

ARBEIT

ARBEITS-BEGLEITENDE
ANGEBOTE

*Einfache
Sprache*



ZUSAMMEN *wachsen*

Arbeits-begleitende Angebote
in der Werkstatt



MOSAİK

MOSAIK

MEHR ALS ARBEIT

Mosaik ist auch ein Ort der Bildung.

Wir unterstützen Sie, neue Dinge zu probieren und zu lernen.

Das hilft Ihnen, sich weiter-zu-entwickeln, selbst-bewusster zu werden, neue Hobbys zu finden oder von der Arbeit zu entspannen.

Wir bieten viele verschiedene Themen-bereiche an:

Sport, Singen, Tanzen, Malen, Computer, Politik und noch mehr.

In diesem Heft finden Sie unsere Angebote.

Alle Angebote finden **in der Arbeits-zeit** statt.

Die Kurse werden von Fach-personal geleitet.

STANDORTE

Die Symbole am Kurs zeigen Ihnen, wo er angeboten wird.



**WERKSTATT
MITTE**



**WERKSTATT
REINICKENDORF**



**WERKSTATT
KREUZBERG**



ALLE STANDORTE

Alle Standorte können mit-machen. Sie müssen selber dorthin fahren.



**WERKSTATT
SPANDAU**



**ÖKOHOF
KUHHORST**



**GÄRTNERHOF
CHARLOTTENBURG**

PROJEKT

Das Angebot findet zu bestimmten Terminen im Jahr statt.



Holz-schnitzen

ANMELDUNG

Melden Sie sich bitte bei Ihrem Sozial-pädagogischen Dienst.

Teilen Sie dort Ihren Wunsch mit.

Der Sozial-pädagogische Dienst meldet Sie an.

Brauchen Sie Hilfe
bei der Auswahl der Kurse?
Haben Sie noch Fragen?
Sprechen Sie uns an – wir helfen
Ihnen gerne weiter!

- Wir benutzen im Heft den **MEDIO-PUNKT**. Das ist ein Punkt, der 2 Wort-teile trennt. Dadurch wird das Lesen einfacher.



MOSAIK

BILDUNG

LESEN, SCHREIBEN, RECHNEN _____ **M R K S Ö G**

Wir üben zusammen mit Buch-staben, Wörtern, Texten und Zahlen.

Wir üben, mit Geld umzugehen.

Wir trainieren auch Fähigkeiten für die Arbeit, zum Beispiel eine Kasse zu bedienen oder mit einer Waage zu arbeiten.

MEDIEN-WERKSTATT _____ **K**

Wir machen Fotos und schreiben Texte. Dafür nutzen wir den Computer.

Wir lernen auch den sicheren Umgang mit dem Internet und den sozialen Medien. Zum Beispiel Facebook, Instagram, YouTube und TikTok.

COMPUTER UND INTERNET _____ **M R K S Ö G**

Wir lernen den Umgang mit dem Computer oder Handy kennen.

Wir bekommen wichtige Tipps und Hilfen.

PROJEKT: GEBÄRDEN LERNEN _____ **M K**

Wir lernen Gebärden.

Um uns auch mit gehör-losen Menschen zu unterhalten.

PROJEKT: POLITISCHE BILDUNG _____

Wir lernen, wie Wahlen funktionieren.

Wir lernen die Parteien kennen und ihre Ziele.

WEITERE PROJEKTE:

Zu wichtigen Themen machen wir immer wieder kleine Projekte.

Zum Beispiel zu Umwelt und Ernährung.

Besuch im Bundestag
(Projekt: Politische Bildung)



GESPRÄCHE

VERTRAULICHES GESPRÄCH _____ **M R K S Ö G**

Sie haben Probleme am Arbeits-platz oder zu Hause und suchen jemanden zum Reden? Wir sind für Sie da. Wir überlegen zusammen, was Sie tun können. Die Gespräche sind geheim.

GEBÄRDEN-TREFF _____ **M**

Hier treffen sich gehör-lose Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen.

Wir reden über alles: unsere Hobbys, die Arbeit, Probleme und schöne Erlebnisse.

BEWEGEN UND ENTSPANNEN

BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG **M R K S Ö G**

Wir tun etwas für unsere Gesundheit. So haben wir einen Ausgleich zur Arbeit. Wir bleiben fit. Und lernen, besser mit Stress umzugehen. Zum Beispiel: Sitz-gymnastik, Yoga, Rücken-schule und Qigong, Judo, Box-fitness, Selbst-verteidigung für Frauen.

SCHWIMMEN **R S**

Wir bewegen uns im Wasser. Das ist gut für unsere Gelenke. Wir lernen und üben das Schwimmen.

TANZ-THERAPIE **M R K S G**

Wir bewegen uns zur Musik. Wir zeigen unsere Gefühle im Tanz. So lernen wir, unsere Gefühle besser zu verstehen.

PROJEKT: STANDARD-TANZ

Wir tanzen zu zweit.

Wir lernen bekannte Paar-Tänze wie Walzer, Tango und Foxtrott.



Schwimmen



Mosaik Sportfest

TEAM-SPORT

FUSS-BALL **R S Ö**

Mosaik hat eine eigene Fuß-ball-mannschaft. Wir trainieren einmal pro Woche. Frauen und Männer spielen zusammen.

Wir sind auch bei Turnieren dabei. Jedes Jahr spielen wir bei der Landes-meisterschaft von Berlin mit.

TISCH-TENNIS **M R S**

Wir spielen zusammen Tisch-tennis.

Wir üben die richtige Technik und lernen die Spiel-regeln kennen.

LAUFEN UND WALKING **R K S**

Wir bewegen uns zusammen an der frischen Luft.

So bleiben wir fit und fühlen weniger Stress.

FIT FOR FUN **M**

Das ist ein Sport-angebot für unsere Außen-gruppen. Wir treffen uns in der Werkstatt Mitte und machen zusammen Sport.

Zum Beispiel: Tisch-tennis, Gymnastik, Yoga ...

KREATIV

KREATIV-WERKSTATT

Wir gestalten mit vielen unterschiedlichen Materialien.
Zum Beispiel Farben, Stiften, Papier, Pappe, Ton, Holz und Stoffen.
Wir malen Bilder oder stellen etwas her.
Das fördert Kreativität, Fantasie und Geschicklichkeit.

KUNST-THERAPIE

Beim Malen lernen wir, unsere Gefühle besser zu verstehen.
Wir können uns mit unseren Ängsten und Wünschen auseinander-setzen.

ERGO-THERAPIE

Wir üben Finger-fertigkeit, Arbeits-schritte und trainieren das Gedächtnis.
Zum Beispiel beim Körbe-flechten, Makramee oder bei Brett-spielen.

HOLZ-SCHNITZEN

Wir lernen viel über Holz und die verschiedenen Werkzeuge.
Wir bearbeiten das Holz und schnitzen zum Beispiel Tiere.

FAHRRAD-WERKSTATT

Wir reparieren unsere Fahrräder und lernen etwas über Technik.

NÄHEN

Wir lernen das Arbeiten mit Nadel und Faden.
Und wir lernen den Umgang mit der Näh-maschine.



Arbeiten mit Peddig-rohr
in der Ergo-therapie



Theater-gruppe:
„Die Hotten-schlotten“



MUSIK UND THEATER

BAND

Wir machen gemeinsam Musik. Wir lernen Instrumente und Lieder kennen.
Wir üben, den Rhythmus zu halten. Und miteinander zu spielen.
Unsere Band in Spandau heißt „Askanier Rock“.

CHOR

Wir singen gemeinsam. Wir lernen viele Lieder.
Wir treten regelmäßig auf.

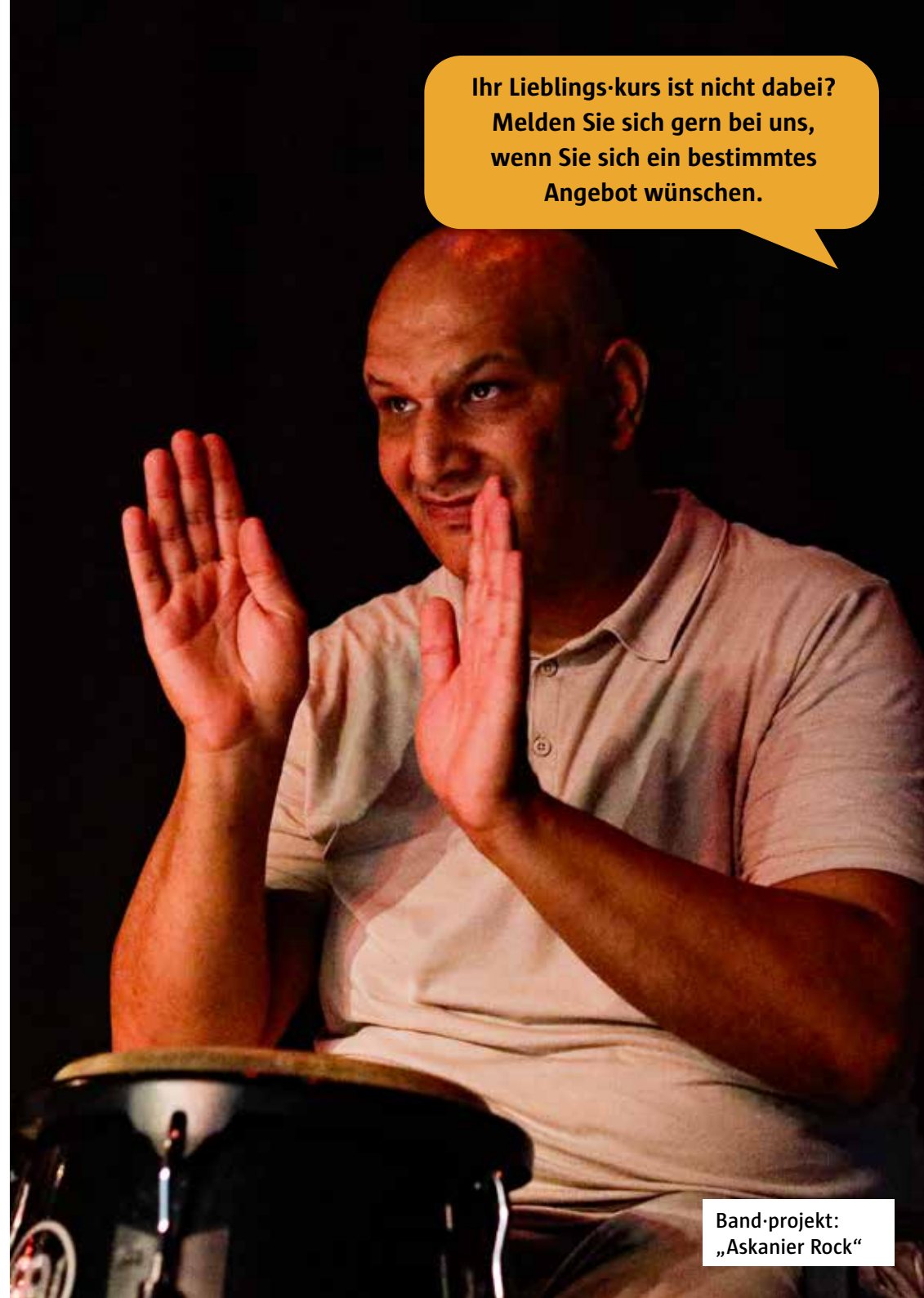
THEATER

Wir spielen gemeinsam Theater und treten auf.
Wir lernen die Grundlagen vom Theater-spielen.
Unsere Theater-gruppe trifft sich im „Charlottchen“.
Das „Charlottchen“ ist beim S-Bahnhof Charlotten-burg.

SAMBA-TROMMELN

Wir machen zusammen Stimmung!
Mit großen und mit kleinen Trommeln schlagen wir einen Rhythmus.

Ihr Lieblings-kurs ist nicht dabei?
Melden Sie sich gern bei uns,
wenn Sie sich ein bestimmtes
Angebot wünschen.



Band-projekt:
„Askanier Rock“



ARBEITS-BEGLEITENDE ANGEBOTE

Kreativ werden

Aktiv bleiben

Persönlich wachsen

www.mosaik-berlin.de



MOSAIK

