



**Peitzer Acht**

# Das Programm-Heft

mit Lern-Angeboten



**Das Programm-Heft ist in Leichter Sprache.**



# Willkommen in der Peitzer Acht!

Die Peitzer Acht ist eine Beratungs-Stelle für

- Menschen mit viel Hilfe-Bedarf
- ihre Familien, Betreuer und Betreuerinnen.

Wir haben viele Lern-Angebote und Freizeit-Angebote.

Das Programm erarbeiten wir zusammen mit der Volks-Hochschule.



Die Angebote sind Barriere-frei und inklusiv.

Wir nennen viele Angebote:

Kurse

Barriere-frei bedeutet:

ohne Hindernisse.

Man spricht: bar-je-re-frei.

Wir meinen mit barriere-frei:

Menschen mit Behinderung lernen bei uns in ihrem Tempo.

Und die Angebote sind in einfacher Sprache.

Inklusiv heißt: mit-einbezogen-sein.

Wir wollen gemeinsam lernen.

Unsere Angebote sind für Menschen mit Behinderung und alle Interessierten.





# Wichtige Informationen

## Wie melden Sie sich an?

Sie müssen sich für die Angebote in der Volks-Hochschule anmelden. Viele Angebote sind schnell voll. Melden Sie sich deshalb **vorher** an. Das geht so:



- Füllen Sie den Anmelde-Zettel von Seite 5 aus. Geben Sie den Anmelde-Zettel ab.
- **Oder** kommen Sie zu den Öffnungs-Zeiten vorbei.
- **Oder** melden Sie sich auf der Internet-Seite an: [www.vhs-frankfurt-oder.de](http://www.vhs-frankfurt-oder.de)  
Die Internet-Seite ist **nicht** in Leichter Sprache.
- Waren Sie schon mal bei einem Angebot dabei? Dann können Sie sich auch per Telefon anmelden.

## So erreichen Sie die Volks-Hochschule:



**Adresse:**  
Volkshochschule Frankfurt (Oder)  
Gartenstraße 1



**Telefon:** 0335 - 54 20 25



**E-Mail:** [buero@vhs-frankfurt-oder.de](mailto:buero@vhs-frankfurt-oder.de)



## Wie bezahlen Sie?

Sie bekommen eine Rechnung von der Volks-Hochschule.

Sie müssen das Geld überweisen.

Oder Sie bezahlen vorher

bei der Volks-Hochschule.

Das Geld ist für den Lehrer und die Volks-Hochschule.



Bei manchen Kursen bekommen Sie Material:

Zum Beispiel beim Basteln oder Backen und Kochen.

Das wird vorher gekauft.

Das Geld dafür geben Sie dem Lehrer.

## Wie melden Sie sich ab?

Können Sie doch **nicht** mitmachen?

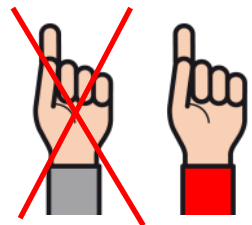
Oder wollen Sie **nicht** mehr?

Dann müssen Sie sich

bei der Volks-Hochschule abmelden.

Das geht bis 10 Tage vor dem Angebot.

Sie bekommen das Geld zurück.



## Sind Sie krank?

Zeigen Sie den Kranken-Schein

bei der Volks-Hochschule.

Dann bekommen Sie das Geld zurück.





# Anmelde-Zettel

Ich melde mich für folgende Angebote an:

Nummer	Angebot-Name

Bitte hier ausschneiden

<b>Vorname und Nachname</b>	
<b>Geburts-Datum</b>	
<b>Straße und Haus-Nummer</b>	
<b>Wohnort und Post-Leitzahl</b>	
<b>Telefon-Nummer</b>	
<b>Sie brauchen Unterstützung: Wobei brauchen Sie Hilfe?</b>	
<b>Datum</b>	
<b>Unterschrift</b>	



# Hinweise zum Anmelde-Zettel



Bitte füllen Sie zur Anmeldung den Anmelde-Zettel aus.

1. Schreiben Sie die Nummer vom Angebot ein.  
Die Nummer besteht aus Buchstaben und Zahlen.  
**Zum Beispiel:** R109.P02.
2. Schreiben Sie den Namen vom Angebot auf.  
Der Name steht unter der Nummer vom Angebot.  
Er ist **nicht** in Leichter Sprache.
3. Machen Sie alle Angaben zu sich selbst.
4. Tragen Sie das Datum vom Anmelde-Tag ein.
5. Unterschreiben Sie den Anmelde-Zettel.  
Sie bestätigen mit ihrer Unterschrift:  
Wir dürfen Ihre Angaben nutzen.
6. Schneiden Sie die Seite an der Linie aus.  
Geben Sie den Anmelde-Zettel  
der Volks-Hochschule oder Peitzer Acht.

## Brauchen Sie Hilfe?

Zum Beispiel beim Anmelden  
oder Bezahlen?

Bitte fragen Sie uns!





# Die Angebote

Es gibt sehr viele Lern-Angebote  
und Freizeit-Angebote.

Deshalb sind sie nach Monaten sortiert.  
Jeder Monat hat eine andere Farbe.

## **Besondere Veranstaltungen**

Seite 9 bis 14

## **September**

Seite 16 bis 26

## **Oktober**

Seite 27 bis 32

## **November**

Seite 33 bis 41

## **Dezember**

Seite 42 bis 48

## **Januar**

Seite 49 bis 54

## **Was noch wichtig ist**

Seite 8, Seite 15, Seite 55

# Es gibt viele verschiedene Kurse und Veranstaltungen

- **Kurse in der Volks-Hochschule:**

Wenn Sie begleitet werden von den  
Mitarbeiterinnen der Peitzer 8 →

**Kein Zeichen**

- **Wenn die Kurse nur mit einem Lehrer sind:**

Wenn Sie Hilfe brauchen:  
Sie müssen eine Begleitung haben.  
Dieses Zeichen ist am Kurs →



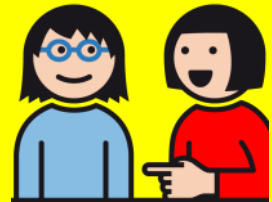
- **Manche Kurse sind in der Peitzer 8.**

Sie werden von den Mitarbeiterinnen begleitet.  
Dieses Zeichen ist am Kurs →



- **Manchmal machen wir etwas gemeinsam.**

Backen oder basteln und alle helfen.  
Wir teilen diese Dinge.  
Sie bezahlen nur das Material.  
Dieses Zeichen ist am Kurs →



# Besondere Veranstaltungen

Wir laden Sie herzlich zu den besonderen Veranstaltungen ein.

- Ich habe die Wahl \_\_\_\_\_ 10
- Samstags-Frühstück \_\_\_\_\_ 11
- Garten-Gruppe \_\_\_\_\_ 12
- Weihnachts-Singen \_\_\_\_\_ 13
- Neujahrs-Frühstück mit Quiz \_\_\_\_\_ 14

# Besondere Veranstaltungen

## Ich habe die Wahl

Im September ist die Wahl zum Landtag für Brandenburg.  
Welche Partei passt zu Ihnen?  
Wie können Sie wählen?



Darüber sprechen wir mit Ihnen an den 3 Tagen.

**Tag 1:** Das ist mir in meinem Leben wichtig.

**Tag 2:** Das soll sich ändern.  
Dann wird es besser.

**Tag 3:** So kann ich wählen.  
Ich habe viel gelernt über Wahlen.

**Kurs:** T120.01

**Datum:** 2. September 2024,  
9. September 2024 und  
16. September 2024

**Tag/Zeit:** 3 x Montag, 10 - 15 Uhr

**Leitung:** Susanne Jackstell

**Ort:** Peitzer Acht



# Besondere Veranstaltungen

## Samstags-Frühstück

Sind Sie am Wochenende allein zu Hause ?

Sitzen nicht gern allein am Tisch?

An jedem ersten Samstag im Monat:  
Gemeinsames Frühstück  
in den Räumen der Peitzer Acht.

Wir wollen zusammen essen.

Und wir reden und beginnen das  
Wochenende in Ruhe mit Kaffee  
oder Tee.

Die Teilnahme kostet 5 Euro.  
Das Geld muss vorher bezahlt werden.

Die Mitarbeiterinnen kaufen davon Essen ein.



**Name:** Samstag-Frühstück

**Datum:** 7. September, 5. Oktober, 2. November

**Uhrzeit:** 9.30 bis 11.30 Uhr

**Ort:** Peitzer 8

**Kosten:** 5 Euro, **7 Tage vorher bezahlen**

**Achtung:** Am 4. Januar gibt es ein  
Neujahrs-Frühstück mit  
einem Silvester-Quiz.  
Dazu lesen Sie Seite 14.



# Besondere Veranstaltungen

## Garten-Freunde der Peitzer 8

Wir arbeiten gemeinsam im Garten.

In unseren Hoch-Beeten wachsen viele schöne Pflanzen.

Die Garten-Gruppe trifft sich jede Woche.  
Es gibt keinen festen Termin.  
Die Gruppe spricht das mit-einander ab.

In unserem Garten gibt es viele Beete.  
Wir pflegen sie gemeinsam.

Die Garten-Geräte teilen sich alle.  
Wir reden über unsere Erfahrungen mit  
Der Arbeit im Garten.

Sie können eine Pflanze pflegen.  
Oder Sie helfen beim Gießen.

Wir basteln Dinge für den Garten.  
Zum Beispiel Vogel-Häuschen.

Im Garten können wir grillen  
oder Kaffee trinken.



In die Garten-Gruppe kann jeder kommen.

Bitte melden Sie sich in der Peitzer Acht.



# Besondere Veranstaltungen

## Weihnachts-Singen

Viele Leute kennen schöne Weihnachts-Lieder.

Es riecht lecker nach Plätzchen.

Und die Kerzen leuchten überall.  
Wir singen am letzten Tag  
vor den Weihnachts-Ferien

Gemeinsam mit der Volks-Hochschule.

Auf dem Hof mit Kerzen und Punsch.  
Punsch ist ein heißes Getränk.

Wir laden uns einen Chor  
zum Singen ein.

So starten wir mit Musik  
in die Weihnachtszeit.



**Name:** Weihnachts-Singen  
**Datum:** 20. Dezember 2024  
**Uhrzeit:** 16 bis 18 Uhr  
**Ort:** Peitzer 8 und Hof Volks-Hochschule

**Achtung:** Schön warm anziehen





# Was noch wichtig ist

## Wir stellen uns vor

**Wir sind Rita Klemt und Jacqueline Malack.**

Wir arbeiten für Sie in der **Peitzer Acht**.  
und teilen uns die Arbeit.

Sicher kennen Sie uns schon.  
Wir arbeiten schon einige Jahre bei



Von links nach rechts:  
**Frau Klemt**  
**Frau Klefinghaus**  
**Frau Malack**

**Wir haben noch eine Mitarbeiterin.**

**Das ist Frau Sibylle Klefinghaus**

**Sie arbeitet ehren-amtlich.**

Diese Arbeit machen Menschen,  
die zum Beispiel:  
Anderen Menschen helfen wollen.  
Oder etwas für die Umwelt tun wollen.

Diese Menschen bekommen  
für ihre Arbeit **kein** Geld.



# Angebote im September

- Ich habe die Wahl \_\_\_\_\_ 17
- Wissens-Quiz Rekorde \_\_\_\_\_ 18
- Offene Beratungs-Werkstatt rund um den PC  
Barriere-frei \_\_\_\_\_ 19
- Backen für das Feierabend-Café  
Barriere-frei und inklusiv \_\_\_\_\_ 20
- Seiden-Malerei  
Barriere-frei und inklusiv \_\_\_\_\_ 21
- Musik und Entspannung  
Barriere-frei und inklusiv \_\_\_\_\_ 22
- Land-Gericht Besichtigung  
Inklusiv \_\_\_\_\_ 23
- 26 Affen: Wort-Spiele und Schreib-Spiele  
Barriere-frei \_\_\_\_\_ 24
- Wir bauen ein Vogel-Häuschen  
Barriere-frei \_\_\_\_\_ 25
- Übungen gegen Rücken-Schmerzen  
Barriere-frei und inklusiv \_\_\_\_\_ 26

# Angebote im September

## Ich habe die Wahl

### (Besondere Angebote Seite 10)

Im September ist die Wahl zum Landtag für Brandenburg.

Welche Partei passt zu Ihnen?

Wie können Sie wählen?

Darüber sprechen wir mit Ihnen an 3 Tagen.

Wir wollen Sie neugierig auf die Wahlen machen.

Weil es ein wichtiges Recht ist.

Wahl-Zettel

	Uwe Gellert	<input type="radio"/>
	Heiko Rabe	<input type="radio"/>
	Katja Krawinkel	<input checked="" type="radio"/>
	Ina Schabert	<input type="radio"/>



**Kurs:** T120.01

**Datum:** 2.September 2024,  
9.September 2024 und  
16. September 2024

**Tag/Zeit:** 3x Montag, 10 - 15 Uhr

**Leitung:** Susanne Jackstell

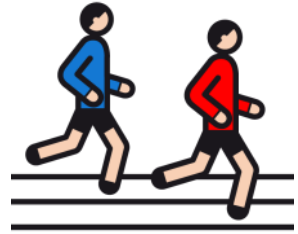
**Ort:** Peitzer Acht



# Angebote im September

## Wissens-Quiz: Rekorde

Ein Rekord ist etwas Besonderes.  
So etwas hat es noch nie gegeben.  
Niemand sonst hat das geschafft.  
Kein Mensch oder Tier.  
Oder kein Auto und kein Flugzeug.



Es gibt viele Rekorde.  
Das wird spannend.  
Welche Rekorde erraten Sie?



Sie können gerne  
ein Karten-Spiel  
mit Rekorden mitbringen.



**Kurs:** T120.03

**Name:** Wissens-Quiz: Rekorde

**Leitung:** Uta Kurzwelly

**Datum:** Freitag 6. September 2024

**Uhrzeit:** 16:00 bis 17:30 Uhr

**Ort:** Peitzer Acht  
Paul-Feldner-Straße 6



# Angebote im September

## Offene Beratungs-Werkstatt rund um den PC

Möchten Sie einen guten Umgang  
mit Handy oder Computer lernen?



Wie startet man ein Programm?

Programme am Computer bedeutet:

Die Menschen können damit

verschiedene Sachen am PC machen.

Wie wird ein Programm beendet?

Was ist Speichern und wie macht man das?

Wie schreibt man Texte?

Wie zeichnet man am Computer?

Sie können alle Fragen stellen.



**Kurs:** T120.04  
**Name:** Wojciech Nowak  
**Datum:** Montag, 9. September 2024  
und 16. September 2024  
**Uhrzeit:** 17:00 bis 18:30 Uhr  
**Ort:** Volks-Hochschule  
Gartenstraße 1  
Raum 1.05



# Angebote im September

## Backen für das

## Feierabend-Café

Backen macht Spaß.

Und es duftet lecker.

Wir wollen gemeinsam backen  
und Rezepte ausprobieren.

Wir backen Kekse oder Kuchen.

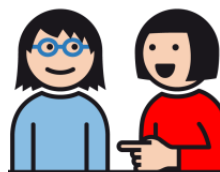
Die werden am Freitag zum  
Feierabend-Café gemeinsam gegessen.

Und auch beim Backen darf  
schon genascht werden.

Wir haben Freude dabei  
und gute Gespräche.



**Kurs:** T120.07  
**Name:** Backen für das  
Feierabend-Café  
Barriere-frei und inklusiv



**Leitung:** Jacqueline Malack  
**Datum:** Donnerstag, 12. September 2024  
**Uhrzeit:** 16:00 bis 18:00 Uhr  
**Ort:** Peitzer Acht



# Angebote im September

## Seiden-Malerei

Wir wollen ein Tuch bemalen.

Das Tuch ist aus Seide.

Seide ist ein Stoff.

Seide ist sehr leicht und weich.

Sie können auch einen Schal gestalten.

Vielleicht wollen Sie den Schal verschenken.

Oder Sie wollen das Tuch in einen Rahmen spannen.

Der Kurs ist für alle Interessierten.

Für Anfänger und Anfängerinnen.

Und für Menschen

mit Erfahrung in Seiden-Malerei.



Sie bezahlen das Material bei der Leitung. (5,50 bis 10,50 Euro).

<b>Kurs:</b>	T208.01
<b>Name:</b>	Seiden-Malerei Barriere-frei und inklusiv
<b>Leitung:</b>	Karla Siering
<b>Datum:</b>	Mittwoch, 11. September 2024
<b>Uhrzeit:</b>	16:30 bis 18:00 Uhr
<b>Ort:</b>	Volks-Hochschule Gartenstraße 1 Raum 1.03
<b>Kosten:</b>	5 Euro



# Angebote im September

## Musik und Entspannung

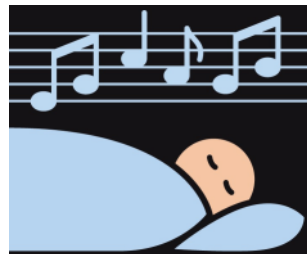
Wir machen eine Traum-Reise.  
Bei einer Traum-Reise  
können Sie sich entspannen.



Wir fahren dazu **nicht** weg.

Jemand liest eine Geschichte vor.  
Sie hören zu  
und entspannen bei Musik.

Sie dürfen einfach träumen.



<b>Kurs:</b>	T 301.05
<b>Name:</b>	Musik und Entspannung Barriere-frei und inklusiv
<b>Leitung:</b>	Jochen Krüger
<b>Datum:</b>	Donnerstag, 12. September 2024
<b>Uhrzeit:</b>	16:00 bis 17:30 Uhr
<b>Ort:</b>	Volks-Hochschule, Entspannungs-Raum
<b>Kosten:</b>	5 Euro



# Angebote im September

## Land-Gericht Besichtigung

Am Land-Gericht gibt es  
verschiedene Bereiche.  
Sie heißen Kammern.



Am Land-Gericht arbeiten  
viele Richter  
und andere Mitarbeiter.

Gemeinsam sehen wir die Räume  
für Verhandlungen an.

So einen Raum nennt man Saal.

Dort hören wir viel  
über die Aufgaben  
vom Land-Gericht.



**Kurs:** T109.10  
**Name:** Besichtigung Land-Gericht  
Inklusiv  
**Leitung:** Michael Schmolski  
**Datum:** Mittwoch, 18. September 2024  
**Uhrzeit:** 16:00 bis 17:00 Uhr  
**Ort:** Landgericht  
Müllroser Chaussee 55  
Treffpunkt am Eingang



# Angebote im September

## 26 Affen

### Wort-Spiele und Schreib-Spiele

Überall begegnen uns Buchstaben.  
Sie sind auf Plakaten oder im Buch.  
Wir haben 26 Buchstaben.  
Das heißt Alphabet.

**ABC**  
**Oma**  
**nanu**

Wir wollen mit den Buchstaben spielen.  
Wir schreiben sie mit-einander auf  
und finden lustige Wörter.  
Vielleicht werden Geschichten daraus.

Sie müssen **nicht** lesen  
oder schreiben können.



**Kurs:** T120.09

**Name:** 26 Affen: Wort-Spiele und  
Schreib-Spiele  
Barriere-frei

**Leitung:** Rita Klemt

**Datum:** Donnerstag, 19. September 2024  
24. Oktober, 7. November, 11. Dezember 2024

**Uhrzeit:** 16:00 bis 17:30 Uhr

**Ort:** Peitzer Acht  
Paul-Feldner-Straße 6



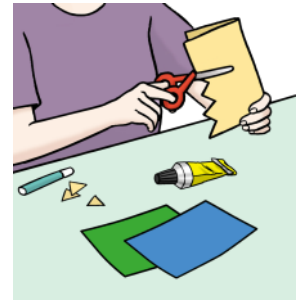
# Angebote im September

## Wir bauen ein Vogel-Futter-Häuschen

Haben Sie das schon gehört?  
Es gibt weniger Vögel als früher.  
Sie haben nicht mehr genug Futter.  
Deshalb werden weniger Vögel geboren.



Wir wollen helfen und mit Ihnen ein Futterhäuschen bauen und bemalen.



Das geht ganz einfach aus alten Milch-Kartons. Sie können leere Milch-Kartons mitbringen.



**Kurs:** T104.01

**Name:** Wir bauen ein Vogel-Futter-Häuschen  
Barriere-frei

**Leitung:** Jacqueline Malack

**Datum:** Dienstag, 24. September 2024

**Uhrzeit:** 15:00 bis 18:00 Uhr

**Ort:** Peitzer Acht



# Angebote im September

## Übungen gegen Rücken-Schmerzen

Viele Menschen haben Rücken-Schmerzen.

Yoga kann helfen.

Das ist eine Sport-Art:

Für den Körper

Und für die Seele.

Der Sport kommt aus Indien.

Mit Yoga können die Menschen lernen:

Ihren Körper besser verstehen.

Und den Körper besser bewegen.



Dann fühlen sich die Menschen gut.

Wir lernen einfache Yoga-Übungen.

Dafür sitzen wir auf den Stuhl.

Wir tun etwas gegen Rücken-Schmerzen.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung

und warme Socken mit.



<b>Kurs:</b>	T301.32
<b>Name:</b>	Übungen gegen Rücken-Schmerzen Barriere-frei und inklusiv
<b>Leitung:</b>	Jens-Christian Vödisch
<b>Datum:</b>	Donnerstag, 26. September 2024
<b>Uhrzeit:</b>	16:00 bis 17:00 Uhr
<b>Ort:</b>	Volks-Hochschule Bewegungs-Raum
<b>Kosten:</b>	5 Euro



# Angebote im Oktober

- Instrumenten-Karussell  
Barriere-frei \_\_\_\_\_ 28
- Makramee - Ein altes Hand-Werk  
Barriere-frei und inklusiv \_\_\_\_\_ 29
- Wir basteln für Halloween  
Barriere-frei und inklusiv  
Geben und Nehmen \_\_\_\_\_ 30
- Halloween-Party  
Barriere-frei \_\_\_\_\_ 31
- Theater-Stück: Der kleine Wind  
Theater des Lachens  
Barriere-frei und inklusiv \_\_\_\_\_ 32

# Angebote im Oktober

## Instrumenten-Karussell

Es gibt viele Instrumente.  
Sie sind sehr verschieden.  
Wir wollen einige kennen-lernen.

Zum Beispiel:

Eine Körper-Orgel.

Eine Ocean-Drum.

Das spricht man Ooschen-Dram.

Oder einen Regen-Stab.

Wir probieren die Instrumente aus.

Vielleicht spielen wir am Ende  
ein kleines Konzert.



**Kurs:** T120.12  
**Name:** Instrumenten-Karussell  
Barriere-frei  
**Leitung:** Jochen Krüger  
**Datum:** Donnerstag 2. Oktober 2024  
**Uhrzeit:** 16:00 bis 17:00 Uhr  
**Ort:** Volks-Hochschule  
Gartenstraße 1  
Entspannungs-Raum

**Kosten:** 5 €

**Material:** Bitte bringen Sie bequeme Kleidung  
und warme Socken mit!



# Angebote im Oktober

## Makramee - ein altes Hand-Werk

Kennen Sie Makramee?

Makramee ist ein altes Kunst-Hand-Werk.

Dabei verbindet man

Fäden durch viele Knoten.

So entstehen schöne Muster.

Wir lernen Makramee kennen.

Wir basteln etwas.

Und wir üben:

unsere Hände bewegen.

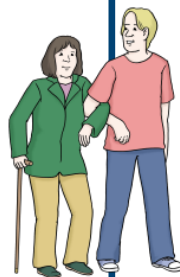
**Der Kurs ist für die Anfänger.**

**Kurse für Geübte: siehe Seite 36**

Das Material bezahlen Sie bei der Leitung nach Verbrauch



<b>Kurs:</b>	T208.02
<b>Name:</b>	Makramee - Ein altes Hand-Werk Barriere-frei und inklusiv
<b>Leitung:</b>	Justina Thomisch
<b>Datum:</b>	Donnerstag, 10. Oktober 2024
<b>Uhrzeit:</b>	16:00 bis 17:30 Uhr
<b>Ort:</b>	Volks-Hochschule Gartenstraße 1 Raum 006
<b>Kosten:</b>	5 Euro



# Angebote im Oktober

## Wir basteln für Halloween

Das wird so aus-gesprochen:

Hello wien.

Das ist ein Brauch aus Irland.

Menschen verkleiden sich

mit gruseligen Kostümen.

Dann feiern sie ein Fest.

Wir wollen uns vorbereiten.

Wir basteln Laternen.

Und schmücken die Peitzer Acht.

Alle können sich ein Licht mitnehmen.



**Kurs:** T120.14  
**Name:** Wir basteln für Halloween  
Barriere-frei und inklusiv  
**Leitung:** Mitarbeiterinnen Peitzer Acht  
**Datum:** Donnerstag 17. Oktober 2024  
**Uhrzeit:** 16:00 bis 18:00 Uhr  
**Ort:** Peitzer Acht



# Angebote im Oktober

## Halloween-Party



Halloween ist ein Brauch aus Irland.

Das wird so aus-gesprochen:

Hello wien.

Das wurde in der Nacht vor Aller-Heiligen gefeiert.

Dieses Fest ist am 1. November.

Die Menschen haben an Geister geglaubt.

Sie haben sich am Abend vorher verkleidet.

Und wollten die Geister erschrecken.

Dieses Fest ist am 31. Oktober.

Heute feiern das viele Menschen.

Sie verkleiden und schminken sich.

Und sie spielen Streiche und wollen Süßes.



Wir feiern das auch.

Mit Schminken und Tanzen.



<b>Kurs:</b>	T120.15
<b>Name:</b>	Halloween-Party Barriere-frei
<b>Leitung:</b>	Mitarbeiterinnen Peitzer Acht
<b>Datum:</b>	Freitag 25. Oktober 2024
<b>Uhrzeit:</b>	17:30 bis 19:00 Uhr
<b>Ort:</b>	Peitzer Acht



# Angebote im Oktober

## Theater-Stück: Der kleine Wind

Das Stück sehen wir im  
Theater des Lachens.



Der kleine Wind ist traurig.  
Die großen Winde haben viele Aufgaben.  
An ihn hat keiner gedacht.



Die Geschichte erzählt:  
Schnee-Flocken tanzen im Winter-Wind.  
Puste-Blumen tanzen im Sommer-Wind.



Vielleicht findet der kleine Wind  
doch noch sein großes Glück.

**Kurs:** T109.19  
**Name:** Theater-Stück Der kleine Wind  
Barriere-frei und inklusiv  
**Leitung:** Mitarbeiterinnen Peitzer 8  
Begleitung vor Ort  
**Besucher müssen gebracht werden**  
**Datum:** Dienstag 29. Oktober 2024  
**Uhrzeit:** 16:00 bis 16:50 Uhr  
**Ort:** Theater des Lachens  
Ziegelstraße 31  
**Kosten:** 4 Euro Eintritt im Theater zahlen



# Angebote im November

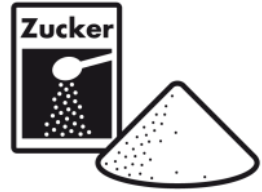
- Die süße Falle Zucker im Essen  
Barriere-frei und inklusiv \_\_\_\_\_ 34
- Collagen: Basteln mit Papier  
Barriere-frei und inklusiv \_\_\_\_\_ 35
- Makramee: Blumen-Ampel oder Traum-Fänger  
Inklusiv \_\_\_\_\_ 36
- Backen für das Feierabend-Café  
Barriere-frei - Geben und Nehmen \_\_\_\_\_ 37
- Ein schönes T-Shirt selbst machen  
Barriere-frei und inklusiv \_\_\_\_\_ 38
- Kaffee-Klatsch  
Meine Gedanken sind wichtig  
Barriere-frei \_\_\_\_\_ 39
- Winter-Sterne selbst gemacht  
Barriere-frei und inklusiv \_\_\_\_\_ 40
- Advents-Kranz basteln  
Barriere-frei und inklusiv \_\_\_\_\_ 41

# Angebote im November

## Die süße Falle Zucker

### Zucker in unserem Essen

Fast alle Menschen mögen Süßes.  
Wir wollen immer mehr davon essen.  
Weil die Lebens-Mittel süß schmecken.



Deshalb wird in diesen Fabriken  
viel Zucker im Essen versteckt.



Wir gucken mal darauf:  
Was ist in unserem Essen.  
Wie kann man sehen:  
Wie viel Zucker ist in dem Essen.  
Und wie viel Zucker genügt.  
Wir wollen gesünder leben.



**Kurs:** T305.01  
**Name:** Die süße Falle Zucker  
Barriere-frei und inklusiv  
**Leitung:** Carola Clausnitzer  
**Datum:** Dienstag, 5. November 2024  
**Uhrzeit:** 16:00 bis 17:30 Uhr  
**Ort:** Peitzer Acht



# Angebote im November

## Collagen: Basteln mit Papier

Das Wort bedeutet:

Etwas aus verschiedenem Papier machen.

Etwas neu zu einem Bild kleben.

Man sagt: Kol la sche.

Aus alten Zeitschriften

oder Woll-Fäden und kleinen Steinen

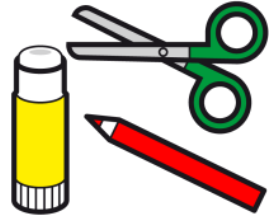
wollen wir etwas basteln.

Wir schneiden und kleben.

Wir benutzen Dinge die wir haben.

Wir kaufen nichts Neues ein.

So entsteht ein neues Bild.



**Kurs:** T208.04

**Name:** Collagen: Basteln mit Papier

Barriere-frei und inklusiv

**Leitung:** Anja Purbst

**Datum:** Mittwoch 6. November 2024

**Uhrzeit:** 16:00 bis 17:30 Uhr

**Ort:** Volks-Hochschule

Raum 1.04

**Kosten:** 5 Euro

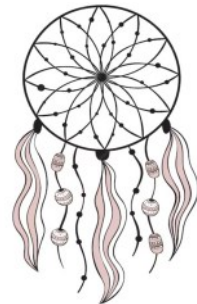


# Angebote im November

## Makramee: Blumen-Ampel oder Traum-Fänger

Kennen Sie Makramee?

Makramee ist ein altes Kunst-Hand-Werk.  
Dabei verbindet man Fäden  
durch viele Knoten.



Wir wollen etwas Schönes mit Ihnen kneten:  
Einen Traum-Fänger oder ein Wand-Bild.  
Wir erzählen von der  
Geschichte vom Makramee.

Das Material bezahlen Sie extra bei der  
Leitung.

**Für diesen Kurs brauchen Sie  
Erfahrung mit Makramee.**



<b>Kurs:</b>	T208.03
<b>Name:</b>	Makramee - Inklusiv <b>Für Fortgeschrittene</b>
<b>Leitung:</b>	Justina Thomisch
<b>Datum:</b>	Donnerstag 7. November 2024 <b>und</b> Donnerstag 14. November 2024
<b>Uhrzeit:</b>	16:00 bis 17:30 Uhr
<b>Ort:</b>	Volks-Hochschule Raum 1.04
<b>Kosten:</b>	13,50 Euro



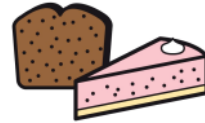
# Angebote im November

## Backen für das Feierabend-Café

Backen macht Spaß.

Und es duftet lecker.

Wir wollen gemeinsam backen  
und Back-Rezepte ausprobieren.



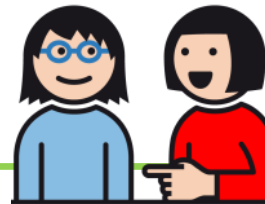
Wir backen Kekse oder Kuchen.

Die werden am Freitag zum  
Feierabend-Café gemeinsam gegessen.



Und auch beim Backen darf  
schon genascht werden.

Wir haben Freude dabei  
und gute Gespräche.



**Kurs:** T120.20  
**Name:** Backen für das Feierabend-Café  
Barriere-frei  
**Leitung:** Jacqueline Malack  
**Datum:** Donnerstag 14. November 2024  
**Uhrzeit:** 16:30 bis 18:00 Uhr  
**Ort:** Peitzer Acht



# Angebote im November

## Ein schönes T-Shirt selber machen

Etwas selbst Gemachtes ist toll.  
Keiner sonst hat das.  
Wir wollen ein T-Shirt  
oder einen Beutel selber gestalten.  
Mit Farben oder mit Fotos.



Es gibt 2 Termine:  
Beim 1. entwerfen wir unser Kunst-Werk.  
Beim 2. wird es gedruckt.

Das Material für 2 Euro bezahlen Sie  
bei der Leitung.  
Oder Sie bringen selbst ein T-Shirt mit.  
Der Kurs wird vorher bezahlt.



**Kurs:** T208.05  
**Name:** Ein schönes T-Shirt selber machen  
Barriere-frei und inklusiv  
**Leitung:** Karla Siering  
**Datum:** Dienstag 19. November 2024 **und**  
Dienstag 26. November 2024  
**Uhrzeit:** 16:00 bis 17:30 Uhr  
**Ort:** Peitzer Acht  
**Kosten:** 10 Euro  
**Materialkosten:** 2 Euro



# Angebote im November

## Kaffee-Klatsch:

### Meine Gedanken sind wichtig

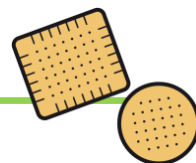
Wir wollen gemeinsam über alles mögliche reden.

Heute geht es um unsere Hobbys.  
Was uns besonders viel Spaß macht.  
Was wir ganz oft tun.

Manche lieben Sport und Tanz.  
Oder Basteln und Hand-Arbeiten.

Bitte bringen Sie Material zum Angucken mit.

Wir reden ganz gemütlich bei Kaffee und Keksen.  
Der Nachmittag wird schön.



<b>Kurs:</b>	T120.22
<b>Name:</b>	Kaffee-Klatsch Meine Gedanken sind wichtig Barriere-frei
<b>Leitung:</b>	Mitarbeiterinnen Peitzer Acht
<b>Datum:</b>	Freitag 22. November 2024
<b>Uhrzeit:</b>	16:00 bis 17:00 Uhr
<b>Ort:</b>	Peitzer Acht



# Angebote im November

## Winter-Sterne selbst gemacht

Es gibt viel zu tun vor dem 1. Advent.

Wir basteln schöne Sterne.

Die machen wir aus Butter-Brot-Tüten.

Und wir nehmen eine Schere und Kleber.

Das geht ganz schnell.



Vielleicht haben Sie eine kleine Lichter-Kette.

Die können Sie mit-bringen.

Und Ihr Stern leuchtet dann schön.



Zum Kurs bringen Sie bitte

2 Euro für das Material mit.



<b>Kurs:</b>	T208.12
<b>Name:</b>	Winter-Sterne selbst gemacht Barriere-frei und inklusiv
<b>Leitung:</b>	Jacqueline Malack
<b>Datum:</b>	Donnerstag, 28. November 2024
<b>Uhrzeit:</b>	16:00 bis 17:30 Uhr
<b>Ort:</b>	Peitzer Acht



# Angebote im November

## Advents-Kranz basteln

Einen Advents-Kranz selbst gestalten ist toll.

Vielleicht kennen Sie das aus Ihrer Familie.

Oder Sie haben es schon bei anderen gesehen.

Wir binden heute einen Advents-Kranz. Und wir machen ihn selbst schön.

Mit Trocken-Blumen und mit anderem Schmuck.

Und Sie können zuhause Kerzen darauf stecken.

Bei der Leitung bezahlen Sie 10 Euro für das Material.



**Kurs:** T208.09  
**Name:** Advents-Kranz basteln  
Barriere-frei und inklusiv  
**Leitung:** Robert Abts  
**Datum:** Mittwoch 27. November 2024  
**Uhrzeit:** 16:15 bis 17:45 Uhr  
**Ort:** Peitzer Acht  
**Kosten:** 5 Euro



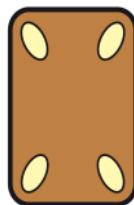
# Angebote im Dezember

- Lebkuchen backen  
Inklusiv \_\_\_\_\_ 43
- Kleine Länder-Kunde: Spanien  
Barriere-frei \_\_\_\_\_ 44
- Plätzchen backen im Advent  
Barriere-frei und inklusiv  
Geben und Nehmen \_\_\_\_\_ 45
- Kerzen mit Wachs verzieren  
Barriere-frei und inklusiv \_\_\_\_\_ 46
- Weihnachts-Werkstatt  
Barriere-frei und inklusiv \_\_\_\_\_ 47
- Ein schönes Foto von sich machen  
Barriere-frei \_\_\_\_\_ 48

# Angebote im Dezember

## In Uromas Weihnachts-Bäckerei

### Leb-Kuchen backen



In der Advents-Zeit duftet es überall.  
Leb-Kuchen und Plätzchen werden gebacken.

Auch im Museum Viadrina.  
Dort gibt es eine alte Küche.  
Wie früher bei der Uroma.



Wir können dort Leb-Kuchen  
backen und dürfen sie  
mit nach Hause nehmen.

**Sie brauchen eine Schürze.**



<b>Kurs:</b>	T305.06
<b>Name:</b>	Leb-Kuchen backen Inklusiv Nicht für Rollstuhl-Fahrer geeignet
<b>Leitung:</b>	Museum, Begleitung Peitzer 8
<b>Datum:</b>	Dienstag, 3. Dezember 2024
<b>Uhrzeit:</b>	16:00 bis 18:15 Uhr
<b>Ort:</b>	Museum Viadrina Carl-Philipp-Emanuel-Bach-Straße 11
<b>Kosten:</b>	Material 6 Euro im Museum



# Angebote im Dezember

## Kleine Länder-Kunde: Spanien

Madrid ist die Hauptstadt von Spanien.  
Und Andalusien ein großes  
Gebiet in diesem Land.



Wir erzählen heute:  
Wie hat sich das Land im Lauf  
einer langen Zeit verändert.  
Und wie schön sind die  
Bau-Werke überall im Land.

Wir sehen uns Bilder an.  
Sie können auch Bilder mitbringen.  
Wenn Sie schon in Spanien waren.



**Kurs:** T120.27  
**Name:** Kleine Länder-Kunde: Spanien  
Madrid und Andalusien  
Barriere-frei  
**Leitung:** Franziska und Uta Kurzwelly  
**Datum:** Mittwoch 4. Dezember 2024  
**Uhrzeit:** 16:00 bis 17:30 Uhr  
**Ort:** Volks-Hochschule  
Gartenstraße 1  
Raum 1.07



# Angebote im Dezember

## Plätzchen backen im Advent

Wir backen heute verschiedene Plätzchen.

Das ist gar **nicht** schwer.

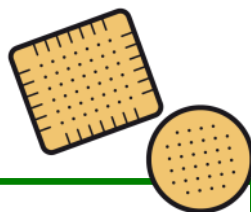
Wir machen verschiedenen Teig.

Wir nehmen Förmchen für die Kekse  
oder rollen kleine Kugeln.

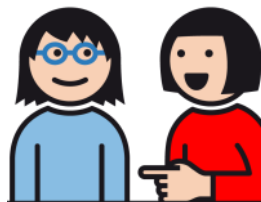
Und wir machen die Plätzchen bunt.

Jeder kann Kekse mitnehmen  
und beim Backen naschen.

Wir haben Freude dabei  
und gute Gespräche beim Kaffee.



**Kurs:** T305.04  
**Name:** Plätzchen backen im Advent  
Barriere-frei und inklusiv  
**Leitung:** Jacqueline Malack  
**Datum:** Samstag 7. Dezember 2024  
**Uhrzeit:** 10:00 bis 12:15 Uhr **oder**  
13:30 bis 15:45 Uhr  
**Ort:** Volks-Hochschule  
Gartenstraße 1  
Raum 0.20 Küche  
**Kosten:** 2 Euro bei der Leitung  
bezahlen



# Angebote im Dezember

## Kerzen mit Wachs verzieren

Wir wollen eine schöne Kerze machen.

Das ist ein tolles Geschenk.

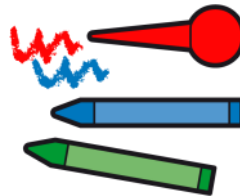
Es ist gar nicht schwer.

Wir nehmen dafür eine Kerze  
und bunten Wachs.

Und die Leitung hilft dabei.

Zum Schluss haben wir  
die Kerze verschönert.

Bei der Leitung werden 5 Euro für das  
Material bezahlt.



**Achtung: Neuer Termin!**  
**Schon im November!**

<b>Kurs:</b>	T208.06
<b>Name:</b>	Kerzen mit Wachs verzieren Barriere-frei und inklusiv
<b>Leitung:</b>	Rita Klemt
<b>Datum:</b>	<b>Donnerstag, 21. November 2024</b>
<b>Uhrzeit:</b>	15:00 bis 18:00 Uhr
<b>Ort:</b>	Peitzer Acht



# Angebote im Dezember

## Weihnachts-Werkstatt

Wir wollen Weihnachts-Dekoration basteln.  
Für den Tannen-Baum.  
Oder den Kranz.  
Und für den Tisch zum Weihnachts-Fest.



Dafür gibt es ganz viel Material.  
Und auch ganz viele Bastel-Sachen.

Lassen Sie sich überraschen.  
Auch Sie können  
ein Kunst-Werk machen.



Bringen Sie gern Stoffe oder Wolle  
oder Material aus der Natur mit.  
Für das Material müssen Sie 5 Euro  
bei der Leitung bezahlen.



**Kurs:** T208.11  
**Name:** Weihnachts-Werkstatt  
Barriere-frei und inklusiv  
**Leitung:** Robert Abts  
**Datum:** Samstag 14.Dezember 2024  
**Uhrzeit:** 10:00 bis 12:15 Uhr  
**Ort:** Peitzer Acht  
**Kosten:** 5 Euro  
**Material:** Stoffreste, Wolle,  
Dinge aus der Natur gerne mit-bringen



# Angebote im Dezember

## Ein schönes Foto von uns

Wir wollen heute ein schönes Foto von uns machen.

Wir machen uns schön oder verkleiden uns.

Wir lernen auch etwas über Licht und Fotos machen. Dann können wir das selbst besser.

Sie können Ihr Foto mit-nehmen.



<b>Kurs:</b>	T120.30
<b>Name:</b>	Ein schönes Foto von sich machen Barriere-frei
<b>Leitung:</b>	Uta Kurzwelly
<b>Datum:</b>	Dienstag 10. Dezember 2024
<b>Uhrzeit:</b>	16:00 bis 17:30 Uhr
<b>Ort:</b>	Volks-Hochschule Gartenstraße 1 Raum 1.07



# Angebote im Januar

- Neujahrs-Frühstück mit Quiz  
Barriere-frei \_\_\_\_\_ 50
- Süßes auf das Brot: Winter-Marmelade  
Barriere-frei und inklusiv \_\_\_\_\_ 51
- Kleine Länder-Kunde: Bali  
Barriere-frei \_\_\_\_\_ 52
- Reste sind das Beste: Kochen  
Barriere-frei und inklusiv \_\_\_\_\_ 53
- „Alles Liebe“ Kurz-Filme über Liebe  
von Menschen mit Beeinträchtigung  
Barriere-frei und inklusiv \_\_\_\_\_ 54

# Angebote im Januar

## Neujahrs-Frühstück mit Silvester-Quiz

### Beweisen Sie Ihr Wissen

Wir verbinden unser Samstag-Frühstück mit dem Neujahrsfrühstück.



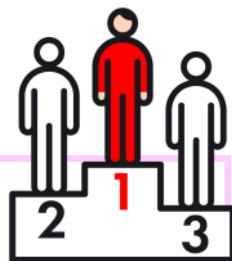
Und wir laden Sie zu einem Quiz ein.  
Es geht um Silvester.  
Wir wollen viele Fragen stellen.  
Wissen Sie die Antworten?

Zum Beispiel:

In welchem Land wird der  
Jahres-Wechsel zuerst gefeiert?  
Welche Hausarbeit sollte man  
vor der Silvesternacht erledigen?



Finden Sie heraus,  
welche Antwort die richtige ist!  
Wir suchen den Quiz-Meister!



<b>Kurs</b>	U120.01
<b>Name:</b>	Neujahrs-Frühstück mit Silvester-Quiz
<b>Leitung:</b>	Mitarbeiterinnen Peitzer Acht
<b>Datum:</b>	Samstag 04. Januar 2025
<b>Uhrzeit:</b>	9.30 bis 11.30 Uhr
<b>Ort:</b>	Peitzer 8
<b>Kosten:</b>	5 Euro, <b>bitte bis</b> <b>20. Dezember bezahlen</b>



# Angebote im Januar

## Süßes auf das Brot:

### Winter-Marmelade

Selbst gemachte Marmelade ist toll.

Es gibt viele Rezepte.

Auch für Marmelade mit  
Früchten im Winter.



Wir lernen heute:

Wie das geht.

Was wir dabei beachten müssen.

Bitte bringen Sie kleine Gläser mit.

Die müssen einen Deckel  
zum Zu-schrauben haben.

Dann können Sie eine Probe mit-nehmen.



<b>Kurs</b>	U305.01
<b>Name:</b>	Süßes aufs Brot: Winter-Marmelade Barriere-frei und inklusiv
<b>Leitung:</b>	Rita Klemt
<b>Datum:</b>	Donnerstag 16. Januar 2025
<b>Uhrzeit:</b>	16:00 bis 18:15 Uhr
<b>Ort:</b>	Volks-Hochschule Gartenstraße 1 Raum 0.20 Küche
<b>Material:</b>	kleine Gläser mit Deckel
<b>Kosten:</b>	2 Euro



# Angebote im Januar

## Kleine Länder-Kunde: Bali

Bali ist eine Insel.  
Sie gehört zum Land Indonesien.  
Dort gibt es viel zu entdecken.



Es gibt dort Tempel.

Das sind Bauten für die Religion.  
Wie Kirchen bei uns.



Und es gibt Vulkane.

Das sind Berge.  
Die sind innen sehr heiß.  
Manchmal kommt Feuer aus dem Berg.



Und natürlich gibt es das Meer.

Ein toller Reise-Bericht  
mit vielen Bildern.

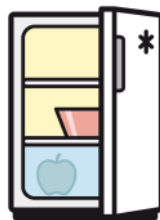
**Kurs:** U120.03  
**Name:** Kleine Länder-Kunde: Bali  
Barriere-frei  
**Leitung:** Jacqueline Malack  
**Datum:** Mittwoch 22. Januar 2025  
**Uhrzeit:** 16:00 bis 17:30 Uhr  
**Ort:** Volks-Hochschule  
Gartenstraße 1  
Raum 1.07



# Angebote im Januar

## Reste sind das Beste: Kochen

Manchmal sind im Kühl-Schrank  
nur noch Reste übrig.



Trotzdem kann man daraus  
etwas Leckeres kochen.

Wir lernen etwas über  
Reste-Verwertung.  
Damit wir kein Essen weg-werfen.



Und wie es lecker wird.  
Mit Kräutern und Gewürzen.  
Guten Appetit.  
Bei der Leitung bitte 7 Euro für  
Material bezahlen.



<b>Kurs</b>	U305.02
<b>Name:</b>	Reste sind das Beste: Kochen Barriere-frei und inklusiv
<b>Leitung:</b>	Irmhild Schweda
<b>Datum:</b>	Mittwoch 22. Januar 2025
<b>Uhrzeit:</b>	16:00 bis 17:30 Uhr
<b>Ort:</b>	Volks-Hochschule Gartenstraße 1 Raum 0.20 Küche
<b>Kosten:</b>	5 Euro



# Angebote im Januar

## „Alles Liebe“

### Kurz-Filme über die Liebe

Wir zeigen an 3 Tagen  
nachmittags 3 Filme.

In den Filmen geht es um:

- Paare bei Menschen mit Beeinträchtigung.
- Liebe und Sexualität

Die Filme sind kurz.

Menschen mit Beeinträchtigung  
machen in den Filmen mit.



**Kurs** U120.05  
**Name:** „Alles Liebe“ Film-Nachmittag  
Barriere-frei  
**Leitung:** Mitarbeiterinnen Peitzer Acht  
**Datum:** Donnerstag 23. Januar 2025  
**Uhrzeit:** 16:00 bis 17:00 Uhr  
**Ort:** Volks-Hochschule  
Raum 1.07



**Kurs** U120.06 **im Februar**  
U120.07 **im Februar**  
**Name:** „Alles Liebe“ Film-Nachmittage  
Barriere-frei  
**Leitung:** Mitarbeiterinnen Peitzer Acht  
**Datum:** Donnerstag, 6. Februar und 13. Februar 2025  
**Uhrzeit:** 16:00 bis 17:30 Uhr  
**Ort:** Volks-Hochschule Raum 1.07

# Unsere Tür ist offen für alle

- **Immer am Dienstag**

Von 15 bis 18 Uhr gibt es ein Bastel-Angebot.  
Oder etwas Schönes gestalten.

- **Immer am Donnerstag**

Von 13 bis 15 Uhr ist Spiele-Nachmittag.  
Oder Geschichten erzählen.  
Und miteinander reden.

- **Immer am Freitag: Feierabend-Café**

Das Feierabend-Café der Peitzer Acht  
gibt es schon viele Jahre.  
Von 15 bis 18 Uhr treffen wir uns.  
Wir lassen bei Kaffee und Keksen  
die Woche ausklingen.

**Zu diesen Angeboten kann jeder ohne  
Anmeldung kommen.**

- **Beratung mit der EUTB oder von uns**

Einmal im Monat kommt Herr Holländer von der EUTB.  
Er hilft bei vielen Fragen zum Thema Behinderung.  
Fragen sie uns nach dem nächsten Termin.

Sie können auch mit uns reden.  
Wenn Sie Fragen haben oder traurig sind.  
Melden Sie sich und wir finden einen Termin.

Das ist das Programm-Heft 2 - 2024 von der Peitzer Acht.  
Hier finden Sie Lern-Angebote und Freizeit-Angebote.  
Die Angebote sind von September 2024 bis Januar 2025.  
Das Programm-Heft ist in Leichter Sprache.  
Damit alle Menschen die Informationen verstehen.  
Menschen mit Lese-Schwierigkeiten von den „**Wort-Profis**“  
haben den Text geprüft.  
Sie arbeiten im Büro für Leichte Sprache  
von der Wichern Diakonie Frankfurt (Oder).  
Das Büro ist Mitglied im Netzwerk Leichte Sprache e.V.

Die Bilder im Text sind von METACOM.  
METACOM Symbole: © Annette Kitzinger  
Einige Bilder sind von : © Lebenshilfe für Menschen mit  
geistiger Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers,  
Atelier Fleetinsel, 2013

Einige Bilder hat Herr Alexander Buntrock gezeichnet.  
Einige Bilder sind von freepik.de

## Beratungs- und Begegnungsstätte Peitzer Acht



**Paul-Feldner-Straße 6, 15230 Frankfurt (Oder)**



0335 40 13 02 0; 015 25 47 09 66 9  
015 25 64 73 84 8



E-Mail: [peitzeracht@wichern-ffo.de](mailto:peitzeracht@wichern-ffo.de)