

**F R E I  
Z E I T**

**2018**

*Januar - Juni*



**CHRISTOPHORUS  
WERK**





# Das Freizeitjahr 2018 beginnt!

„Leben heißt Aussuchen“ (Kurt Tucholsky)

Ein Tanz-Tee, ein Geld-„Führerschein“, eine Lama-Wanderung und viele andere Ausflüge und Veranstaltungen – auch in diesem Jahr haben wir für Sie vielfältige Freizeitangebote zusammengestellt. Begleitet werden diese Kurse von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Christophoruswerks. Ziel dieses Angebots ist es, die Teilhabe am öffentlichen Leben zu ermöglichen, Brücken zu bauen, Talente zu entdecken und zu fördern und Berührungspunkte zwischen Menschen mit und ohne Behinderungen zu schaffen. Denn in der Gruppe fällt es meist leichter, etwas zu unternehmen als alleine. Und miteinander macht es dazu meist noch viel mehr Spaß.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldungen!

Bereich Freizeit und Bildung

Nadine Müller



1.	Freizeitkaffee	6	
2.	Stoff - Eulen selbst genäht	7	
3.	Wie kommt das Wasser in die Leitung?	8	
4.	Wir machen blau – Färberpflanze Waid	9	
5.	Wir gestalten Frühlings-/Osterkerzen	10	
6.	Raumrätsel / Escape Room	11	
7.	Tanz – Tee zum Frauentag	12	
8.	Wilde Wunder Kräuterwanderung	13	
9.	Sicher durch den Straßenverkehr	14	
10.	Funzelführung durch die Horchgänge der „Zitadelle Petersberg“	15	
11.	Liebe – Sex und andere Dinge	16	
12.	Verbraucherführerschein Geld und Konsum	17	



- für Rollstuhlfahrer geeignet



## Tagesfahrten

Seite

- |     |   |    |
|-----|---|----|
| 13. | Ausstellung –<br>„Drei Haselnüsse für Aschenbrödel“ | 18 |
| 14. | Porzellanwelten „Leuchtenburg“                      | 19 |
| 15. | „Drachenschlucht“ bei Eisenach                      | 20 |
| 16. | Kanutour auf der „Unstrut“                          | 21 |
| 17. | Lamawanderung im „Hainich“                          | 22 |

## 3-Tagesfahrten

- |     |                          |    |
|-----|--------------------------|----|
| 18. | Musical – Tour – „Sissi“ | 23 |
| 19. | Tour – „Heidelberg“      | 24 |

## Sport und Bewegung

- |     |   |   |
|-----|---|---|
| 20. | „Special Cross“ – Rennsteiglauf         | 25  |
| 21. | „Trampolinpark“ Erfurt                  | 26  |
| 22. | Basketballspiel der „Oettinger Rockets“ | 27  |
| 23. | Bowling                                 | 28  |

## Anhang

Besondere Hinweise

Sonstiges - Ansprechpartner - Telefonnummern

Anmeldeformular

## Freizeitkaffee



Der Kaffee ist fertig...

... heißt es auch in diesem Jahr wieder, wenn wir uns einmal im Monat treffen, um gemeinsam Kaffee zu trinken und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Kursleitung:	Frau Müller
Termine:	07. Februar, 07. März, 04. April, 02. Mai, 13. Juni 2018
Wochentag:	Mittwoch
Beginn:	15.30 Uhr
	„Beratungsraum“ in der WfbM am Ringelberg
Ende:	17.00 Uhr
	„Beratungsraum“ in der WfbM am Ringelberg
Preis:	2,50 Euro

## Stoff - Eulen selbst nähen



Mit viel Spaß und Anleitung nähen und gestalten wir ganz individuelle Eulen aus buntem Stoff.

Kursleitung:	Frau Müller
Termin:	12. März 2018
Wochentag:	Montag
Beginn:	15.45 Uhr
	„Beratungsraum“ in der WfbM am Ringelberg
Ende:	17.30 Uhr
	„Beratungsraum“ in der WfbM am Ringelberg
Preis:	5,00 Euro

## Wie kommt das Wasser in die Leitung?



Ohne Wasser können wir nicht lange überleben, denn Wasser ist unser wichtigstes Lebensmittel. Doch wie kommt es in den Wasserhahn?

Wir verfolgen den spannenden Weg des Wassers und erfahren was Grundwasser ist, wie es entsteht, wozu es Talsperren gibt und wofür Hochbehälter notwendig sind. Wir erforschen die Zusammensetzung des erfrischenden Lebensmittels und die Trinkwasserversorgung Erfurts in der Vergangenheit.

Kursleitung:	Frau Glase & Frau Müller
Termin:	12. April 2018
Wochentag:	Donnerstag
Beginn:	15.30 Uhr – Anger, Erfurt
Ende:	17.30 Uhr – Anger, Erfurt
Preis:	5,00 Euro

## Wir machen blau – Färberpflanze Waid



Die Waidpflanze war die wichtigste farbstoffliefernde Pflanze des Mittelalters in Europa. Doch wie sieht die einstmals so kostbare Pflanze aus? Woraus wird der blaue Farbstoff gewonnen? Wir säen die Pflanze aus, erkunden ihr Wachstum und die Verarbeitung. Wir lernen die Funktion eines echten Waidrades kennen und erfahren, was es mit den Waidkugeln auf sich hat. Am Ende steht das Färben. Wer möchte, kann hier ein Andenken für zu Hause einfärben.

Kursleitung:	Frau Eberhardt & Frau Müller
Termin:	03. Mai 2018
Wochentag:	Donnerstag
Beginn:	13.45 Uhr - „Anger“ , Erfurt
Ende:	16.00 Uhr - „ega“, Haupteingang
Preis:	7,00 Euro

## Wir gestalten Frühlings-/Osterkerzen



Ganz nach Wunsch und Vorstellung gestalten wir unter fachlicher Anleitung wunderschöne Kerzen. Nebenbei lauschen wir kleinen Frühlings- und Ostergeschichten.

Kursleitung:	Frau Wolf & Frau Müller
Termin:	20. März 2018
Wochentag:	Dienstag
Beginn:	16.00 Uhr
	„Beratungsraum“ in der WfbM am Ringelberg
Ende:	17.30 Uhr
	„Beratungsraum“ in der WfbM am Ringelberg
Preis:	5,00 Euro

## Aus alt mach neu – Papierrecycling



Als Weltraumtouristen sind wir auf dem Weg zum Mars, als unser Spaceshuttle plötzlich auf dem Mond notlanden muss. Unser Raumschiff wird dabei vollkommen zerstört. Zufälligerweise sind wir genau an dem Ort, an dem noch die uralte Ausrüstung der Apollo 11-Mission herumliegt. Werden wir die alte Technik wieder zum Laufen bringen?

Wir haben 60 Minuten Zeit, um im Team in einem spektakulär eingerichteten Themenraum Rätsel und Aufgaben zu lösen. Spannung, Spaß und viele Überraschungen erwarten uns in einer geheimnisvollen Welt, in der wir die Hauptdarsteller sind.

Kursleitung:	Frau Müller
Termin:	23. Februar 2018
Wochentag:	Freitag
Beginn:	16.45 Uhr - „Anger“ Erfurt
Ende:	18.45 Uhr - „Anger“ Erfurt
Preis:	15,00 Euro

## Tanz – Tee zum Frauentag



**Achtung: nur für Frauen!**

Den Ehrentag der Frauen möchten wir in gemütlicher Runde bei Kaffee und Kuchen gebührend feiern.

Auch das Tanzbein kann hier natürlich bei guter Musik geschwungen werden.

Kursleitung:	Frau Müller und Mitarbeiter des CWE
Termin:	08. März 2018
Wochentag:	Donnerstag
Beginn:	16.00 Uhr
Ende:	„Speisesaal“ in der WfbM am Ringelberg
	18.30 Uhr
	„Speisesaal“ in der WfbM am Ringelberg
Preis:	7,50 Euro

## Wilde Wunder Kräuterwanderung



Auf unserer Wanderung erfahren wir viel Wissenswertes über einheimische, essbare Wild- und Heilpflanzen. Diese sammeln wir und bereiten einen leckeren Wildkräuterquark zu, den wir uns bei einem Picknick schmecken lassen. Nebenbei lauschen wir mystischen Geschichten über die Merkmale und Verwendung der einzelnen Pflanzen.

Kursleitung:	Frau Kugler & Frau Müller
Termin:	05. Mai 2018
Wochentag:	Samstag
Beginn:	09.30 Uhr
	„Netto Parkplatz“ am Ringelberg
Ende:	13.30 Uhr
	„Netto Parkplatz“ am Ringelberg
Preis:	20,00 Euro

## Sicher durch den Straßenverkehr



Ob auf dem Arbeitsweg oder in der Freizeit, mit dem Fahrrad oder zu Fuß – wir bewegen uns täglich im Straßenverkehr.

Um uns sicherer zu fühlen, lernen wir einige Vorfahrtsregeln, Gefahrenquellen zu erkennen, das Fahrrad verkehrssicher zu machen und Verkehrszeichen zu beachten.

Kursleitung:	Frau Müller & ein Mitarbeiter des ADFC Erfurt
Termine:	11. Juni 2018
	18. Juni 2018
Wochentag:	Montag
Beginn:	16.15 Uhr
	„Seniorentagesstätte“, Spittelgartenstraße. 2
Ende:	17.45 Uhr
	„Seniorentagesstätte“, Spittelgartenstraße 2
Preis:	10,00 Euro

## Funzelführung durch die Horchgänge der Zitadelle Petersberg



Im Schein der Taschenlampen erleben wir zu später Stunde eine außergewöhnliche Führung durch die geheimnisvollen Gänge der „Festung Petersberg“.

Kursleitung:	Frau Müller
Termin:	16. März 2018
Wochentag:	Freitag
Beginn:	16.30 Uhr - „Domplatz“, Erfurt
Ende:	19.00 Uhr - „Domplatz“, Erfurt
Preis:	10,00 Euro



## Liebe – Sex und andere Dinge



Wie ist das, wenn man verliebt ist? Möchte ich Sex? Wie geht das mit der Verhütung?

Eine Mitarbeiterin von „Pro Familia“ beantwortet all unsere Fragen: vom ersten Kribbeln beim Verliebtsein bis zum „Nein“-Sagen bei unangenehmen Berührungen.

Kursleitung:	Frau Kretschmer & Frau Müller
Termine:	20. Februar, 27. Februar, 06. März, 13. März 2018
Wochentag:	Dienstag
Beginn:	16.00 Uhr Beratungsraum – Hauptwerkstatt, Ringelberg
Ende:	17.30 Uhr Beratungsraum – Hauptwerkstatt, Ringelberg
Preis:	10,00 Euro

## Geld - „Führerschein“



Unsere bunte Konsumwelt ist wirklich verlockend. Selbst teure Dinge kann sich plötzlich jeder leisten, denn überall wird mit angeblich günstigen Krediten und Ratenkäufen geworben. Doch was bedeutet das eigentlich alles wirklich? Wir hinterfragen die Werbung und Angebote kritisch, lernen echte Bedürfnisse von spontanen Wünschen zu unterscheiden und mit unserem Geld hauszuhalten.

Kursleitung:	Frau Müller
Termine:	10. April 2018
	17. April 2018
Wochentag:	Dienstag
Beginn:	16.00 Uhr
	„Beratungsraum“, WfbM am Ringelberg
Ende:	17.30 Uhr
	„Beratungsraum“, WfbM am Ringelberg
Preis:	10,00 Euro

## Ausstellung – „Drei Haselnüsse für Aschenbrödel“



Winterzeit ist Märchenzeit!

Immer zur kalten Jahreszeit lädt das traumhafte „Schloss Moritzburg“ seine Besucher ein, am Drehort des Filmes „Drei Haselnüsse für Aschenbrödel“, den Zauber eines der schönsten Märchenfilme zu entdecken.

Kursleitung:	Frau Baus & Frau Müller
Termin:	17. Februar 2018
Wochentag:	Samstag
Beginn:	09.00 Uhr
	„Netto Parkplatz“, am Ringelberg
Ende:	18.00 Uhr
	„Netto Parkplatz“, am Ringelberg
Preis:	25,00 Euro ( Eintritt, Kaffee)

## Porzellanwelten Leuchtenburg



Die Leuchtenburg in Kahla – ein Ort zum Staunen.

Wir gehen auf Entdeckungsreise nach Asien, dem Ursprungsland des Porzellans, entdecken seltsame Gegenstände in einer Wunderkammer, wandeln durch barocke Räume des alten Europas und lernen einiges über modernes Porzellan.

Auf dem „Skywalk der Wünsche“ schreiben wir unsere Wünsche auf ein Stück Porzellan und werfen dieses dann laut polternd vom Steg aus in die Tiefe. Scherben bringen ja bekanntlich Glück!

Kursleitung:	Frau Linz & Frau Müller
Termin:	17. März 2018
Wochentag:	Samstag
Beginn:	13.00 Uhr - „Netto Parkplatz“, am Ringelberg
Ende:	17.30 Uhr - „Netto Parkplatz“, am Ringelberg
Preis:	25,00 Euro (Eintritt, Kaffee)

## Drachenschlucht



In der sagenumwobenen „Drachenschlucht“ bei Eisenach kommen Naturliebhaber auf ihre Kosten: tosendes Wasser unter unseren Füßen und Millionen glitzernde Wassertröpfchen an den bemoosten, fantastischen Felsformationen. All das und vieles mehr erleben wir auf unserem Spaziergang. Bei einem kleinen Picknick lassen wir die Eindrücke auf uns wirken.

Kursleitung:	Frau Hartung & Frau Müller
Termin:	09. Juni 2018
Wochentag:	Samstag
Beginn:	13.00 Uhr
	„Netto Parkplatz“, am Ringelberg
Ende:	18.00 Uhr
	„Netto Parkplatz“, am Ringelberg
Preis:	15,00 Euro (Fahrtkosten, Picknick)

## Kanutour auf der Unstrut



An die Paddel, fertig, los!

In „Henschleben“ beginnt unsere Kanutour und führt uns auf der „Unstrut“ entlang durch die wunderschöne Natur. An einem Anlegeplatz werden wir unseren Grill auspacken und uns ein wenig stärken, ehe es wieder zurückgeht. Viel Spaß!

Kursleitung:	Herr Knabe & Frau Müller
Termin:	10. Juni 2018
Wochentag:	Sonntag
Beginn:	09.00 Uhr
	„Netto Parkplatz“ am Ringelberg
Ende:	14.00 Uhr
	„Netto Parkplatz“ am Ringelberg
Preis:	20,00 Euro

## Lamawanderung im Hainich



Mit dem Lama an der Hand durchs Unstrut-Hainich-Wanderland  
Ein einmaliges Erlebnis wartet auf uns: Mit vier Lamas wandern wir durch den schönen „Hainich“. Hier erfahren wir ganz nebenbei Interessantes über die Tiere und stärken uns bei einem kleinen Picknick.

Kursleitung:	Herr Kuschmann & Frau Müller
Termin:	02. Juni 2018
Wochentag:	Samstag
Beginn:	13.00 Uhr
	„Netto Parkplatz“ am Ringelberg
Ende:	17.30 Uhr
	„Netto Parkplatz“ am Ringelberg
Preis:	15,00 Euro

## Musical – Tour – „Sissi“



Wir erleben „Sissi“ – ein Musical über eine der wohl bekanntesten Frauen Österreichs, die schon zu Lebzeiten zu einer Legende geworden war. Das Musical würdigt diese großartige Persönlichkeit, die als Elisabeth von Bayern geboren wurde und durch die romantische Liebesheirat mit Kaiser Franz Joseph von Österreich als „Kaiserin der Herzen“ in die Geschichte einging. Auf unserer Tour werden wir neben dem Musical auf einer Stadtrundfahrt durch „Leipzig“ die bekanntesten und beliebtesten Sehenswürdigkeiten der „Stadt der Linden“ sehen und erleben.

Kursleitung:	Frau Müller & und ein Mitarbeiter des CWE
Termin:	13. – 14. Februar 2018
Wochentag:	Dienstag - Mittwoch
Beginn:	09.00 Uhr - „Netto Parkplatz“ am Ringelberg
Ende:	17.00 Uhr - „Netto Parkplatz“ am Ringelberg
Preis:	145,00 Euro

## Tour - Heidelberg



Unsere Reise führt uns in die ehemalige kurpfälzische Residenzstadt „Heidelberg“. Mit der traditionsreichen Bergbahn geht es hinauf zum weltberühmten „Heidelberger Schloss“, dem Inbegriff deutscher Romantik. Nachdem wir die wunderschöne Aussicht von oben genossen haben, geht es wieder abwärts, direkt an Bord der „Weißen Flotte“. Auf einer Burgenfahrt durch das reizvolle Neckartal gibt es viel zu sehen. Auf Schusters Rappen werden wir das Naturwunder „Felsenmeer“ im „Laudertal“ bewandern, ehe wir, vollgepackt mit schönen Erinnerungen, die Heimreise antreten.

Kursleitung:	Frau Wolf & Frau Müller
Termin:	04. – 06. Juni 2018
Wochentag:	Montag - Mittwoch
Beginn:	08.00 Uhr - „Netto Parkplatz“ am Ringelberg
Ende:	18.00 Uhr - „Netto Parkplatz“ am Ringelberg
Preis:	180 Euro

## Special - Cross



Wir starten wieder zum „Special Cross Lauf“ in Neuhaus. Viele Läufer und Läuferinnen erleben kurz nach dem Start zum Rennsteiglauf-Marathon ihren ganz eigenen Lauf. Speziell organisiert führt die 3,7 km lange Strecke durch die Innenstadt von Neuhaus. Hier wird jeder angefeuert.

Kursleitung:	Frau Müller & ein Mitarbeiter des CWE
Termin:	26. Mai 2018
Wochentag:	Samstag
Beginn:	06.30 Uhr - „Netto Parkplatz“ am Ringelberg
Ende:	15.00 Uhr - „Netto Parkplatz“ am Ringelberg
Preis:	15,00 Euro

## Trampolinpark Erfurt



Für alle Springfreudigen:

Auf 50 mal 25 Meter Sprungfläche testen wir im „Trampolinpark Erfurt“, was mit den Sprunggeräten alles möglich ist. Hier kommt der Spaß bestimmt nicht zu kurz.

Kursleitung:	Herr Rudolph & Frau Müller
Termin:	09. April 2018
Wochentag:	Montag
Beginn:	15.30 Uhr – „Netto Parkplatz“ am Ringelberg
Ende:	18.00 Uhr – „Netto Parkplatz“ am Ringelberg
Preis:	15,00 Euro

## Basketballspiel der „Oettinger Rockets“



Die „Oettinger Rockets“ sind eine Basketballmannschaft der Basketball-Bundesliga.

In der „Messehalle Erfurt“ erleben wir ein Spiel der Mannschaft und feiern sie natürlich kräftig an.

Kursleitung:	Frau Müller
Termin:	06. Februar 2018
Wochentag:	Dienstag
Beginn:	18.00 Uhr - „Anger“, Erfurt
Ende:	21.00 Uhr - „Messe“, Erfurt
Preis:	gesponsert durch die „Oettinger Rockets“

## Bowling



Hier schiebt keiner eine ruhige Kugel.

Denn Bowling ist mehr, ist Bewegung, Spaß am Wetteifern zugleich.  
Wir verbringen einen sportlichen Nachmittag im „Bowling – Center“

Kursleitung:	Frau Müller
Termin:	06. Mai 2018
Wochentag:	Sonntag
Beginn:	15.30 Uhr
	„Vilnius – Bowlingcenter“, Mainzer Straße 36
Ende:	18.30 Uhr
	„Vilnius –Bowlingcenter“, Mainzer Straße 36
Preis:	10,00 Euro (Bahngebühr, Schuhe, ein Getränk)

# Neue Angebote zur Pflege und Betreuung!



- Sie sind pflegebedürftig und es fällt Ihnen schwer, Ihren Alltag alleine zu bewältigen?
- Sie können nur eingeschränkt am sozialen oder kulturellen Leben teilnehmen und wünschen sich eine Begleitung?
- Der Haushalt und das Einkaufen machen Ihnen Mühe, aber mit Unterstützung schaffen Sie noch einiges?

Wir unterstützen Sie und Ihre Angehörigen mit unseren neuen Angeboten zur Pflege und Betreuung!

## **Kontakt**

Ambulanter Pflegedienst  
„Christophorus Pflege Erfurt“  
Judith Schneider, Pflegedienstleitung  
Tel. 0361-78 98 02 348

Ambulanter Betreuungsdienst  
Gesine Velleuer  
Leiterin Betreuungsdienst  
Tel.: 0361 / 21001 550



Im Ambulanten Betreuungsdienst Erfurt/Gotha für Menschen mit vornehmlich geistiger Behinderung stehen künftig außerdem Steffi Wildner unter 0361 / 6005-4032 und Dorothea Kalmring unter 03621 / 702993 für Sie zur Verfügung.

**Gerne beraten wir Sie schon jetzt! Rufen Sie uns an!**

# Besondere Hinweise



- **Wie und wo gebe ich meine Anmeldung ab?**

Alle Anmeldungen erfolgen schriftlich.

Die Anmeldungen können abgegeben werden bei: allen Wohnheimleitern, allen Gruppenleiter/ innen in der WfbM, in den Tagesstätten, bei Frau Müller.

Sie können Ihre Anmeldung auch per Post, Fax oder per Mail schicken:

Freizeit und Bildung

Nadine Müller

Anger 66-72

99084 Erfurt

Tel.: 0171/7368382 | Fax: 0361 6005011

Email: nadine.mueller@christophoruswerk.de

- **Was passiert mit meiner Anmeldung?**

Entsprechend der Reihenfolge des Eingangs der Anmeldungen werden diese bestätigt oder abgesagt. Sie erhalten rechtzeitig eine schriftliche Benachrichtigung. Diese schriftliche Benachrichtigung ist die Bestätigung für die Teilnahme am Kurs, sowie der Rechnungsbeleg!

Die Teilnehmerzahl in den Kursen ist begrenzt. Bitte informieren Sie uns rechtzeitig, wenn Sie an einem Kurs nicht teilnehmen können, damit andere interessierte Teilnehmer noch kurzfristig nachrücken können.

- **Wann und wo bezahle ich meine Kursgebühren?**

Die Kursgebühren müssen nach Erhalt des Informationsbriefes, spätestens aber eine Woche vor Beginn der Veranstaltung bezahlt werden! Liegt in diesem Zeitraum keine Einzahlung vor, besteht kein Anspruch mehr auf eine Teilnahme.

Eine Rückzahlung der Kursgebühren ist nur im Krankheitsfall, unter Nachweis eines Krankenscheines möglich.

Einzahlstellen: Frau Fisch (Zweigwerkstatt, Leipziger Straße 71a), Frau Heinecke (Hauptwerkstatt, Walter-Gropius-Straße 1), Herr Bürger (Wohnen, Spittelgartenstr. 1), oder Frau Pehler (Tagesstätte, Allerheiligenstraße 8).

# Sonstiges



- Das neue Heft, mit den Kursen für die Monate August bis Dezember 2018 erscheint zum 1. Juli 2018.
  - Es gibt Veränderungen auf dem Anmeldeformular.  
Bitte füllen Sie das Anmeldeformular sorgfältig aus. Schreiben Sie Ihren Vor- und Familiennamen vollständig in das Anmeldeformular. Wenn Sie eine Telefonnummer haben, bitte geben Sie diese für notwendige Absprachen an.
  - Möchten Sie an einem Freizeitkurs teilnehmen, welcher auf einen Wochentag fällt, so planen Sie bitte hierfür einen Tag Urlaub.
  - Möchten Sie mit einer bestimmten Person einen Kurs besuchen, dann schreiben Sie bitte den Namen auf das Anmeldeformular.
  - Bitte beachten Sie, wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben und durch Erkrankung oder durch einen anderen nicht vorhersehbaren Grund am Kurs nicht teilnehmen können, dann informieren Sie uns rechtzeitig!
  - Es können von uns leider keine Fahrdienste vom Wohnort bzw. Arbeitsplatz zum Freizeitkurs organisiert werden.  
Nachfolgend finden Sie Telefonnummern von Fahrdiensten:  
**Behindertenfahrdienst Bernd Böttger      Telefon: 0174 9419588**  
**Johanniter Fahrdienst                              Telefon: 0361 77880 - 30**  
**Malteser Fahrdienst                                 Telefon: 0160 88 31 006**  
**Medi- Fahrzeug GmbH                              Telefon: 0361 746 47 48**
- Haben Sie Fragen zu den Freizeitaktivitäten oder zu den Fahrdiensten, bitte wenden Sie sich an Frau Müller,  
Handy: 0171 7368382.