

\*Kostenpflichtige Veranstaltungen,  
Vor Anmeldung erforderlich.

Die Veranstaltungen des Mittwochstreffs  
und der Begegnungsstätte "*Miteinander*"  
der Staßfurter URANIA  
sind offen für alle und kostenfrei.

Weitere aktuelle Veranstaltungen entnehmen  
Sie bitte der Tagespresse.

Änderungen vorbehalten.



**Staßfurter  
URANIA e.V.**



Durch das Kultusministerium des Landes Sachsen-Anhalt  
als förderfähig anerkannte  
Einrichtung der Erwachsenenbildung



Prinzenberg 18  
**39418 Staßfurt**

Telefon / Fax: +49 (0) 3925 - 624295 oder 621753  
E-Mail: [info@stassfurter-urania.de](mailto:info@stassfurter-urania.de)  
[www.stassfurter-urania.de](http://www.stassfurter-urania.de)

---

**Veranstaltungskalender  
Oktober 2011**

**OFFEN FÜR ALLE**

## Veranstaltungen zum 20. Gründungsjubiläum des Staßfurter URANIA e.V.

### Tag der Gesundheit und Geschichte

11. Oktober 2011, 15.00 Uhr bis 20.00 Uhr

Leopold-Apotheke Staßfurt, Renate Teuber

- Vorstellung naturheilkundlicher Medikamente
- Möglichkeiten der Blutdruckkontrolle, Blutzuckermessungen und weitere medizinische Untersuchungen

Orthopädienschuhmachermeister Bernd Janisch

- Angebot von Fußbettmessungen und anderen fußgerechten Untersuchungen
- Vorstellung von modernem und fußgerechtem Schuhwerk

Kosmetikstudio Richter, Angelika Richter

- Pflegetipps für gesunde, natürliche Nägel
- Vorführung entsprechender Tätigkeiten und Produkte



Hörgeräte – Hörfreude, Kerstin Michelmann

- Angebote von Hörtests
- Wissenswertes um gutes Hören

„Das Gute Buch“, Heike Kamrad

- Vorstellung eines vielfältigen Angebotes an Gesundheitsliteratur u. a.

Bäcker Winkel, Neundorf

- Vorstellung und Verkostung gesunder Backwaren

Bärbel Anders

- offeriert pikante und schmackhafte Gesundheitsdrinks



15.00 -17.00 Uhr „Stadtgeschichte“, Vortrag von Heinz Czerwienski

ab 18.00 Uhr

- Schnupperkurs Stepp-Aerobik mit Dr. Margit Kietz
- Die neue Rückenschule mit Günter Tappenbeck



## Angebote der Begegnungsstätte "Miteinander"



Mi. 12.10.2011, 09.30 Uhr

### „Egal geht nicht – Projekttag zum couragierten Handeln gegen menschenverachtendes Denken und rechte Einstellung“

Eine Kooperationsveranstaltung der Staßfurter Urania  
und der Landeszentrale für politische Bildung mit Referenten der  
Landesvereinigung kulturelle Kinder- und Jugendbildung e.V., Magdeburg



Do. 13.10.2011, 10.00 bis 15.00 Uhr

### Interkultureller Tag der Staßfurter Urania mit dem BBRZ Rathmannsdorf

Vortrag und Gesprächsrunde mit Katrin Stapel



Gefördert im Rahmen des Bundesprogramms  
„TOLERANZ FÖRDERN – KOMPETENZ STÄRKEN“.



## Angebote des Mittwochstreffs für den Monat Oktober 2011

Mittwoch, 05.10.2011,  
15.00 Uhr

### Gesund kochen

Vortrag und Gesprächsrunde mit  
Bernd Fügner



Mittwoch, 19.10.2011,  
15.00 Uhr

### Schüßler Salze

Kleine Hausapotheke  
Vortrag und Gesprächsrunde mit  
Martina Erdmann

# JUGEND- PFLEGE

Mittwoch, 26.10.2011,  
15.00 Uhr

### Offene Kinder- und Jugendarbeit der Stadt Staßfurt

Vortrag und Gesprächsrunde mit  
Nicole Netwall  
der Stadtjugendpflegerin  
der Stadt Staßfurt

## Tag der Wissenschaften 12. Oktober 2011, ab 9.00 Uhr

Fit für die Erziehung – Kinder brauchen Vertrauen

Thema: „Zusammenhang von frühkindlichen Bindungen und der  
Entwicklung der Heranwachsenden“

Schwerpunkte:

- Theoretische Positionen zur Bindungstheorie
- Darstellung eines praktischen Beispiels



### Interkultureller Tag

13. Oktober 2011, 10.00 Uhr bis 15.00 Uhr

ab 10.00 Uhr

Jugendliche und Lehrer des BBRZ Rathmannsdorf und Migranten und  
Mitarbeiter des Staßfurter URANIA e.V. treffen sich in der  
Begegnungsstätte „Miteinander“.

- Vorbereitung der kulinarischen „Tafel der Kulturen“
- Gesprächsrunde mit der Integrationskoordinatorin,  
Martina Plath und
- Gesprächsrunde mit der „Sprechenden Bibliothek“
- Eröffnung der „Tafel der Kulturen“

ab 13.00 Uhr

- Vorstellung der Trommlergruppe MIEMA
- Gesprächsrunde mit dem Ausländerbeauftragten,  
Jaime Don Antonio
- „Leinwand der Vielfalt“



## Tag der Kultur

14. Oktober 2011, 15.00 Uhr bis 18.00 Uhr



Bücherkiste  
Dr. Ruth Eberlein  
vielfältige Literatur zum Tag der Kultur

Kommunikationszentrum „Laura“  
Ausstellung

Schriftsteller H.-W. Winkelmann  
Überblick seiner bisherigen Veröffentlichungen  
Lyrik

15.00 Uhr HÖRFREUDE  
Optimal hören für jedermann  
Kerstin Michelmann  
Die Bedeutung des Hörens beim Reisen

16.00 Uhr KRS Kultur- und Reiseservice  
Dr. Thomas Eberlein  
Reisen und Bilden – interessante Reiseziele

17.00 Uhr Musik und Linedance  
mit dem Frauenchor Staßfurt  
und Gästen



## Bewerbungstraining

Inhalte:

- Anfertigen einer professionellen Bewerbungsmappe
- Vorbereitung auf das Vorstellungsgespräch
- Bewertung von Arbeitszeugnissen
- Lesen von Inseraten und Erstellen eigener Stellenanzeigen



## Angst vor der neuen Rechtschreibung?

In einem kostenlosen Kurs machen wir Sie fit für die Neuregelungen:

- Kommasetzung
- Groß- und Kleinschreibung
- Schreibung von Fremdwörtern u.a.

## Angekommen in Deutschland?

- Sprachtraining für Zuwanderer
- Bewerbungstraining für Zuwanderer
- Vorbereitung auf den Einbürgerungstest



## Staßfurt und Bergbau



Die Vortragsreihe bietet Ihnen interessante und abwechslungsreiche Veranstaltungen zum Thema Bergbau in der Region.

Jeden dritten Mittwoch im Monat von 16.00 bis 18.00 Uhr finden die Sprechzeiten des **Ausländerbeauftragten im SLK** statt.

## Sprachkurse

### **\*Englisch- und Russischclub**

Für alle, die gern in der Gruppe, eigenständig und mit Partnern ihre Englisch- bzw. Russischkenntnisse festigen und erweitern wollen, bietet der Staßfurter URANIA e.V. das Lernen in Gesprächsgruppen an.

Englischclub: dienstags 14.30 - 15.00 Uhr

Russischclub: donnerstags 15.30 - 16.30 Uhr

### **\*Spanisch- und Englischkurse für Erwachsene**

Für Anfänger und Fortgeschrittene werden Sprachkurse angeboten, in denen die Teilnehmer einen umfangreichen Wortschatz erwerben, die Grammatik erlernen bzw. erweitern und in die Lage versetzt werden, sich zu verständigen und Gespräche zu führen.

### **\* Englisch für Senioren**

Lernen und erweitern Vormittagsstunden Ihre in einem Anfänger- oder



Sie in den Sprachkenntnisse in Aufbaukurs.

Der Kurs ist:

- auf die Bedürfnisse von älteren Kursteilnehmern ausgerichtet
- nützlich als Vorbereitung für den Auslandsurlaub.

mittwochs, 10.00 Uhr

## **World Wide Web**

**Hurra! Ich bin im Internet**  
Internetkurs für Senioren mit dem Dozenten Gunnar Müller

Dieser Kurs ist für alle, die eine erste Bekanntschaft mit dem Internet schließen möchten. Zum Einstieg wird auf Fragen eingegangen wie:

- Was verbirgt sich hinter den Worten Internet und World Wide Web?
- Wie gelangt man ins Internet (Zugangsmöglichkeiten)?
- Wie sendet und empfängt man eine E-Mail?
- Wie können Informationen im Internet gesucht und gefunden werden? u.a.

donnerstags, 19.00 Uhr

### **Grundkurs des Glaubens Emmaus-Kurs**



06.10.2011

Wir brauchen Gott in unserem Leben, gute Gründe.  
Gesprächsrunde mit Marina Mönnich

13.10.2011

Jesus von Nazareth. Leben, Leiden und Sterben.  
Gesprächsrunde mit Christine Reizig

20.10.2011

Wie der Stein ins Rollen kam. Jesus ist auferstanden!  
Gesprächsrunde mit Christfried Kulosa

27.10.2011

Wegweiser durch die Zeiten. Der heilige Geist.  
Gesprächsrunde mit Marina Mönnich

Donnerstag, 17.00 Uhr

Staßfurt und Bergbau


27.10.2011



**Die Seilbahnen im Staßfurter Bergbau**  
Vortrag mit Gerhard Meyer und Dieter Schulze

## **\*Computerkurse**

Der **PC-Anwenderkurs** ist für Teilnehmer aller Altersgruppen geeignet, die noch keine Kenntnisse am PC haben und der **PC-Aufbaukurs** ist für Teilnehmer konzipiert, die den PC-Anwenderkurs absolviert haben und ihre Kenntnisse festigen und erweitern wollen.

Der **Excelkurs**  erfordert von den Teilnehmern Vorkenntnisse im Umgang mit dem PC.

### **\* Power Point**

In diesem Kurs geht es um die Erarbeitung und Präsentation von Vorträgen und Referaten mit Hilfe von Folien für vielfältige Anwendungen.

### **\*Digitale Bildbearbeitung**

Lernen Sie in diesem Kurs alles über Grundlagen digitaler Bilder, Farbkorrekturen, Qualitätskorrektur von digitalen Bildern für unterschiedliche Medien, Grundlagen der Farbseparation, Einfache Retusche- und Montagearbeiten, sowie Druckvorbereitung und Druck.

### **\*Coral Draw - Zeichnen und Layouten wie die Profis**

Mit Corel Draw setzen Sie Ihre kreativen Ideen in Vektorgrafiken um. Nutzen Sie das moderne Grafik- und Layoutprogramm zur einfachen und professionellen Gestaltung Ihrer Werbebroschüren, Geschäftspapiere, technischen Dokumentationen, zum Designen von T-Shirts, Mauspads oder Reklamewänden. Voraussetzungen: Windows Grundkenntnisse

### **\*Weitere Computerkurse im Angebot**

- Office-Büroprogramme
- Internetsurfen und E-Mail
- Handybenutzung leicht gemacht (für Senioren)
- Ebay – Tipps und Tricks



### **\*Lohn- und Gehaltsabrechnung mit Lexware**

Lernen Sie in einem dreitägigen Seminar, wie Sie die Lohnabrechnung für Ihre Mitarbeiter erstellen können.

## **\*Rücken- und Körpergesundheit**



Das erwartet Sie in dem Kurs:

- dynamisch aktives Sitzen, rüchenschonendes Stehen, Bücken, Heben und Tragen
- gezielte gymnastische Ausgleichsübungen für die wichtigsten Muskelgruppen
- spezielle Übungen für die Bauch-, Rücken-, Schulter- und Nackenregion mit Hilfe von Kleingeräten
- rückenfreundliches Verhalten in der Freizeit und am Arbeitsplatz
- einfache Entspannungsverfahren
- Koordinations- und Muskeltraining mit MFT- Multifunktionalen Trainingsgeräten, dem S3-Check durch Umgang mit Flexi-bar (Schwingstab) und neu: mit Gymstik zur Kräftigung
- Heranführung an dauerhafte Bewegungsmöglichkeiten, z.B. Nordic Walking, zur Verbesserung der eigenen Fitness und Lebensqualität

### **\*Orient – Inspiration und Schönheit**

Wer Freude an Bewegung hat und etwas gegen körperliche Beschwerden tun möchte, findet hier die ideale Ergänzung eines ganz persönlichen Fitnessprogramms.

### **\*Yoga-Kurs für Anfänger - Entspannen und neue Kräfte sammeln**

Erleben Sie, wie Ihr Körper beweglicher, kräftiger, gelenkiger, widerstandsfähiger und vitaler wird.

Yoga-Übungen bewirken zugleich Entspannung, Ruhe, Energiesteigerung und eine Harmonisierung von Körper, Geist und Seele.



**Bitte Decke und bequeme Kleidung mitbringen!**

## Gesundheitskurse

### \*Ernährungsberatung zur Gewichtsreduktion

Inhalte des Kurses sind:

- Hinweise für gesunde Ernährung
- Unterstützung zur dauerhaften Ernährungsumstellung
- Bewegungselemente zur Unterstützung der Gewichtsreduktion
- Muskelanspannungs- und Entspannungsübungen
- Einkaufs- und Kochtipps
- Suggestive Entspannungsübungen zur Festigung positiver Verhaltensweisen.



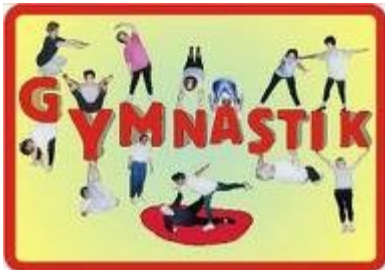
### \*Fit und aktiv bis ins hohe Alter

Sie erlernen:

- Muskelanspannungs- und Entspannungsübungen
- Übungen zur Stabilisierung des Kreislaufes.

### \*Gymnastik für Jung und Alt

In diesem Kurs geht es um das Verbessern und Erhalten der Fitness und Kondition durch zielgerichtetes Training aller Körperregionen.



## Berufliche Fort- und Weiterbildung

### \*Fortbildung zum Suchtberater (berufsbegleitend)

Seminarinhalte:

- Grundlagen der Anthropologie
- Grundlagen der Persönlichkeitspsychologie
- Theorien der Suchtentstehung
- Legale Suchtmittel
- Illegale Suchtmittel
- Nichtsubstanzengebundene Suchtformen
- Anatomie und Physiologie von Organsystemen, die in charakteristische Weise am Suchtgeschehen beteiligt sind
- Haltung der Gesellschaft zur Sucht im Allgemeinen und zu differenzierten Süchten und verschiedenen Adressatengruppen (Männer, Frauen, Jugendliche)

Beratung und Gesprächsführung

- Familien, Umfeld und Co-Abhängigkeit
- Behandlungs- und Betreuungskonzepte
- Überblick über familientherapeutische Interventionsmodelle
- Suchtprävention
- Anamnese

Zielgruppe:

- alle in Beratung und Behandlung Tätige, die mit Suchtkranken und deren sozialem Umfeld konfrontiert sind, z.B. Sozialarbeiter, Erzieher, Psychologen, Lehrer, Krankenpflegepersonal, Bewährungshelfer, Familienhelfer, Exekutivorgane, Jugendbetreuer

Der **berufsbegleitende Kurs** erstreckt sich über einen Zeitraum von 18 Monaten.

Die Förderung ist bei entsprechender Zugangsvoraussetzung über eine Bildungsprämie möglich.

## **\*Qualifizierung von Betreuungskräften in Pflegeheimen nach § 87b SGB XI (Vollzeitkurs)**

Inhalt:

- Demenz: Begriff, Formen, Symptome und Einflussfaktoren
- Diagnose und Behandlungsmöglichkeiten der Demenz
- Aspekte des Krankheitsbildes aus psychologisch-soziologischer Sicht
- Umgang mit Demenzkranken: Kommunikation und Umgangsformen, Beschäftigungsmöglichkeiten und Freizeitgestaltung
- Grundkenntnisse über typische Alterskrankheiten z.B. Diabetes und degenerative Erkrankungen des Bewegungsapparates
- Selbstreflexion in der Betreuung und Stressbewältigung
- Ernährungslehre
- Verhalten beim Auftreten eines Notfalls: Erste Hilfe
- Rechtliche Grundlagen

Die Förderung ist bei entsprechender Zugangsvoraussetzung über einen Bildungsgutschein möglich.

**Beginn: Montag, 26.09.2011, 08.00 Uhr**

## **\*Qualifizierung von Betreuungskräften in Pflegeheimen (berufsbegleitend)**

Inhalte des Basiskurses (80 Stunden):

- Psychologisch-soziologische Aspekte von Krankheitsbildern
- Grundkenntnisse der Kommunikation und Interaktion unter Berücksichtigung der Kommunikation mit psychisch Kranken und an Demenz erkrankten Menschen
- Zusammenhang von Pflege und Betreuung
- Selbstreflexion in der Betreuung und Möglichkeiten der Stressbewältigung
- Ernährung im Alter
- Erste Hilfe und Rechtskunde

Inhalte des Aufbaukurses (80 Stunden):

- Vertiefen und Anwenden der Kenntnisse und Techniken über das Verhalten, die Kommunikation und die Umgangsformen bei der Betreuung
- Beschäftigungsmöglichkeiten im ambulanten und stationären Tagesablauf
- Möglichkeiten der Stärkung von Gedächtnis, Ausdauer, geistiger Leistungsfähigkeit u.a.
- Musik und Bewegung im Alter als Mittel des Erhalts von physischen und psychischen Potenzen des alten Menschen
- Sturzprophylaxe

## **\*2-tägige Fortbildung für Pflegekräfte**

Inhalt:

- Sport und Bewegung im Alter
- Sturzprophylaxe
- Verbesserung der Feinmotorik durch das Anfertigen von Gegenständen
- Erhalt und Steigerung der geistigen Leistungsfähigkeit durch das Umsetzen von Handlungsabläufen bei leichten Tätigkeiten



## **\*Gerontologischer Assistent**

Gerontologische Assistenten bieten qualifizierte Hilfe und entlasten die professionellen Pflegekräfte.

Inhalte der Fortbildung:

- Begriffe, Ziele, Aufgaben, Grundlagen und Konzepte der Altenpflege
- Grundlagen der Gerontopsychiatrie, Gerontopsychologie und Geragogik
- Anatomie und Physiologie alter Menschen
- Soziologische Grundlagen des Alters, Ergotherapie und Sport
- Praktische Geriatrie, Arzneimittelkunde, Ernährungslehre, Sturzprophylaxe u.a.

**Beginn: Montag, 08.08.2011, 08.00 Uhr**