



SCHRITTE team
team SCHRITTE

Maria Brandl
Dr. Walter Krög
Barbara Oberndorfer

maria.brandl@schritte.at • ++43 676 5448094

barbara.oberndorfer@schritte.at • ++43 699 15566887

walter.kroeg@schritte.at • ++43 676 4118681

Wie sag ich euch, was ich will?

Dieses Angebot gilt sowohl für Jugendliche als auch für erwachsene Frauen und Männer mit Lernbehinderung sowie gemischte Gruppen unterschiedlicher Altersstufen.

Zielgruppen:

Jugendliche, sowie erwachsene Frauen und Männer mit Lernbehinderung, die dabei sind, ihr Leben selbstbewusst zu planen und ihre Forderungen und Wünsche mit anderen besprechen möchten.

„Wie sag ich euch, was ich will?“ – das ist in vielen Situationen ganz wichtig: zu Hause, gegenüber Freunden und Freundinnen, in der Arbeit, in der Werkstätte, ...

Inhalt:

Sie leben zusammen mit Ihren Eltern, in einer Wohngemeinschaft oder in einer Einrichtung. Sie arbeiten in einer Tagesstätte oder in einem Qualifizierungsprojekt.

Meistens ist es ganz angenehm, dass Sie jemand unterstützt und für Sie da ist, mit Ihnen spricht und Ihnen auch zuhört.

Manchmal haben Sie aber nicht die gleiche Meinung wie die anderen.

Vielleicht wollen Sie Veränderungen, haben eigene Wünsche und Träume.

*Ich will ernst genommen werden!
Ich will, dass mir die anderen zuhören!*



Auch Ihre Eltern oder Unterstützungspersonen haben Wünsche und Vorstellungen.

Die gemeinsamen Gespräche können ganz schön anstrengend sein. Vielleicht fühlen Sie sich danach nicht sehr gut, sind unzufrieden, traurig oder zornig.

Fühlen Sie sich nicht ernst genommen? Oder nicht verstanden?

Wenn Sie in Ihrem Leben etwas verändern wollen, dann müssen Sie auch selbst etwas dafür tun. Dazu ist es wichtig zu wissen, was Sie gerne möchten und was Sie gut können.

Wir wollen kleine Schritte entwickeln, damit Sie Ihre Zukunft gut gestalten können.

Wir laden Sie ein, gemeinsam mit uns und in der Gruppe zu reden und verschiedene Gespräche auszuprobieren.

Empfohlene Seminardauer:

gesamt ca. 8 Stunden; Aufteilung auf 2-3 Termine möglich

Dieses Seminar wird von Maria Brandl und Walter Krög gemeinsam durchgeführt.



ICH bin ICH – ICH bin eine FRAU

Zielgruppe:

Frauen mit Behinderung, die sich als Frau gut und sicher fühlen wollen.

Inhalt:

Manche Tage verlaufen einfach nicht so wie Sie es gerne hätten: Sie fühlen sich einfach nicht wohl in ihrem Körper als FRAU. Sie wären so gerne anders. Aber wie denn? Da gibt es so viele Bilder von FRAUEN – in der Zeitung, im Fernsehen, in der Werbung. Wir laden Sie daher ein, sich auf die Entdeckungsreise FRAU zu begeben, bei der Sie die Hauptperson sind.

Sie entscheiden, welche Fragen für Sie besonders wichtig sind:

- So sind Sie als FRAU
- Ihre Fähigkeiten, Stärken und Talente als FRAU
- Ihre Träume als FRAU



Wenn Sie in ihrem Leben etwas verändern wollen, dann müssen Sie selbst etwas dafür tun. Dazu ist es wichtig zu wissen, was Sie gerne möchten und auch was Sie gut können.

In diesem Seminar ermutigen und unterstützen Sie einander.

Wir sind uns sicher: Es gibt bestimmt eine Menge zu entdecken über Sie und über Ihr Leben.

Wir unterstützen Sie dabei herauszufinden, was Sie an sich mögen oder was Sie an sich verändern möchten.

Methoden:

- ✓ Wir arbeiten in kleinen Gruppen
- ✓ Wir diskutieren gemeinsam und erarbeiten uns Tipps und neue Ideen
- ✓ Wir arbeiten in Doppelbesetzung

Empfohlene Seminardauer:

Gesamt ca. 8 Stunden, Aufteilung auf 2-3 Nachmittage od. Abende möglich