhe kommt.



15.08.-12.12.



Vorrangig für Be-schäftigte mit psychischer Be-hinderung.



Sie können sich auf Ihren Körper konzentrieren und selbst reflektieren.

Gut Frohnhof

DO 11:00 – 11:45 Uhr
mit
Franziska Hack

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Am Coloneum

DO 13:30 – 14:00 Uhr
mit
Franziska Hack

QUALI·FIZIERUNGEN UND ARBEIT

ZERTI·FIZIERTE QUALI·FIZIERUNGEN 44

Quali-fizierungs-bau-stein Be-wirtungs-service (Haus-wirts-chaft) 44

INTERNE QUALI·FIZIERUNGEN 45

Ent-wick-lung im Klein-kind und Kinder-garten-alter (Vertiefung) 45

Pro-duktions-assistenz (CariLog) 46

Auf-trags-begleiter*innen (CariLog) 47

BETRIEB·LICHE SCHULUNGEN 48

Unter-weisungen Logistik (Ladungs-sicherung, E-Ameise, Stapler) 48

Schulung für Sicher-heits-beauftragte 49

MIT·BESTIMMUNG IN DER WERK·STATT 50

Vor-stellung: Werk-statt-rat 50

Vor-stellung: Frauen-beauftragte 51

Frauen-café 52

Be-wirtungs-service (Quali-fizierungs-bau-stein Haus-wirts-chaft)



In der Quali-fizierung lernt man:

- Unter-stützung in der Küche und bei Be-wirtungen
- Spülen und Reinigung der Arbeits-flächen und des Gast-raumes
- Hygiene-vor-schriften beachten
- Be-wirtungen und Kunden-service

Man erhält bei erfolg-reicher Ab-schluss-prüfung ein Zerti-fikat.



März bis November (Ein-stieg nicht mehr möglich)



Be-schäftigte mit Infektions-schutz-belehrung.
Be-schäftigte, die im Bereich Be-wirtung arbeiten möchten.



Sie können lesen und schreiben.
Sie sind freundlich und teamfähig.
Sie sind flexibel und körperlich belastbar.

CariPrint

DI 9:00 – 15:00 Uhr

**Angelika Wortmann und
Team Haus-wirt-schaft**

bestätigt durch die

**Landwirtschaftskammer
Nordrhein-Westfalen**

Ent-wick-lung im Klein-kind und Kinder-garten-alter (Ver-tiefung)



Themen der Vertiefungs-schulung:

- Spiel des Kindes
- Rolle bei der Ein-gewöhnung
- Beob-achtung von Spiel-situationen
- Be-sprechung und Aus-tausch mit Kolleg*innen



Be-schäftigte auf einem Be-triebs-integrierten Arbeits-platz (BiAP) in einer Kita

**AMO
(Mathias-Brüggen-Straße)**

**25.09. und 13.11.
9:00 – 12:00 Uhr
Frau Felix-lasi**

Pro-duktions-assistenz (CariLog)



In der Quali-fizierung lernt man:

- Kon-trolle der Arbeits-auf-träge in der Bereit-stellungs-zone
- Ver-sorgung der Tisch-gruppen mit Arbeits-auf-trägen
- Er-klären von Arbeits-auf-trägen
- End-kontrolle und Ab-meldung von Arbeits-auf-trägen
- Training der Soft-skills

Die Quali-fizierung findet während der Arbeits-zeit statt.



02.09.-03.02.



Be-schäftigte der CariLog



Sie kennen Buch-staben und Zahlen.

**Kontakt-aufnahme
mit Stefanie Manthey**

CariLog

MO 10:00 – 11:00 Uhr
mit
**Stefanie Manthey
Christiane Woltering**

Auf-trags-begleiter*innen (CariLog)



In der Quali-fizierung lernt man:

- Kon-trolle der Arbeits-auf-träge in der Bereit-stellungs-zone
- End-kontrolle Arbeits-auf-trägen
- Ab-meldung von Auf-trägen
- Training der Soft-skills

Die Quali-fizierung findet während der Arbeits-zeit statt.



02.09.-03.02.



Be-schäftigte der CariLog



Sie kennen Buch-staben und Zahlen.

**Kontakt-aufnahme
mit Stefanie Manthey**

CariLog

MO 9:00 – 10:00 Uhr
mit
**Stefanie Manthey
Christiane Woltering**

Unterweisungen Logistik – Ladungs-sicherung, E-Ameise, Stapler



Bei manchen Arbeiten können schnell Unfälle passieren. Es ist wichtig die Regeln gut zu kennen. Für manche Aufgaben muss man einen Kurs machen.

Jemand möchte lernen Stapler zu fahren. Man braucht den „Fahr- ausweis für Flur-förder-fahrzeuge“.

Das wird auch Stapler-schein genannt. Man macht einen Kurs. Und hat eine Prüfung. Man bekommt Unter-stützung bei der Vor-bereitung.

Für andere Auf-gaben gibt es eine Unter-weisung. Damit man wichtige Regeln nicht vergisst.

Eine Unter-weisung gibt es für:

- Ladungs-sicherung
- Be-dienung Hoch-hub-wagen (E-Ameise)
- Be-dienung Stapler

Die Unter-weisung ist einmal im Jahr.

Für alle Be-schäftigten, die diese Auf-gabe haben.

Die Unter-weisung ist Pflicht. Sie hilft Fehler und Unfälle zu vermeiden.



Termine werden nach Bedarf extern angefragt.



Geeignete Be-schäftigte im Bereich im Waren-ein-/aus-gang oder Dis-position

Kontakt-auf-nahme mit Ansprech-personen

CariLog:

Otto Weitz

CariPrint:

Markus Bürger

Clara-Fey-Haus

Nikola Grgić

Schulung für Sicher-heits-beauftragte



Sicher-heits-beauftragte haben eine wichtige Auf-gabe.

Sie helfen den Gruppen-leitungen:

- Arbeits-unfälle vermeiden
- Berufs-krank-heiten vorbeugen
- Auf Gesund-heits-gefahren hinweisen

In der Schulung lernt man:

- Was machen Sicher-heits-beauftragte?
- Welche Regeln gibt es für die Sicher-heit im Be-trieb?
- Wie unter-stützt die Berufs-genossen-schaft

Ziel der Schulung ist:

- Sie kennen Ihre Auf-gaben im Be-trieb
- Sie verstehen betriebliche Un-fälle
- Sie helfen betriebliche Un-fälle zu vermeiden



Termin wird nach Bedarf mit der BGW vereinbart.



Sicher-heits-beauftragte zur Auf-frischung.

Be-schäftigte, die Sicher-heits-beauftragte werden möchten.

Interessent*innen-liste

Vorstellung: Werk-statt-rat



In jeder Werk-statt für Menschen mit Be-hinderung gibt es einen Werk-statt-rat.

Das steht in der Mit-wirkungs-ver-ordnung.

In der Ver-ordnung stehen die Auf-gaben vom Werk-statt-rat.

Aber auch die Rechte und Pflichten.

Der Werk-statt-rat wird alle 4 Jahre neu gewählt.

Jede*r Be-schäftigte kann bei der Wahl mitmachen.

Der Werk-statt-rat kommt an alle Stand-orte.

Die Mit-glieder stellen sich vor.

Und berichten von ihrer Arbeit.

Kontakt: werkstatttrat@caritas-koeln.de

An-sprech-person Werk-statt-rat: Jessica Marten



Termine auf An-frage



Alle Be-schäftigten der Caritas Wert-arbeit

Kontakt-auf-nahme mit dem Werk-statt-rat

Vor-stellung: Frauen-beauf-tragte



Frauen-beauf-tragte machen sich stark für die Frauen!

Frauen erleben oft Benach-teiligung.

Das bedeutet zum Bei-spiel:

Frauen werden schlechter behandelt als Männer.

Frauen verdienen weniger Geld als Männer.

Frauen erleben mehr Gewalt als Männer.

Gewalt gegen Frauen passiert an vielen Orten.

Auch Manch-mal in einer WfbM.

Das soll sich ändern!

Jede Werk-statt muss eine Frauen-beauf-tragte haben.

Und mindestens eine Stell-vertreterin.

Frauen-beauf-tragte sind Frauen mit Be-hinderungen.

Sie arbeiten als Be-schäftigte in einer WfbM.

Und setzen sich für die Rechte von Frauen in der Werk-statt ein.

Die Frauen-beauf-tragte und ihre Stell-vertreterin kommen an alle Stand-orte.

Sie stellen sich vor. Und berichten von ihrer Arbeit.

Kontakt: frauenbeauftragte-cwk@caritas-koeln.de

An-sprech-person Frauen-beauf-tragte: Jessica Marten



Termine auf An-frage.



Alle Be-schäftigten der Caritas Wert-arbeit

Kontakt-auf-nahme mit der Frauen-beauf-tragten

Frauen·café



Wir treffen uns.
Es kommen nur Frauen.
Wir unterhalten uns.
Es gibt Kuchen.
Es gibt warme Getränke.
Wir überlegen:
Was möchten wir gemeinsam machen?

Kontakt: frauenbeauftragte-cwk@caritas-koeln.de
An-sprech-person Frauen·café: Jessica Marten



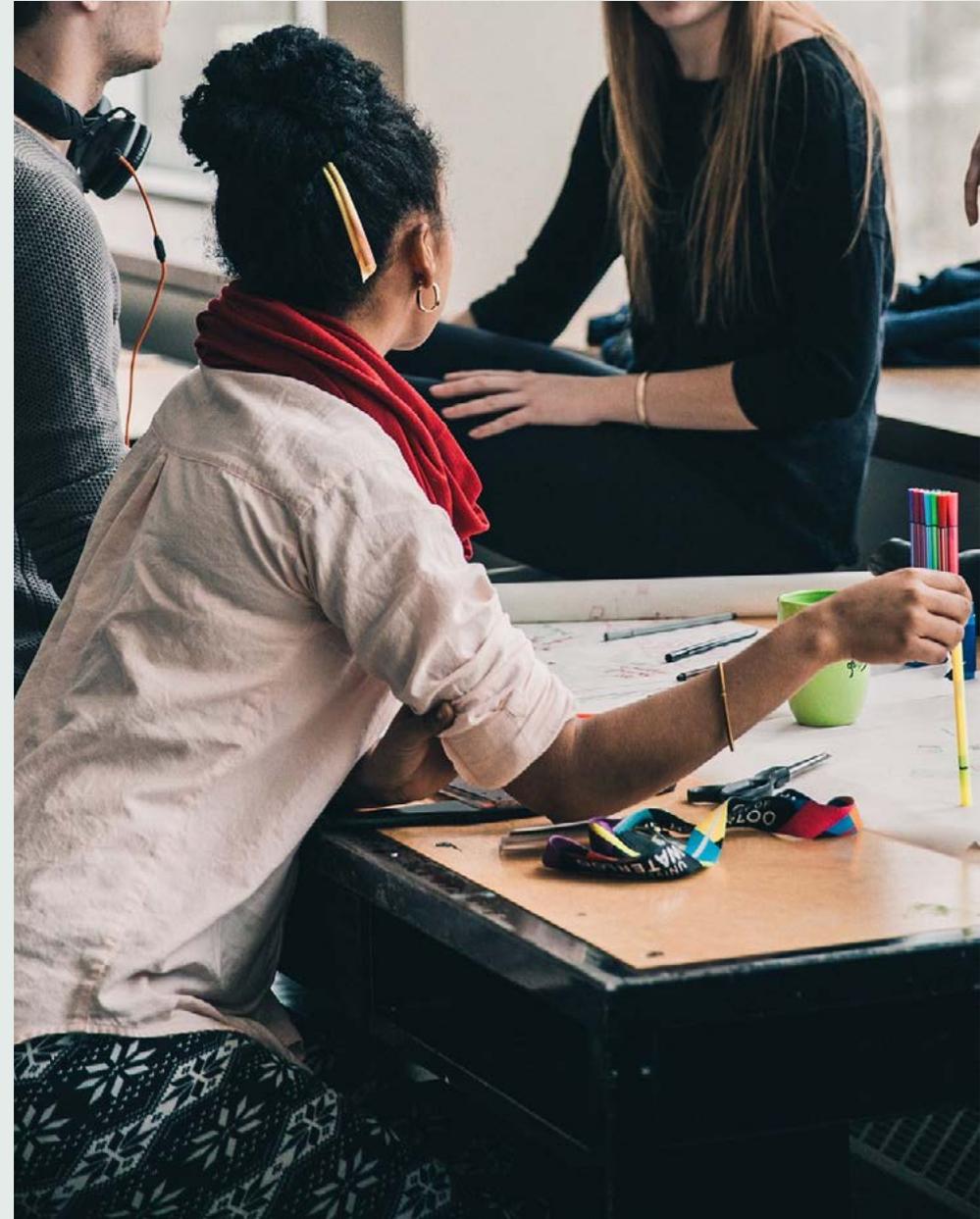
Termine auf An-frage.



Weibliche Be-schäftigten der Caritas Wert-arbeit

**Kontakt-auf-nahme
mit der
Frauen-beauf-tragen**

WORK·SHOPS UND PRO·JEKTE



WORK·SHOPS UND PRO·JEKTE

JULI 56

Präventions-schulung: Gewalt-schutz (BiAP)	56
Aufzugs-Training	57
Selbst-behauptungs-training	58
Selbst-bestimmung – Meine Rechte kennen (Gewalt-schutz)	59
Sicher in sozialen Netz-werken (Medien-kompetenz)	60
Film-vor-führungen	61
Interaktion Mensch & Tier	62

AUGUST 63

Escape-Vor-mittag	63
ZERA – Zu-sammen-hang zwischen Er-krankung, Reha-bilitation und Arbeit	64
Um-gang mit Sterben, Ab-schied, Tod und Trauer	65

SEPTEMBER 66

Ich Du Wir (Theater-pädagogische Übungen)	66
Orte des Glaubens: Syna-goge	67
Rente in Sicht (mit Gebärden-dolmetscher)	68
Um-gang mit Stress (BiAP)	69

OKTOBER 70

Gaming-Work-shop	70
Cyber-mobbing und Hass im Netz	71
Um-gang mit Stress (BiAP)	72
Eigene Grenzen setzen und sich schützen (Gewalt-schutz)	73

Gewalt-freie Kommu-nikation	74
Info-veran-staltung Integrations-fach-dienst (IFD), (BiAP)	75
Prä-ventions-schulung Gewalt-schutz (BiAP)	76
Selbst-fahrer-Work-shop – Sicher unter-wegs in Köln	77

NOVEMBER 78

Soziales Kompe-tenz-training	78
Schutz vor Gewalt	79
Gewalt-freie Kommu-nikation	80
Orte des Glaubens: Dom	81

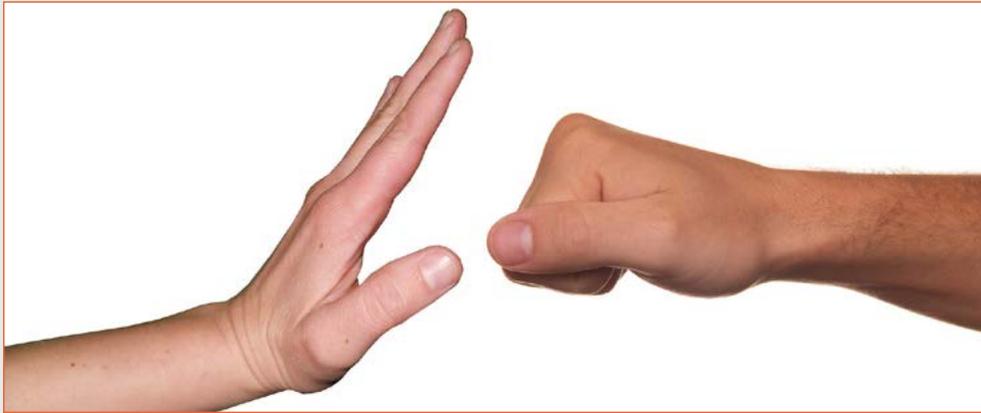
DEZEMBER 82

Besinn-liche Weih-nacht	82
-------------------------	----

WEITERE AN·GEBOTE 83

Coaching und Beratung	83
Info-ver-anstaltung Sozial-psychiatrisches Zentrum Innen-stadt (SPZ)	84
Kunst für die Seele – Museum erleben	85
Wald-pädagogik	86
Erste-Hilfe-Kurs	87

Präventions-schulung: Gewalt-schutz (BiAP)



Wir möchten gemeinsam über das Thema Gewaltprävention sprechen.

- Was ist Gewalt?
- Wo begegnet mir Gewalt?
- Wie kann ich mich schützen?
- An wen kann ich mich wenden?



Be-schäftigte auf einem Be-triebs-integrierten Arbeits-platz (BiAP)

AMO
(Mathias-Brüggen-Straße)

02.07.
9:00 – 12:00 Uhr
Jutta Bingeler

Kontakt-auf-nahme
mit Jutta Bingeler

Auf-zugs-Training



Wir üben das selbständige Nutzen des Aufzugs.



02.07.-06.08.



Be-schäftigte im Arbeits-bereich mit besonderer Be-treuung (AmbB)
Be-schäftigte im Clara-Fey-Haus



Sie möchten üben den Aufzug allein zu nutzen.

Clara-Fey-Haus

DI+DO 9:45 – 10:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Selbst-beauptungs-training (Gewalt-schutz)



Wir üben Nein sagen.
Und Hilfe holen

An-meldung bei der
Gruppen-leitung



03.07 - 25.07.



Be-schäftigte im Arbeits-bereich mit besonderer Be-treuung (AmbB)

Gut Frohnhof

MI 9:45 – 10:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Clara-Fey-Haus

DO 10:45 – 11:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Selbst-bestimmung – Meine Rechte kennen (Gewalt-schutz)



In der Gruppe werden wir über verschiedene Themen sprechen:

- Selbst-bestimmung
- Liebe
- Körper-wissen
- Frauen-rechte
- Medien

Jeder kann zu den Themen etwas sagen.
Man darf viele Fragen stellen.
Der Spaß miteinander steht im Vorder-grund.



Be-schäftigte aller Stand-orte



Sie möchten mehr zum Thema Gewalt-schutz lernen.

CariPrint

09.07. – 10.07.
9:00 – 12:00 Uhr
Alina Jurksch
(Lobby für Mädchen e.V.)

2
Tage

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Sicher in sozialen Netz·werken (Medien·kompetenz und Gewalt·schutz)



Viele Menschen nutzen soziale Netz·werke.
Wie Instagram, Facebook oder TikTok.
Man kann einfach Kontakt zu Freund*innen halten.
Oder neue Menschen kennen lernen.
Man kann Bilder oder andere Infos mit anderen teilen.
An vielen Stellen muss man persönliche Daten angeben.
Man muss aufpassen, was mit den Daten passiert.
Welche Gefahren gibt es?
Wie kann man sich schützen?

An-meldung bei der
Gruppen-leitung



Be·schäftigte aller Stand-orte



Sie nutzen aktiv soziale Netz·werke wie Instagram, TikTok oder Facebook.

2
Tage

CariPrint

02.07. – 03.07.
9:00 – 12:00 Uhr
Mirjam Harras,
Christiane Woltering

2
Tage

Gut Frohnhof

31.07. – 01.08.
9:00 – 12:00 Uhr
Franziska Hack,
Anthony Schmidt

Film·vor·führung



Wir schauen gemeinsam einen Film.
Und sprechen über den Film.
Man bekommt Auf·gaben zum Film.
Nach dem Film tauschen wir uns aus.
Filme schauen macht Spaß.
Aus Filmen kann man viel lernen.

An-meldung bei der
Gruppen-leitung



Be·schäftigte aller Stand-orte

Gut Frohnhof

16.07.
9:00 – 12:30 Uhr
Franziska Hack

CariPrint

24.07.
9:00 – 12:30 Uhr
Franziska Hack

Film: „Viel·mach·glas“

Marleen ist eine junge Frau. Sie wohnt noch bei ihren Eltern. Und jobbt im Kino. Die Eltern fragen sie oft nach Plänen für die Zukunft. Ihr Bruder ist ein Über·flieger. Er hat die halbe Welt bereist. Ein trage·gisches Un·glück passiert. Und Marleen will nur noch weg. Mit dabei: ihr „Viel·mach·glas“. Es beginnt die Reise ihres Lebens...

Film: „Blind Date mit dem Leben“

Saliya ist ein junger Mann. Er ist zufrieden mit seinem Leben. Unerwartet wird Saliya blind. Er möchte seine Pläne aber nicht aufgeben. Erfolgreich beginnt er sich durch das Leben zu mogeln. Doch nicht immer geht alles gut...

Interaktion Mensch & Tier



Wir machen einen Ausflug ins Bergische Land. Auf dem Hof gibt es verschiedene Tiere. Es gibt zum Beispiel Esel und Ponys. Wir kommen mit den Tieren in Kontakt. Man darf sie streicheln. Und bürsten oder frisieren. In Begleitung der Tiere erleben wir die Landschaft. Sie erfahren, dass Esel keinesfalls „störrisch“ sind. Sie sind wunderbare, intelligente Tiere und Kameraden.



Beschäftigte aller Standorte



Sie haben keine Angst vor Tieren. Sie können einen großen Spaziergang im Wald machen

Overrath

25.07.
9:00 – 14:00 Uhr
Alex Crampe



Aktuell keine freien Plätze.

Escape-Vor-mittag



Wir lösen gemeinsam ein Rätsel. Es besteht aus verschiedenen kleinen Rätseln.

Anmeldung bei der Gruppenleitung



Beschäftigte aller Standorte



Sie können leichte Texte lesen. Und verstehen.

CariLog

06.08.
9:00 – 11:30 Uhr
Christiane Woltering,
Franziska Hack

CariPrint

07.08.
9:00 – 11:30 Uhr
Christiane Woltering,
Franziska Hack

ZERA – Zu·sammen·hang zwischen Er·krankung, Reha·bilitation und Arbeit



Sie finden es schwierig beruflich wieder Fuß zu fassen.
Und haben ihre Fähigkeiten vergessen.
Sie haben wenig berufliche Erfahrungen.
Sie möchten Ihr Selbstbewusstsein stärken.
Sie belasten sich manchmal zu stark.
Und manchmal zu wenig.
Wir finden die richtige Belastung im Beruf für Sie.
ZERA ist ein Trainingskonzept mit 7 Modulen.



Beschäftigte mit psychischer Behinderung



Sie können lesen und schreiben.
Sie können das eigene Handeln reflektieren

CariPrint

4
Tage

20./21./27./28.08.
9:00 – 12:30 Uhr
Christiane Woltering,
Franziska Hack

Anmeldung bei der
Gruppenleitung

Um·gang mit Sterben, Ab·schied, Tod und Trauer – „Trauern ist die Lösung, nicht das Problem“



Es geht um den Austausch über die Themen Sterben, Tod und Trauer.
Wie wir mit diesen Themen umgehen.
Und wie andere damit umgehen.

- Wir setzen uns mit verschiedenen Leitfragen auseinander
- Wir holen uns Infos aus Büchern und Filmen
- Wir nehmen uns Raum zum Austausch.

„Dem Tod ins Gesicht zu schauen, unter Anleitung, bündigt nicht nur die Angst, sondern macht das Leben ergreifender, kostbarer, vitaler. Eine solche Herangehensweise an den Tod führt zur Anleitung für das Leben.“ (Yalom)



Beschäftigte mit psychischer Behinderung

Gut Frohnhof

29.08.
9:00 – 12:00 Uhr
Berthold Lensing



Anmeldung bei der
Gruppenleitung

Ich Du Wir (Theater·pädagogische Übungen)



Sie machen theater·pädagogische Übungen.
Sie lernen sich besser kennen.
Sie verstehen sich besser mit anderen.
Das kann auch bei der Arbeit helfen.
Die Übungen machen auch Schau·spieler*innen in der Aus·bildung.
Sie treten in Kon·takt mit Anderen.
Und sprechen mit Anderen.



Be·schäftigte der CariPrint



Es stört Sie nicht, manch·mal nah zusammen zu stehen.
Sie haben kein Problem mit Körper·kontakt.

CariPrint

3
Tage

02.-04.09.
9:00 – 12:30 Uhr
Falk Seifert,
Christiane Woltering

An·meldung bei der
Gruppen·leitung

Orte des Glaubens: Syna·goge



Wir besuchen Orte des Glaubens und des Gebets.
Es sind verschiedene Aus·flüge in Köln geplant.
Es gibt 4 Termine im Jahr 2024.

Wir besuchen:

- Moschee (Februar)
- Garten der Religionen (Mai)
- **Syna·goge (September)**
- Dom (November)

Man meldet sich für jeden Termin einzeln an.

Dieses Mal besuchen wir die Syna·goge.
Jüdische Menschen feiern in der Syna·goge Gottes·dienst.
Wir schauen die Syna·goge an. Man kann viele Fragen stellen.



Selbst·fahrende Bes·chäftigte aller Stand·orte
(Be·gleitung ab Gut Frohnhof möglich).

Syna·goge
(Roonstraße)

03.09.
10:00 – 12:00 Uhr
Tim Schlotmann,
Franziska Hack



An·meldung bei der
Gruppen·leitung

Rente in Sicht (mit Gebärden-dolmetscher)



Rente in Sicht - Was nun?
Wie kann man seinen All-tag ohne Arbeit strukturieren?
Was möchte ich unternehmen?
Was kann ich lernen?
Welche Gedanken machen mit Sorge?
Gemeinsam überlegen wir Ideen.
Und sammeln Tipps für einen erfüllten Ruhe-stand.



Be-schäftigte, die keine gesetzliche Betreu-ung haben und eigen-ständig leben.

Gut Frohnhof

05.09.
9:00-12:00 Uhr
Berthold Lensing



An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Um-gang mit Stress (BiAP)



Viele Menschen haben oft Stress.
Stress auf der Arbeit. Oder im Privaten.
Man kann herausfinden, woher der Stress kommt.
Vielleicht weiß man nicht, was hilft.
Dieser Kurs ist für alle, die das lernen möchten.
Ent-spannung ist gut gegen Stress.
Hier lernt man, wie man sich entspannt.



Be-schäftigte auf einem BiAP mit einer kognitiven Be-hinderung

Gut Frohnhof

24.09.
9:00-12:00 Uhr
Berthold Lensing



Gaming-Workshop



Gaming macht Spaß.
Ob am Laptop, Computer, Handy oder Konsole.
Alleine oder mit Freunden.
Doch wieso spielt man gerne?
Was kann man dabei lernen?
Was sind die Gefahren?
Wie kann man sich schützen?
Wir werden nicht nur reden.
Wir werden auch gemeinsam spielen.



Be-schäftigte, die gerne Video-/Computer-spiele spielen

Gut Frohnhof

2
Tage

01.-02.10
9:00 – 14:00 Uhr
Anthony Schmidt,
Mirjam Harras

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Cyber-mobbing und Hass im Netz (Medien-kompetenz und Gewalt-schutz)



Im Netz sind nicht alle freundlich und respektvoll zueinander.
Es gibt Manch-mal Be-leidigungen und Drohungen.
Oder es werden private Bilder weiter-geschickt.
Manch-mal wird es zu Cyber-mobbing.
Cyber-mobbing gibt es in sozialen Netz-werken.
Zum Bei-spiel bei Instagram oder TikTok. Oder im Chat.

Im Kurs lernt man:

- Was ist Cyber-mobbing?
- Wie kann man sich schützen?
- Welche Rechte hat man?

Wo bekommt man Hilfe?



Be-schäftigte, die im Netz aktiv sind



Sie nutzen aktiv soziale Netz-werke wie Instagram, TikTok oder Facebook.

Horbeller Straße

2
Tage

08./09.10.
9:00 – 12:30 Uhr
Mirjam Harras,
Christiane Woltering

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Um-gang mit Stress (BiAP)



Viele Menschen haben oft Stress.
Stress auf der Arbeit. Oder im Privaten.
Man kann herausfinden, woher der Stress kommt.
Vielleicht weiß man nicht, was hilft.
Dieser Kurs ist für alle, die das lernen möchten.
Ent-spannung ist gut gegen Stress.
Hier lernt man, wie man sich entspannt.



Be-schäftigte auf einem BiAP mit einer psychischen Be-hinderung

Gut Frohnhof

16.10.
9:00-12:00 Uhr
Berthold Lensing



Eigene Grenzen setzen und sich schützen (Gewalt-schutz)



Im Work-shop geht es um persönliche Grenzen.
Grenzen sind wichtig, damit man sich selbst schützen kann.
Zum Bei-spiel vor unangenehmen Situationen.
Oder vor sexual-isierter Gewalt.
Jede Person entscheidet selbst.
Ich möchte das. Oder ich möchte das nicht.
Man lernt, wie man Grenzen setzt.
Und wie man sich vor Gewalt schützen kann.
Man kann sich austauschen. Und eigene Fragen stellen.
Und lernt, wo man Unter-stützung bekommt.



Weibliche Be-schäftigte bis 27 Jahre

Gut Frohnhof

09./15./16./17.10
9:00 – 11:00 Uhr
Alina Jurksch
(Lobby für Mädchen e.V.)

4
Tage

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Gewalt-freie Kommu-nikation



Gewalt-freie Kommu-nikation (GFK) ist eine Idee von Rosen-berg. Es ist eine bestimmte Art miteinander zu kommunizieren. Es geht darum die Beziehung zu verbessern. Und kann mehr Ver-trauen und Freude am Leben schaffen. Gewalt-freie Kommu-nikation kann im All-tag helfen. Zum Bei-spiel beim Lösen von Kon-flikten. Auf der Arbeit. Oder im Privaten. Im Work-shop lernt man wie Gewalt-freie Kommu-nikation geht. Man kann viel ausprobieren. Es wird gemeinsam geübt.



Be-schäftigte, die gut sprechen können



Sie möchten Gewalt-freie Kommu-nikation lernen. Sie können sich gut ausdrücken.

Gut Frohnhof
17.10.
9:00-12:00 Uhr
Berthold Lensing



An-meldung bei der Gruppen-leitung

Info-ver-anstaltung Integrations-fach-dienst (IFD)



Sie arbeiten auf einem Betriebs-integrierten Arbeits-platz (BiAP). Sie wünschen sich eine Arbeit auf dem allgemeinen Arbeits-markt. Und haben Fragen zum Über-gang. Oder brauchen Unter-stützung bei der Suche. Der Integrations-fach-dienst (IFD) berät Sie dabei. Hier können Sie sich informieren.

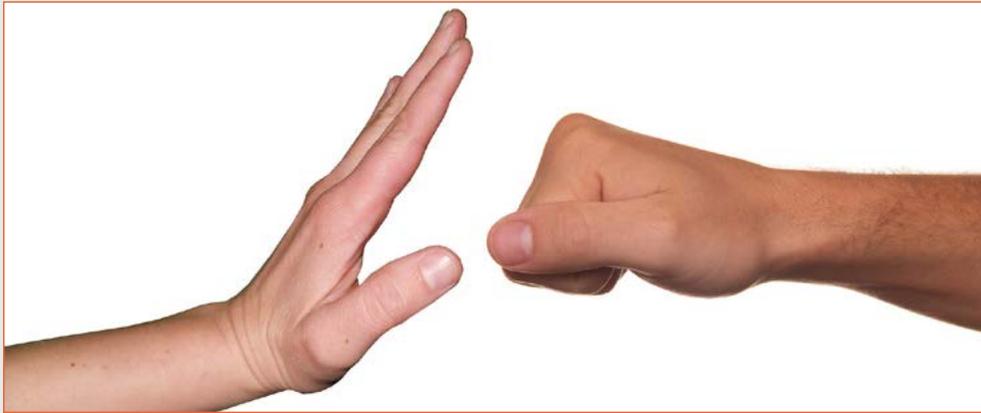


Be-schäftigte auf einem Betriebs-integrierten Arbeits-platz (BiAP)

AMO
 (Mathias-Brüggen-Straße)
29.10.
9:00 – 12:00 Uhr
Maren Stadie

Kontakt-auf-nahme
mit Maren Stadie

Präventions-schulung: Gewalt-schutz (BiAP)



Wir möchten gemeinsam über das Thema Gewaltprävention sprechen.

- Was ist Gewalt?
- Wo begegnet mir Gewalt?
- Wie kann ich mich schützen?
- An wen kann ich mich wenden?



Be-schäftigte auf einem Be-triebs-integrierten Arbeits-platz (BiAP)

AMO
(Mathias-Brüggen-Straße)

30.10.
9:00 – 12:00 Uhr
Janine Herweg

Kontakt-auf-nahme
mit **Janine Herweg**

Selbst-fahrer-Work-shop – Sicher unterwegs in Köln



Sie fahren selbst-ständig zur Arbeit?
Oder sind in der Freizeit allein mit Bus oder Bahn unter-wegs?

Im Work-shop geht es darum sicher in Köln unter-wegs zu sein.
Dazu gehört Sicher-heit im Straßen-verkehr.
Und auch die Nutzung von Bussen und Bahnen.
Man lernt auch, wie man in Not-fällen reagiert.
Oder was man in unangenehmen Situationen tun kann.

Dabei unterstützen uns die Polizei und ein Trainer der KVB.
Es gibt auch Aus-flüge. Man kann viel ausprobieren.
Und viele Fragen stellen.



Be-schäftigte, die selbstständig unterwegs sind

Clara-Fey-Haus

15./17./31.10. und
06./13./20./27.11.
Christiane Woltering,
Franziska Hack

7
Tage

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Soziales Kompe·tenz·training



Soziale Kompe·tenzen sind wichtig.
Sie helfen uns zum Bei·spiel im Um·gang mit

- Kolleg*innen
- Vor·gesetzten
- Kund*innen

Im Work·shop trainiert man

- Arbeit im Team
- guten Aus·tausch mit Kolleg*innen
- andere Meinungen zu verstehen
- andere Vor·stellungen zu verstehen



Be·schäftigte mit psychischer Be·hinderung



Sie können lesen und schreiben.
Sie können das eigene Handeln reflektieren.

CariLog

**3
Tage**

05./12./19.11.

9:00 – 12:30 Uhr

**Christiane Woltering,
Franziska Hack**

An·meldung bei der
Gruppen·leitung

Schutz vor Gewalt



Wir möchten mit ihnen gemeinsam
über das Thema Gewalt·prä·vention sprechen.

- Was ist Gewalt?
- Wo begegnet mir Gewalt?
- Wie kann ich mich schützen?



Be·schäftigte mit einer kognitiven Be·hinderung



Sie können einfache Sätze lesen und verstehen.

Gut Frohnhof

06.11.

13:00 – 15:00 Uhr

Gesche Kyabu

An·meldung bei der
Gruppen·leitung

Gewalt-freie Kommu-nikation



Gewalt-freie Kommu-nikation (GFK) ist eine Idee von Rosen-berg. Es ist eine bestimmte Art miteinander zu kommunizieren. Es geht darum die Beziehung zu verbessern. Und kann mehr Ver-trauen und Freude am Leben schaffen. Gewalt-freie Kommu-nikation kann im All-tag helfen. Zum Bei-spiel beim Lösen von Kon-flikten. Auf der Arbeit. Oder im Privaten. Im Work-shop lernt man wie Gewalt-freie Kommu-nikation geht. Man kann viel ausprobieren. Es wird gemeinsam geübt.



Be-schäftigte, die gut sprechen können.



Sie möchten Gewalt-freie Kommu-nikation lernen. Sie können sich gut ausdrücken.

Gut Frohnhof

**07.11.
9:00-12:00 Uhr
Berthold Lensing**



An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Orte des Glaubens: Dom



Wir besuchen Orte des Glaubens und des Gebets. Es sind verschiedene Aus-flüge in Köln geplant. Es gibt 4 Termine im Jahr 2024.

Wir besuchen:

- Moschee (Februar)
- Garten der Religionen (Mai)
- Synagoge (September)
- **Dom (November)**

Man meldet sich für jeden Termin einzeln an.

Dieses Mal besuchen wir den Kölner Dom. Der Dom ist die dritt-höchste Kirche der Welt. Und ein wichtiger Ort des katholischen Lebens in Köln.



Selbst-fahrende Bes-chäftigte aller Stand-orte (Be-gleitung ab Gut Frohnhof möglich).

Dom zu Köln

**13.11.
10:00 – 12:00 Uhr
Tim Schlotmann,
Franziska Hack**

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Besinnliche Weihnacht



Wir lassen das Jahr ausklingen.
Gemeinsam basteln wir etwas Weihnachtliches.
Und hören Weihnachtsmusik.
Es gibt Gebäck und warme Getränke.
Und wir schauen einen Film.



Beschäftigte, die gern kreativ arbeiten.

CariLog

03.12.
9:00 – 12:30 Uhr
Christiane Woltering,
Franziska Hack

Anmeldung bei der
Gruppenleitung

CariPrint

04.12.
9:00 – 12:30 Uhr
Christiane Woltering,
Mirjam Harras

Gut Frohnhof

11.12.
9:00 – 12:30 Uhr
Christiane Woltering,
Franziska Hack

Clara-Fey-Haus

12.12.
9:00 – 12:30 Uhr
Christiane Woltering,
Franziska Hack

Coaching und Beratung



Sie sind in einer schwierigen Situation?
Hier erarbeiten wir passende Lösungsmöglichkeiten.
Es gibt verschiedene Angebote, wie:

- Lösungsorientierte Kurzzeitberatung
- Beratung an Ihren Themen (z.B. Probleme bei der Arbeit oder in der Freizeit)
- Krisenbewältigung durch Mediation
- Stressbewältigungs- und Entspannungstechniken
- Achtsamkeitsübungen (MBSR)
- Gewaltfreie Kommunikation (nach M. Rosenberg)



Beschäftigte mit psychischer Behinderung



Sie können sich sprachlich gut ausdrücken.

Gut Frohnhof

Nach Vereinbarung
Berthold Lensing



Kontaktaufnahme
mit Berthold Lensing

Info-veranstaltung: Sozial-psychiatrisches Zentrum Innen-stadt (SPZ)



Wir besuchen das Sozial-psychiatrische Zentrum Innen-stadt. Kurz sagt man SPZ. Das SPZ ist für Menschen mit psychischer Erkrankung. Man bekommt dort Be-ratung. Oder Be-treuung. Es gibt viele Hilfs-angebote. Die Hilfen können sehr unterschiedlich sein. Wir werden das SPZ besichtigen. Man kann sich über die An-gebote informieren. Und eigene Fragen stellen. Wir fahren mit Bus und Bahn.



Be-schäftigte mit psychischer Be-hinderung



Sie möchten die An-gebote im SPZ kennen lernen.

SPZ Innen-stadt

Termin-verein-barung nach Bedarf
9:00 – 12:00 Uhr
Robert Schlappal,
Franziska Hack

Interessent*innen-liste

Kunst für die Seele – Museum erleben



Wir besuchen unterschiedliche Museen in Köln. Wir bekommen dort eine Führung. „Das Kooperations-projekt „Kunst für die Seele – Museum erleben“ lädt Menschen mit psychischen Erkrankungen und Ein-schränkungen dazu ein, gemeinsam unter An-leitung Kunst in den Kölner Museen zu entdecken. Durch den Aus-tausch über Bilder und Ob-jekte sollen neue Zu-gänge, Emp-findungen und Ge-spräche angestoßen werden, um das sinnliche Erleben zu stärken und Ressourcen zu wecken.“



Be-schäftigte mit psychischer Be-hinderung



Sie haben Interesse an Kunst.
Sie können selbst-ständig zum Museum kommen.

Museum wird bekanntgegeben

Termine werden bekanntgegeben
10:30 – 12:00 Uhr
Jochen
Schmauck-Langer

Interessent*innen-liste

Wald·pädagogik



Wir erleben den Wald mit allen Sinnen.
Und zu jeder Jahreszeit.

Der Wald hilft uns dabei, viel über die Natur
und über uns selbst zu lernen:

- Pflanzen und Tiere im Wald und ihre Lebensweise
- Funktion des Waldes
- Respekt vor der Natur und vor anderen Menschen
- Sorgfältiger Umgang mit der Natur
- Verantwortung für unser Handeln heute.

Und für die Menschen, die nach uns auf der Erde leben werden.



Beschäftigte der Horbeller Straße



Sie bewegen sich gern im Wald (auch abseits der Wege)
Sie möchten neue Erfahrungen machen.
Sie haben kein Problem ein bisschen dreckig zu werden.

Im Wald

**Terminvereinbarung
nach Bedarf**

Sabine Ehlers



**Kontakt-auf-nahme
mit Sabine Ehlers**

Erste-Hilfe-Kurs



Unfälle können überall passieren.

Auf der Arbeit, im Haushalt oder Straßenverkehr.
Im Kurs übt man das Verhalten im Notfall.

- Wie verhalte ich mich bei einem Unfall?
- Wie helfe ich verletzten Personen richtig?
- Was tue ich, wenn jemand umkippt?
- Wie rufe ich richtig Hilfe?

Man kann viele Fragen stellen. Und viel üben.

Der Kurs wird von den Maltesern geleitet.



Beschäftigte der Horbeller Straße

**Ort wird
bekanntgegeben**

**Termin nach Bedarf
9:00– 17:00 Uhr**

**Ausbilder*in
der Malteser Köln**

Interessent*innen-liste

Kurs·leitungen & Orte

Nadja Budzinski

nadja.budzinski@caritas-koeln.de

Ricarda Gollmann

ricarda.gollmann@caritas-koeln.de

Franziska Hack

franziska.hack@caritas-koeln.de

Mirjam Harras

mirjam.harras@caritas-koeln.de

Berthold Lensing

berthold.lensing@caritas-koeln.de

Anthony Schmidt

anthony.schmidt@caritas-koeln.de

Christiane Woltering

christiane.woltering@caritas-koeln.de

Christian Dalka

christian.dalka@caritas-koeln.de

Abteilungs·leitung

Anna Lellek
anna.lellek@caritas-koeln.de

Leistungs·bereichs·leitung Bildung und Rehabilitation

Ingeborg Schmidt-Tuschhoff
ingeborg.schmidt-tuschhoff@caritas-koeln.de

Gut Frohnhof
Frohnhofstraße 41
50827 Köln

Clara-Fey-Haus
Manteuffelstr. 3
51103 Köln

CariPrint
Heinrich-Rohlmann-Straße 13
50829 Köln

CariLog
Richard-Byrd-Straße 27
50829 Köln

Bürodienste
Am Coloneum 6
50827 Köln

Horbeller Straße
Horbellerstr. 19
80858 Köln

Arbeits·markt·orientierung
Matthias-Brüggen-Straße 124
50829 Köln

Feedback und Vorschläge



Feed·back Weiter·bildung

Wir freuen uns über Lob und Kritik
zu unseren Angeboten.
Oder über neue Ideen und Vor·schläge



Workshops & Projekte



Juli		August		September	
1 Mo		1 Do	Sicher in soz. Netzwerken (2)	1 So	
2 Di	Gewalt-schutz (BIAP) Sicher in soz. Netzwerken (1)	2 Fr		2 Mo	Ich-Du-Wir (Theater) (1)
3 Mi	Sicher in soz. Netzwerken (2)	3 Sa		3 Di	Ich-Du-Wir (2) Orte d. Glaubens (Syn.)
4 Do		4 So		4 Mi	Ich-Du-Wir (Theater) (3)
5 Fr		5 Mo		5 Do	Rente in Sicht (m. DGS-Dolm.)
6 Sa		6 Di	Escape-Vor-mittag	6 Fr	
7 So		7 Mi	Escape-Vor-mittag	7 Sa	
8 Mo		8 Do		8 So	
9 Di	Selbst-bestimmung (1)	9 Fr		9 Mo	
10 Mi	Selbst-bestimmung (2)	10 Sa		10 Di	
11 Do		11 So		11 Mi	
12 Fr		12 Mo		12 Do	
13 Sa		13 Di		13 Fr	
14 So		14 Mi		14 Sa	
15 Mo		15 Do		15 So	
16 Di	Film „Viel-mach-glas“	16 Fr		16 Mo	
17 Mi		17 Sa		17 Di	
18 Do		18 So		18 Mi	
19 Fr		19 Mo		19 Do	
20 Sa		20 Di	ZERA (1)	20 Fr	
21 So		21 Mi	ZERA (2)	21 Sa	
22 Mo		22 Do		22 So	
23 Di		23 Fr		23 Mo	
24 Mi	Film „Blind Date“	24 Sa		24 Di	Um-gang mit Stress
25 Do	Inter-aktion Mensch & Tier	25 So		25 Mi	
26 Fr		26 Mo		26 Do	
27 Sa		27 Di	ZERA (3)	27 Fr	
28 So		28 Mi	ZERA (4)	28 Sa	
29 Mo		29 Do	Um-gang mit Sterben, Abschied, Tod und Trauer	29 So	
30 Di		30 Fr		30 Mo	
31 Mi	Sicher in soz. Netzwerken (1)	31 Sa			

- CariPrint
- Horbeller Str.
- Clara-Fey-Haus
- Gut Frohnhof
- CariLog
- AMO
- Extern

Oktober		November		Dezember	
1 Di	Gaming-Workshop (1)	1 Fr	Allerheiligen	1 So	
2 Mi	Gaming-Workshop (2)	2 Sa		2 Mo	
3 Do	Tag der Deutschen Einheit	3 So		3 Di	Besinn-liche Weih-nacht
4 Fr		4 Mo		4 Mi	Besinn-liche Weih-nacht
5 Sa		5 Di	Soziales Kompetenz-tr. (1)	5 Do	
6 So		6 Mi	Schutz vor Gewalt Selbst-fahrer-Work-shop (4)	6 Fr	
7 Mo		7 Do	Gewalt-freie Kommunik.	7 Sa	
8 Di	Cyber-mobbing (1)	8 Fr		8 So	
9 Mi	Cyber-m. (2) Grenzen (1)	9 Sa		9 Mo	
10 Do		10 So		10 Di	
11 Fr		11 Mo		11 Mi	Besinn-liche Weih-nacht
12 Sa		12 Di	Soziales Kompetenz-tr. (2)	12 Do	Besinn-liche Weih-nacht
13 So		13 Mi	Orte des Glaubens (Dorn) Selbst-fahrer-Work-shop (5)	13 Fr	
14 Mo		14 Do		14 Sa	
15 Di	Grenzen (2) Selbst-fahrer-Work-shop (1)	15 Fr		15 So	
16 Mi	Grenzen (3) Um-gang mit Stress	16 Sa		16 Mo	
17 Do	Grenzen (4) GFK Selbst-fahrer (2)	17 So		17 Di	
18 Fr		18 Mo		18 Mi	
19 Sa		19 Di	Soziales Kompetenz-tr. (3)	19 Do	
20 So		20 Mi	Selbst-fahrer-Work-shop (6)	Fr Fr	
21 Mo		21 Do		21 Sa	
22 Di		22 Fr		22 So	
23 Mi		23 Sa		23 Mo	
24 Do		24 So		24 Di	
25 Fr		25 Mo		25 Mi	
26 Sa		26 Di		26 Do	
27 So		27 Mi	Selbst-fahrer-Work-shop (7)	27 Fr	
28 Mo		28 Do		28 Sa	
29 Di	Infoveranst. IFD (BiAP)	29 Fr		29 So	
30 Mi	Gewalt-schutz (BiAP)	30 Sa		30 Mo	
31 Do	Selbst-fahrer-Work-shop (3)			31 Di	

- CariPrint
- Horbeller Str.
- Clara-Fey-Haus
- Gut Frohnhof
- CariLog
- AMO
- Extern

caritas

HERAUSGEBER:

Caritasverband für die Stadt Köln e.V.
Caritas Wertarbeit
Arbeitsbegleitende Angebote
Heinrich-Rohlmann-Str. 13
50829 Köln

LAYOUT, SATZ & DRUCK:

CariPrint
Heinrich-Rohlmann-Straße 13
50829 Köln
Tel: 0221 379549 20
E-Mail: daniel.sutorius@caritas-koeln.de
www.caritas-wertarbeit.de
www.caritas-koeln.de

Fotos: www.pixabay.com / www.pexels.com
Gedruckt auf 100% Recycling-Papier