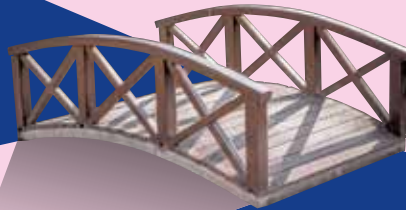


Münchner Volkshochschule
Barrierefrei lernen
Oktober 2021 bis Februar 2022



Anmeldung ab 1. September 2021

Online

www.mvhs.de

persönlich und telefonisch

Anmeldestelle MVHS am Scheidplatz

Belgradstraße 108

Telefon (089) 48006-6699

montags bis donnerstags 10.00 bis 12.00 Uhr
und 14.00 bis 16.00 Uhr

Zentrale Anmeldung

Gasteig, Rosenheimer Straße 5, 1. Stock

Einstein 28, Einsteinstraße 28, EG

Telefon (089) 48006-6239

montags, dienstags 9.00 bis 13.00 Uhr
mittwochs, donnerstags 14.00 bis 19.00 Uhr
samstags (nur Gasteig) 11.00 bis 16.00 Uhr

E-Mail

barrierefrei-lernen@mvhs.de

Information und Beratung

Haben Sie Fragen zu den Kursen?

Die Mitarbeitenden des Fachgebiets

Barrierefrei lernen beraten Sie gerne

Telefon (089) 48006-6691

Telefax (089) 48006-6822

E-Mail: barrierefrei-lernen@mvhs.de

Das Team



Leitung

Gabriel Laszlo

gabriel.laszlo@mvhs.de



Pädagogische Mitarbeit

Silvia Kugel

silvia.kugel@mvhs.de



Sachbearbeitung

Hong-Nhung Nghiem

hong-nhung.nghiem@mvhs.de

Unser Büro

Belgradstr. 108, EG, 80804 München,

U-Bahn U2/U3/U8, Tram 12/28,

Bus 140/141/142/N41, Haltestelle Scheidplatz

Es ist uns wichtig, für unsere Teilnehmenden die größtmögliche Sicherheit zu gewährleisten. Deshalb sind derzeit alle Veranstaltungen nur mit Voranmeldung zugänglich. Bitte beachten Sie hierzu auch unsere Hygieneregeln, die in den Häusern aushängen oder online einsehbar sind: www.mvhs.de/info-hygienekonzept

Für Menschen mit Behinderung gelten ermäßigte Kurspreise. Zur Orientierung haben wir eine Übersichtstabelle für Sie erstellt. Weitere Informationen zu den Ermäßigungsregelungen finden Sie in den Allgemeinen Geschäftsbedingungen unter www.mvhs.de oder im Gesamtprogramm.

Wenn diese Bestimmungen aufgrund Ihrer besonderen Lebenssituation eine unzumutbare Härte bedeuten, melden Sie sich gerne bei den Mitarbeitenden des Fachgebietes Barrierefrei lernen. Wir prüfen Ihre Situation. Im Einzelfall kann eine günstigere Entscheidung getroffen werden.

Kursgebühr	20% Ermäßigung mit Schwerbehindertenausweis ab GdB 50	50% Ermäßigung mit München-Pass oder Freizeitpass
bis € 20.00	Keine Ermäßigung	Keine Ermäßigung
€ 30.00	€ 24.00	€ 15.00
€ 32.00	€ 25.60	€ 16.00
€ 36.00	€ 28.80	€ 18.00
€ 40.00	€ 32.00	€ 20.00
€ 42.00	€ 33.60	€ 21.00
€ 47.00	€ 37.60	€ 23.50
€ 50.00	€ 40.00	€ 25.00
€ 53.00	€ 42.40	€ 26.50
€ 60.00	€ 48.00	€ 30.00
€ 70.00	€ 56.00	€ 35.00
€ 94.00	€ 75.20	€ 47.00
€ 96.00	€ 76.80	€ 48.00

5 Jahre Forum am Luitpold – Volkshochschule und Mehrgenerationenhaus unter einem Dach

Liebe Leserinnen und Leser,

am 1. März 2016 öffnete das Forum am Luitpold mit der Münchner Volkshochschule und der Stiftung Pfennigparade seine Eingangstüren am Scheidplatz.

In dem Mehrgenerationen-Komplex befinden sich neben der Volkshochschule ein Kinderhaus für Kinder mit und ohne Behinderung, zwei Wohnhäuser für Senior*innen mit Behinderung, ambulante und stationäre Wohngruppen für Menschen mit Behinderung, Sozialdienste sowie das Kreativlabor.

Gemeinsam planen, zusammen lernen und einen Raum für Begegnungen schaffen – aus dieser Motivation heraus hat sich eine Vielzahl und Vielfalt an Veranstaltungen entwickelt. Wir stellen heute stolz fest, dass Menschen mit und ohne Behinderung ganz selbstverständlich gemeinsam lernen, sich begegnen und kennenlernen. Denn das Besondere am Forum ist, dass Menschen ohne Behinderung zu ihrem Volkshochschulkurs in ein Haus gehen, in dem Menschen mit Behinderung leben und arbeiten. Dagegen können die Menschen, die hier leben, die Volkshochschule bequem und barrierefrei erreichen. So entstand ein erfolgreiches Projekt, das als gutes Beispiel für gelungene Inklusion dienen kann.

Auftakt des 5-jährigen Jubiläums und Rückblick auf fünf bewegte Jahre bietet die Ausstellung „Fünf Jahre Kunst und Kultur am Scheidplatz“ (September bis Oktober 2021).

Fast nahtlos schließt sich im Dezember die Ausstellung „Wer bist Du?“ von Florian Jaenicke an (Dezember 2021 bis Februar 2022). Florian Jaenicke hat das Leben seines mehrfach behinderten Sohnes in berührenden Fotos und in einem Buch festgehalten und gewährt uns in Ausstellung und Lesung einen sehr persönlichen Einblick.

In unserem Herbst-Schwerpunkt „Selbstbestimmt Leben“ finden Sie unter anderem die Ausstellung „Daheim wohnen bleiben“ (9. November bis 7. Dezember 2021), die Veranstaltung „Leben mit Assistenz“ sowie ein Podiumsgespräch mit unserem Behindertenbeauftragten Oswald Utz mit Gästen zum Thema Assistenz.

Wir freuen uns sehr darauf, Sie im Programm willkommen zu heißen



Dr. Susanne May
Programmdirektorin
der Münchner Volkshochschule



Gabriel Laszlo
Fachgebietsleitung
Barrierefrei lernen

U2	Anmeldung
1	Ermäßigungsübersicht
2	Vorwort
4	Alles Inklusive
4	Ausstellungen und Lesung
8	Kultur und Freizeit
8	München und Umland entdecken
11	Mensch, Gesellschaft und Politik
13	Selbstbestimmt wohnen und leben
18	Musik, Tanz, Kreativität
20	Bewegung und Entspannung
24	Kochen
25	Lernen und Wissen
26	Schwerhörigkeit
28	Smartphone, PC und Internet
29	Sprache
32	Deutsche Gebärdensprache (DGS)
37	Dozierendenporträt
39	Dank
U3	Hinweise zur Barrierefreiheit
U3	Impressum

Hinweis

Diese Broschüre ist ein Auszug aus dem Gesamtprogramm Herbst/Winter 2021/2022 der Münchner Volkshochschule. Es erscheint am 1. September 2021: über 9000 Kurse und Veranstaltungen im gesamten Stadtgebiet! Sie erhalten das Programm kostenlos in allen Häusern der MVHS, den Münchner Stadtbibliotheken und der Stadtinformation im Rathaus sowie einigen Partnerbuchhandlungen.

Im Zeitschriftenhandel können Sie es gegen eine Schutzgebühr von € 1.50 oder einen Gutschein erwerben. Online wird es unter www.mvhs.de und in der neuen MVHS-App veröffentlicht.

Die App können Sie auf unserer Webseite herunterladen: www.mvhs.de/app
Unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen finden Sie unter www.mvhs.de/agb



Foto: © Martina Bogdahn

Michael Altinger – „Best of“ Auf Wunsch mit Übersetzung in die Gebärdensprache

Der berühmte bayerische Kabarettist, Autor und Moderator, Michael Altinger, kommt mit seinem „Best of“-Programm zu uns: Mit viel Witz und Scharfsinn geht er dem Wunsch vieler Menschen auf den Grund, mehr aus sich zu machen, als sie sind. Offen, witzig und zuweilen selbstironisch philosophiert er darüber, wie man die Langeweile und Eintönigkeit der Vorstadt am besten hinter sich lassen kann. In seinen Geschichten versteckt sich ein ernster Kern. Denn träumen wir nicht alle manchmal davon, aus dem immer gleichen Trott von Arbeit, zu wenig Sport und einer depressierenden Endzeitstimmung zu entfliehen? Im Rahmen von „Kunst und Kultur am Scheidplatz“.

Wenn Sie eine Übersetzung in die Deutsche Gebärdensprache wünschen, senden Sie bitte eine E-Mail an barrierefrei-lernen@mvhs.de.

N160050 – Schwabing-Nord

Michael Altinger · Kreativ Labor der Stiftung Pfennigparade, Scheidplatz · Belgradstr. 106 (Erdgeschoss) · di 19.00 bis 20.30 Uhr · 23.11.2021 · € 7.– · Anmeldung erforderlich · &

Ausstellungen und Lesung

Kunst inklusive! Ausstellung Ruth Effer und Christoph Lammers Linie, Form, Schwingung 13.10.2021 bis 25.2.2022

Linien, Form und Papier sind die zentralen Elemente für das künstlerische Schaffen von Ruth Effer und Christoph Lammers. Ruth Effer untersucht die vielfältigen Formen der Natur. Feines Papier ist ihr bevorzugtes Medium. Dieses wird durch Tränken, Färben, Leimen und häufiges Schichten ineinander verwoben und mit Zeichnungen versehen. So entstehen sensible großformatige Kompositionen. Mit ihren „Bewegten Drucken“ zeigt sie skulpturale Objekte, welche Spuren sichtbar machen, die das Drucken selbst im Papier hinterlässt.

Christoph Lammers zeichnet ausschließlich mit Nicht-Farben in verschiedensten Grau- und Schwarztönen. In seinen Zeichnungen, Lithographien und großformatigen Wandarbeiten ist er immer auf der Suche nach der menschlichen Existenz: Er zeichnet, schichtet, formt, verwischt, kratzt und schleift, bis etwas energieaufgeladenes Neues entsteht.

Galerie Bezirk Oberbayern

Ausstellung von 13.10.2021 bis 25.2.2022

Vernissage am Mittwoch, 13.10.2021,
um 18.00 Uhr

Eintritt bei allen Veranstaltungen frei (ausgenommen Lange Nacht der Münchner Museen).

Ausstellungstext in leichter Sprache
und in Braille, Ausstellungsvideo
in Deutscher Gebärdensprache.



Kunst und Corona:

Alle Veranstaltungen finden im Rahmen des Corona-bedingten Hygienekonzeptes der Galerie Bezirk Oberbayern statt.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Adresse:

Prinzregentenstraße 14

(gegenüber Haus der Kunst)

80538 München

(U4/5 Lehel, U3/6 Odeonsplatz,

Buslinie 100, Haltestelle Haus der Kunst)

Zugang und Toiletten barrierefrei

Kontakt:

galerie@bezirk-oberbayern.de

www.kunst-inklusive.de



Kunst zeigen!

Mit Gebärdensprachdolmetscher für Hörende

Führung durch die Ausstellung „Linie, Form, Papier“ mit Gebärdensprachdolmetscher*in für Hörende. Mit der Museum Signerin Birgit Fehn und den Künstler*innen.

N160030 – Führung – Innenstadt

*Birgit Fehn und die Künstler*innen Ruth Effer und Christoph Lammers · Galerie Bezirk Oberbayern · Prinzregentenstr. 14 · mi 18.00 bis 19.00 Uhr · 27.10.2021 · Eintritt frei · Anmeldung erforderlich · 20 Plätze · ♿*

Kunst verstehen!

Mit Übersetzung in die Gebärdensprache

Führung in leicht verständlicher Sprache mit Verena Reinhardt, Medienwerkstatt für Leichte Sprache und den Künstler*innen.

N160020 – Führung – Innenstadt

Verena Reinhardt/Ruth Effer/Christoph Lammers · Galerie Bezirk Oberbayern · Prinzregentenstr. 14 · di 18.30 bis 19.15 Uhr · 30.11.2021 · Eintritt frei · Anmeldung erforderlich · ♿

Kunst begreifen!

Mit Übersetzung in die Gebärdensprache

Tastführung zu ausgewählten Original-Werken der Künstlerinnen. Für Blinde/Sehbehinderte, Sehende, Hörende, Gehörlose.

Mit Ruth Lobenhofer und den Künstler*innen.

N160010 – Führung – Innenstadt

Ruth Lobenhofer/Ruth Effer/Christoph Lammers · Galerie Bezirk Oberbayern · Prinzregentenstr. 14 · fr 18.00 bis 19.00 Uhr · 4.2.2022 · Eintritt frei · Anmeldung erforderlich · ♿

Ausstellung

Fünf Jahre Kunst & Kultur am Scheidplatz 14. September bis 29. Oktober 2021

„Kunst & Kultur am Scheidplatz“, das sind fünf Jahre aufregende, berührende und immer bereichernde Ausstellungen, Konzerte, Theater und Lesungen fürs ganze Viertel und darüber hinaus! Die Ausstellung zeigt Plakate aus fünf bewegten Jahren. (Kursnummer N122150)

Ausstellungsort:

MVHS am Scheidplatz, Belgradstr. 108

Öffnungszeiten:

montags bis donnerstags von 10.00 bis 20.00 Uhr, freitags, an den Wochenenden und in den Ferien nur bei Veranstaltungsbetrieb geöffnet.

Ausstellung: „Wer bist Du?“

13. Dezember 2021 bis 28. Februar 2022

Millionen ZEIT-Lesende sahen über ein ganzes Jahr jede Woche ein Foto von Friedrich, zusammen mit einem kurzen, intensiven Text. Florian Jaenicke's Beitrag gab Einblick in das Leben mit seinem mehrfach behinderten Sohn und rief eine überwältigende Resonanz hervor. Aus diesem Beitrag entstand die Ausstellung „Wer bist Du?“. Florian Jaenicke ist Fotograf und zeigt Fotos seines Sohnes Friedrich von dessen Geburt 2005 bis heute. (Kursnummer N122160)

Ausstellungsort:

MVHS am Scheidplatz, Belgradstr. 108

Öffnungszeiten:

montags bis donnerstags von 10.00 bis 20.00 Uhr, freitags, an den Wochenenden und in den Ferien nur bei Veranstaltungsbetrieb geöffnet.



Foto: © Florian Jaenicke

Wer bist du? Unser Leben mit Friedrich Lesung zur Ausstellung

In seinem Buch beschreibt Florian Jaenicke respekt- und liebevoll, wie sich das Leben mit einem Kind anfühlt, das nicht sprechen oder Augenkontakt halten kann. Eine Lektüre, die Perspektiven verschiebt und lehrt, was Glück bedeutet. Für Friedrich: die Beatles und Schweinsbraten. Für seine Eltern: die Liebe zu Friedrich.

N122162 – Lesung – Schwabing-Nord

Florian Jaenicke · Kreativ Labor der Stiftung Pfennigparade, Scheidplatz · Belgradstr. 106 (Erdgeschoss) · do 19.00 bis 21.00 Uhr · 20.1.2022 · Eintritt frei · Anmeldung erforderlich · ♿

„Wer bist Du?“ Führung zur Ausstellung in einfacher Sprache

Verena Reinhard führt Sie durch die Ausstellung von Florian Jaenicke.

N160060 – Führung – Schwabing-Nord

Verena Reinhard, Medienwerkstatt für Leichte Sprache · MVHS am Scheidplatz · Belgradstr. 108 · do 19.00 bis 20.30 Uhr · 27.1.2022 · Eintritt frei · ♿

München und Umland entdecken

Auf den Spuren der Habsburger In Gebärdensprache

Rudi Sailer bietet Ihnen einen kompakten Überblick über die Geschichte und Geschichte der Habsburger: von den Ursprüngen der Familie im Hochmittelalter, ihren Aufstieg zur bedeutendsten europäischen Dynastie bis hin zum Ende der Donaumonarchie.

Darüber hinaus erhalten Sie tiefere Einblicke in die Familienpolitik der Habsburger und lernen zentrale Persönlichkeiten des Hauses wie Kaiser Maximilian I. und Maria Theresia näher kennen.

N160150 – Schwabing-Nord

Rudi Sailer · MVHS am Scheidplatz · Belgradstr. 108 · 10 x mo 17.45 bis 19.15 Uhr · 4.10. bis 13.12.2021 · € 40.– · Anmeldung erforderlich · &

Brezn, Bäcker, blaues Blut

Die Geschichte der Brezn in München Auf Wunsch mit Übersetzung in die Gebärdensprache

Ein Biergartenbesuch ohne Brezn ist undenkbar, und kaum jemand kann dem Laugengebäck widerstehen, wenn es ofenwarm duftend in der Auslage einer Bäckerei liegt. Schon Ludwig der Bayer verschaffte der Bäckerzunft aus Dankbarkeit besondere Privilegien. Die Brezn sorgte sogar für eine unrühmliche Rauferei, die heute noch in Erinnerung ist. Welche stadtgeschichtlichen Ereignisse dahinterstehen, erklärt eine kurzweilige Führung durch die Altstadt. Die Führung endet voraussichtlich am Viktualienmarkt.

Wenn Sie eine Übersetzung in die Deutsche Gebärdensprache wünschen, senden Sie bitte eine E-Mail an barrierefrei-lernen@mvhs.de.

N121114 – Führung – Altstadt

Elisabeth Lehmann M.A. · Treffpunkt: Isartor, Innenhof · Isartorplatz · mi 11.00 bis 13.00 Uhr · 20.10.2021 · € 7.– · Auch mit MVHS-Card · Anmeldung erforderlich · &

Unterwegs im Gärtnerplatzviertel **Auf Wunsch mit Übersetzung** **in die Gebärdensprache**

Das erste geplante Miethausviertel der Stadt hat sich zu einem beliebten Quartier entwickelt. Theater und Kunst neben Szenelokalitäten und Edelboutiquen, Luxuswohnungen, eine Sozialgenossenschaft und auch ein Badehaus sowie ein Kloster sind im Viertel zu Hause und machen es zu einem attraktiven und charmanten Stadtteil.

Wenn Sie eine Übersetzung in die Deutsche Gebärdensprache wünschen, senden Sie bitte eine E-Mail an barrierefrei-lernen@mvhs.de.

N160105 – Führung – Gärtnerplatzviertel

Helga Voigt · Treffpunkt: auf dem Rondell in der Mitte · Gärtnerplatz · do 15.00 bis 17.00 Uhr · 21.10.2021 · € 7.– · Anmeldung erforderlich · ♿

Vom Türkentrunk zu Coffee-to-go **Kaffeehauskultur in München** **Auf Wunsch mit Übersetzung** **in die Gebärdensprache**

Anfang des 18. Jahrhunderts wird das beliebte schwarze Getränk aus dem Orient in München heimisch und die ersten Kaffeesieder erhalten ihre Erlaubnis. Schon 100 Jahre später wird ein Kaffeehaus nach dem anderen gebaut. Auf unserem Rundgang zur Kaffeehauskultur in München erfahren Sie mehr über die Entstehung der großen Kaffeehäuser um 1900 bis zur heutigen Vielfalt der Cafégewelt.

Wenn Sie eine Übersetzung in die Deutsche Gebärdensprache wünschen, senden Sie bitte eine E-Mail an barrierefrei-lernen@mvhs.de.

N160120 – Führung – Altstadt

Helga Voigt · Treffpunkt: Café Tambosi am Hofgarten · Odeonsplatz 18 · do 15.00 bis 17.00 Uhr · 18.11.2021 · € 7.– · Anmeldung erforderlich · ♿

Verträumt – versteckt – verschwunden?

Die Höfe im Herzen der Stadt Auf Wunsch mit Übersetzung in die Gebärdensprache

Eine bunte Tour von Hof zu Hof gefällig? Münchens Innenhöfe gleichen einem Fächer, dessen reiches Spektrum ganze Jahrhunderte Stadtgeschichte lebendig werden lässt. Entdecken Sie eine Lebenstreppe und ein Lebenslabyrinth, Scheinfassaden und Sparfassaden, Wunden des Zweiten Weltkriegs und revitalisierte Höfe sowie, nicht zu vergessen, die Bewohnerinnen und Bewohner dahinter: Mönche, Kaiser und die Schickimickis. Wir suchen einen Weg durch diese Fülle und wechseln die Perspektive auf scheinbar Bekanntes. Die Führung endet voraussichtlich in den Fünf Höfen.

Wenn Sie eine Übersetzung in die Deutsche Gebärdensprache wünschen, senden Sie bitte eine E-Mail an barrierefrei-lernen@mvhs.de.

N121184 – Führung – Altstadt

Anette Spieldiener · Treffpunkt: unter dem Turm des Neuen Rathauses · sa 14.00 bis 16.00 Uhr · 20.11.2021 · € 7.– · Auch mit MVHS-Card · Anmeldung erforderlich · &

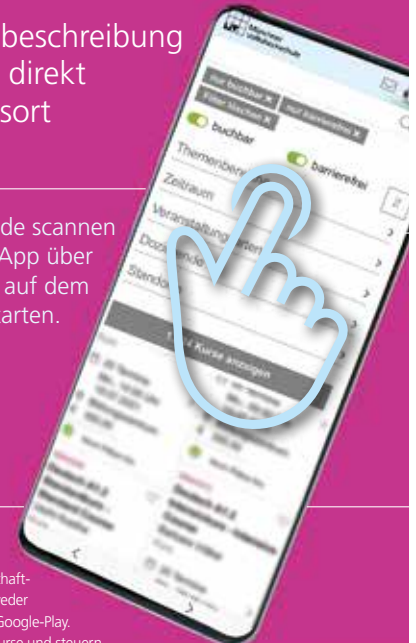
Alle Kursdetails in Ihrer MVHS-App!



Jetzt auf Ihrem
Smartphone die
MVHS-App aktivieren

- ◆ Suchen Sie nach Kursen oder Themen und wählen den Filter „barrierefrei“ aus
- ◆ Buchen Sie einfach und schnell
- ◆ Die Wegbeschreibung führt Sie direkt zum Kursort

Einfach QR-Code scannen oder die Web-App über mvhs.de/app auf dem Homescreen starten.



Aus Gründen der Wirtschaftlichkeit finden Sie uns weder im App-Store noch bei Google-Play. Wir investieren in Ihre Kurse und steuern den Download der Web-App über unsere Website.

Welt-Zerebralparese-Tag Sport- und Entspannungsangebote Für Menschen mit Behinderung

Zum Welt-Zerebralparese-Tag stellen die Stiftung Pfennigparade und die Münchner Volkshochschule innovative Beispiele für Sport- und Entspannungskurse vor, an denen auch Menschen mit Behinderungen teilnehmen können.

Vorgestellt werden: Race running, Bogenschießen und Yoga im Sitzen. Im Rahmen der Vortragsreihe „Dienstagsforum am Scheidplatz“.

N160040 – Schwabing-Nord

Lutz Pflegelhar/Anett Pinter/Brigitte Smith · MVHS am Scheidplatz · Belgradstr. 108 · di 19.00 bis 21.00 Uhr · 5.10.2021 · Gebührenfrei · Anmeldung erforderlich · &

Der Bildungscampus Freiam Auf Wunsch mit Übersetzung in die Gebärdensprache

Der Bildungscampus bietet künftig Platz für 3000 Schüler*innen und bildet den auffallenden Eingangsbereich zum neuen Stadtviertel Freiam. Vier Schulen, die nach dem Münchner Lernhauskonzept gestaltet sind, teilen sich das Gelände. In der Campusmitte befinden sich die von allen Schulen genutzte Bibliothek, die Kreativ-Fachlehrsäle Musik, Kunst und Werken, Mehrzweckräume sowie eine Mensa. Während unserer Führung über den Campus erläutert Ihnen Eduard Arndt den pädagogischen Grundgedanken des Lernhauskonzeptes.

In Kooperation mit dem Referat für Bildung und Sport der LH München

Wenn Sie eine Übersetzung in die Deutsche Gebärdensprache wünschen, senden Sie bitte eine E-Mail an barrierefrei-lernen@mvhs.de.

N125525 – Führung – Freiam

Eduard Arndt · Treffpunkt: S-Bahnhof Freiam, am Vorplatz vor dem Ärztehaus · di 16.30 bis 18.00 Uhr · 2.11.2021 · Gebührenfrei · Anmeldung erforderlich

Bildungseinrichtungen im Münchner Osten: die Friedel-Eder-Schule Auf Wunsch mit Übersetzung in die Gebärdensprache

Die freie heilpädagogische Waldorfschule in Bogenhausen blickt auf eine 60-jährige Geschichte zurück und öffnet ihre Türen für interessierte Nachbarinnen und Nachbarn und alle anderen, die über diese Einrichtung für besondere Kinder etwas wissen möchten. Neben der Führung durch das Haus und die Außenanlagen erhalten Sie auch einen Einblick in das pädagogische Konzept der Ausbildungsstätte. Wenn Sie eine Übersetzung in die Deutsche Gebärdensprache wünschen, senden Sie bitte eine E-Mail an barrierefrei-lernen@mvhs.de.

N123727 – Führung – Bogenhausen

*Mitarbeitende der Einrichtung · Treffpunkt:
Max-Proebstl-Str. 11, am Tor · sa 14.00 bis
15.30 Uhr · 15.1.2022 · Gebührenfrei ·
Anmeldung erforderlich · &*

Aktuelles Zeitgeschehen in Gebärdensprache Für Seniorinnen und Senioren

Mit Rudi Sailer informieren Sie sich über das aktuelle Zeitgeschehen. Die gewählten Themen sind überwiegend aus den Bereichen Politik, Kultur und Wissenschaft. Herr Sailer stellt Videos her und schickt Ihnen die Zugangsdaten.

N160160 – Online-Kurs

*Rudi Sailer · di 14.00 bis 16.00 Uhr · 5.10.,
2.11., 7.12.2021, 4.1., 1.2. und 1.3.2022 ·
Gebührenfrei · Anmeldung erforderlich*



Foto: © MVHS/Loredana La Rocca

Selbstbestimmt wohnen und leben

Forum Inklusion mit Oswald Utz

Thema Assistenz

Auf Wunsch mit Übersetzung in die Gebärdensprache

„Zur selbstbestimmten und eigenständigen Bewältigung des Alltags einschließlich der Tagesstruktur werden Leistungen für Assistenz erbracht.“ So steht es im Bundesteilhabegesetz (BTHG). Oswald Utz diskutiert mit Gästen und Ihnen darüber, ob diese Leistungen erbracht werden und wo noch Bedarf besteht.

Im Rahmen der Veranstaltungsreihe

„Kunst und Kultur am Scheidplatz“.

Wenn Sie eine Übersetzung in die Deutsche Gebärdensprache wünschen, senden Sie bitte eine E-Mail an barrierefrei-lernen@mvhs.de.

N160190 – Gespräch – Schwabing-Nord

Oswald Utz · Kreativ Labor der Stiftung
Pfennigparade, Scheidplatz · Belgradstr. 106
(Erdgeschoss) · do 19.00 bis 20.30 Uhr ·
3.2.2022 · Gebührenfrei · Anmeldung
erforderlich · &

Selbstbestimmt Leben mit Assistenz

Philipp Spangler ist Rollstuhlfahrer und lebt seit vielen Jahren selbstbestimmt in seiner eigenen Wohnung. Unterstützt wird er im alltäglichen Leben von einer persönlichen Assistenzkraft.

Möchten auch Sie den Weg hin zu einem selbstbestimmteren Leben „wagen“? Philipp Spangler berichtet, wie Mitarbeitende für die Assistenz gefunden werden, wie diese bezahlt werden und welche Form der Kommunikation er in diesem doch sehr privaten, aber dennoch professionellen Arbeitsverhältnis wählt. Gerne beantwortet er Ihre ganz persönlichen Fragen, die Sie im Vorfeld per E-Mail schicken können: barrierefrei-lernen@mvhs.de.

Im Rahmen der Vortragsreihe „Dienstagsforum am Scheidplatz“.

N160170 – Vortrag – Schwabing-Nord

Philipp Spangler · MVHS am Scheidplatz ·
Belgradstr. 108 · di 19.00 bis 20.30 Uhr ·
7.12.2021 · Gebührenfrei · Anmeldung
erforderlich · &

Ausstellung: „Daheim wohnen bleiben“

9. November bis 7. Dezember 2021

Wie will ich im Alter wohnen? Welche Modelle gibt es überhaupt und welche Wege und Möglichkeiten gibt es für ein selbstbestimmtes Wohnen trotz möglicher Einschränkungen? Die Ausstellung „Daheim wohnen bleiben“ zeigt, wie barrierefreies Wohnen gelingt und wo es Unterstützung gibt. (Kursnummer N122154)

In Kooperation mit dem Kompetenzzentrum Barrierefrei Wohnen, Stadtteilarbeit e.V.

Ausstellungsort:

MVHS am Scheidplatz, Belgradstr. 108

Öffnungszeiten:

montags bis donnerstags von 10.00 bis 20.00 Uhr, freitags, an den Wochenenden und in den Ferien nur bei Veranstaltungsbetrieb geöffnet.

Daheim wohnen bleiben Sicher und selbstbestimmt

Eröffnungsvortrag zur Ausstellung

Wie lassen sich Wohnumgebungen sinnvoll anpassen, wenn sich im Alter Bedürfnisse und Bedingungen ändern? Der Vortrag stellt verschiedenen Hilfs- und Unterstützungsangebote vor und bietet Raum für Fragen zu Kosten und Finanzierungsmöglichkeiten.

In Kooperation mit dem Kompetenzzentrum Barrierefrei Wohnen, Stadtteilarbeit e.V.

N122156 – Eröffnungsvortrag

Michaela Teuber, Kompetenzzentrum

Barrierefrei Wohnen, Stadtteilarbeit e.V. ·

MVHS am Scheidplatz · Belgradstr. 108 · di

19.00 bis 20.30 Uhr · 9.11.2021 · Eintritt frei ·

Anmeldung erforderlich · ♿



Foto: © ??????????

Das Forum am Luitpold

Ein Treffpunkt im Stadtviertel

Das Forum am Luitpold bietet Menschen mit und ohne Behinderung ein Zuhause und ist zugleich offen für Menschen aus dem ganzen Viertel. Es gibt ein Kinderhaus, eine Therapiepraxis, das Kreativlabor, ein Café und ein Stadtteilzentrum der Münchner Volkshochschule mit mehr als 400 Kursangeboten jährlich. Entstanden ist dabei echtes Miteinander und ein Treffpunkt im und fürs Viertel. An diesem Abend werden die Angebote im Haus vorgestellt und es ist Raum für Anregungen und Wünsche. Kommen Sie ins Gespräch mit den Menschen des Forums am Luitpold!

Eine Veranstaltung der Reihe Mit.Wirkung !
Debatten im Viertel.

N122152 – Vortrag – Schwabing-Nord

Hiltrud Ettl/Konstanze Riedmüller · MVHS am Scheidplatz · Belgradstr. 108 · di 19.00 bis 20.30 Uhr · 19.10.2021 · Eintritt frei · Anmeldung erforderlich · &

Freiräume für alle – Der Petuelpark

Auf Wunsch mit Übersetzung in die Gebärdensprache

Wenn wir durch die Stadt oder den Park gehen, ist uns oft gar nicht bewusst, welche Gedanken hinter der Gestaltung stecken und welche Besonderheiten wir nicht wahrnehmen. Am Beispiel des Petuelparks, einem Musterbeispiel für gelebte Inklusion, erklären die Dozierenden wie es gelingt, Bauwerke und (öffentliche) Räume für alle Menschen zugänglich und erlebbar zu machen. Im Anschluss laden wir zu einem Rundgang in den Petuelpark ein, um die praktische Umsetzung direkt vor Ort zu erleben.

In Kooperation mit der Hochschule
Weihenstephan-Triesdorf.

Wenn Sie eine Übersetzung in die Deutsche Gebärdensprache wünschen, senden Sie bitte eine E-Mail an barrierefrei-lernen@mvhs.de.

N122169 – Führung – Schwabing-Nord

Prof. Birgit Schmidt/Otto A. Bertram · MVHS am Scheidplatz · Belgradstr. 108 · fr 16.00 bis 18.00 Uhr · 29.10.2021 · Gebührenfrei · Anmeldung erforderlich · &

Elektrorollstuhl – Intensivtraining

Stefan Utz macht Sie fit im Umgang mit dem Elektrorollstuhl. Sie starten mit einer theoretischen Einführung und üben anschließend, Herausforderungen auf der Straße, im Gelände und mit den öffentlichen Verkehrsmitteln zu meistern. Wir bitten darum, Assistenz selbst zu organisieren.

N160450 – Schwabing-Nord

Stefan Utz · Stiftung Pfennigparade · Treffpunkt E.01 · Barlachstr. 28 · fr 10.00 bis 16.00 Uhr · 22.10.2021 · € 40.– · Anmeldung erforderlich · &

Zurechtkommen im Alltag

Für Mitarbeitende der Lebenshilfe Werkstatt

Sie verbessern das Lesen, Schreiben und Rechnen beim Üben ganz alltäglicher Dinge, wie zum Beispiel: den Fahrplan verstehen, die Uhrzeit lesen oder bezahlen an der Kasse. Zu besonderen Festen wie Weihnachten oder Geburtstage werden Kalender gestaltet. Diese werden hübsch dekoriert und können verschenkt werden. Voraussetzungen für die Teilnahme am Kurs: Grundkenntnisse im Rechnen, Schreiben und Lesen

N160405 – Sendling-Westpark

Luciana Husfeld · Lebenshilfe Werkstatt GmbH · Scharnitzstr. 11 · 10 x mi 8.00 bis 9.30 Uhr · 6.10. bis 15.12.2021 · (nicht am 20.10.) · € 40.– · Anmeldung erforderlich · &



Foto: © MWH/Loredana La Rocca

Selbstständig im Alltag

Texte verstehen und schreiben

Für Mitarbeitende der Lebenshilfe Werkstatt

Sie wollen eine Bewerbung schreiben oder etwas im Internet nachlesen? Sie wollen eine E-Mail oder einen Brief schreiben? Gemeinsam lesen und schreiben wir Texte. Dabei haben wir immer das selbstständige Meistern unseres Alltags im Blick.

Voraussetzungen für die Teilnahme am Kurs:
Kenntnisse im Schreiben und Lesen

N160406 – Sendling-Westpark

Luciana Husfeld · Lebenshilfe Werkstatt
GmbH · Scharnitzstr. 11 · 10 x mi 9.30 bis
11.00 Uhr · 6.10. bis 15.12.2021 · (nicht am
20.10.) · € 40.– · Anmeldung erforderlich · &



Foto: © MVHS/Daniel Reiter

Eine musikalische Weltreise für Blinde und Sehbehinderte

Sie singen und musizieren zu Musik aus verschiedenen Kulturen und lernen Trommellieder, Rhythmen und Instrumente dieser Länder kennen. Gemeinsam erleben Sie, wie Musik aus der Freude am Zusammenspiel entstehen kann.

N160200 – Obergiesing

Matthias Frey · Südbayr. Wohn- und Werkstätten für Blinde und Sehbehinderte · Roßtalerweg 2–4 · 15 x do 8.30 bis 10.00 Uhr · 7.10.2021 bis 3.2.2022 · € 60.– · Anmeldung erforderlich · ♿

N160205 – Obergiesing

Matthias Frey · Südbayr. Wohn- und Werkstätten für Blinde und Sehbehinderte · Roßtalerweg 2–4 · 15 x do 10.30 bis 12.00 Uhr · 7.10.2021 bis 20.1.2022 · € 60.– · Anmeldung erforderlich · ♿

Trommeln

Für Mitarbeitende der Caritas Werkstatt

Die Djembe ist eine große Holztrommel aus Westafrika und wird mit beiden Händen gespielt. Erleben Sie, wie viel Freude Trommeln und Rhythmus machen. Viel Spaß beim Grooven!

N160210 – Untergiesing

Martina Schulz · Caritas Werkstatt · Humboldtstr. 2a · 15 x di 13.30 bis 14.15 Uhr · 5.10.2021 bis 1.2.2022 · € 47.– · Anmeldung erforderlich · ♿

N160215 – Untergiesing

Martina Schulz · Caritas Werkstatt · Humboldtstr. 2a · 15 x di 14.15 bis 15.00 Uhr · 5.10.2021 bis 1.2.2022 · € 47.– · Anmeldung erforderlich · ♿

N160220 – Sendling

Martina Schulz · Caritas Werkstatt · Thalkirchner Str. 210 · 15 x do 10.30 bis 11.15 Uhr · 7.10.2021 bis 3.2.2022 · € 47.– · Anmeldung erforderlich · ♿

N160225 – Sendling

Martina Schulz · Caritas Werkstatt · Thalkirchner Str. 210 · 15 x do 11.15 bis 12.00 Uhr · 7.10.2021 bis 3.2.2022 · € 47.– · Anmeldung erforderlich · ♿

N160230 – Untergiesing

Martina Schulz · Caritas Werkstatt · Humboldtstr. 2a · 15 x do 13.15 bis 14.00 Uhr · 7.10.2021 bis 3.2.2022 · € 47.– · Anmeldung erforderlich · ♿

Tutti Chor

Der Tutti Chor vereint Menschen mit Sprachstörungen nach einem Schlaganfall oder Unfall sowie Aphasiker und alle, die Lust am Singen haben – weil Singen Freu(n)de schafft.

In Kooperation mit Mutabor – Beratung und Behandlung nach Schlaganfall und Schädel-Hirn-Verletzung e.V.

N160240 – Sendling

N.N. · Stemmerhof · Jägerwirtstr. 6 · 18 x mo 18.30 bis 20.00 Uhr · 4.10.2021 bis 21.2.2022 · € 36.– · Keine Ermäßigung · Anmeldung erforderlich · ♿

Bewegung, Rhythmus und Tanz

Tanzkurs für Teilnehmende mit und ohne Rollstuhl

Lassen Sie sich von unterschiedlichen Rhythmen aus aller Welt begeistern und lernen Sie die passenden Bewegungsmuster kennen.

Die erfahrene Turniertänzerin Linda Erdl erarbeitet einfache Tänze mit Ihnen, die Sie nach dem Tanzkurs in die Praxis umsetzen können. Anmeldung nur paarweise. Einzelanmeldung nur möglich, wenn man ohne Partner tanzen möchte.

N160245 – Samstagskurs – Schwabing-Nord

Linda Erdl · Stiftung Pfennigparade · Turnhalle · Barlachstr. 36 · 10 x sa 10.00 bis 11.30 Uhr · 2.10. bis 18.12.2021 · € 40.– · Anmeldung erforderlich · ♿

Internationale Gruppentänze und Rhythmusspiele

Für Menschen mit Hörgerät oder Cochlea-Implantat und alle Interessierten

Wir tanzen Kreis- und Gruppentänze aus verschiedenen Ländern, in unterschiedlichen Formationen, mal geschlossen, mal offen, mal als Line-Dance. Wie der Tanz so die Musik: traditionell, poppig oder meditativ. Erweitert wird das Tanzprogramm durch Rhythmusspiele und -übungen. Für alle mit und ohne Partner/in.

In Kooperation mit dem Bayerischen Cochlea Implantat Verband e.V.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und flache Tanz-, Gymnastik- oder Jazz-Dance-Schuhe.

N160250 – Obergiesing

Birgit Möller-Arnsberg · MVHS · Severinstr. 6 · Coronabedingt liegt bei Redaktionsschluss noch kein Termin vor. Dieser wird rechtzeitig bekannt gegeben. · € 15.– · Anmeldung erforderlich

Bewegung und Entspannung

Klettertraining für Mitarbeitende der Stiftung Pfennigparade

Klettern ist ein vielseitiger und spannender Sport. An der Wand trainieren Sie Koordination, Konzentration und Kraft. Auch das Selbstbewusstsein steigert sich nach jeder Klettertour ein wenig.

Die Ausrüstung kann in der Halle geliehen werden.

N160300 – Thalkirchen

Markus Mair · DAV Kletter- und Boulderzentrum München-Süd · Thalkirchner Str. 207 · Termine werden rechtzeitig bekannt gegeben · € 25.– · Keine Ermäßigung · Vor Ort zu zahlen: Eintritt sowie anfallende Leihgebühren · Anmeldung erforderlich · &



Klettertraining für Teilnehmende von 12 bis 35 Jahren

Klettern ist ein vielseitiger und spannender Sport. An der Wand trainieren Sie Koordination, Konzentration und Kraft. Auch das Selbstbewusstsein steigert sich nach jeder Klettertour ein wenig. Menschen mit und ohne Behinderung klettern gemeinsam (Achtung: nicht für Rollstuhlfahrende).

Vorbereitung und Unterstützung durch Mitarbeitende von Gemeinsam Leben Lernen e.V. sowie der IG Klettern München & Südbayern e.V. Auch für Kletter-Neulinge geeignet. Bitte mitbringen: Trinkflasche und lange Sporthose. Kletterschuhe, Gurt und Seil werden zur Verfügung gestellt.

N160305 – Neuperlach

Natur Erlebnis Touren e.V. · SVN München e.V. Sportpark · Fritz-Erler-Str. 3 · 17 x mo 18.00 bis 20.00 Uhr · 4.10.2021 bis 14.2.2022 · € 96.– · Keine Ermäßigung · Anmeldung erforderlich

N160307 – Neuperlach

Natur Erlebnis Touren e.V. · SVN München e.V. Sportpark · Fritz-Erler-Str. 3 · 17 x mi 18.00 bis 20.00 Uhr · 6.10.2021 bis 16.2.2022 · € 96.– · Keine Ermäßigung · Anmeldung erforderlich

Rollstuhlbasketball

Diese schnelle Sportart schult Reaktion und Geschicklichkeit und macht einfach Spaß. Teilnehmern können Rollstuhlfahrende, die im Oberkörper beweglich sind. Gehbehinderten kann ein Rollstuhl zur Verfügung gestellt werden.

N160310 – Harlaching

Ursula Bächler · Bayerische Landesschule für Körperbehinderte · Grünwalder Str. 68 · 15 x di 17.00 bis 18.30 Uhr · 5.10.2021 bis 1.2.2022 · € 53.– · Anmeldung erforderlich · ♿

N160315 – Harlaching

Florian Stegner · Bayerische Landesschule für Körperbehinderte · Grünwalder Str. 68 · 15 x di 18.30 bis 20.00 Uhr · 5.10.2021 bis 1.2.2022 · € 53.– · Anmeldung erforderlich · ♿

Wohlfühlen durch Bewegung

Für Mitarbeitende der Caritas Werkstatt

Sport in der Gruppe macht viel Spaß. Gemeinsam tanken Sie neue Energie und bringen Schwung in Ihren Alltag. Mit Übungen zur Kräftigung und Koordination verbessern Sie Ihre Fitness und Ihr Wohlbefinden. Auch die Entspannung kommt nicht zu kurz.

N160325 – Untergiesing

N.N. · Caritas Werkstatt · Humboldtstr. 2a · 15 x mi 15.00 bis 15.45 Uhr · 6.10.2021 bis 2.2.2022 · € 47.– · Anmeldung erforderlich · ♿



Bewegung und Entspannung

Fit im Alltag

Übungen für einen starken Rücken

Zu wenig Bewegung kann zu Muskelverspannungen, Beschwerden im Rücken und Müdigkeit führen. Das muss nicht sein. Mit abwechslungsreichen Übungen trainieren Sie Ihre Muskulatur und verbessern Ihre Fitness.

N160330 – Sendling

N.N. · Caritas Werkstatt · Thalkirchner Str. 210 · 15 x di 14.15 bis 15.00 Uhr · 5.10.2021 bis 1.2.2022 · € 47.– · Anmeldung erforderlich · ☎

N160335 – Sendling

N.N. · Caritas Werkstatt · Thalkirchner Str. 210 · 15 x di 15.00 bis 15.45 Uhr · 5.10.2021 bis 1.2.2022 · € 47.– · Anmeldung erforderlich · ☎

N160340 – Untergiesing

N.N. · Caritas Werkstatt · Humboldtstr. 2a · 15 x mi 13.30 bis 14.15 Uhr · 6.10.2021 bis 2.2.2022 · € 47.– · Anmeldung erforderlich · ☎

N160345 – Untergiesing

N.N. · Caritas Werkstatt · Humboldtstr. 2a · 15 x mi 14.15 bis 15.00 Uhr · 6.10.2021 bis 2.2.2022 · € 47.– · Anmeldung erforderlich · ☎

Feldenkrais

Für blinde, sehbehinderte und sehende Menschen

Von Kopf bis Fuß beweglich zu bleiben, ist das Ziel. Fuß, Knie, Hüfte, Wirbelsäule und Kopf stehen miteinander in Beziehung. Lernen Sie mit der Feldenkrais-Methode einen Weg zu einem besseren Körpergefühl und neuen Bewegungsmöglichkeiten kennen. Sie erleben, wie Ihre Muskeln geschmeidig werden und sich eingefahrene Bewegungsmuster auflösen. Bitte bequeme warme Kleidung, Socken und ein Handtuch als Unterlage mitbringen.

N160350 – Innenstadt

Sabine Willner · Bayerischer Blinden- und Sehbehindertenbund e.V. · Arnulfstr. 22 · 15 x mi 18.00 bis 19.00 Uhr · 6.10.2021 bis 2.2.2022 · € 50.– · Anmeldung erforderlich · ☎

N160355 – Innenstadt

Sabine Willner · Bayerischer Blinden- und Sehbehindertenbund e.V. · Arnulfstr. 22 · 15 x mi 19.00 bis 20.00 Uhr · 6.10.2021 bis 2.2.2022 · € 50.– · Anmeldung erforderlich · ☎

Yoga für blinde, sehbehinderte und sehende Menschen

Schon nach kurzem Üben kann Yoga zu tiefer Entspannung und der Aktivierung von Körperprozessen führen. Bei den Übungen berücksichtigt die Dozentin die individuellen Möglichkeiten.

Bitte bequeme Kleidung und ein Handtuch als Unterlage mitbringen.

N160360 – Innenstadt

Kristina Opp-Forward · Bayerischer Blinden- und Sehbehindertenbund e.V. · Arnulfstr. 22 · 12 x mo 17.30 bis 19.00 Uhr · 4.10.2021 bis 10.1.2022 · € 42.– · Anmeldung erforderlich · ♿



Foto: © MVHS/Loredana La Rocca

Yoga barrierefrei

Für Menschen im Rollstuhl oder mit körperlichen Einschränkungen ist sanftes Yoga eine sehr gute Methode, um den Körper beweglich zu halten bzw. ihn wieder beweglicher zu machen. Der Schwerpunkt liegt auf leichten Yoga- und Atemübungen, die zu einer besseren Körperwahrnehmung und zu tieferer Entspannung führen können. Die Übungen werden nach den individuellen Bedürfnissen der Teilnehmenden ausgeführt. Genießen Sie die kleine Auszeit vom Alltag.

N160370 – Schwabing-Nord

Xenia von Pflug · MVHS am Scheidplatz · Belgradstr. 108 · 14 x mo 12.30 bis 13.30 Uhr · 11.10.2021 bis 31.1.2022 · € 60.– · Anmeldung erforderlich · ♿

N160375 – Schwabing-Nord

Brigitte Smith · Stiftung Pfennigparade, ehemalige VHS-Räume · Barlachstr. 28 · 10 x di 10.30 bis 12.00 Uhr · 5.10. bis 14.12.2021 · € 40.– · Anmeldung erforderlich · ♿

Nur für Bewohnerinnen und Bewohner des MFZ Süd

N160380 – Obergiesing

Brigitte Smith · Münchner Förderzentrum Giesing · St.-Quirin-Str. 19 · 10 x do 10.00 bis 11.30 Uhr · 7.10. bis 16.12.2021 · € 40.– · Anmeldung erforderlich · ♿

Kochen

Gemeinsames Kochen

In entspannter Atmosphäre kochen wir leckere und einfache Gerichte. Beim Kochen und Essen tauschen wir uns über Alltagsthemen aus. Zum Beispiel über die Wohngruppe, Arbeit und Freizeit und alles andere, was wir gerne in einer gleichgesinnten Gruppe besprechen möchten.

N160280 – Schwabing-Nord

Annette Uleer · Stiftung Pfennigparade ·
Treffpunkt E.01 · Barlachstr. 28 · 5 x mo 17.00
bis 19.15 Uhr · 18.10.2021 bis 21.2.2022 ·
€ 30.– · Zuzüglich € 25.– Materialgeld ·
Anmeldung erforderlich · ☎



Lernen und Wissen

Pflanzen mit antiviraler Wirkung **Antibiotische Kräfte der Natur** **clever einsetzen**

Winterzeit ist auch Erkältungszeit, das kennen wir alle und meistens erwischt es uns wenigstens einmal. Allerdings gibt es viele Möglichkeiten, das Immunsystem zu stärken und so, vielen Viren und Bakterien wenig Chancen zu lassen. In diesem Seminar zeigt die Dozentin Möglichkeiten auf. Auch stärkende Pflanzen von Zistrose bis Sanddorn sind dabei. Sie verkosten verschiedene Zubereitungen und erhalten wertvolle Rezepte.

Wenn Sie eine Übersetzung in die Deutsche Gebärdensprache wünschen, senden Sie bitte eine E-Mail an barrierefrei-lernen@mvhs.de.

N323612 – Seminar – Bogenhausen

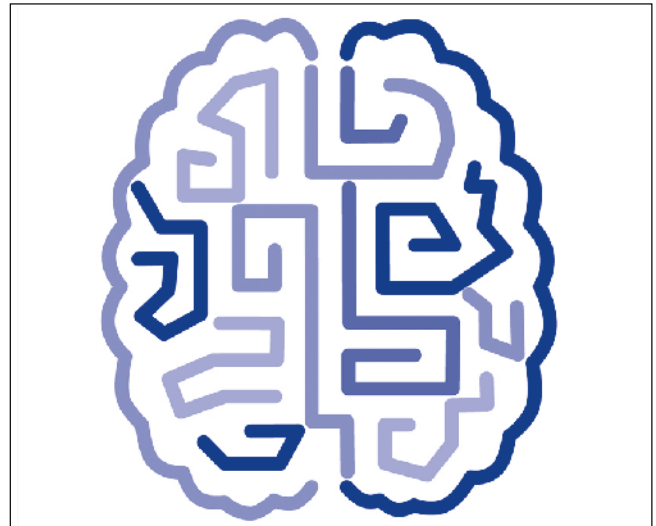
Christine Nimmerfall · Ökologisches Bildungszentrum · Engelschalkinger Str. 166 · mi 18.30 bis 20.30 Uhr · 10.11.2021 · € 17.– · Zuzüglich € 2.– Materialgeld · &

Das merke ich mir!

Sie treffen einen guten Bekannten auf der Straße, er begrüßt Sie mit Namen, aber Sie können sich nicht an seinen Namen erinnern. Sie stehen am Bankautomat und erinnern sich nicht an Ihre PIN-Nummer. Sie vergessen gelegentlich Termine. Jeder hat solche oder ähnliche Erfahrungen bereits gemacht. Birgit Schuh stellt Ihnen Techniken vor, die Ihr Gedächtnis fit für den Alltag machen. Ihnen fällt es wieder leichter, sich Dinge zu merken und sich besser zu konzentrieren.

N160400 – Schwabing-Nord

Birgit Schuh · Stiftung Pfennigparade · Realschule, Raum A 4.05 · Barlachstr. 36 · 15 x mi 14.00 bis 15.30 Uhr · 6.10.2021 bis 2.2.2022 · € 60.– · Anmeldung erforderlich · &



Schwerhörigkeit

Wie bitte? Schwerhörigkeit Eine unsichtbare Behinderung

„Wie bitte?“ Wenn diese Frage im Gespräch häufig gestellt wird, ist das ein Grund „aufzuhorchen“. Denn die Barrieren durch Schwerhörigkeit sind nicht ohne Weiteres zu erkennen. Selbst mit einer guten Hörgeräteversorgung kann Schwerhörigkeit die Alltagskommunikation deutlich erschweren.

Wir zeigen Ihnen Möglichkeiten für eine entspannte Kommunikation.

In Kooperation mit BLWG – Fachverband für Menschen mit Hör- und Sprachbehinderung e.V. Die Veranstaltung findet mit Induktionsanlage statt.

Wenn Sie einen Schriftdolmetscher benötigen, senden Sie bitte eine Mail an barrierefrei-lernen@mvhs.de

N160420 – Vortrag – Ludwigsvorstadt

Theresia Schmitt-Licht · BLWG - Fachverband für Menschen mit Hör- und Sprachbehinderung e.V. · Seminarraum 4. Stock · Haydnstr. 12 · do 18.00 bis 19.30 Uhr · 28.10.2021 · Gebührenfrei · Anmeldung erforderlich

Handy-Apps für Schwerhörige

Smartphones sind im Alltag kaum noch wegzudenken. Auch für den Bedarf von Menschen mit eingeschränktem Gehör gibt es spezielle Anwendungssoftware, z. B. Apps zur Optimierung der akustischen Situation in lauter Umgebung, zur Unterstützung bei Telefonaten und Assistenzapps für Notfallsituationen. An diesem Abend erhalten Sie Tipps, wie Sie ihr Smartphone gezielt einsetzen können.

In Kooperation mit BLWG – Fachverband für Menschen mit Hör- und Sprachbehinderung e.V. Die Veranstaltung findet mit Induktionsanlage statt.

Wenn Sie einen Schriftdolmetscher benötigen, senden Sie bitte ein Mail an barrierefrei-lernen@mvhs.de

N160430 – Seminar – Ludwigsvorstadt

Edith Feneis-Schuster · BLWG – Fachverband für Menschen mit Hör- und Sprachbehinderung e.V. · Seminarraum 4. Stock · Haydnstr. 12 · mi 18.00 bis 19.30 Uhr · 10.11.2021 · Gebührenfrei · Anmeldung erforderlich

Schwerhörigkeit

Mut zum offenen Umgang

„Entschuldigung, ich bin schwerhörig ...“,
„Ach das macht doch nichts, darei eiaa
louder, übrien ha u keseee moen git ess
weiwüte...“ Kennen Sie solche und ähnliche
unbefriedigende Dialoge? Allein zu sagen „ich
bin schwerhörig“ reicht für ein erfolgreiches
Gespräch nicht aus. Wenn wir wollen, dass
unsere Gesprächspartner*innen besser auf
unsere besonderen Bedürfnisse eingehen,
können (und müssen) wir mehr tun.

Ein Abend mit Einführung und Austausch.
In Kooperation mit BLWG – Fachverband für
Menschen mit Hör- und Sprachbehinderung e.V.
Die Veranstaltung findet mit Induktionsanlage
statt.

Wenn Sie einen Schriftdolmetscher benötigen,
senden Sie bitte eine Mail an
barrierefrei-lernen@mvhs.de

N160440 – Seminar – Ludwigsvorstadt

*Theresia Schmitt-Licht · BLWG - Fachver-
band für Menschen mit Hör- und Sprach-
behinderung e.V. · Seminarraum 4. Stock ·
Haydnstr. 12 · di 18.00 bis 19.30 Uhr ·
25.1.2022 · Gebührenfrei · Anmeldung
erforderlich*

Technik-Plus für Schwerhörige

Hörgeräteträger und Träger eines Cochlea-
Implantats (CI) profitieren in schwierigen
Hörsituationen von zusätzlicher Technik, zum
Beispiel Induktions- und FM-Anlagen. Damit
verstehen Sie in geräuschvoller Umgebung,
bei schlechter Raumakustik und auf Distanz
besser. Persönliches Zubehör kann Ihnen
außerdem beim Telefonieren, Radio hören und
Fernsehen helfen. An diesem Abend bekom-
men Sie einen Überblick über hilfreiche Zusatz-
technik für Schwerhörige. Sie erfahren, wo-
mit Sie Ihr Equipment schon heute ergänzen
können und mit welchen neuen Technologien
in Zukunft zu rechnen ist.

In Kooperation mit BLWG – Fachverband für
Menschen mit Hör- und Sprachbehinderung e.V.
Die Veranstaltung findet mit Induktionsanlage
statt.

Wenn Sie einen Schriftdolmetscher benötigen,
senden Sie bitte ein Mail an
barrierefrei-lernen@mvhs.de

N160445 – Vortrag – Ludwigsvorstadt

*Edith Feneis-Schuster · BLWG - Fachver-
band für Menschen mit Hör- und Sprach-
behinderung e.V. · Seminarraum 4. Stock ·
Haydnstr. 12 · do 18.00 bis 19.30 Uhr ·
17.2.2022 · Gebührenfrei · Anmeldung
erforderlich*

Smartphone, PC und Internet

Zoom und PowerPoint 2016/2019 – Online In Deutscher Gebärdensprache

Zoom ist seit einigen Monaten nicht mehr aus unserem Leben wegzudenken. Lernen Sie grundlegende und weiterführende Funktionen dieser Online-Kommunikationsplattform kennen. Am Ende des Kurses ist sogar das anspruchsvollere Teilen einer PowerPoint-Präsentation ein Kinderspiel für Sie.

Grundlegendes Wissen zu PowerPoint liefert Hans-Holger Miebach selbstverständlich gleich mit: vom Anlegen einer neuen Präsentation bis hin zum anspruchsvollen Einsatz von SmartArts und besonderer Animationseffekte.

Benötigt werden: PC/Laptop/Tablet/Smartphone (mit Lautsprecher, Mikrofon und Kamera), Internetverbindung mit hoher Bandbreite (mind. 512 KBit/s) sowie eine aktuelle Browserversion (Chrome, Edge, Firefox, Safari).

Die Zugangsdaten erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn per E-Mail.

N160500 – Online-Kurs

*Hans-Holger Miebach · 9 x di 17.30 bis
19.30 Uhr · 31.8. bis 26.10.2021 · € 50.– ·
Anmeldung erforderlich*

Mac OS X-Grundkurs in Deutscher Gebärdensprache

Sie lernen die Bedienung von MAC OS-Geräten kennen, Grundlagen des Betriebssystems und das Dokumenten- und Ordnermanagement mit Finder. Zudem erhalten Sie einen Überblick über Anwendungsprogramme und Apps.

Bitte bringen Sie Ihren Apple Rechner (Mini Mac, iMac oder MacBook) inkl. Ladegerät, iPad oder iPhone inkl. Kabel sowie Ihre externe Festplatte und einen USB-Stick mit.

N160520 – Samstagskurs – Hasenberg!

*Patrick Stooß · Volkshochschule · Kulturzentrum 2411 · Blodigstr. 4 · 23.10., 27.11., 18.12.2021, 22.1. und 19.2.2022 · € 70.– ·
Anmeldung erforderlich · ☎*

Sprache

Englisch für Anfänger*innen

Für Mitarbeitende

der Lebenshilfe Werkstatt

Sie lernen spielerisch Englisch in vertrauter Atmosphäre und üben, wie man sich auf Englisch begrüßt oder im Urlaub verständigt (zum Beispiel beim Essen bestellen). Sie sprechen über Hobbys und Alltagssituationen, hören und übersetzen Lieder, erweitern Ihren Wortschatz und üben einfache Grammatik.

N160601 – Sendling-Westpark

Ulrike Massonet · Lebenshilfe Werkstatt GmbH · Scharnitzstr. 11 · 13 x do 13.30 bis 14.30 Uhr · 2.9. bis 16.12.2021 · (nicht am 14.10., 11.11. und 9.12.2021) · € 44.– · Anmeldung erforderlich · &

N160602 – Sendling-Westpark

Ulrike Massonet · Lebenshilfe Werkstatt GmbH · Scharnitzstr. 11 · 13 x do 14.30 bis 15.30 Uhr · 2.9. bis 16.12.2021 · (nicht am 14.10., 11.11. und 9.12.2021) · € 44.– · Anmeldung erforderlich · &

Englisch im MFZ Freimann

Für Bewohner*innen des MFZ Freimann

Sie haben schon einen kleinen englischen Wortschatz und können sich in einfachen Situationen verständigen. Jetzt lernen Sie viele neue Wörter, hören englische Gespräche und Lieder und reden viel in der neuen Sprache.

N160605 – Freimann

Barbara S. Rothenbacher · Münchner Förderzentrum Freimann · Burmesterstr. 26 · 10 x fr 10.30 bis 11.30 Uhr · 1.10. bis 10.12.2021 · € 27.– · Anmeldung erforderlich · &

first steps – Englisch für Teilnehmende mit Lerneinschränkungen

Anfänger*innen, auch ohne Vorkenntnisse, lernen in einer kleinen Gruppe Englisch in langsamem Tempo – mit Spaß und ohne Druck. Lesen und Schreiben fällt Ihnen schwer? Kein Problem, es wird viel gesprochen und mit Bildern gearbeitet.

In Zusammenarbeit mit Offene Behindertenarbeit – evangelisch in der Region München.

N160607 – Neuhausen

Barbara S. Rothenbacher/Yuchen Guo · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171b · 10 x mi 18.30 bis 19.30 Uhr · 6.10. bis 15.12.2021 · € 27.– · Anmeldung erforderlich · ♿

Englisch langsam und leicht Englisch in der Stiftung Pfennigparade

Als Anfänger*in mit geringen Vorkenntnissen haben Sie schon einige englische Wörter gelernt und können sich in einfachen Situationen verständigen. Sie lernen neue Wörter, hören englische Gespräche und Lieder und sprechen auch selbst viel.

Anmeldung für neue Teilnehmende nur nach Beratung im Fachgebiet unter Telefon (089) 48006-6691 bzw. barrierefrei-lernen@mvhs.de.

N160610 – Schwabing-Nord

Gisela Charlton-von Dewitz · Stiftung Pfennigparade, Clubraum 1–3 · Barlachstr. 28 · 15 x mi 14.00 bis 15.00 Uhr · 6.10.2021 bis 12.1.2022 · € 40.– · Anmeldung erforderlich · ♿

Conversation and more

Englisch in der Stiftung Pfennigparade

Als Anfänger*in mit guten Vorkenntnissen erweitern Sie Ihren Wortschatz und Ihre Grammatikkenntnisse mit Themen aus Alltag, Beruf, Freizeit und Urlaub. Sie sprechen viel und verbessern Hör-Verständnis und Aussprache.

Anmeldung für neue Teilnehmende nur nach Beratung im Fachgebiet unter Telefon (089) 48006-6691 bzw. barrierefrei-lernen@mvhs.de.

N160620 – Schwabing-Nord

Barbara S. Rothenbacher · Stiftung Pfennigparade, Clubraum 1–3 · Barlachstr. 28 · 10 x do 17.30 bis 19.00 Uhr · 7.10. bis 16.12.2021 · € 40.– · Anmeldung erforderlich · ♿

Die Reporter

Für Mitarbeitende der Lebenshilfe Werkstatt

Wir schreiben kleine Texte auf dem Laptop oder führen Interviews. Die Ergebnisse stellen wir dann zusammen mit Bildern in das interne Portal der Lebenshilfe. Dabei trainieren Sie Ihre sprachlichen Fähigkeiten und werden selbstbewusster und sicherer im Umgang mit anderen Menschen.

N160640 – Sendling-Westpark

Luciana Husfeld · Lebenshilfe Werkstatt GmbH · Scharnitzstr. 11 · 15 x mi 9.30 bis 11.00 Uhr · 1.9. bis 8.12.2021 · € 64.– · Anmeldung erforderlich · ♿



Deutsche Gebärdensprache (DGS)

Deutsche Gebärdensprache DGS 1 Grundkurs

Lehrbuch: Deutsche Gebärdensprache Teil 1,
Verlag: VIKO-Bayern

Bestellung unter: bayern@viko-medien.de
oder www.viko-medien.de

N160700 – Schwabing-Nord

Jennifer Lankes · MVHS am Scheidplatz ·
Belgradstr. 108 · 15 x fr 18.00 bis 19.30 Uhr ·
1.10.2021 bis 4.2.2022 · € 126.– · ☎

N160705 – Obergiesing

Anja Peterson · MVHS · Severinstr. 6 · 15 x
mo 19.00 bis 20.30 Uhr · 4.10.2021 bis
31.1.2022 · € 126.–

N160710 – Innenstadt

Georgina Schneid · Volkshochschule · Schwan-
thalerstr. 2 · 15 x di 19.00 bis 20.30 Uhr ·
5.10.2021 bis 1.2.2022 · € 126.– · ☎

N160715 – Einstein 28

Anja Peterson · Bildungszentrum · Ein-
steinstr. 28 · 15 x do 19.30 bis 21.00 Uhr ·
7.10.2021 bis 3.2.2022 · € 126.– · ☎

N160720 – Moosach

Franziska Schulte-Hengesbach · MVHS in
Moosach · Baubergerstr. 6a · 15 x do 17.30 bis
19.00 Uhr · 7.10.2021 bis 3.2.2022 · € 126.– · ☎

Deutsche Gebärdensprache DGS 1 Grundkurs kompakt

Lehrbuch: Deutsche Gebärdensprache Teil 1,
Verlag: VIKO-Bayern

Bestellung unter: bayern@viko-medien.de
oder www.viko-medien.de

N160730 – Wochenendkurs – Sendling

Hristo Trajkovski/Jasmin Kampani · Volkshoch-
schule · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · 2 x sa 10.00
bis 17.00 Uhr · 16./23.10.2021 · so 10.00 bis
17.00 Uhr · 17.10.2021 · so 10.00 bis 13.00
Uhr · 24.10.2021 · € 120.– · ☎

N160735 – Kompaktkurs – Sendling

Hristo Trajkovski · Volkshochschule · Albert-
Roßhaupter-Str. 8 · 2 x mi/do/fr 18.00 bis
21.00 Uhr · 2.2. bis 11.2.2022 · € 100.– · ☎

N160740 – Wochenendkurs – Am Hart

Petra-Janina Feldmann · Volkshochschule ·
Troppauer Str. 10 · 2 x sa 10.00 bis
17.00 Uhr · 12./19.02.2022 · so 10.00 bis
17.00 Uhr · 13.02.2022 · so 10.00 bis
13.00 Uhr · 20.02.2022 · € 120.– · ☎

Deutsche Gebärdensprache DGS 1 Grundkurs – Online

Benötigt werden: PC/Laptop/Tablet/Smartphone (mit Lautsprecher, Mikrofon und Kamera), Internetverbindung mit hoher Bandbreite (mind. 512 KBit/s) sowie eine aktuelle Browserversion (Chrome, Edge, Firefox, Safari).

Die Zugangsdaten erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn per E-Mail.

Lehrbuch: Deutsche Gebärdensprache Teil 1, Verlag: VIKO-Bayern

Bestellung unter: bayern@viko-medien.de oder www.viko-medien.de

N160745 – Online-Kurs

Jörg Bezeljuk · 15 x di 19.30 bis 21.00 Uhr · 5.10.2021 bis 1.2.2022 · € 141.–

Deutsche Gebärdensprache DGS 2

Lehrbuch: Deutsche Gebärdensprache Teil 2, Verlag: VIKO-Bayern

Bestellung unter: bayern@viko-medien.de oder www.viko-medien.de

N160750 – Obergiesing

Anja Peterson · MVHS · Severinstr. 6 · 15 x mo 17.30 bis 19.00 Uhr · 4.10.2021 bis 31.1.2022 · € 126.–

N160752 – Neuhausen

Mark Petersen · Volkshochschule · Neuhauser Trafo · Nymphenburger Str. 171b · 15 x mi 19.30 bis 21.00 Uhr · 6.10.2021 bis 2.2.2022 · € 126.– · ☎

N160754 – Einstein 28

Anja Peterson · Bildungszentrum · Einsteinstr. 28 · 15 x do 18.00 bis 19.30 Uhr · 7.10.2021 bis 3.2.2022 · € 126.– · ☎



Foto: © MVHS/Loredana La Rocca

Deutsche Gebärdensprache DGS 2 Vormittags

Lehrbuch: Deutsche Gebärdensprache Teil 2,
Verlag: VIKO-Bayern
Bestellung unter: bayern@viko-medien.de
oder www.viko-medien.de

N160755 – Sendling

*Fanny Müllensiefen · Volkshochschule · Albert-
Roßhaupter-Str. 8 · 15 x di 8.45 bis 10.15 Uhr ·
5.10.2021 bis 1.2.2022 · € 126.– · &*

Deutsche Gebärdensprache DGS 2 – Online

Benötigt werden: PC/Laptop/Tablet/Smartphone
(mit Lautsprecher, Mikrofon und Kamera), In-
ternetverbindung mit hoher Bandbreite (mind.
512 KBit/s) sowie eine aktuelle Browserversion
(Chrome, Edge, Firefox, Safari).

Die Zugangsdaten erhalten Sie rechtzeitig vor
Kursbeginn per E-Mail.

Lehrbuch: Deutsche Gebärdensprache Teil 2,
Verlag: VIKO-Bayern
Bestellung unter: bayern@viko-medien.de oder
www.viko-medien.de

N160758 – Online-Kurs

*Jörg Bezeljuk · 15 x do 19.30 bis 21.00 Uhr ·
7.10.2021 bis 3.2.2022 · € 141.–*

Deutsche Gebärdensprache DGS 2 Kompakt

Lehrbuch: Deutsche Gebärdensprache Teil 2,
Verlag: VIKO-Bayern
Bestellung unter: bayern@viko-medien.de oder
www.viko-medien.de

N160760 – Wochenendkurs – Sendling

*Hristo Trajkovski/Jasmin Kampani · Volkshoch-
schule · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · 2 x sa 10.00
bis 17.00 Uhr · 20./27.11.2021 · so 10.00 bis
17.00 Uhr · 21.11.2021 · so 10.00 bis
13.00 Uhr · 28.11.2021 · € 120.– · &*

Deutsche Gebärdensprache DGS 3 Kompakt

Lehrbuch: Deutsche Gebärdensprache Teil 2,
Verlag: VIKO-Bayern
Bestellung unter: bayern@viko-medien.de oder
www.viko-medien.de

N160770 – Wochenendkurs – Sendling

Hristo Trajkovski/Jasmin Kampani · Volkshochschule · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · 2 x sa 10.00 bis 17.00 Uhr · 11./18.12.2021 · so 10.00 bis 17.00 Uhr · 12.12.2021 · so 10.00 bis 13.00 Uhr · 19.12.2021 · € 120.– · ♿

Deutsche Gebärdensprache DGS 4 Kompakt

Lehrbuch: Deutsche Gebärdensprache Teil 2,
Verlag: VIKO-Bayern
Bestellung unter: bayern@viko-medien.de oder
www.viko-medien.de

N160780 – Wochenendkurs – Sendling

Hristo Trajkovski/Jasmin Kampani · Volkshochschule · Albert-Roßhaupter-Str. 8 · 2 x sa 10.00 bis 17.00 Uhr · 22./29.01.2022 · so 10.00 bis 17.00 Uhr · 23.01.2022 · so 10.00 bis 13.00 Uhr · 30.01.2022 · € 120.– · ♿

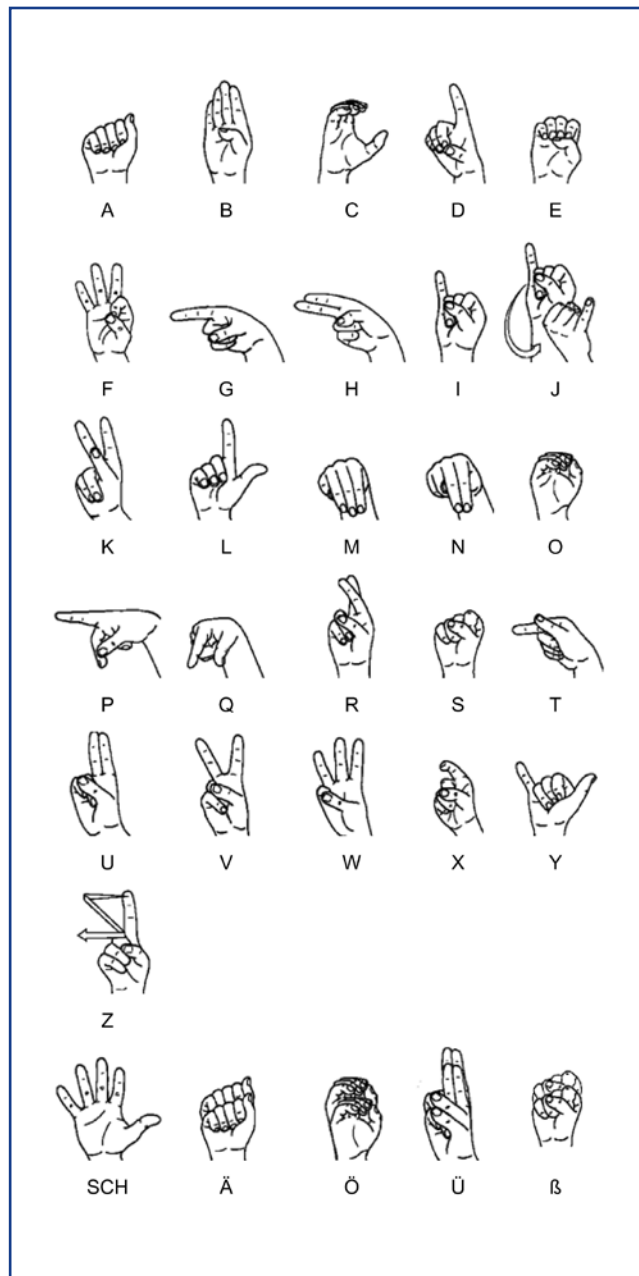


Deutsche Gebärdensprache DGS 5

Prüfungsvorbereitung

N160785 – Wochenendkurs – Sendling

Hristo Trajkovski · Volkshochschule · Albert-
Roßhaupter-Str. 8 · sa/so 10.00 bis 17.00 Uhr ·
12./13.2.2022 · € 75.- · ☎





Dozierendenporträt

Hristo Trajkovski

Dozent für die Deutsche Gebärdensprache in der Münchner Volkshochschule

Ich unterrichte seit über 10 Jahren Deutsche Gebärdensprache von Stufe 1 bis 4 und gestalte auch die Prüfungsvorbereitung DGS 5 (Mittelstufe) für den Gebärdensprachkompetenztest. Meine Kurse beinhalten die Alltagskommunikation in Deutscher Gebärdensprache: interaktive Übungen zu Wortschatz, Grammatik und Kultur. Zudem erhalten die Teilnehmenden Einblicke in die Welt der Gehörlosen.

Die Gebärdensprache ist eine visuell wahrnehmbare Form von Sprache, die insbesondere von Menschen mit Hörbehinderung zur Kommunikation genutzt wird.

Es gibt Dialekte in den verschiedenen Gebärdensprachen. Die Grammatik der Deutschen Gebärdensprache ist dabei deutschlandweit gleich, nur die Gebärden-Handform, -Handstellung und -Ausführungsstelle können sich unterscheiden.

Es geht darum, Neues auszuprobieren und damit den Umgang mit Menschen mit Hörbehinderung zu verbessern und auch Spaß bei der Kommunikation zu haben.

Gebärdensprachkompetenztest mit GIB-Zertifikat

Durch die Zusammenarbeit mit dem Institut zur Kommunikationsförderung für Menschen mit Hörbehinderung (GIB-BLWG) und dem Bildungszentrum Nürnberg (VHS) ist es möglich, in einem Gebärdensprachkompetenztest das Zertifikat „Deutsche Gebärdensprache – Mittelstufe“ zu erwerben. Ab DGS 4 oder vergleichbaren Vorkenntnissen bietet diese 30-minütige praktische Prüfung die Möglichkeit, den eigenen DGS-Kennntnisstand zu ermitteln und Empfehlungen für den weiteren Lernweg zu erhalten.

Anmeldeschluss: 4.2.2022

N160790 – Schwabing-Nord

Prüferinnen und Prüfer GIB · MVHS am Scheidplatz · Belgradstr. 108 · fr 8.30 bis 16.00 Uhr · Pausen nach Absprache · 18.2.2022 · € 60.– · Anmeldung erforderlich · &

Erfahrungsaustausch der Gebärdensprachkursleitungen

Einmal im Semester treffen sich die DGS-Kursleitungen zum Erfahrungsaustausch.

N160795 – Schwabing-Nord

Gabriel Laszlo · MVHS am Scheidplatz · Belgradstr. 108 · do 18.00 bis 19.30 Uhr · 24.2.2022 · Gebührenfrei · Anmeldung erforderlich · &

Wir danken unseren Kooperationspartnern:

Bayerischer Blinden- und
Sehbehindertenbund e. V.

Bayerischer Cochlea Implantat Verband e. V.

BLWG – Fachverband für Menschen mit
Hör- und Sprachbehinderung e. V.

Bayerische Landesschule für Körperbehinderte

Caritasverband der Erzdiözese München und
Freising e. V.

Galerie Bezirk Oberbayern

Gehörlosenverband München und Umland e. V.

Gemeinsam Leben Lernen e. V.

GIB-BLWG

Bayerisches Institut zur Kommunikations-
förderung für Menschen mit Hörbehinderung

Gipfelstürmer e. V.

Lebenshilfe Werkstatt GmbH

Mutabor e. V.

Münchner Förderzentrum
Giesing und Freimann GmbH

Natur Erlebnis Touren e. V.

Offene Behindertenarbeit – evangelisch in
der Region München

Stiftung Pfennigparade

SWW

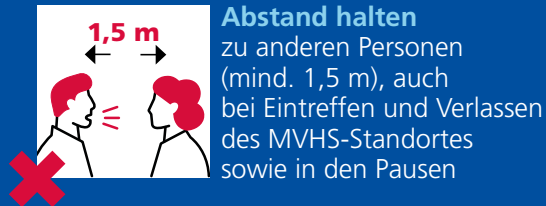
Südbayerische Wohn- und Werkstätten
für Blinde und Sehbehinderte GmbH

VbA Selbstbestimmt Leben e. V.



Hygieneregeln an der MVHS

Derzeit gelten folgende Regeln im Gebäude und auf dem Gelände der MVHS-Standorte, die unbedingt einzuhalten sind, um die Ausbreitung des Corona-Virus zu verringern:



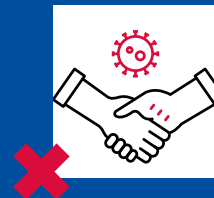
Abstand halten
zu anderen Personen (mind. 1,5 m), auch bei Eintreffen und Verlassen des MVHS-Standortes sowie in den Pausen



Maskenpflicht:
(FFP2- oder medizinische Maske) im Unterricht, auf dem Gelände und überall in den Gebäuden



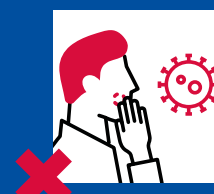
Regelmäßiges Händewaschen
(mit Seife für 20–30 Sek.), insbesondere bei Betreten des Gebäudes



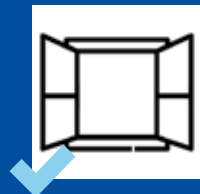
Kein Körperkontakt,
vermeiden Sie z. B. Händeschütteln oder Umarmungen



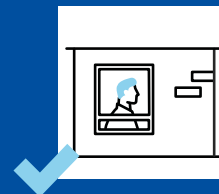
Einhaltung der Husten- und Niesetikette
(Husten oder Niesen in die Armbeuge oder in ein Taschentuch)



Hände vom Gesicht fernhalten,
vermeiden Sie Berührungen von Augen, Nase und Mund



Regelmäßiges Lüften der Unterrichtsräume
(mind. 1 x pro Stunde 10 Min. stoßlüften, besser öfters stoßlüften)



Bei Erkältungssymptomatik zu Hause bleiben,
ebenso wenn Sie in den letzten 14 Tagen Kontakt zu einem bestätigten COVID-19-Fall hatten

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

Hinweise zur Barrierefreiheit

Fahrdienst

Der Fahrdienst für schwerbehinderte Menschen ist eine vom Gesetzgeber geregelte Leistung der Eingliederungshilfe. Wenn Sie von Ihrem Kostenträger eine Mobilitäts-pauschale erhalten, sind darin auch Kursbesuche enthalten. In Ausnahmefällen können Sie von uns Taxischeine für die Fahrten zum Kursbesuch bekommen. Die Antragstellung und Ausgabe ist im Büro des Fachgebietes Barrierefrei lernen.

Räume

Barrierefreie Räume sind im Programm mit dem ♿-Symbol dargestellt. Das Symbol weist darauf hin, dass Sie den Kursraum mit dem Rollstuhl erreichen können. Die absolute Barrierefreiheit (einschließlich Toilette, Induktionsschleife etc.) ist damit nicht sichergestellt.

Begleitperson

Teilnehmende, die im Kurs eine persönliche Assistenz benötigen und das Kennzeichen B im Schwerbehindertenausweis haben, können eine Begleitperson mitbringen. Die Begleitperson kann kostenlos teilnehmen. Eine Anmeldung der Begleitperson ist notwendig.

Impressum

Herausgeber

Münchner Volkshochschule GmbH
Kellerstr. 6, 81667 München
Postanschrift: Postfach 801164, 81611 München

Homepage

www.mvhs.de

Programm-Information

Fachgebiet Barrierefrei lernen
Verantwortlich: Gabriel Laszlo
Telefon (089) 48006-6692

Redaktion

Silvia Kugel, Gabriel Laszlo

Herstellung und Satz

Bettina Siegwart, Monika Cyron

Titelmotiv

Kunst oder Reklame, www.kunst-oder-reklame.de

Druck

Aumüller Druck GmbH, 93057 Regensburg

Anzeigenvertrieb

Mediengruppe Münchner Wochenanzeiger
5-Seen Wochenanzeiger GmbH
Geschäftsführer: Roland Binder, Michael Simon
Fürstenrieder Straße 5–11, 80687 München
Telefon (08105) 384444, Telefax (08105) 384455
Es gilt die Anzeigenpreisliste
Nr. 22 vom 1. März 2021

V.i.S.d.P.:

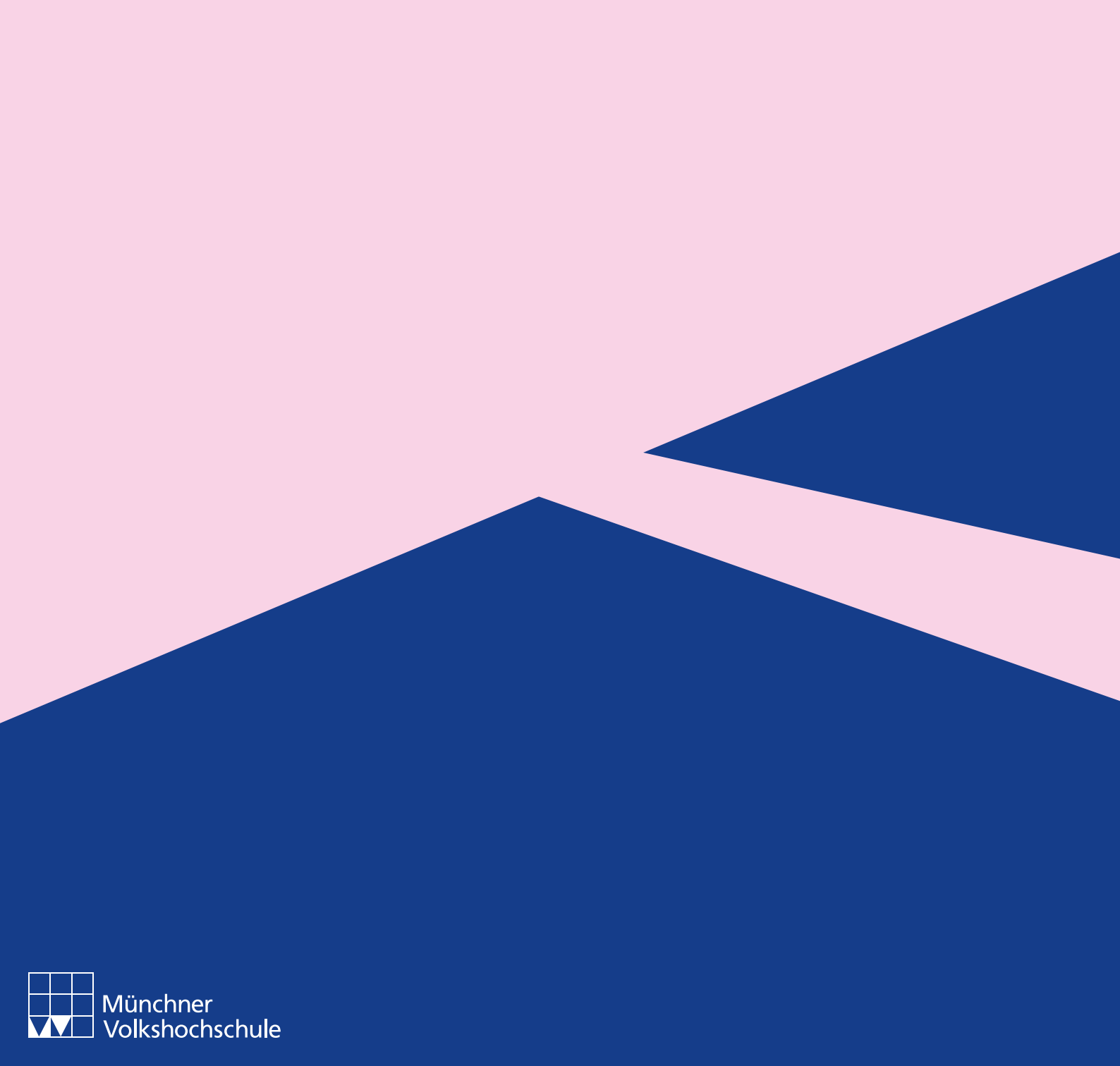
Dr. Susanne May, Programmdirektorin

Gefördert durch:



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat





Münchner
Volkshochschule