



KATALOG ARBEITSBEGLEITENDER MAßNAHMEN

2025

**IN DEN
CARITASWERKSTÄTTEN
LANGENHORST
(ZWEIGWERK EMSDETTEN)**

Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,

es gehört zu den Aufgaben der Caritaswerkstätten Langenhorst, die Leistungs- und Erwerbsfähigkeit der Beschäftigten zu erhalten, zu entwickeln, zu erhöhen, wiederzugewinnen und dabei die Persönlichkeit des Einzelnen weiterzuentwickeln.

Hierzu werden arbeitsbegleitende und arbeitsergänzende Maßnahmen angeboten, die während der Arbeits- und Pausenzeit stattfinden.

Die Caritaswerkstätten Langenhorst haben das bereits bestehende Angebot an arbeitsbegleitenden Maßnahmen ergänzt und in dem hier vorliegenden Angebotskatalog zusammengefasst.

Jede/r Beschäftigte kann an einem Angebot seines Standortes, für das eine schriftliche Anmeldung erforderlich ist, teilnehmen. Die Anmeldung muss **(spätestens bis zum 31.01.2025)** schriftlich bei der Gruppenleitung erfolgen. Nutzen Sie dafür bitte den Vordruck im Anhang. Es sollte möglichst auch ein Zweitwunsch angegeben werden, falls dem Erstwunsch nicht entsprochen werden kann.

Bitte beachten Sie, dass für einzelne Angebote keine schriftliche Anmeldung erforderlich ist, sondern Informationen und Anmeldung über Aushang erfolgen.

Jörg Strecke
(Sozialdienst)
02572/958875-15

Inhaltsverzeichnis



Berufliche Bildung 5

1. Richtiges Bedienen eines Akkuschraubers 6
2. „Stolperfrei durch die Werkstatt“ 7
3. Fahrradreparatur – kleine Reparaturen selbst gemacht 8
4. Umgang mit dem Computer 9



Kognitives Lernen und Kulturtechniken 10

5. Gebärdenkurs für hörende Beschäftigte 11
6. Treffen mit gehörlosen Beschäftigten 12



Sport und Entspannung 13

7. „Nordic Walking“ 14
8. Training für die Teilnahme am Teekottenlauf (09. Mai 2025) 15
9. Phantasiereisen und Entspannungstechniken 16
10. Phantasiegeschichten anhand von Motivwürfeln erfinden und erzählen 17



Kreative Angebote 18

11. Gesellschaftsspiele Kennenlernen und erleben (zum Beispiel Doppelkopf oder Mau Mau oder Mensch ärgere dich nicht) 19
12. Kickern / Tischfußball 20



Sonstiges.....21

13. Selbstbestimmung, sexuelle Bildung und Prävention22

14. Männergruppe23



Berufliche Bildung24

15. Bildungstag für Beschäftigte auf einem
Außenarbeitsplatz25

16. Informationsveranstaltung „Arbeit außerhalb der
Werkstatt“26



Rehabilitationssport27

17. Rehabilitationssport28

18. Fußball (1. und 2. Mannschaft).....29



Angebote im Jahresverlauf.....30

Anmeldung31



BERUFLICHE BILDUNG



1. Richtiges Bedienen eines Akkuschraubers

Inhalt / Lernziele:

- Bezeichnungen und Bestandteile nennen können
- Akku wechseln können
- Verschiedene Schrauber-Bits unterscheiden können

Kursleitung: Thomas Riedel

Zeitpunkt: donnerstags, 12:30 Uhr – 13:30 Uhr
ab Februar 2025

Angebotsdauer: 5 Treffen

Ort / Raum: Schreinerei Emsdetten

Teilnehmerzahl: mindestens 3 Beschäftigte und
maximal 5 Beschäftigte

Bemerkung / Voraussetzung:

Freude an handwerklichen Arbeiten
Freude an Handwerksmaschinen



2. „Stolperfrei durch die Werkstatt“

Inhalt / Lernziele:

- Arbeitssicherheit: Stolpern, Rutschen, Stürzen
- Gefahren erkennen und beseitigen
- Gefahren melden und vermeiden

Kursleitung: Jürgen Oeljeklaus

Zeitpunkt: montags, 12:30 Uhr – 13:00 Uhr
ab Februar 2025

Angebotsdauer: 3 bis 4 Treffen

Ort / Raum: Schlosserei Emsdetten

Teilnehmerzahl: 3 bis 4 Beschäftigte

Bemerkung / Voraussetzung:

Eigenständig mobil sein



3. Fahrradreparatur – kleine Reparaturen selbst gemacht

Inhalt / Lernziele:

- Kleine Fahrradreparaturen selbst ausführen
- Fahrrad verkehrssicher halten

Kursleitung: Ralf Jussen

Zeitpunkt: donnerstags, 13:00 Uhr – 14:00 Uhr
ab Mai 2025

Angebotsdauer: 4 Treffen

Ort / Raum: Außenbereich der Werkstatt /
Fahrradständer

Teilnehmerzahl: 4 bis 6 Beschäftigte

Bemerkung / Voraussetzung:

Ein eigenes Fahrrad sollte vorhanden sein.



4. Umgang mit dem Computer

Inhalt / Lernziele:

- Du kannst lernen, wie man ein Computer nutzt
- Du kannst Programme für den Computer kennenlernen
- Du kannst lernen, wie man einen Brief schreibt

Kursleitung: Jens Milo

Zeitpunkt: montags, 12:30 Uhr – 13:30 Uhr
ab März 2025

Angebotsdauer: 5 Treffen

Ort / Raum: Medikamentenraum

Teilnehmerzahl: 4 bis 6 Beschäftigte

Bemerkung / Voraussetzung:

Es können Anfänger und Fortgeschrittene mitmachen.



KOGNITIVES LERNEN UND KULTUR- TECHNIKEN



5. Gebärdenkurs für hörende Beschäftigte

Inhalt / Lernziele:

- Das Fingeralphabet kennenlernen
- Gebärdennamen zusammen überlegen und einüben
- Erlernen von einfachen Gebärden

Kursleitung: Ingrid Korte

Zeitpunkt: montags, 12:30 Uhr – 13:30 Uhr
Frühjahr 2025

Angebotsdauer: 6 Treffen

Ort / Raum: Besprechungsraum

Teilnehmerzahl: 4 bis 6 Beschäftigte

Bemerkung / Voraussetzung:

Interesse an Gebärdensprache haben.

Sich mit gehörlosen Beschäftigten unterhalten wollen.



6. Treffen mit gehörlosen Beschäftigten

Inhalt / Lernziele:

- Sich untereinander besser kennenlernen und verstehen lernen
- Werkstattthemen ansprechen und besprechen

Kursleitung: Jörg Strecke

Zeitpunkt: donnerstags, 12:30 Uhr – 13:30 Uhr
ab September 2025

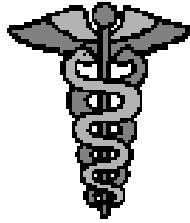
Angebotsdauer: 6 Treffen

Ort / Raum: Besprechungsraum

Teilnehmerzahl: 4 bis 6 Beschäftigte

Bemerkung / Voraussetzung:

Man sollte gehörlos oder schwerhörig für dieses Angebot sein.



SPORT UND ENTSPANNUNG



7. „Nordic Walking“

Inhalt / Lernziele:

- Richtiger Umgang mit Walking-Stöcken
- Herz-Kreislauf-Anregung
- Fitness/Ausdauer

Kursleitung: Anne Gövert

Zeitpunkt: dienstags, 12:30 Uhr – 13:30 Uhr
April/Mai; September/Oktober

Angebotsdauer: über mehrere Wochen
Start: im Frühjahr 2025
Start: im Herbst 2025

Ort / Raum: Wege in der Umgebung/Turnhalle

Teilnehmerzahl: 4 bis 6 Beschäftigte

Bemerkung / Voraussetzung:

Man sollte eigenständig mobil sein. Turnschuhe und passende Kleidung sollten mitgebracht werden.



8. Training für die Teilnahme am Teekottenlauf (09. Mai 2025)

Inhalt / Lernziele:

- Sportliche Herausforderung
- Steigerung der Kondition
- Mit vielen Emsdettenern und Emsdettenerinnen zusammen Laufen

Kursleitung: Michael Brinkmann

Zeitpunkt: mittwochs, 13:00 Uhr – 14:00 Uhr
ab März 2025

Angebotsdauer: mehrere Treffen

Ort / Raum: Außenbereich um die Werkstatt
Emsdetten

Teilnehmerzahl: offenes Angebot

Bemerkung / Voraussetzung:

Turnschuhe und passende Kleidung ist Voraussetzung.



9. Phantasiereisen und Entspannungstechniken

Inhalt / Lernziele:

- Möglichkeiten der kurzfristigen Entspannung
- Stressbewältigung

Kursleitung: Stefanie Riddering

Zeitpunkt: dienstags, 10:30 Uhr
ab September 2025

Angebotsdauer: 6 Treffen

Ort / Raum: Besprechungsraum Werk Emsdetten

Teilnehmerzahl: maximal 6 Beschäftigte

Bemerkung / Voraussetzung:

Keine Voraussetzungen nötig/einfach mitmachen und dabei sein hörend



10. Phantasiegeschichten anhand von Motivwürfeln erfinden und erzählen

Inhalt / Lernziele:

- Fantasie anregen
- Freies Erzählen üben
- Selbstbewusstsein stärken
- Gedächtnistraining

Kursleitung: Stefan Raue

Zeitpunkt: mittwochs, 15:30 Uhr – 16:15 Uhr
ab April 2025

Angebotsdauer: 6 Treffen

Ort / Raum: Besprechungsraum Werk Emsdetten
Verwaltung

Teilnehmerzahl: 4 bis 6 Beschäftigte

Bemerkung / Voraussetzung:
Beherrschen der Lautsprache



KREATIVE ANGEBOTE



11. Gesellschaftsspiele Kennenlernen und erleben (zum Beispiel Doppelkopf oder Mau Mau oder Mensch ärgere dich nicht)

Inhalt / Lernziele:

- „Gewinnen und Verlieren“ lernen
- Punkte zählen und zusammenrechnen
- Mit anderen Beschäftigten kommunizieren

Kursleitung: Dirk Schultealbert
Ralf Jussen

Zeitpunkt: dienstags und donnerstags
12:30 Uhr – 13:15 Uhr
ab April 2025

Angebotsdauer: 8 Treffen 2025

Ort / Raum: Speisesaal

Teilnehmerzahl: 8 Beschäftigte

Bemerkung / Voraussetzung:



12. Kickern / Tischfußball

Inhalt / Lernziele:

- Teamfähigkeit
- Auge-Handkoordination

Kursleitung: Johanna Dudenhausen

Zeitpunkt: In der Mittagspause

Angebotsdauer: Bei Interesse und Nachfrage

Ort / Raum: Bei den Kickern (drinnen und draußen)

Teilnehmerzahl: offenes Angebot

Bemerkung / Voraussetzung:

Spaß am Kickern



SONSTIGES



13. Selbstbestimmung, sexuelle Bildung und Prävention

Inhalt:

Wir wollen mit Ihnen zu dem Thema Selbstbestimmung, sexuelle Bildung und Prävention ins Gespräch kommen.

Was sind meine Rechte? Wie gehen wir miteinander um? Was ist Sexualität? Was ist Gewalt? Was ist das Institutionelle Schutzkonzept? Wie bekomme ich Hilfe?

Kursleitung: wird noch bekannt gegeben

Zeitpunkt: wird noch bekannt gegeben

Angebotsdauer: 2 Treffen je 3 Stunden

Ort / Raum: wird noch bekannt gegeben

Teilnehmerzahl: max. 12 Personen

Bemerkung / Voraussetzung:



14. Männergruppe

Inhalt / Lernziele:

Im „Männertreff“ bekommen Beschäftigte den Raum, sich über Gefühle, Bedürfnisse, Partnerschaften und andere Themen auszutauschen.

- Kommunikation verbessern
- Selbstbewusstsein stärken
- Beobachtungsfähigkeit üben
- Stärkung von Empathie

Kursleitung: Timo Krasemann

Zeitpunkt: wird noch bekannt gegeben

Angebotsdauer: 6 Treffen

Ort / Raum: Turnhalle

Teilnehmerzahl: 6 Personen

Bemerkung / Voraussetzung:

Nur für Männer



BERUFLICHE BILDUNG



15. Bildungstag für Beschäftigte auf einem Außenarbeitsplatz

Inhalt / Lernziele:

Das Angebot richtet sich an Außenarbeitsplatzinhaber.

- Erfahrungsaustausch
- Besichtigung eines exemplarischen Außenarbeitsplatzes
- Durchführung von Lerneinheiten zur persönlichen und/oder fachlichen Bildung

Kursleitung: Anita Conen-Thien,
Jürgen Oeljeklaus

Zeitpunkt: wird noch bekannt gegeben

Angebotsdauer: ganztägig

Ort / Raum: außerhalb der Werkstatt

Teilnehmerzahl: ca. 12 bis 15 Personen

Bemerkung / Voraussetzung:

Eingeladen sind alle Beschäftigten der Zweigwerke Steinfurt und Emsdetten, die einen Außenarbeitsplatz haben.



16. Informationsveranstaltung „Arbeit außerhalb der Werkstatt“

Inhalt / Lernziele:

Unverbindliche Informationen zu den Themen:

- Was ist der allgemeine Arbeitsmarkt?
- Wie funktioniert ein Praktikum außerhalb der Werkstatt?
- Was ist ein Außenarbeitsplatz?
- Wie gelingt ein Übergang in eine sozialversicherungspflichtige Beschäftigung?

Kursleitung: Anita Conen-Thien, Jürgen Oeljeklaus
(evtl. Beteiligung des Integrationsfachdienstes sowie Außenarbeitsplatzinhaber)

Zeitpunkt: wird noch bekannt gegeben

Angebotsdauer: 1,5 Stunden

Ort / Raum: Besprechungsraum Zweigwerk
Steinfurt/Emsdetten

Teilnehmerzahl: beliebig

Bemerkung / Voraussetzung:

Bei Bedarf und regem Interesse findet ein 2. Termin statt.



REHABILITATIONS- SPORT

Die Behindertensportabteilung der Caritaswerkstätten Langenhorst bietet verschiedene Rehabilitationssportarten an, u.a. Lauftraining, Walken, Bewegungsförderung, Bewegungsspiele, Ballsport, Gymnastik, Fußball.

Damit Beschäftigte an den folgenden Angeboten teilnehmen können, benötigen die Caritaswerkstätten Langenhorst eine gültige Verordnung für den Rehabilitationssport durch den Hausarzt.

Einen entsprechenden Vordruck erhalten Sie in der Verwaltung Ochtrup. Hierbei steht Ihnen für weitere Informationen oder Fragen Frau Rengers unter der Telefonnummer 02553/925-103 zur Verfügung.



17. Rehabilitationssport

Inhalt / Lernziele:

- Spaß an der Bewegung
- Körperwahrnehmung
- Gleichgewichtsübungen und Bewegungsspiele
- Bewegung in der Gruppe
- Vitalität

Kursdurchführung: Elena Herber

Zeitpunkt: mittwochs ab 10:00 Uhr

Angebotsdauer: durchgehende Angebote, geschlossene Gruppen je nach Interessenslage

Ort / Raum: Turnhalle

Teilnehmerzahl: unterschiedlich

Bemerkung / Voraussetzung:

Für das Sportangebot ist die Vorlage einer gültigen Verordnung für Rehabilitationssport durch den Hausarzt erforderlich.
Den Vordruck der Sportverordnung erhalten Sie in der Verwaltung.



18. Fußball (1. und 2. Mannschaft)

Inhalt / Lernziele:

- Training der 1. und 2. Mannschaft der Caritaswerkstatt Langenhorst
- Teilnahme an Turnieren der Regionalliga 2 des Behinderten- und Rehabilitationssportverbandes Nordrhein-Westfalen e.V. (jeweils am Wochenende)
- Gleichgewichtsübungen und Bewegungsspiele

Trainer:in: Michael Brinkmann, Anne Gövert

Zeitpunkt: freitags, 11:30 Uhr – 13:15 Uhr
(14-tägig)
abwechselnd Training der 1. und 2. Mannschaft

Angebotsdauer: das ganze Jahr, feste Gruppen

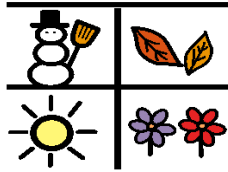
Ort / Raum: Turnhalle / Sportplatz Langenhorst /
Stadion Steinfurt

Teilnehmerzahl: 25 Personen

Bemerkung / Voraussetzung:

Für das Sportangebot ist die Vorlage einer gültigen Verordnung für Rehabilitationssport durch den Hausarzt erforderlich.

Den Vordruck der Sportverordnung erhalten Sie in der Verwaltung.



ANGEBOTE IM JAHRESVERLAUF

- Karnevalsfeier (Altweiberfastnacht)
- Jahresabschlussfeier
- Nikolausfeier
- Jährlicher Angebotskatalog über Erholungsmaßnahmen
- Würdigung persönlicher Anlässe (Ereignisse), Jubiläen, Lehrgangsabschlüsse, etc.

ANMELDUNG

(Vorname und Nachname)

(Arbeitsgruppe)

(Unterschrift / ggf. gesetzl. Betreuer)

Hiermit melde ich mich für folgendes arbeitsbegleitendes
Angebot an:

Erstwunsch: _____ Nummer: _____

Falls es für dieses Angebot mehr Interessenten als Plätze geben
sollte, würde ich mich auch für folgendes Angebot interessieren:

Zweitwunsch: _____ Nummer: _____



ANMELDESCHLUSS IST DER 31. JANUAR 2025

