

caritas

Durch Bildung mittendrin

WEITER•BILDUNGS•KATALOG

2. Halb-jahr 2026



Arbeits•begleitende An•gebote
bei der Caritas Wert•arbeit



Inhalt

INFOS	4
Infos zum Katalog	
An-meldung zu An-geboten	
Das Team Weiter-bildung	
QUALI-FIZIERUNGEN UND BERUF	9
ZERTI-FIZIERTE QUALI-FIZIERUNGEN	
INTERNE QUALI-FIZIERUNGEN	
BETRIEB-LICHE SCHULUNGEN	
BERUFS-BEZOGENE ANGEBOTE	
MIT-BESTIMMUNG IN DER WERK-STATT	
KURSE	28
KOGNITIVES LERNEN	
LEBENS-PRAXIS	
KREATIV & MUSIK	
SPORT & ENT-SPANNUNG	
WORK-SHOPS UND PRO-JEKTE	53
PRÄ-VENTION	
LEBENS-PRAXIS	
MUSIK & KREATIV	
QUALI-FIZIERUNG & ARBEIT	
SONSTIGES	70
Notizen + Feed-back + Kontakt	
Kalender Work-shops und Pro-jekte	

Vor·wort

Liebe Be·schäftigte der Caritas Wert·arbeit,

es gibt einen neuen Katalog für die Weiter·bildung.

Von September bis Dezember gibt es viele neue An·gebote.

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 unter·schiedliche An·gebote.

Hier werden sie kurz erklärt.

KURSE

Die **Kurse** dauern mehrere Monate.

Ein Kurs findet regel·mäßig statt.

Er dauert meist 45 Minuten.

Die Gruppen sind eher klein.

QUALI·FIZIERUNGEN UND ARBEIT

Diese An·gebote haben mit der Arbeit zu tun.

Man kann sich weiter entwickeln.

Und neue Auf·gaben übernehmen.

Einige An·gebote sind nur für einen Arbeits·bereich.

WORK·SHOPS UND PRO·JEKTE

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

Ein Work·shop dauert den ganzen Vor·mittag.

Es gibt Work·shops zu vielen ver·schiedenen 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 ver·schiedene 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.

1. Alle Infos lesen
2. Passt das Angebot für mich?
3. Entscheidung treffen
4. Gruppenleitung meldet an

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 Gebärdens-dolmetscher*in.

Die Sym-bole 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 hauptsächlich für den AmbB an.



Ricarda Gollmann

Ich biete Kunst·kurse und Kunst·therapie für alle Be·schäftigten an.



Mirjam Harras

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



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.



Anne Petrone

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

QUALI·FIZIERUNGEN UND BERUF

ZERTI·FIZIERTE QUALI·FIZIERUNGEN 10

Ent·wick·lung im Klein·kind· und Kinder·garten·alter (Vertiefung) 10

INTERNE QUALI·FIZIERUNGEN 11

Pro·duktions·assistenz 11

Auftrags·begleitung (CariLog) 12

BETRIEB·LICHE SCHULUNGEN 13

Unter·weisungen Logistik (Ladungs·sicherung, E·Ameise, Stapler) 13

BERUFS·BEZOGENE AN·GEBOTE 14

Fit in Office: Word 14

Info·ver·anstaltung Integrations·fach·dienst (IFD) (BiAP) 15

Um·gang mit Stress (BiAP) 16

Um·gang mit Stress 17

Kollegialer Austausch (BiAP) 18

Prä·ventions·schulung: Gewalt·schutz (BiAP) 19

Gewalt·freie Kommunikation 20

Bewerbungstraining 21

ZERA 22

Kunst & Zukunft 23

MIT·BESTIMMUNG IN DER WERK·STATT 24

Vor·stellung: Werk·statt·rat 24

Vor·stellung: Frauen·beauftragte 25

Frauen·café 26

Entwicklung im Klein-kind- und Kinder-garten-alter (Ver-tiefung)



Themen der Ver-tiefungs-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)

**Laufender Kurs
mit
Andrea Kniesel-Joisten**

**Kontakt-auf-nahme
mit
Integrations-coach**

Pro-duktions-assistenz



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.



Be-schäftigte der CariLog und CariPrint



Sie kennen Buch-staben und Zahlen.

CariLog

**Laufender Kurs
mit
Stefanie Manthey
Christiane Woltering**

Auf-trags-begleitung (CariLog)



In der Quali-fizierung lernt man:

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

Die Quali-fizierung findet während der Arbeitszeit statt.



Be-schäftigte der CariLog



Sie kennen Buch-staben und Zahlen.

CariLog

Laufender Kurs

mit
Stefanie Manthey
Christiane Woltering

Kontakt-auf-nahme
mit Stefanie Manthey

Unter-weisungen Logistik – Ladungs-sicherung, E-Ameise, Stapler



Bei manchen Arbeiten können schnell Un-fälle passieren.

Es ist wichtig die Regeln gut zu kennen. Für manche Auf-gaben muss man einen Kurs machen.

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

Das wird auch Staplerschein 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 Un-fälle 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



Fit in Office: Word



Im Kurs üben wir mit dem Programm Word.

Wir lernen:

Wie man Texte schreibt.
Wie man Texte schön gestaltet.
Wie man Dokumente speichert.

Wir treffen uns online.



Be-schäftigte die mit Office-Pro-grammen arbeiten oder Interesse daran haben.



Sie können lesen und schreiben.
Sie können an einer Online-Teams-Sitzung aufmerksam teilnehmen.

ONLINE

**2
Tage**

**05.10. - 06.10.
9:00 – 12:30 Uhr
mit Anthony Schmidt**

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



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)**

**12.11.
9:00 – 12:00 Uhr
Jutta Bingeler,
Eva Wilfert (IFD)**

**Kontakt-auf-nahme mit
Integrations-coach**

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 Be-triebs-integrierten Arbeits-platz (BiAP)



Sie können sprechen und In-halte verstehen.
Sie können reflektieren.

Gut Frohnhof

16.01. / 23.01.2027
9:30 – 12:00 Uhr
Berthold Lensing

2
Tage

GB

Kontakt-auf-nahme mit
Integrations-coach

Um-gang mit Stress



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 aller Standorte



Sie können sprechen und In-halte verstehen.
Sie können reflektieren.

Gut Frohnhof

19.10. / 2.11.
9:30 – 12:00 Uhr
Berthold Lensing

2
Tage

Anmeldung über
Berthold Lensing

Kollegialer Austausch (BiAP)



Ich arbeite auf einem BiAP.
Was ist bei meiner Arbeit gut?
Wo habe ich Unterstützungsbedarf?
Wo gibt es Herausforderungen in meiner Arbeit?
Austausch mit den Kolleg*Innen.



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

AMO
(Mathias-Brüggen-Straße)

**Werden den
Beschäftigten
gesondert mitgeteilt**

Jutta Bingeler

**Kontakt-aufnahme
über den
Integrations-coach**

Prä-ventions-schulung: Gewalt-schutz (BiAP)



Wir möchten gemeinsam über das Thema Gewalt-prävention 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)

**Werden den
Beschäftigten
gesondert mitgeteilt**
**Jutta Bingeler,
Gesche Kyabu**

**Kontakt-auf-nahme
über den
Integrations-coach**

Gewalt-freie Kommunikation



Gewalt-freie Kommunikation (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 Kommunikation 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 Kommunikation geht.
Man kann viel ausprobieren. Es wird gemeinsam geübt.



Be-schäftigte aller Stand-orte mit psychischer Be-hinderung
(nach Ab-sprache auch geeignete Be-schäftigte mit kognitiver Be-hinderung)



Sie möchten Gewalt-freie Kommunikation lernen.
Sie können sich gut ausdrücken.

Gut Frohnhof

**2
Ter-
mine**

**5.11. / 19.11.
09:30 – 12:30 Uhr
Berthold Lensing**

**Anmeldung über
Berthold Lensing**

Bewerbungs-training



Du möchtest eine neue Arbeit finden oder dich auf einen anderen Arbeitsplatz bewerben?

In diesem Workshop lernst du:

- Wie man eine Bewerbung schreibt.
- Was in einen Lebenslauf gehört.
- Wie man seine Stärken zeigt.
- Wie man sich auf ein Vorstellungs-Gespräch vorbereitet.
- Wie man Fragen im Gespräch beantwortet.
- Wie man sicher und freundlich auftritt.

Wir üben gemeinsam. Du kannst Fragen stellen.

Wir helfen dir Schritt für Schritt.

Nach dem Workshop weißt du: So kann ich mich gut bewerben.



Alle Be-schäftigte

**Büro-dienste
(Am Coloneum)**

**2
Tage**

**16.09. – 17.09.
9:00 – 12:30 Uhr
Vincent Mey**

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

ZERA



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 komplexe Texte verstehen.
Sie können Ihr eigenes Handeln reflektieren.

CariPrint

4
Tage

02.11. / 03.11. / 04.11. /
05.11.
10:00 – 14:00 Uhr
Christiane Woltering,
Anne Petrone

Anmeldung bei der
Gruppenleitung

Kunst & Zukunft



Früher hieß dieses Angebot „Offenes Atelier“.
Nun heißt es Kunst & Zukunft In den kunsttherapeutischen Einzelstunden geht es um dich und deine Zukunft.
Gemeinsam schauen wir auf deine Wünsche, Ziele und wichtigen Themen.
Mit Farben, Bildern und verschiedenen Materialien kannst du deine Gedanken und Gefühle ausdrücken.
Du brauchst keine Vorkenntnisse im Malen oder Gestalten.
Jede Stunde wird an deine Wünsche und Bedürfnisse angepasst.
Du bestimmst das Tempo und die Themen. Dabei kannst du deine Stärken und Fähigkeiten entdecken.
Gemeinsam suchen wir nach neuen Ideen und Lösungswegen.



ganztätig



Beschäftigte mit psychischer Behinderung

Gut Frohnhof

Alle Plätze besetzt
mit
Ricarda Gollmann

Frauen·café



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

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



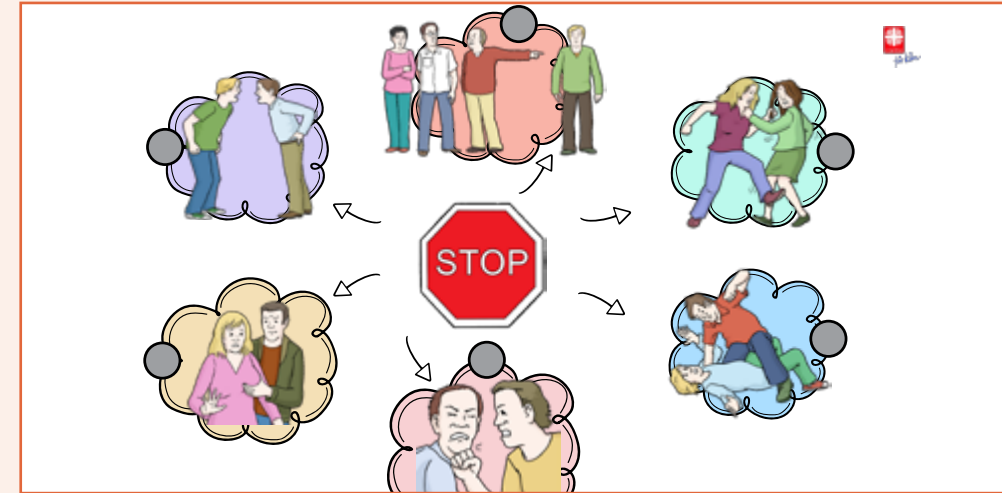
Termine auf An-frage.



Weibliche Be-schäftigte der Caritas Wert-arbeit

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

INFO Gewalt·schutz



Vertrauens·personen der Standorte:

Vertrauens·person AMO:  Jutta Bingeler 0172-1397440 Arbeitsmarkt- Orientierung Mathias-Brüggen-Straße 124 50829 Köln jutta.bingeler@caritas-koeln.de  Du kannst zu uns kommen. Oder mich anrufen.	Vertrauens·personen CariPrint:  Claudia 0221-379549-44 Lettershop 5   Dominik 0221-379549-17 Sporthalle  Du kannst zu uns kommen. Oder uns anrufen.	Vertrauens·personen Gut Frohnhof:  Sarah Simmons 0221-59701-36 Arbeits 50, im kleinen Haus   Berthold Lensing 0221-59701-30 Berthold.Lensing @caritas-koeln.de  Du kannst zu uns kommen. Oder uns anrufen.	Vertrauens·personen Carilog:  Michaela Sprötte 0221-700918-11 Hauswirtschaft   Valentin Deschamps 0221-700918-46 DOPH-Köln  Du kannst zu uns kommen. Oder uns anrufen.
---	--	---	---

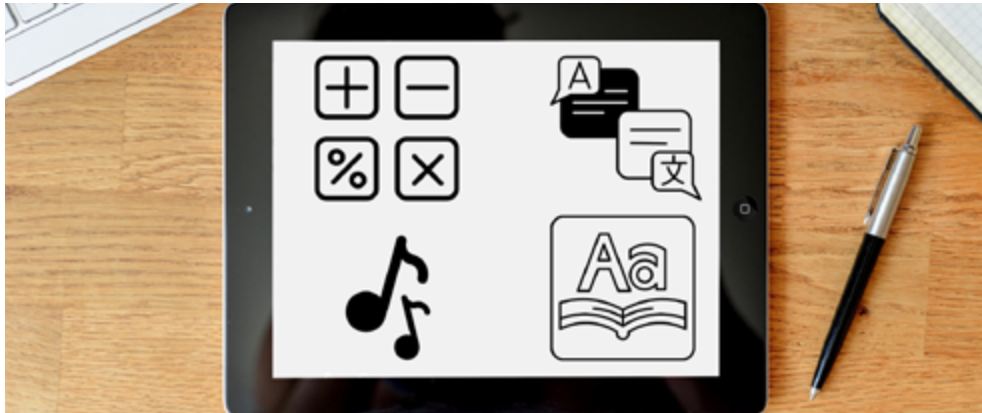
KURSE



KURSE

KOGNITIVES LERNEN	30
Lernen mit Apps	30
Mengen und Zahlen	32
Mathe	33
Buch-staben und Schreiben	34
Deutsch als Fremd-sprache	35
Deutsch	36
Denk-sport (Rätsel für alle)	37
Spiel-erisch Lernen	38
LEBENS-PRAXIS	39
Unter-stützte Kommu-nikation	39
Einzel-förderung	40
KREATIV & MUSIK	41
Kreativ-kurs	41
Kunst tut gut	42
Kunst und Entspannung	44
Musik, Rhythmus und Be-wegung	45
Tanz und Bewegung	46
Trommel Kurs	47
CariChor	48
SPORT & ENT-SPANNUNG	49
Fantasie-reisen	49
Gestaltete Mittags-pause	50
CariFit - Sport und Gesund-heits-förderung	51

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 Gedächt-nis trainieren.
Für jeden ist etwas dabei.

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



01.09.2026 bis 18.12.2026



Be-schäftigte, die Spaß am digitalen Lernen haben.



Sie können Laptop oder Tablet bedienen.
Sie haben Freude am Lernen.

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Start Oktober

Gut Frohnhof

FR 9:45 - 10:30 Uhr
mit
Anne Petrone

Clara-Fey-Haus

MI 12:30 - 13:15 Uhr
mit
Udo Joisten

CariPrint

DI 12:45 - 13:30 Uhr
mit
Christiane Woltering

CariPrint

DO 8:30 - 9:15 Uhr
mit
Christiane Woltering

CariLog

MI 9:45 - 10:30 Uhr
mit
Anne Petrone

CariLog

MI 10:45 - 11:30 Uhr
mit
Anne Petrone

Horbeller Str. (14-tägig)

FR 8:30 - 9:15 Uhr
mit
Christiane Woltering

Mengen und Zahlen



Wir beschäftigen uns mit Mengen und Zahlen.
Wir ordnen zu, wir zählen ab.
Wir machen Übungen auf dem I-Pad.



01.09.2026 bis 18.12.2026

An-meldung bei der
Gruppen-leitung



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



Sie haben Inter-esse an Zahlen.
Sie mögen Tisch-aufgaben.
Sie können sich kurz konzentrieren.

Gut Frohnhof

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

Clara-Fey-Haus

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

CariPrint

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

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.



01.09.2026 bis 18.12.2026

An-meldung bei der
Gruppen-leitung



Alle Be-schäftigten



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

Horbeller Str. (14-tägig)

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

CariPrint

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

Start Oktober

Clara-Fey-Haus

MI 10:30 – 11:15 Uhr
mit
Udo Joisten

Buch·staben und Schreiben



Wir lernen die Buch·staben kennen.
Wir üben unseren Namen oder ein Kürzel zu schreiben.
Wir üben mit dem Tablet.



01.09.2026 bis 18.12.2026



Beschäftigte, die keine oder erste Buchstaben und Silben lesen können.
(Gut Frohnhof: vorrangig Beschäftigte aus dem AmbB)



Du hast Interesse an Buchstaben.
Du magst Tischaufgaben. Du kannst dich kurz konzentrieren.

Gut Frohnhof

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

Clara-Fey-Haus

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

An·meldung bei der
Gruppen·leitung

Deutsch als Fremd·sprache



Wir spielen Spiele.
Wir hören Lieder.
Wir spielen Rollenspiele.
Dabei lernen wir deutsche Wörter.
Wir nutzen Bildkarten und die Anton-App.



01.09.2026 bis 18.12.2026



Be·schäftigte, deren Muttersprache nicht Deutsch ist



Du möchtest besser Deutsch sprechen können

Clara-Fey-Haus

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

An·meldung bei der
Gruppen·leitung

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 Wörter lernen.
Oder kom-pli-zierte Texte lesen.
Man kann auch Grammatik üben.
Für jeden ist etwas dabei.
Man entscheidet selbst, was man übt.



01.09.2026 bis 18.12.2026



Be-schäftigte mit einer kognitiven Be-hinderung



Sie kennen Buch-staben.
Sie kennen einfache Wörter.

Clara-Fey-Haus

Start Oktober

**MI 9:30 – 10:15 Uhr
mit
Udo Joisten**

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Denk-sport (Rätsel für alle)



Es gibt viele verschiedene Rätsel.
Rätsel mit Zahlen oder Buch-staben. Oder mit Bildern.
Man sucht immer die Lösung.
Man kann allein knobeln. Oder in der Gruppe.
Mit Rätseln kann man viel trainieren.
Die Konzen-tration. Das Ge-dächt-nis. Aber auch das Lösen von Problemen.
Im Kurs lernt man verschiedene Rätsel kennen. Einfache oder sehr kom-pli-zierte.
Man entscheidet selbst, was man probiert.



01.09.2026 bis 18.12.2026



Be-schäftigte aller Stand-orte



Sie haben Spaß am Knobeln.
Sie möchten neue Rätsel ausprobieren.

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

CariPrint

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

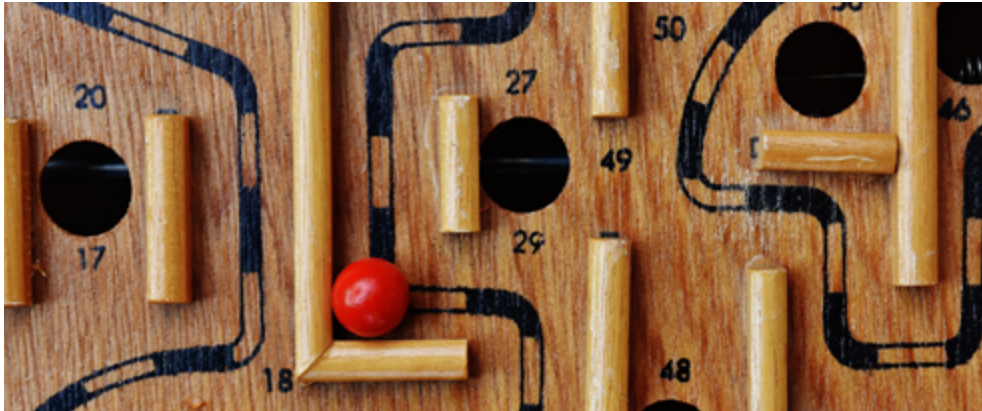
CariLog

**DI 13:00 – 13:45 Uhr
mit
Anne Petrone**

Horbeller Str. (14-tägig)

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

Spiel-erisch 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. Man kann eigene Ideen einbringen.



01.09.2026 bis 18.12.2026

Anmeldung bei der Gruppenleitung



Beschäftigte, die Spaß am Spielen in der Gruppe haben.



Sie können Spielregeln verstehen und einhalten.

Start Oktober

Gut Frohnhof (AmbB)

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

Horbeller Str. (14-tägig)

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

Clara-Fey-Haus

MI 13:30 – 14:15 Uhr
mit
Udo Joisten

Gut Frohnhof

FR 10:45 – 11:30 Uhr
mit
Anne Petrone

CariLog

DI 14:00 – 14:45 Uhr
mit
Anne Petrone

CariPrint

DI 13:45 – 14:30 Uhr
mit
Christiane Woltering

Unterstützte Kommunikation



Wir spielen Brettspiele mit Hilfe von Unterstützter Kommunikation.

Wir erzählen Geschichten.
Wir unterhalten uns über verschiedene Themen.



01.09.2026 bis 18.12.2026



Beschäftigte im Arbeitsbereich mit besonderer Betreuung (AmbB)



Du möchtest gerne verbal kommunizieren.
Du kannst nicht oder nur wenig sprechen.

Gut Frohnhof

MI 12:30 – 13:15 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Clara-Fey-Haus

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

Anmeldung bei der Gruppenleitung

Einzel·förderung



Nach Ab-sprache mit dem/der Be-schäftigten und der Gruppen-leitung werden individuelle Förder-schwer-punkte festgelegt und trainiert (Arbeits-abläufe, Kommunikation, etc.).



01.09.2026 bis 18.12.2026



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

An-meldung bei der Gruppen-leitung

Gut Frohnhof

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

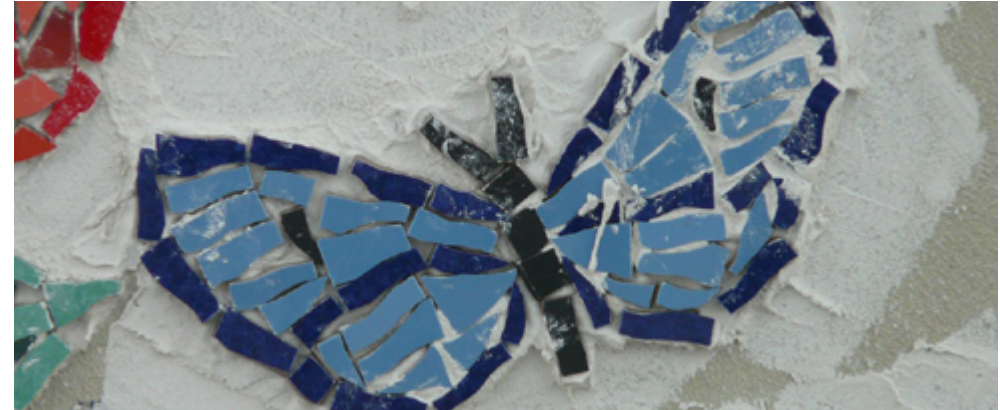
Gut Frohnhof

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

Clara-Fey-Haus

DI 12:30 – 13:15 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Kreativ·kurs



Wir lernen verschiedene Farben und Materialien kennen.
Wir bringen unsere eigenen Ideen auf das Blatt.



01.09.2026 bis 18.12.2026



Freude am Experimentieren mit Farben und Materialien.
Arbeiten am Tischarbeitsplatz möglich.

Gut Frohnhof

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

Gut Frohnhof

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

Clara-Fey-Haus

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

Clara-Fey-Haus

DI 09:45 – 10:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

An-meldung bei der Gruppen-leitung

Kunst tut gut



Alle können kreativ sein.
Man darf 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 zu Arbeit und All-tag
- Neues kennenlernen
- Selbst-vertrauen stärken
- Er-lernen von Techniken
- Kennen-lernen von Materialien
- Un-bekanntes sichtbar machen
- Freies Ge-stalten



01.09.2026 bis 18.12.2026



Be-schäftigte aller Stand-orte

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

CariPrint

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

CariLog

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

CariPrint

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

CariLog

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

CariPrint

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

CariLog

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

CariPrint

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

CariLog

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

Kunst und Entspannung



Bei ruhiger Musik schaffen wir einen Raum, in dem man sich entspannen und ausprobieren kann.

Wir probieren verschiedene Materialien und Techniken aus.

Unsere Ziele:

- Entspannung
- Ausgleich zur Arbeit
- Neues Kennenlernen
- Selbstwirksamkeit erleben



01.09.2026 bis 18.12.2026



Be-schäftigte aller Stand-orte



Sie können einen Stift oder Pinsel selber halten.
Sie haben interesse daran beim malen zu entspannen.

CariLog



11:45 – 12:30 Uhr
mit
Anne Petrone

Gut Frohnhof



11:45 – 12:30 Uhr
mit
Anne Petrone

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Musik, Rhythmus und Be-wegung



Wie lernen verschiedene Musik-richtungen kennen.

Wir erzeugen selbst Klänge.

Wir bewegen uns zur Musik.



01.09.2026 bis 18.12.2026



Be-schäftigte aus dem Arbeits-bereich mit besonderer Betreuung



Sie haben Freude an Musik und Be-wegung.
Sie können Laut-stärke und größere Gruppen tolerieren.

Gut Frohnhof



8:45 – 9:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

Clara-Fey-Haus



8:45 – 9:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Tanz und Be·wegung



Wir bewegen uns rhythmisch zur Musik.
Wir lernen einfache Bewegungsabläufe.
Wir machen Rhythmusübungen.



01.09.2026 bis 18.12.2026



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



Freude an Bewegung und Musik

Gut Frohnhof



**12:30 – 13:15 Uhr
mit
Nadja Budzinski**

**An·meldung bei der
Gruppen·leitung**

Trommel Kurs



Wir machen uns mit der Trommel vertraut:

- Wie hört sich die Trommel an?
- Kann ich die Trommel spüren?
- Wie kann ich darauf schlagen, klopfen, wischen, tippen?

Wir probieren verschiedenes aus.

Laut trommeln. Leise trommeln. Schnell trommeln. Langsam trommeln.
Und gleichzeitig trommeln.



Ganzjährig



Be·schäftigte der CariLog



Spaß am Musizieren; Sie haben kein Problem mit Lautstärke

CariLog



**14:30 – 15:15 Uhr
mit
Martin Dahm**

**An·meldung bei
Martin Dahm**

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



Be-schäftigte der CariLog



Sie haben Spaß am Singen.

CariLog



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

Kontakt-auf-nahme
mit der Chorleitung

Fantasie-reisen



Eine Fantasie-reise ist wie ein Traum.
Sie machen die Augen zu.
Sie hören einer Person zu.
Sie erzählt Ihnen eine schöne Ge-schichte.
Fantasie-reisen helfen:

- gegen Stress
- bei Angst
- um neue Kraft zu bekommen



01.09.2026 bis 18.12.2026



Be-schäftigte aller Stand-orte



Sie können ruhige Situationen aushalten.

CariPrint



14:45 – 15:15 Uhr
mit
Christiane Woltering

Horbeller Str. (14-tägig)



12:30 – 13:00 Uhr
mit
Christiane Woltering

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Gestaltete Mittags-pause



Sie möchten in der Pause Ruhe haben?
Sie finden die Mittags-pause stressig?
Sie möchten mal aus dem Roll-stuhl raus und auf Matten entspannen?



01.09.2026 bis 18.12.2026



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

Clara-Fey-Haus



12:00 – 12:30 Uhr
mit
Nadja Budzinski

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

CariFit - Sport und Gesund·heits·förderung



Sport und Be-wegung sind wichtig für die Gesund·heit.
Das CariFit-Team hat viele An-gebote. 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.



ganz-jährig



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

In unserem An-gebots-katalog 2026
sind alle CariFit-An-gebote genau beschrieben.

HIER können Sie den
An-gebots-katalog
herunterladen

Gym-nastik (Reha-sport)

Im Training wechseln verschiedene Übungen.
Man trainiert Beweglichkeit und Kraft.
Und macht Übungen zu Dehnung und Entspannung.
Man nutzt verschiedene Trainingsgeräte.
Gym-nastik fördert die Gesundheit.
Und ist ein guter Ausgleich zur Arbeit.

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

Mit Spielen kann man viele Dinge trainieren.
Zum Beispiel Geschicklichkeit. Oder Konzentration.
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 Fußball und Tischtennis.

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

Wandern kann auch ein gutes Training sein.
Man lernt den richtigen Umgang 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 Ausdauer und Kraft trainieren.
Wir kontrollieren gemeinsam, wie sich Ihre Fitness 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 - Freitag
mit
Andrea Willeke**

Gut Frohnhof

**Montag - Freitag
mit
Christian Dalka**

WORK-SHOPS UND PRO-JEKTE



WORK·SHOPS UND PRO·JEKTE

SEPTEMBER

55

Wald-pädagogik	55
Gesundheitskompetenz	56
Sicher in Sozialen Netzwerken	57
Projektwoche: Gewaltschutz	58
Gemeinsam stark! Wir halten zusammen.	59

OKTOBER

60

Der christliche Glaube – Was ich schon immer fragen wollte...	60
Erste-Hilfe-Kurs	61
Gaming	62
Um-gang mit Sterben, Ab-schied, Tod und Trauer	63

NOVEMBER

64

Erste-Hilfe-Kurs in leichter Sprache	64
--------------------------------------	----

DEZEMBER

65

Besinnliche Weihnacht	65
-----------------------	----

Nicht terminiert

66

Kunst für die Seele	66
Woran ich Glaube : Melatenfriedhof – ein besonderer Ort in und für Köln	67
Woran ich glaube: Das Baptisterium unter dem Kölner Dom	68
Coaching und Beratung	69

Wald·pädagogik (Wald im Klimawandel)



Wir erleben den Wald mit allen Sinnen.
Und zu jeder Jahres-zeit.
Der Wald hilft uns dabei, viel über die Natur
und über uns selbst zu lernen:

- Pflanzen und Tiere im Wald und ihre Lebens-weise
- Funktion des Waldes
- Respekt vor der Natur und vor anderen Menschen
- Sorg-fältiger Um-gang mit der Natur
- Verantwortung für unser Handeln heute.
Und für die Menschen, die nach uns auf der Erde leben werden.



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



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

AMO

02.09.
09:00 Uhr
Sabine Ehlers

Treffpunkt
Haltestelle
Stüttgenhof



**Kontakt-auf-nahme
mit Integrations-coach**



Der Kurs richtet sich an alle, die mehr auf die Gesundheit achten wollen.

Es geht in dem Kurs um:

- Gesunde Ernährung
- Ausreichend Bewegung
- Entspannung
- Körperpflege und Hygiene



Be-schäftigte aller Stand-orte



07.09. / 08.09.



Sie möchten etwas über ein gesundes Leben lernen

2
Tage

Gut Frohnhof

07.09. / 08.09.

mit

**Anne Petrone,
Christiane Woltering**

An-meldung bei der
Gruppen-leitung



Viele Menschen nutzen soziale Netzwerke.

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?



Be-schäftigte aller Stand-orte



28.09. / 29.09.



Sie nutzen aktiv soziale Netzwerke wie Instagram, TikTok oder Facebook.

2
Tage

Clara-Fey-Haus

28.09. / 29.09.

9:00 – 12:30 Uhr

**Anne Petrone,
Christiane Woltering**

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Caritas Wertarbeit




PROJEKTWOCHE
GEWALTSCHUTZ


28.09. - 02.10.2026

MONTAG	?	Was ist Gewalt?
DIENTAG		Wer hilft?
MITTWOCH		Nein, Stop!
DONNERSTAG		Mein Recht, mein Schutz!
FREITAG		Ich weiß jetzt Bescheid! Abschluss der Woche

Ideen oder Fragen?
Gesche Kyabu, Gewaltschutz-Beauftragte, 0178-9094722

Heute lernen wir, wie wir uns gegenseitig helfen können.
Und wie wir zusammenhalten können.
Wir machen Spiele und Übungen dafür.
Wir finden heraus: zusammen sind wir stärker.
Wir reden über Soli-darität

Alle Be-schäftigte

28.09. / 29.09.

Dieses Angebot findet statt im Rahmen der Projektwoche Gewaltschutz

CariPrint

30.09.
09:30 – 12:30 Uhr
Gesche Kyabu

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

58

Prävention

SEPTEMBER — WORKSHOPS & PROJEKTE

WORKSHOPS & PROJEKTE — SEPTEMBER

Prävention

59

Der christliche Glaube – Was ich schon immer fragen wollte...



Du hast Fragen zum christlichen Glauben? In diesem Workshop können wir darüber sprechen. Du kannst Fragen stellen. Zum Beispiel:

- Wer ist Jesus?
- Warum beten Menschen?
- Was steht in der Bibel?
- Warum feiern wir Weihnachten und Ostern?
- Was bedeutet Glaube?

Wir tauschen uns gemeinsam aus. Jede Meinung ist wichtig. Niemand muss etwas wissen oder glauben.

Wir hören zu. Wir sprechen miteinander. Wir lernen voneinander.

Der Workshop ist offen für alle.

Du kannst deine Fragen mitbringen und neue Antworten entdecken.



Be-schäftigte die sich zum Thema Religion austauschen möchten.



Sie können Gespräche verstehen. Sie können sich in einer Gruppe mitteilen.

Extern

13.10.
10:00 – 12:00 Uhr
Tim Schlotmann

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Erste-Hilfe-Kurs



Un-fälle können überall passieren.

Auf der Arbeit, im Haus-halt oder Straßen-verkehr. Im Kurs übt man das Ver-halten im Not-fall.

- Wie verhalte ich mich bei einem Un-fall?
- 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.



Be-schäftigte aller Stand-orte



Sie können selbstständig zum Schulungs-ort kommen.

Malteser Schulungs-zentrum

20.10.
9:00 – 17:00 Uhr
Ausbilder*in der
Malteser Köln

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Gaming



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 Ge-fahren?
Wie kann man sich schützen?
Wir reden nicht nur.
Wir spielen auch gemeinsam.



Be-schäftigte aller Stand-orte



Sie spielen gern Video-/ Computerspiele.
Sie können lesen und schreiben.
Sie können Gruppen-angeboten folgen.

Clara-Fey-Haus

2
Tage

26.10. / 27.10.
9:00 – 14:00 Uhr
Anthony Schmidt,
Erik Nitzsche,
Markus Krings

An-meldung bei der
Gruppen-leitung

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



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

- Wir setzen uns mit ver-schiedenen Leit-fragen auseinander
- Wir holen uns Infos aus Büchern und Filmen
- Wir nehmen uns Raum zum Aus-tausch.

„Dem Tod ins Ge-sicht zu schauen, unter An-leitung, bändigt nicht nur die Angst, sondern macht das Leben ergreifender, kostbarer, vitaler. Eine solche Heran-gehens-weise an den Tod führt zur An-leitung für das Leben.“ (Yalom)



Be-schäftigte aller Stand-orte mit psychischer Be-hinderung



Sie können Gespräche verstehen.
Sie können sich und In-halte reflektieren.
Sie können sprechen.

Gut Frohnhof

26.10.
09:30 – 14:00 Uhr,
Berthold Lensing



An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Erste-Hilfe-Kurs in leichter Sprache



Unfälle können überall passieren.
Auf der Arbeit, im Haus-halt oder Straßen-verkehr.
Im Kurs übt man das Ver-halten im Not-fall.

- Wie verhalte ich mich bei einem Un-fall?
- 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.



Be-schäftigte aller Stand-orte mit kognitiver Be-hinderung



Sie möchten lernen wie man im Not-fall hilft.

**Malteser
Schulungs-zentrum**

**16.11.
9:00 – 12:00 Uhr
Ausbilder*in der
Malteser Köln**

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

Besinn-liche Weih-nacht



Wir lassen das Jahr ausklingen.
Gemeinsam basteln wir etwas Weih-nachtliches.
Und hören Weih-nachts-musik.
Es gibt Gebäck und warme Getränke.
Und wir schauen einen Film.



Be-schäftigte, die gern kreativ arbeiten.

CariLog

**08.12.
9:00 – 12:30 Uhr
Christiane Woltering,
Stefanie Manthey**

**Anmeldung bei der
Gruppen-leitung**

CariPrint

**14.12.
9:00 – 12:30 Uhr
Christiane Woltering,
Maxie Mühlens**

Gut Frohnhof

**07.12.
9:00 – 12:30 Uhr
Christiane Woltering,
Anne Petrone**

Clara-Fey-Haus

**15.12.
9:00 – 12:30 Uhr
Christiane Woltering,
Udo Joisten**

Kunst für die Seele



Wir besuchen unterschiedliche Museen in Köln.
Wir bekommen dort eine Führung.
„Das Kooperationsprojekt „Kunst für die Seele – Museum erleben“
lädt Menschen mit psychischen Erkrankungen
und Einschränkungen dazu ein, gemeinsam unter Anleitung
Kunst in den Kölner Museen zu entdecken.
Durch den Austausch über Bilder und Objekte sollen neue
Zugänge, Empfindungen und Gespräche angestoßen werden,
um das sinnliche Erleben zu stärken und Ressourcen zu wecken



Beschäftigte aller Standorte mit psychischer Behinderung



Sie haben Interesse an Kunst.
Sie können selbstständig zum Museum kommen.

Museum

**Wird noch
bekannt gegeben**
Sylke Kuhn

**Kontakt-auf-nahme
mit Sylke Kuhn**

Woran ich Glaube : Melatenfriedhof – ein besonderer Ort in und für Köln



Wir machen einen Ausflug.
Wir fahren zum Melaten Friedhof in Köln.
Der Melaten Friedhof ist ein sehr alter Friedhof.
Dort gibt es viele schöne Wege.
Es gibt große alte Bäume.
Es ist ruhig.
Wir schauen uns besondere Gräber an.
Auf dem Friedhof liegen auch viele bekannte Persönlichkeiten.
Wir lernen etwas über die Geschichte des Friedhofs.
Wir gehen gemeinsam spazieren.



Beschäftigte aller Standorte



Sie können längere Wege laufen.

Extern

**Wird noch
bekannt gegeben**
10:00 – 12:00 Uhr
Ulrike Wittmann/
Tim Schlotmann



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

Woran ich glaube: Das Baptisterium unter dem Kölner Dom



Wir machen einen Ausflug.
Wir besuchen das Baptisterium am Kölner Dom.
Ein Baptisterium ist ein sehr alter Tauf Ort.
Der Ort ist über 1.000 Jahre alt.
Wir schauen uns die alten Mauern und Steine an.
Wir lernen, wie die Menschen früher getauft haben.
Wir erfahren etwas über die Geschichte vom Kölner Dom.



Be-schäftigte aller Stand-orte



Sie können längere Wege laufen.

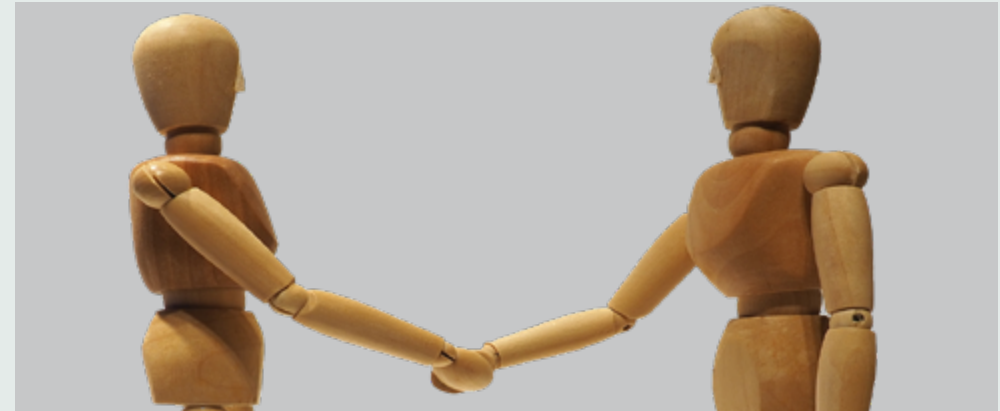
Extern

**Wird noch
bekannt gegeben
10:00 – 12:00 Uhr
Ulrike Wittmann/
Tim Schlotmann**



An-meldung bei der
Gruppen-leitung

Coaching und Be-ratung



Sie sind in einer schwierigen Situation?
Hier erarbeiten wir passende Lösungs-möglich-keiten.
Es gibt verschiedene An-gebote, wie:

- Lösungs-orientierte Kurzzeit-beratung
- Be-ratung an Ihren Themen (z.B. Probleme bei der Arbeit oder in der Freizeit)
- Krisen-bewältigung durch Mediation
- Stress-bewältigungs- und Ent-spannungs-techniken
- Achtsam-keits-übungen (MBSR)
- Gewalt-freie Kommu-nikation (nach M. Rosenberg)



Be-schäftigte mit psychischer Be-hinderung



Sie können sich sprachlich gut ausdrücken.

Gut Frohnhof

**Nach Verein-barung
Berthold Lensing**



Kontakt-auf-nahme
mit Berthold Lensing

Standorte & Kontakt

Team Weiter-bildung

weiterbildung@caritas-koeln.de

Coaching und Be-ratung

Berthold Lensing

berthold.lensing@caritas-koeln.de

Team CariFit Reha-sport

Christian Dalka

christian.dalka@caritas-koeln.de

Abteilungs-leitung

Sarah Ehrenfried

sarah.ehrenfried@caritas-koeln.de

Leistungs-bereichs-leitung

Bildung und Reha-bilitation

Ingeborg Schmidt-Tuschhoff

ingeborg.schmidt-tuschhoff@caritas-koeln.de

@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

Büro-dienste

Am Coloneum 6

50827 Köln

Horbeller Straße

Horbeller Str. 19

50858 Köln

Arbeits-markt-orientierung

Mathias-Brüggen-Straße 124

50829 Köln

Feed-back und Vor-schläge



Feed-back Weiter-bildung

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



Work-shops & Pro-jekte



August	September	Oktober
1 Sa	1 Di	1 Do
2 So	2 Mi Waldpädagogik	2 Fr
3 Mo	3 Do	3 Sa Tag der deutschen Einheit
4 Di	4 Fr	4 So
5 Mi	5 Sa	5 Mo Fit in Office: Word
6 Do	6 So	6 Di Fit in Office: Word
7 Fr	7 Mo	7 Mi
8 Sa	8 Di Gesundheitskompetenz	8 Do
9 So	9 Mi Gesundheitskompetenz	9 Fr
10 Mo	10 Do	10 Sa
11 Di	11 Fr	11 So
12 Mi	12 Sa	12 Mo
13 Do	13 So	13 Di Der Christliche Glaube
14 Fr	14 Mo	14 Mi
15 Sa	15 Di	15 Do
16 So	16 Mi	16 Fr
17 Mo	17 Do	17 Sa
18 Di	18 Fr	18 So
19 Mi	19 Sa	19 Mo
20 Do	20 So	20 Di Erster-Hilfe-Kurs
21 Fr	21 Mo	21 Mi
22 Sa	22 Di	22 Do
23 So	23 Mi Sicher in sozialen Netzwerken	23 Fr
24 Mo	24 Do Sicher in sozialen Netzwerken	24 Sa
25 Di	25 Fr	25 So
26 Mi	26 Sa	26 Mo Gaming Umgang mit Sterben
27 Do	27 So	27 Di Gaming
28 Fr	28 Mo Sicher in sozialen Netz-werken	28 Mi
29 Sa	29 Di Sicher in sozialen Netz-werken	29 Do
30 So	30 Mi Gemeinsam Stark	30 Fr
31 Mo		31 Sa

Work-shops & Pro-jekte



November	Dezember	Januar
1 So	1 Di	1 Fr Neujahr
2 Mo ZERA	2 Mi	2 Sa
3 Di ZERA	3 Do	3 So
4 Mi ZERA	4 Fr	4 Mo
5 Do ZERA	5 Sa	5 Di
6 Fr	6 So	6 Mi
7 Sa	7 Mo Besinnliche Weihnacht	7 Do
8 So	8 Di Besinnliche Weihnacht	8 Fr
9 Mo	9 Mi	9 Sa
10 Di	10 Do	10 So
11 Mi	11 Fr	11 Mo
12 Do	12 Sa	12 Di
13 Fr	13 So	13 Mi
14 Sa	14 Mo Besinnliche Weihnacht	14 Do
15 So	15 Di Besinnliche Weihnacht	15 Fr
16 Mo Erster-Hilfe-Kurs Leichte Sprache	16 Mi	16 Sa
17 Di	17 Do	17 So
18 Mi	18 Fr	18 Mo
19 Do	19 Sa	19 Di
20 Fr	20 So	20 Mi
21 Sa	21 Mo	21 Do
22 So	22 Di	22 Fr
23 Mo	23 Mi	23 Sa
24 Di	24 Do	24 So
25 Mi	25 Fr 1.Weihnachtstag	25 Mo
26 Do	26 Sa 2.Weihnachtstag	26 Di
27 Fr	27 So	27 Mi
28 Sa	28 Mo	28 Do
29 So	29 Di	29 Fr
30 Mo	30 Mi	30 Sa
	31 Do	31 So

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