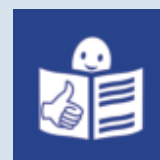


ICH und WIR



Zeitung in Leichter Sprache



Seite 4

Rollstuhl-Ausflug 2023

Seite 8

Buch-Tipp

Seite 12

Experiment - Warum ist Schnee weiß?

Seite 14

Bastel-Tipp - Glücks-Bringer für Silvester

Was ist los?

24. November bis 21. Dezember	Weihnachts-Markt Martin-Luther-Platz, Linz, halb 2 nachmittags bis halb 7 abends, sonntags und montags geschlossen
16. und 17. Dezember	Gallneukirchner Weihnacht
31. Dezember	Hypo Silvester-Lauf, Linz
13. Februar	Faschings-Dienstag
14. Februar	Valentinstag - Blumen kaufen
29. Februar	Schalttag

Was ist ein Schalttag?

Ein Jahr hat 365 Tage.

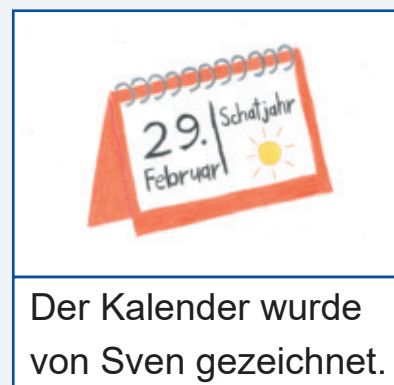
Alle 4 Jahre gibt es ein Schaltjahr.

Das ist deswegen, weil die Erde nicht genau 365 Tage um die Sonne wandert, sondern ein bisschen länger.

Damit aber der Kalender wieder stimmt, wurde ein zusätzlicher Tag gemacht.

Der zusätzliche Tag ist alle 4 Jahre.

Das ist dann der 29. Februar.



Rätsel

Kannst du mit einem blauen Stift grün schreiben?

Die Auflösung findest du auf Seite 15.

Impressum

Herausgeber: Barbara Schinko-Tubikanec,

Leitung Die Kunstwerkstatt

Hersteller: Die Kunstwerkstatt - Medien

Hauptstraße 3, 4210 Gallneukirchen

Fotos: Die Kunstwerkstatt - Medien

www.diakonie.at

ichundwir@diakoniewerk.at

Druck: Druckerei Bad Leonfelden

Auflage: 800 Stück

Behinderten-WC im Brucknerhaus

Im Brucknerhaus findet jedes Jahr das Martinstift-Symposion statt.
Ich bin Rollstuhl-Fahrerin.

Ich konnte vor 2 Jahren das Behinderten-WC im Brucknerhaus nicht ohne Hilfe benutzen.
Ich konnte die Türe des Behinderten-WCs nicht allein hinter mir schließen.

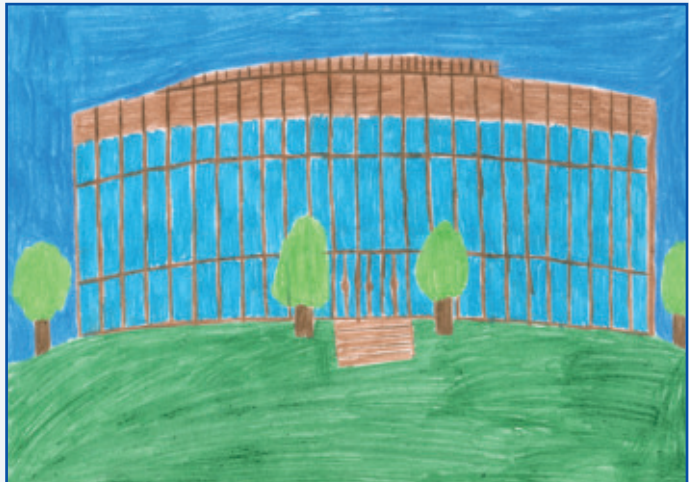
Ich habe dem Team vom Brucknerhaus 2021 deshalb eine E-Mail geschrieben.
Leider bekam ich keine Antwort.

Heuer war ich wieder zum Martinstift-Symposion vom Diakoniewerk eingeladen.
Ich habe mit Freude festgestellt, dass das Behinderten-WC umgebaut wurde.
Dieser Umbau war sinnvoll.

Heuer konnte ich das Behinderten-WC allein benutzen.
Ich war nicht mehr auf Hilfe angewiesen.

Ich konnte mich im Behinderten-WC besser mit dem Rollstuhl umdrehen.
Es gibt jetzt eine Schiebe-Türe.
Die Schiebe-Türe geht mit einem Drücker auf.
Das erleichtert das Benützen des Behinderten-WCs für Rollstuhl-Fahrer und Rollstuhl-Fahrerinnen.

Ich möchte mich für die Bemühungen beim Team vom Brucknerhaus recht herzlich bedanken.



Das Brucknerhaus wurde von Sven gezeichnet.

Desi

Rollstuhl-Ausflug 2023

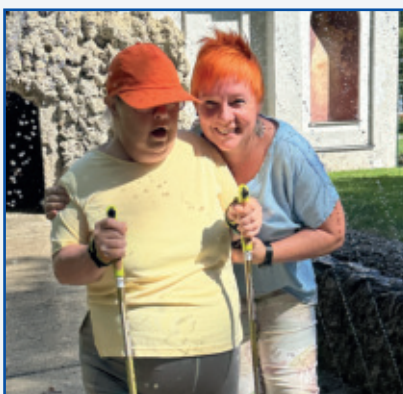
Warum gibt es den Rollstuhl-Ausflug?

Seit mehr als 10 Jahren macht die Werkstätte Linzerberg jedes Jahr einen Rollstuhl-Ausflug. Den Rollstuhl-Ausflug gibt es, damit Menschen im Rollstuhl auch die Möglichkeit haben **gemeinsam** mit einer Gruppe fortzufahren. Bei dem Rollstuhl-Ausflug fahren wir mit einem großen Bus.

Dieser Bus hat einen Lift für Rollstuhl-Fahrer und Rollstuhl-Fahrerinnen.



Hier sieht man den Lift vom Bus.



Wir besuchten die Wasser-Spiele Hellbrunn in Salzburg.
Das Wasser kam überraschend.
Manche wurden etwas nass.
Dabei hatten wir viel Spaß.

Rollstuhl-Ausflug 2023

Wir besuchten den Zoo Hellbrunn in Salzburg.

Wir sahen viele Tiere.

Wir sahen Marmel-Tiere, Bären, Flamingos, Ziegen und viele andere Tiere.

Die Ziegen durften wir sogar streicheln.

Wir bedanken uns sehr herzlich für den schönen Rollstuhl-Ausflug.

Danke für die Planung vom Rollstuhl-Ausflug 2023 an

Sandra und Gerlinde vom Laden der Werkstätte Linzerberg.

Sarah



Miteinander lernen

Ich habe gehört, dass Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam Fortbildungen machen können.
Wir haben Juliana von FRISBI zu diesem Thema eingeladen.

Wie heißen die Fortbildungen wo Menschen mit und ohne Behinderung teilnehmen können?

Die Fortbildungen heißen **Miteinander lernen**.
Fortbildungen sind Kurse, wo du etwas lernen kannst.

Wo finde ich die Fortbildungen Miteinander lernen?

Die begleiteten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter finden die Fortbildungen im FRISBI Heft.
Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter finden die Fortbildungen im Programm-Heft der Diakonie Akademie.
Die Fortbildungen werden gemeinsam organisiert.



Was ist die Diakonie Akademie?

Die Diakonie Akademie bietet Fortbildungen an.
Die Diakonie-Akademie wird auch DiAk abgekürzt.
Die Fortbildungen sind für alle Menschen.
Die Fortbildungen sind vor allem für Menschen, die im Sozial-Bereich arbeiten.



Wie viele Fortbildungen gibt es im Jahr bei Miteinander lernen?

Bei FRISBI gibt es schon lange Kurse, die von Menschen MIT und OHNE Beeinträchtigung gemacht werden können.
Auch bei der Diakonie Akademie gibt es 2024 4 Fortbildungen, wo Menschen mit und ohne Beeinträchtigung Kurse machen können.

Kann ich nur mit einer Mitarbeiterin oder einem Mitarbeiter teilnehmen?

Ja, es soll immer ein Mensch mit Beeinträchtigung mit seinem Mitarbeiter oder seiner Mitarbeiterin teilnehmen.

Miteinander lernen

Sind die Fortbildungen gratis?

Die Fortbildungen sind gratis, weil sie vom Diakoniewerk bezahlt werden.

Muss ich mir einen Urlaub nehmen, wenn ich eine Fortbildung besuche?

Du, als begleitete Mitarbeiterin, kannst dir Bildungs-Urlaub nehmen.

Bei einem Mitarbeiter oder einer Mitarbeiterin ist es Arbeits-Zeit.

Wo muss ich mich anmelden?

Die begleiteten Mitarbeiter und begleiteten Mitarbeiterinnen melden sich bei FRISBI an.

Die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen melden sich bei der Diakonie-Akademie an.

Welche Fortbildungen gibt es 2024?

23. Jänner 2024

Achtsam mit Grenzen umgehen

In dieser Fortbildung lernst du STOPP sagen.

19. März 2024

Friedisch miteinander reden

In dieser Fortbildung lernst du, wie du mit Menschen gut reden kannst.

10. April 2024

Tanz der Farben – Eine Farb-Beratung und Typ-Beratung

Du erfährst welche Kleidung dir gut steht.

Du erfährst wie du dich wohlfühlen kannst.

Du wirst auch geschminkt.

23. September und 30. September 2024

Gesunde Ernährung

Gemeinsam kocht man leckere Gerichte, die gut tun.

Alle Fortbildungen finden im Haus Bethanien in Gallneukirchen statt.



Juliana stellt uns die Fortbildungen vor.

Desi

Buch-Tipp

Wir haben von Frau Em Besuch bekommen.
Frau Em ist Künstlerin und Radio-Sprecherin.

In dem Buch geht es um das Thema
Frühstück und verschiedene Gewohnheiten.
Es ist eine Sammlung von kunstvollen
Texten und Bildern.

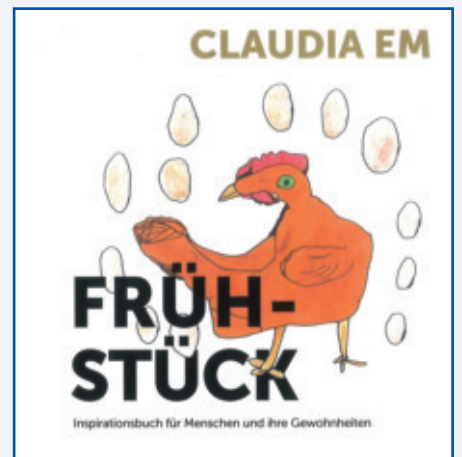
Frau Em hat ein Buch
mit dem Titel Frühstück gemacht.

Die Künstlerinnen und Künstler vom Institut Hartheim
haben auch Beiträge in dem Buch gemacht.

Das Buch wurde am Urfahrner Markt
in Linz vorgestellt.

Das Buch kannst du im Online-Shop vom
Diakoniewerk bestellen.

Das Buch kannst du in der Bücherinsel
in Gallneukirchen kaufen.



Frau Em bei der
Buch-Vorstellung.

Matthias



Kennst du das Touch-Licht?

Eine Mitarbeiterin hat mich darauf aufmerksam gemacht, dass es Touch-Lichter gibt.

Die Touch-Lichter bekommst du im Supermarkt oder im Baumarkt.

Touch-Lichter sind Lampen, die mit leichter Berührung eingeschaltet werden.

So muss ich im Finsternen den Einschaltknopf nicht suchen.

Die Touch-Lichter gehen mit Batterien.

Das heißt du kannst die Touch-Lichter auch bei einem Strom-Ausfall verwenden.

Meine Touch-Lichter sind ganz einfach mit einem Klebe-Steifen oder mit einem Nagel befestigt.

Deshalb sind meine Touch-Lichter immer am selben Platz.

Wenn einmal der Strom ausfällt kann ich immer ein Licht einschalten.

Die Touch-Lichter

musst du nicht in der Hand halten.

So hast du beide Hände frei.

Das hilft mir beim Steuern des Rollstuhls.

Meine Touch-Lichter sind am Kopf-Ende vom Bett, am Tür-Rahmen beim Eingang, in der Küche, beim Sicherungs-Kasten und beim Schreib-Tisch.

Touch ist ein englisches Wort.

Touch spricht man Tatsch.

Touch heißt auf Englisch berühren.



Diese Touch-Lichter musst du mit dem Finger oben drücken.

Desi

Was macht Weihnachten besonders?

In der Advent-Zeit nasche ich Lebkuchen und Weihnachts-Kekse.
Ich trinke gerne eine heiße Schokolade mit Vanille.

Clara

Vor ein paar Jahren war ich über Weihnachten in Waldhausen auf Urlaub.
Das Besondere daran war, dass ich dort mit fremden
Leuten Weihnachten gefeiert habe.
Dass ich die Leute nicht kannte, störte mich nicht.
Es war ein sehr schöner Weihnachts-Urlaub.

Gabi

Was mir an Weihnachten gefällt

Meine Mama bäckt Kekse und
es riecht nach Zimt.
Ich kann mehr Zeit mit meinen
Freunden verbringen,
da es viele Feier-Tage gibt.
Wir machen öfter Spiele-Abende.
Der Weihnachts-Baum ist schön geschmückt
und es riecht nach Wald.
Ich freue mich, wenn es zu Weihnachten schneit.
Auf den Weihnachts-Märkten gefällt mir
die vorweihnachtliche Stimmung.



Matthias

Ich finde, dass Weihnachten die schönste Zeit im Jahr ist.
Am Weihnachts-Tag besuchen meine Eltern und ich unseren Nachbarn.
Unser Nachbar freut sich sehr, dass er nicht alleine sein muss.

Sarah

Meine Mama und ich kaufen immer gemeinsam einen Weihnachts-Baum.
Der Weihnachts-Baum wird auch gemeinsam schön geschmückt.
Ich finde es besonders schön,
wenn die ganze Familie zusammen Weihnachten feiert.
Besonders schön finde ich auch,
am Heiligen Abend in die Kirche zu gehen.

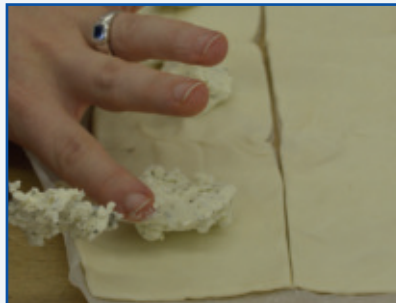
Magdalena

Rezept: Gefüllte Bällchen

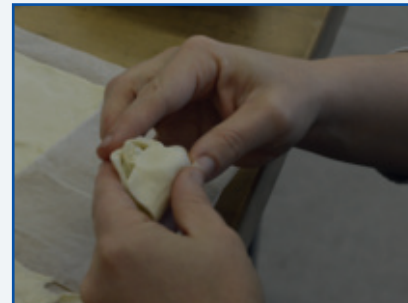
- 1 Packung Blätter-Teig
- 1 Ei zum Bestreichen
- 1 Packung Frischkäse
- 1 Packung geriebener Käse
- 1 Packung Schinken



Den Blätter-Teig in Vierecke schneiden.



Den Frischkäse auf die Vierecke geben.



Die Vierecke zusammenfalten.



Mit den Händen Bällchen formen.



Das Ei gut verrühren.



Die Bällchen mit Ei bestreichen.



Die Bällchen mit geriebenem Käse bestreuen.



Bei 200 Grad
15 bis 20 Minuten
backen.



Du kannst Schinken in die Bällchen geben.

Tipp: Du kannst die Bällchen füllen, wie du magst.

Daniela

Experiment - Warum ist Schnee weiß?

Schnee besteht aus vielen Schnee-Flocken. Schnee-Flocken haben interessante Formen mit vielen verschiedenen Flächen. Wie du vielleicht schon weißt, sieht jede Schnee-Flocke anders aus.

Eine solche Fläche auf der Schnee-Flocke schickt einen kleinen Teil vom Licht zurück. So wie ein kleiner Spiegel. Das passiert auch bei Wasser, wenn du dein Spiegel-Bild im Wasser siehst.

Im Schnee schicken sehr viele Flächen auf den Schnee-Flocken einen Teil vom Licht zurück. So wird fast das ganze Licht zurück geschickt. Deshalb sieht der Schnee weiß aus.

In unserem Versuch zeigen wir mit Wasser-Perlen, dass die Anzahl der Flächen den Unterschied macht. Mit Luft zwischen den Wasser-Perlen gibt es viele Flächen wo Licht zurück geschickt wird.

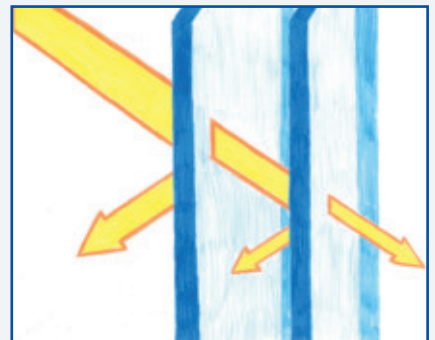
Je mehr Flächen, umso mehr Licht wird zurück geschickt. So sieht es weiß aus.

Wenn die Wasser-Perlen zerkleinert werden, gibt es mehr Flächen. So sehen die zerkleinerten Wasser-Perlen wie Schnee aus.

Wenn Wasser dazu gefüllt wird, ist keine Luft mehr dazwischen. So wird es für das Licht zu einer einzigen Fläche. Die Wasser-Perlen sind durchsichtig.



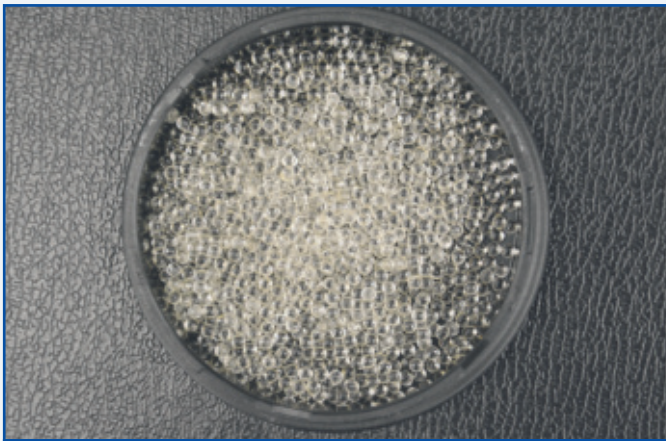
Eine Schnee-Flocke, von Sven gezeichnet.



Das Bild von Sven zeigt, dass, wenn das Licht auf mehrere Flächen trifft, mehr zurück geschickt wird.

Daniela

Experiment - Warum ist Schnee weiß?



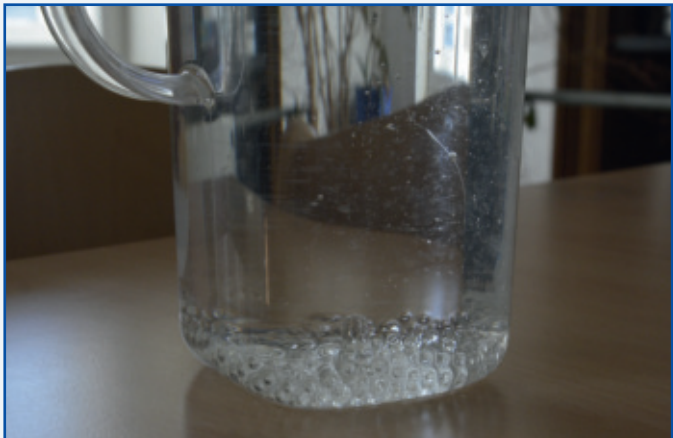
Das sind Wasser-Perlen
bevor sie im Wasser waren.



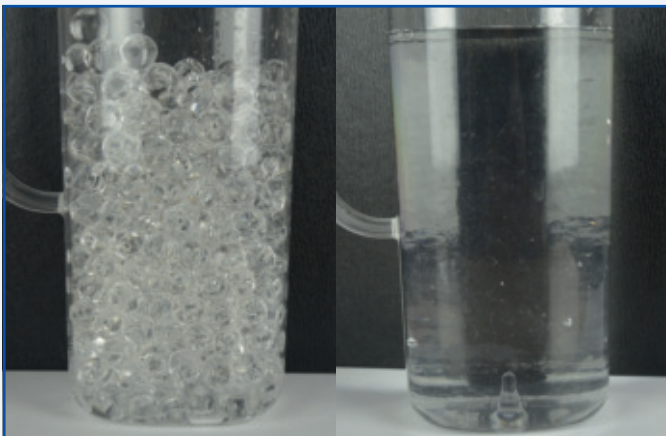
Gib die Wasser-Perlen in einen Krug.



Fülle Wasser in den Krug.



Die Wasser-Perlen werden im
Wasser größer.



Ohne Wasser siehst du die Wasser-
Perlen. Gibst du Wasser dazu,
verschwinden die Wasser-Perlen.



Die zerkleinerten Wasser-Perlen
haben viel mehr Flächen.
Deshalb sieht es weißer aus.

Bastel-Tipp - Glücks-Bringer für Silvester

Für den Glücks-Bringer brauchst du:

Walnuss

rosa Farbe

Wackel-Augen

kleines Herz

Spiral-Haar-Gummi

Pistazien-Schalen

kleine Holz-Scheibe

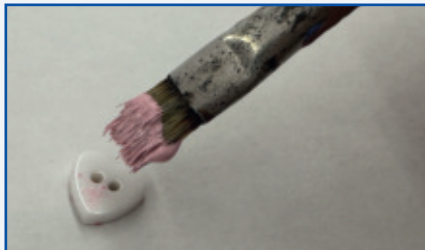
Moos



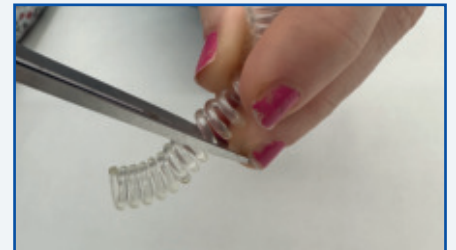
Zum Basteln benötigst du außerdem noch: Pinsel, Schere, Heißklebe-Pistole



Male die Walnuss
rosa an.
Lass die Farbe trocknen.



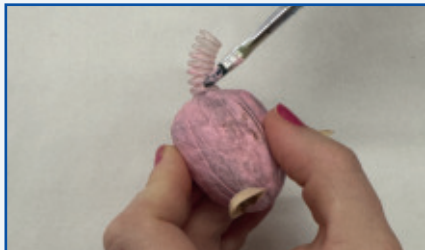
Male das Herz rosa an.
Lass die Farbe trocknen.



Schneide ein
kleines Stück vom
Haargummi ab.



Klebe den Haar-Gummi
und die Pistazien an.



Male den
Haargummi an.



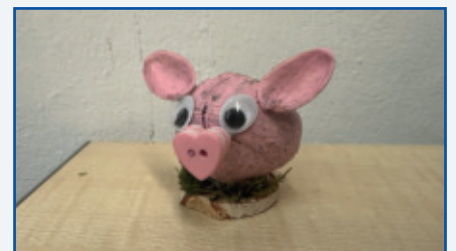
Male die Pistazien
nur innen an.



Klebe die Augen
und die Herz-Nasen
auf die Walnuss.



Klebe das Moos auf
die Holzscheibe.



Klebe die Walnuss
auf das Moos der
Holzscheibe. Fertig!

Job Fit Kurs - Rücken-Schule

Wir, die Kunstwerkstatt Medien, machten einen Job Fit Kurs - **Rücken-Schule**.
Wir hatten großen Spaß dabei und machten viele Turn-Übungen.
Wir lernten Gegenstände richtig zu heben und richtig zu tragen.
Dabei ist es wichtig den Rücken gerade zu halten.



Das Gewicht ist mit
ausgestreckten Armen schwerer.



Das Gewicht ist mit gebeugten
Armen leichter.

Eine Turn-Übung war, das **Gehen mit geradem Rücken**.



Bei der Turn-Übung haben wir einen Schwamm genommen.
Lege den Schwamm auf deinen Kopf.
Du kannst auch ein Buch nehmen.
Gehe mit geradem Rücken.
Pass auf, dass der Schwamm nicht runterfällt.

Magdalena, Clara

Rätsel-Auflösung



Ja, du kannst mit dem
blauen Stift das Wort
grün schreiben.

Tarek

Was passiert beim Projekt Linzerberg 2040?

Der Linzerberg ist in Engerwitzdorf.
Am Linzerberg gibt es viele
Wohnungen und Arbeits-Stellen für
Menschen mit und ohne Behinderungen.

Bis zum Jahr 2040 soll das Leben und
Arbeiten am Linzerberg noch vielfältiger
und bunter werden.



Noch mehr verschiedene Menschen sollen
am Linzerberg Wohnen und Arbeiten können.
Zum Beispiel junge und alte Menschen, Familien und alleinstehende Menschen.

Im Projekt Linzerberg 2040 wird überlegt,
was es alles am Linzerberg bis zum Jahr 2040 geben soll.

Zum Beispiel:

- einen Dorf-Platz,
- noch mehr Bäume und Grün-Flächen,
- viele verschiedene Wohnungen,
- viele verschiedene Räume zum Arbeiten.

Wichtig ist,

- dass die jetzigen Gebäude gut genutzt werden.
- dass die Land-Wirtschaft und der Streichel-Zoo gut eingebunden sind.
- dass es eine gute Nachbarschaft am Linzerberg gibt.
- dass man den Linzerberg gut erreichen kann.

Ab nächstem Jahr gibt es am Linzerberg ein kleines Haus.

Im Haus ist dann ein Zukunfts-Büro.

Im Zukunfts-Büro kann sich jeder erkundigen, was am Linzerberg passiert.

Das Zukunfts-Büro wird auch viele Veranstaltungen machen.

Zu den Veranstaltungen sind ALLE Menschen herzlich eingeladen!



Das ist unser Freizeit **Atelier**

Jeden Montag wird hier gezeichnet und gemalt.

Alle Künstlerinnen kommen nach der Arbeit ins Haus Bethanien.

Mit Kaffee und Musik ist das Malen sehr entspannend.

Im Haus Bethanien ist das Freizeit Atelier.

Das Freizeit Atelier ist ab 5 Uhr nachmittags bis halb 7 Uhr abends.

Elke Sixt ist eine Kunst-Lehrerin.

Elke unterstützt die Künstlerinnen beim Malen und Zeichnen.



Hallo Ich bin Maria

Name: Maria

Alter: 34

Wohnort: Pregarten



Was ich suche: Eine ehrliche Partnerschaft (Liebe)



Was ich gerne in meiner Freizeit mache: radfahren, singen, tanzen, spazieren gehen, Kino gehen, Sport, Kaffeehaus gehen und Freunde treffen.

Meinen Traummann stell ich mir so vor: ehrlich, treu, witzig, romantisch, spontan, lustig, charmant, abenteuerlustig, fesch und du sollst dein Herz am rechten Fleck haben.

Ich bin seit langem Single und bin auf der Suche nach einer ehrlichen Partnerschaft (Mann).

Ich würde mich sehr freuen auf ein erstes Treffen mit dir, um dich kennen zu lernen!

Vielleicht bis bald, Maria 😊

Wenn Du Dich angesprochen fühlst, darfst du Dich gerne melden

Mit dem Kennwort „Maria“ an die Redaktion der Zeitung ICH und WIR:

@-Mail: Ichundwir@diakoniewerk.at

Adresse: Kunstwerkstatt Medien, Hauptstraße 3, 4210 Gallneukirchen



Partner:innen-Vermittlung für Menschen mit Beeinträchtigung / Lernschwierigkeiten

»» beim Verein **senia**



Weingartshofstraße 37-39, 4020 Linz



0732-89 00 90



office@senia.at

1 x Anmeldegebühr 20 €

1 x Jahresgebühr 12 €



Unser Weihnachts-Wunsch



Frieden auf der ganzen Welt!

Das Redaktions-Team