



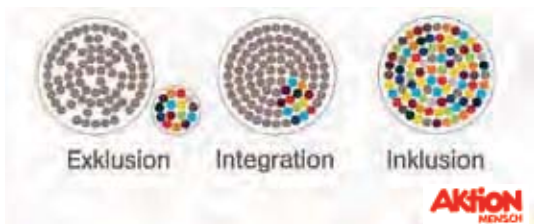
Offene Hilfen der Lebenshilfe für  
Menschen mit geistiger Behinderung  
Region Schwetzingen-Hockenheim e.V.

Ansprechpartnerin: Sandra Weis  
s.weis@lebenshilfe-schwetzingen.de  
Käthe-Kollwitz-Straße 26, 68723 Oftersheim  
Telefon 06202 9784818, Fax 06202 9784819

### „Mit meinen Augen ...“ – Ein Kunstkurs und Malkurs

Zum Malen braucht man Fantasie.  
Dafür gibt es im Kurs Musik.  
Und eine entspannte Umgebung.  
Das ist für die Fantasie.  
Auch eine große Leinwand oder ein großes Papier  
sind gut für die Fantasie.  
Darauf kann man viele Sachen ausprobieren.  
Termine: 8 mal montags, 13. Februar, 20. Februar,  
6. März, 13. März, 20. März, 27. März,  
3. April, 24. April 2017  
Beginn: 18 Uhr  
Ende: 19 Uhr 30  
Ort: Wohnhaus der Lebenshilfe, Bismarckstr. 34,  
68723 Schwetzingen  
Kosten für den Kurs: 47 Euro  
Kosten für das Material: 6 Euro  
Bitte bringen Sie dieses Geld zum Kurs mit.  
6 bis 10 Leute können teilnehmen.  
Sie müssen sich bis zum 6. Februar bei den Offenen  
Hilfen anmelden.  
Telefon 06202 9784814

### Inklusive Kurse



Die inklusiven Kurse sind für Menschen mit und ohne  
Behinderung. Menschen mit Behinderung können  
in Begleitung einer Betreuungsperson an diesem  
Kursangebot teilnehmen. Die Betreuungsperson ist  
kostenfrei.

#### Lach-Yoga

##### Theorie und Praxis des Humors

Lachen tut uns gut. Lachen hilft uns, wenn wir traurig  
sind. Lachen hilft, wenn wir Sorgen haben. Deshalb  
soll man öfters lachen. Florentina Ionescu zeigt  
Ihnen, wie das geht.

Termin: Freitag, 31. März 2017

Beginn: 18 Uhr 30

Ende: 21 Uhr 30

Ort: Volks-Hoch-Schule, Mannheimer Str. 29,

68723 Schwetzingen

Kosten für den Kurs: 20 Euro

6 bis 12 Leute können teilnehmen.

Sie müssen sich bis zum 28. März bei der Volks-Hoch-  
Schule anmelden.

Telefon 06202 2095-0

10711

Florentina Ionescu, M.A.



### Muttertagsgeschenke

#### Die pfiffige Kreativwerkstatt für Kinder von 7-10 Jahren

Wir gestalten liebevolle, kleine und persönliche  
Muttertagsgeschenke. Wir gestalten einen Türkranz  
mit Herzlogo sowie ein Schmuckstück (Armband,  
Kette, Ohrhänger oder Schlüsselanhänger). Wer  
möchte, kann das Ganze gleich auch als Geschenk  
einpacken. Beim Gestalten könnt ihr eurer Fantasie  
freien Lauf lassen.

Termin: Freitag, 5. Mai 2017

Beginn: 15 Uhr

Ende: 18 Uhr

Ort: Volks-Hoch-Schule, Mannheimer Str. 29,  
68723 Schwetzingen

Kosten für den Kurs: 12 Euro

Material zum Basteln: 5 Euro

6-10 Kinder können teilnehmen.

Melden Sie bitte Ihr Kind bis zum 2. Mai bei der  
Volks-Hoch-Schule an.

Telefon 06202 2095-0

21213

Nadine Münch

### Kosmetik selbst herstellen

#### für Mädchen von 10-14 Jahren

Heute stellen wir verschiedene Kosmetik-Basics selbst  
her. Einen Lippenbalsam, einen Badeschaum, eine  
Badekugel und Seifen. Farben, Formen und Duft

können selbst gewählt werden.  
 Bitte mitbringen: 1 leeres Marmeladenglas mit Deckel  
 Termin: Samstag, 18. März 2017  
 Beginn: 10 Uhr  
 Ende: 13 Uhr  
 Ort: Volks-Hoch-Schule, Mannheimer Str. 29,  
 68723 Schwetzingen  
 Kosten für den Kurs: 17 Euro (incl. Material)  
 8 bis 12 Mädchen können teilnehmen.  
 Bitte melden Sie Ihre Tochter bis zum 13. März bei  
 der Volks-Hoch-Schule an.  
 Telefon 06202 2095-0

30001  
 Nadine Münch

### Yoga mit Singen, Lachen und Tanzen

Dieser Kurs ist auch für Menschen, die Probleme mit dem Körper haben. Zum Beispiel eine Körper-Behinderung.  
 Yoga: Das sind Übungen, die dabei helfen, dass man sich gut in seinem Körper fühlt. Yoga kann jeder machen.  
 In diesem Kurs geht es darum: Regina zeigt Ihnen Yogaübungen. Dabei kann man singen und lachen. Man kann auch tanzen. Alles ist gut für die Gesundheit. Das Tanzen macht gute Laune. Da lacht man viel. Das ist gut für die Entspannung und geht leicht.

Sie brauchen für den Kurs Kleidung, in der Sie sich gut bewegen können. Zum Beispiel Sport-Hosen.  
 Kosten für den Kurs: 60 Euro  
 6 bis 10 Leute können teilnehmen.  
 Kurs 1

Termine: 8 mal montags, 20. Februar, 06. März, 13. März, 20. März, 27. März, 03. April, 24. April, 08. Mai 2017

Beginn: 19 Uhr 30

Ende: 21 Uhr

Ort: Kurt-Waibel-Schule, Eingang Grenzhöfer Straße bei der Nordstadt-Halle, Sudetenring 8, 68723 Schwetzingen

Sie müssen sich spätestens bis zum 15. Februar bei der Volks-Hoch-Schule anmelden. Telefon 06202 2095-0

30129

Regina Oni-Weber, alias Clown Schocko

Kurs 2

Termine: 8 mal montags, 15. Mai, 22. Mai, 29. Mai, 19. Juni, 26. Juni, 03. Juli, 10. Juli und 17. Juli 2017

Beginn: 19 Uhr 30

Ende: 21 Uhr

Ort: Kurt-Waibel-Schule, Eingang Grenzhöfer Straße bei der Nordstadt-Halle, Sudetenring 8, 68723 Schwetzingen

Sie müssen sich spätestens bis zum 10. Mai bei der Volks-Hoch-Schule anmelden. Telefon 06202 2095-0 30130

Regina Oni-Weber, alias Clown Schocko

## JUNGE VHS

### Für Grundschul Kinder

#### Nein, das will ich nicht!

Präventionstraining gegen sexuelle Belästigung für Mädchen von 7-9 Jahren

In Kooperation mit dem Kinderschutzbund Hockenheim e.V. Durch die Stärkung eines positiven Selbstbildes, Erkennen von Gefahrensituationen und Übung konkreter Abwehrmechanismen auch in alltäglichen Situationen wird sexueller Belästigung entgegengewirkt. Die Mädchen trainieren schnell Hilfe zu holen und üben in Rollenspielen Verhaltensweisen ein, die stärken und Spaß machen, jedoch im Ernstfall brauchbare Hilfen sind. Themen sind: Wie kann ich meine Stärke spüren und „unflätigem Verhalten“ entgegentreten?, Wie gehe ich in der Schule oder unterwegs mit mädchenfeindlichen (sexistischen) Bemerkungen von Jungs um?, Was ist, wenn mich auf dem Schulweg ein Fremder anquatscht?, Wo sind auf meinen Wegen Notinseln?, Wen und wie kann ich wirksam um Hilfe bitten?  
 Am ersten Termin sollte ein Elternteil anwesend sein.

10603

Heide Graze, Dipl.-Soz.-Pädagogin (FH), Systemische Beraterin

8 - 12 Teilnehmer/innen • Schwetzingen, Volkshochschule

• 4 x donnerstags, ab 16.02.17, 14.00-15.30 Uhr • 8 UStd.

• 34,- EUR incl. Schnellhefter und Kopien • Ermäßigte Gebühr für Geschwister: 26,- EUR • Anmeldung bis 13. Februar

#### Zu Gast in der Steinzeit

für Kinder von 6-10 Jahren in den Pfingstferien



Herzlich willkommen in der Welt der Steinzeitmenschen. Wie haben die Menschen damals gelebt? Wie sah ein Tag im ihrem Leben aus, was aßen sie und welche Werkzeuge benutzten sie? Kannten sie schon Sprache und Kunst? Wir können an einem Spielenachmittag die verschiedenen Bereiche dieser frühen Welt erkunden und viel über den Alltag der Menschen von damals lernen.

11501

Diana Liesegang, M.A.

6 - 10 Teilnehmer/innen • Schwetzingen, Volkshochschule

• Mittwoch, 07.06.17, 10.00-12.00 Uhr • 3 UStd. • 15,- EUR incl. Materialkosten • Anmeldung bis 02. Juni

#### Kinderspaß im Mittelalter

für Kinder von 6-10 Jahren in den Pfingstferien



Was haben die Kinder von heute und die Kinder des Mittelalters gemeinsam? Gingen sie zur Schule und was war ihr Lieblingsbuch oder -spiel? Was aßen und tranken sie und mussten sie sich auch die Zähne putzen? Hatten sie auch Ferien und was für eine