

MEHR ALS NUR
KAFFEE UND KUCHEN

wabene

Öffnungszeiten:
Dienstag – Freitag
10 – 18 Uhr



Wir machen
Begegnungen möglich

- Täglich wechselnde Mittagsgерichte
- Selbstgemachte Kuchen und Torten
- Veranstaltungen, Kreatives
- Süßer Mittwoch

VERANSTALTUNGEN

September bis Februar
2026 2027



Besondere
Autorinnen lesen
besondere Texte
Lesung

Freitag, 25. September
2026, 17:30 - 19:00 Uhr

Tag der offenen
Tür in der wabe
in Eltersdorf

Besonderes

Donnerstag,
15. Oktober 2026,
14:00 - 17:00 Uhr

Das triggert mein
ADHS

Vortrag

Dienstag, 16. Februar 2027,
18:00 - 19:30 Uhr

wabene
Henkestraße 53 | 91054 Erlangen
Tel. 09131 92078-50 wabene@wabe-erlangen.de
www.wabene-erlangen.de

wabe Verein zur
Wiedereingliederung
psychisch kranker
Menschen e.V.

wabene

Vorwort

Liebe Besucherinnen und Besucher, liebe Gäste,

wir starten in das Wintersemester 2026/2027 mit dem neuen Thema **Begegnung**. Begegnungen - dafür steht wabene seit Beginn. Sie bereichern unser Leben, verbinden Menschen, eröffnen neue Perspektiven und schaffen Raum für Austausch, Verständnis und gemeinsames Erleben. An dieser Stelle bedanken wir uns für die langjährige positive Kooperation mit der vhs Erlangen, eine Begegnung von unschätzbarem Wert.

Im Schreibworkshop **Begegnung bewegt – und Schreiben auch!** zeigt Pauline Füg, wie inspirierende, überraschende oder herausfordernde Begegnungen in lebendige Gedichte und Prosatexte verwandelt werden können. Im neuen **Ressourcen-Pool** tauschen wir uns in vertrauensvoller Atmosphäre darüber aus, was Menschen stärkt und welche inneren sowie äußeren Ressourcen sie im Alltag tragen.

Freuen Sie sich außerdem auf viele informative Vorträge und Gruppenangebote zu folgenden Themen:

- **Durch Krisen mit Genesungsbegleitung kommen**, mit Einblicken in die Praxis der Genesungsbegleitung und Raum für Austausch mit Heidrun Pitters.
- **In Würde zu sich stehen (IWS)**, unser Gruppen-seminar rund um den Umgang mit der Offenlegung psychischer Erkrankungen mit Heidrun Pitters und Monika Döllinger.
- **Das triggert mein ADHS**, ein Vortrag von Prof. Dr. Marius Raab über den inflationären Alltagsgebrauch von Diagnosebegriffen, gesellschaftliche Verantwortung und den gemeinsamen Dialog.

Auch besondere Veranstaltungen laden zum Miteinander ein: Beim **Tag der offenen Tür des wabe e. V.** in Eltersdorf können Sie unsere verschiedenen Geschäftsbereiche kennenlernen. Beim **Herbstfest in Kooperation mit Siemens Healthineers** stehen gemeinsames Erleben, Kreativität und Austausch in herbstlicher Atmosphäre im Mittelpunkt. Darüber hinaus bietet die **Mental Health & Wellbeing Tour im Kunstpalais** die Möglichkeit, Kunst in einem geschützten Rahmen zu entdecken und miteinander ins Gespräch zu kommen. Der **Stammtisch**, der **Spieletreff**, das **Nadelspiel** oder die **Trialog**-Reihe, in Zusammenarbeit mit dem Klinikum am Europakanal und dem Sozialpsychiatrischen Dienst Erlangen, laden Sie wie jedes Semester zum Austausch und Verweilen ein.

Ob beim abwechslungsreichen Mittagstisch, beim neuen **wabene Brunch** mit vielen kulinarischen Leckereien oder bei einer Tasse Kaffee und selbstgebackenem Kuchen – hier ist Zeit für Genuss, Gespräche und gemeinsames Miteinander.

Das wabene-Team freut sich auf Sie!
Ihr Steffen Meier

Ihre Wertschätzung für unsere Arbeit war im vergangenen Semester deutlich spürbar – dafür bedanken wir uns herzlich. Auch weiterhin sind wir auf Hilfe angewiesen, um unsere Angebote und Begegnungsräume in diesem Umfang erhalten zu können. Jede Form der Unterstützung ist willkommen – sei es durch den Besuch unseres Bistros, die Teilnahme an unseren Veranstaltungen, ehrenamtliches Engagement oder eine Spende.

Wer wir sind:

wabene ist ein Ort für ungezwungene Begegnungen von Menschen mit und ohne psychische Erkrankungen. Neben dem Bistro, in dem auch soziale und kulturelle Veranstaltungen stattfinden, bietet wabene zahlreiche Begegnungsangebote; Raumvermietung sowie Catering runden das Angebot ab. wabene gehört zum wabe Verein zur Wiedereingliederung psychisch kranker Menschen e. V.

Wichtige Tipps:

Abonnieren Sie unsere wabene-Speisekarte!
Unter <https://www.wabe-erlangen.com/wabene/> können Sie sich anmelden und bekommen dann von uns die wöchentlich erscheinende Speisekarte unseres Bistros per E-Mail.

Auch wenn Sie über die Ereignisse in der wabe informiert werden wollen, haben wir etwas für Sie. Auf unserer Homepage unter <https://www.wabe-erlangen.com/newsletter/> können Sie sich für den wabe Newsletter anmelden.

Unterstützen Sie uns, dann helfen Sie anderen!

Seit über 35 Jahren setzt sich der wabe Verein zur Wiedereingliederung psychisch kranker Menschen e. V. für Menschen mit einer seelischen Erkrankung in und um Erlangen ein.

Am Stammsitz in Eltersdorf bieten wir in einer Inklusionsfirma und einer anerkannten Werkstatt für Menschen mit seelischen Beeinträchtigungen Arbeitsplätze an. In der wabe Tagesstruktur nehmen unsere Klienten die Möglichkeit eines geregelten Tagesablaufs wahr und im wabe wohnen unterstützen wir ambulant bei lebenspraktischen Herausforderungen.

Im Erlanger Zentrum haben wir mit wabene, unserem Bistro in der Henkestraße, einen Ort der Begegnungen und der Inklusion geschaffen.

Jede Spende hilft uns, dafür zu sorgen, dass psychisch erkrankte Menschen nicht an den Rand der Gesellschaft gedrängt werden, sondern aktiv, gleichberechtigt und zufrieden am Leben teilhaben können.

Spenden Sie bequem über unsere Homepage www.wabe-erlangen.de unter der Rubrik „Spenden“ oder überweisen Sie direkt an die Sparkasse Erlangen, DE94 7635 0000 0040 0000 39, Empfänger ist der wabe Verein zur Wiedereingliederung psychisch kranker Menschen e. V.

Eine Spendenbescheinigung für Beträge ab 200 € erhalten Sie selbstverständlich gerne.



wabene stellt sich vor

Steffen Meier

Geschäftsbereichsleiter



Als Geschäftsbereichsleiter für wabene und die wabe Tagesstruktur können Sie jederzeit auf mich zukommen – ich werde Ihr Anliegen oder Ihre Anfrage gerne entgegennehmen und bearbeiten. Ich freue mich auf Ihren Besuch in wabene.

s.meier@wabe-erlangen.de,
Tel. 09131 6171-40

Jana Holdt

Bistroleiterin



Ich kümmere mich als Bistroleiterin um Ihre Cateringanfragen, Raumvermietungen und um alle Anliegen rund um den Bistrobetrieb. j.holdt@wabe-erlangen.de,
Tel. 09131 92078-53



Friederike Hochreuther

Begegnungen und Ehrenamt

Haben Sie Fragen zu unseren Begegnungsangeboten, möchten Sie sich für Veranstaltungen anmelden oder haben Sie Fragen zu Ermäßigungen? Wünschen Sie sich bestimmte Themen oder Veranstaltungen? Dann sind Sie bei mir an der richtigen Adresse. Außerdem bin ich Ihre Ansprechpartnerin für alle Fragen zum Thema Ehrenamt. f.hochreuther@wabe-erlangen.de,
Tel. 09131 92078-52



Heidrun Pitters

Ex-In-Genesungsbegleiterin

Als Ex-In-Genesungsbegleiterin bin ich Ihre erste Ansprechpartnerin rund um das Thema Selbsthilfe. Dazu biete ich in wabene unter anderem eine regelmäßige Selbsthilfe-Sprechstunde an. Locker ins Gespräch kommen wir gerne beim wöchentlich stattfindenden Stammtisch und natürlich bin ich darüber hinaus auch für Ihre Anliegen erreichbar.

h.pitters@wabe-erlangen.de,
Tel. 09131 92078-52



Regelmäßige Begegnungen

MONTAG

DIENSTAG

14:00-16:30
monatlich
Gruppenraum
NUR nach
vorheriger
Anmeldung!

Selbsthilfe-Sprechstunde für Betroffene und Angehörige

Diese Selbsthilfe-Sprechstunde richtet sich an Betroffene und Angehörige. Manchmal kann es hilfreich sein, mit jemandem zu sprechen, der selbst Erfahrungen mit schweren psychischen Krisen und dem (sozial-)psychiatrischen Hilfesystem gemacht hat und einen Weg der Genesung gegangen ist. Dazu bietet die Selbsthilfe-Sprechstunde unserer EX-IN-Genesungsbegleiterin in wabene einen vertraulichen Rahmen.

Terminvereinbarungen mit
Heidrun Pitters persönlich,
per E-Mail an h.pitters@wabe-erlangen.de oder telefonisch unter 92078-52.

Termine nach vorheriger Absprache

16:00-17:00
monatlich
Gruppenraum

Dartsnachmittag

An den Dartsnachmittagen haben Sie die Möglichkeit, einen kurzweiligen Nachmittag in wabene zu verbringen. Die Dartsscheibe steht für die ein oder andere Runde Darts zur Verfügung, aber auch für entspannte Gespräche ist Raum und Zeit.



Ansprechpartner:
Christian Höniges,
Friederike Hochreuther,
Tel. 92078-52,
f.hochreuther@wabe-erlangen.de

Termine:

2026: 22.09., 20.10., 24.11.

2027: 26.01., 23.02.

16:30-17:30
monatlich
Gruppenraum

NEU: Ressourcen-Pool

Gemeinsam tauchen wir ein in die Welt von Selbstfürsorge und Empowerment. Im kleinen Kreis und in vertrauensvoller Atmosphäre ergründen wir Antworten auf Fragen wie „Was stärkt mich in schwierigen Zeiten?“ und „Welche inneren und äußeren Ressourcen stehen mir im Alltag zur Verfügung?“. Dieses Angebot richtet sich an alle, die sich selbst besser kennenlernen möchten. Wenn Sie Interesse daran haben, bei unserem Austausch dabei zu sein, geben Sie uns gern per E-Mail oder Anruf Bescheid! Wir freuen uns auf Sie. Ansprechpartnerin:
Heidrun Pitters, Tel. 92078-52,
h.pitters@wabe-erlangen.de

Termine:

2026: 06.10., 10.11., 01.12.

2027: 02.02.

Regelmäßige Begegnungen

MITTWOCH

14:30-17:00
wöchentlich
Bistro

Offener Stammtisch

Unser Stammtisch ist für alle offen, ob alte Bekannte oder neue Gesichter. Genießen Sie bei leckerem Kaffee und selbstgebackenem Kuchen nette Gespräche und knüpfen Sie neue Bekanntschaften. Für alle, die gerne aktiv sein möchten, steht auch unser Spieleschrank zur Verfügung.

Beim Stammtisch gibt es Kaffee und Saft zum Selbstkostenpreis.

Ansprechpartnerin:
Friederike Hochreuther, Tel. 92078-52,
f.hochreuther@wabe-erlangen.de

Nicht vergessen: Süßer Mittwoch in wabene!

16:00-16:30
wöchentlich
Gruppenraum

Achtsamkeitsgruppe

Wir halten gemeinsam für eine halbe Stunde inne und praktizieren einfache Achtsamkeitsübungen. Diese können helfen, im Alltag entspannter und gelassener zu werden. Es erwartet Sie ein vielseitiges Angebot aus angeleiteten Meditationen, Fantasiereisen, achtsamem Wahrnehmen mit allen Sinnen und verschiedenen Entspannungsübungen.

Ansprechpartnerin:
Heidrun Pitters, Tel. 92078-52,
h.pitters@wabe-erlangen.de

DONNERSTAG

10:30-12:00
monatlich
Bistro

Eltern-Kind-Gruppe

Die offene Eltern-Kind-Gruppe bietet die Möglichkeit zu lockeren Unterhaltungen, einen Raum zum Spielen für Kinder und einen Austausch zu den Themen rund um Elternschaft. Die Gruppe wird von einer Sozialpädagogin und zwei Ehrenamtlichen begleitet. Beide kennen die Herausforderungen, die der Alltag mit Kindern mit sich bringt und wissen, wie wertvoll der Austausch mit anderen Eltern ist. wabene bietet eine einladende Café-Atmosphäre, eine Spielecke für die Kleinen und einen Wickeltisch. Auch Väter sind ausdrücklich willkommen.

Ansprechpartnerin:
Friederike Hochreuther, Tel. 92078-52,
f.hochreuther@wabe-erlangen.de

Termine:
2026: 10.09., 08.10., 05.11., 10.12.
2027: 14.01., 11.02.



15:30-17:00
monatlich
Gruppenraum

Kreativangebot

Wir veranstalten jeden Monat einen Kreativworkshop im Haus. Manche finden im Rahmen der Kooperation mit der vhs statt, diese erstrecken sich über zwei Wochen.

Regelmäßige Begegnungen



Wir bieten innovative, abwechslungsreiche und praktische Ideen. Genauere Informationen zu den Terminen und Inhalten entnehmen Sie bitte den jeweiligen Angebotsbeschreibungen.

Ansprechpartnerin:
Friederike Hochreuther, Tel. 92078-52,
f.hochreuther@wabe-erlangen.de

Termine:
2026: 01. & 08.10., 26.11.
2027: 21.01., 04. & 18.02.

Manche Workshops finden samstags statt:
2026: 26.09., 07.11., 14.11.,
28.11., 05.12.
2027: 23.01.

16:00-17:30
14-tägig
Bistro

Schachgruppe

Schach oder auch „das königliche Spiel“ ist eines der bekanntesten Brettspiele in Europa. Das Ziel des Spiels ist es, den Gegner auf dem schwarz-weiß-gekachelten Spielfeld schachmatt zu setzen. Wenn Begriffe wie dieser oder „Turm, Springer, Läufer“ Ihnen keine Unbekannten mehr sein sollen oder Sie bereits Übung im Schachspiel haben und Ihr Können festigen wollen, dann besuchen Sie die Schachgruppe unter Leitung von Matthias Hetzner!



Hier können Sie gemeinsam mit anderen Schach spielen, es lernen oder einfach nur zusehen.

Ansprechpartner:
Matthias Hetzner,
Tel. 0176 455 700 29

Termine:
2026: 17.09., 01.10.,
12.11., 26.11.,
10.12., 17.12.
2027: 07.01., 21.01.,
04.02., 18.02.

17:00-18:30
monatlich
Bistro

Trialog

Der Trialog in Erlangen ist ein offener Gesprächskreis unter der Beteiligung von Menschen mit Psychoseerfahrung, Angehörigen und professionellen Fachkräften. Die Idee ist ein gleichberechtigter Erfahrungsaustausch dazu, wie Psychosen aus verschiedenen Perspektiven erlebt werden. Die Veranstaltungen sollen das Verständnis füreinander fördern und Raum für Wünsche aller Beteiligten bieten. Die Schweigepflicht nach außen wird vorausgesetzt. Eine anonyme Beteiligung ist möglich.

Regelmäßige Begegnungen

Der Trialog ist eine Kooperation der Institutsambulanz des Klinikums am Europakanal Erlangen mit dem Sozialpsychiatrischen Dienst des Caritasverbands Erlangen und wabe e. V.



Ansprechpartner:
wabene:
Heidrun Pitters, Tel. 92078-52,
h.pitters@wabe-erlangen.de
SpDi Erlangen:
Lutz Marx, Tel. 8856-63

Termine:

2026:

24.09. Grenzen spüren, Grenzen setzen
aus trialogischer Sicht

29.10. Was entlastet die Angehörigen?

26.11. Vorsorgevollmacht und
Patientenverfügung im
Psychosekontext

2027:

28.01. Psychosen und Stigmatisierung

25.02. Möglichkeiten der Nachsorge
nach längeren Klinikaufenthalten

Wichtiger Hinweis!

Wir sind der kompromisslosen Gleichberechtigung der Geschlechter verpflichtet. Nur für eine bessere Lesbarkeit unserer Informationen wird die maskuline Schreibform von Personenbezeichnungen verwendet.

FREITAG

14:00-15:00
wöchentlich
Bistro
NUR nach
vorheriger
Anmeldung!

Behörde-Deutsch/Deutsch-Behörde

Sie haben Angst vor offiziellen Schreiben, die Sie nicht verstehen, und sammeln die Post deshalb ungeöffnet? Wir helfen und bieten Ihnen an, offizielle Post verständlich zu erklären, und wenn notwendig, Anlaufstellen zu vermitteln. Wir helfen Ihnen unentgeltlich. Rechts-, Finanz- und Steuerberatung leisten wir nicht.

Nehmen Sie gerne Kontakt mit unserer Verwaltung auf, Sie können dann ein Treffen in den Räumen von wabene vereinbaren.

Ansprechpartnerin:
Elke Hartmann, Tel. 6171-30,
e.hartmann@wabe-erlangen.de

14:00-17:00
wöchentlich
Bistro

Spieletreff

Klassiker und Ausgefallenes, Karten-, Würfel- oder Brettspiele – unser Spielschrank ist reich bestückt und bestimmt ist für jeden etwas dabei. Lassen Sie die Woche kurzweilig ausklingen, ob beim Mitspielen oder Zuschauen.

Ansprechpartnerin:
Friederike Hochreuther, Tel. 92078-52,
f.hochreuther@wabe-erlangen.de



Regelmäßige Begegnungen

15:00-17:00
wöchentlich
Bistro

Nadelspiel

Sie sind ein Strickprofi?
Oder Sie wollen den
Umgang mit Nadeln und
Wolle lernen oder
wieder damit anfangen?
Hier können Sie Ihre
Kenntnisse vertiefen oder einfach Spaß
beim Stricken haben.

Materialkosten bei Bedarf

Ansprechpartnerin:
Elke Hartmann, Tel. 6171-30,
e.hartmann@wabe-erlangen.de



vhs Volkshochschule
Erlangen

wabene

Kooperationsprojekt vhs Erlangen und wabene

In Kooperation mit der vhs Erlangen ermöglicht wabene, der Treffpunkt für Menschen mit und ohne psychische Erkrankungen, die Teilnahme an Bildungsangeboten. Die Angebote sind überwiegend aus dem Gesundheits- und Kulturbereich zu sozialverträglichen Entgelten und barrierefrei.

Menschen mit Behinderung können vhs-Kursangebote zu vergünstigten Preisen wahrnehmen. Hierfür ist lediglich ein Vorgespräch mit dem wabene Team notwendig, wir beraten Sie gerne.

Bitte beachten Sie die Endnote „1“ bei manchen Angeboten!

Hier sind nach einem Vorgespräch mit wabene ermäßigte Kursgebühren möglich. Zudem gibt es weitere Ermäßigungen (z. B. für Studierende).

Mehr Infos dazu unter www.vhs-erlangen.de/services/ermaessigungen

Sollten Sie Hilfe beim Verstehen der Texte unseres Veranstaltungsprogramms benötigen, dann kommen Sie bitte auf uns zu, wir unterstützen Sie gern.

SAMSTAG

10:00-12:00
2-monatlich-
Bistro

NEU: wabene Brunch

Wir erweitern unser Frühstücksangebot um einige kulinarische Highlights und verschiedene Leckereien. Ob Sie gerne herzhaft oder eher süß in den Tag starten – für jeden Geschmack ist etwas dabei. Bei einer Tasse Kaffee oder Tee können Sie nach Herzenslust am Buffet schlemmen und in bester Gesellschaft ins Wochenende starten.

Reservierung erforderlich
unter Tel. 92078-50
9,50 € Kostenbeitrag für Verpflegung

Termine:
2026: 26.09., 07.11.
2027: 06.02.



wabene

wabene

wabene

Regelmäßige Begegnungen im September:

- 10.09. Eltern-Kind-Gruppe
- 17.09. Schachgruppe
- 22.09. Dartsnachmittag
- 24.09. Trialog: Grenzen spüren, Grenzen setzen
aus trialogischer Sicht
- 26.09. Kreativangebot:
Körbchenflechten aus Peddigrohr
- 26.09. wabene Brunch

mittwochs: Stammtisch und Achtsamkeitsgruppe
freitags: Spieletreff, Behörde-Deutsch/Deutsch-
Behörde und Nadelspiel

Nähere Informationen auf den Seiten 8 - 16.

Karaoke in wabene

Herzliche Einladung an alle
Hobby-Sänger zum Karaoke-
Nachmittag in wabene!
Gesungen wird nur zum Spaß, in
der Gruppe oder allein und auch
Zuhörer sind natürlich jederzeit
willkommen. Eine Auswahl an
Liedern steht mit der wii-Konsole bereit.



Besonderes | Sabrina Mathey

Freitag, 11. September 2026, 15:00 - 17:00 Uhr

Eintritt frei | wabene | keine Anmeldung erforderlich

Impulse & Austausch - Winterblues? Ohne mich!

Die dunkle Jahreszeit kann aufs Gemüt
schlagen, das kennen viele. Was hilft
gegen Antriebslosigkeit, Müdigkeit und
gedrückte Stimmung im Winter? Welche kleinen Rituale
oder Gedanken tun gut? Tauschen wir uns darüber aus
und nehmen Sie stärkende Impulse mit!

Anmeldung bitte bis 11.09.2026 unter Tel. 92078-52 oder
f.hochreuther@wabe-erlangen.de.

Austausch | Friederike Hochreuther

Donnerstag, 17. September 2026, 16:00 - 17:00 Uhr

Eintritt frei | wabene | Anmeldung erforderlich



vhs-Kurs in Kooperation mit wabene

Singen mit Genuss¹

Spannend und besänftigend, kraftvoll und federleicht,
erdverbunden und beflügelnd. All das kann Gesang sein.
Der Kurs steht allen offen, die gerne singen. Die
musikalische Reise führt in verschiedene Teile der Welt,
um den Klang unterschiedlicher Kulturen zu erleben und
mit anderen in wohlthuende Mehrstimmigkeit
einzutauchen. Chorerfahrungen oder Notenkenntnisse
sind nicht erforderlich.

Kontakt für Rückfragen: Friederike Hochreuther,
f.hochreuther@wabe-erlangen.de, Tel. 92078-52

¹ Ermäßigung möglich!

vhs-Kurs 26 W 30 40 05 | Barbara Kloiber

ab Montag, 21. September 2026, 19:00 - 20:15 Uhr

15 Abende | 54,20 € | wabene | Anmeldung über vhs

vhs-Kurs in Kooperation mit wabene

Theaterwerkstatt: Geschichten, die uns berühren¹

Was passiert, wenn Menschen sich begegnen? Ein Blick, ein Wort, ein Missverständnis – und plötzlich entsteht eine Geschichte. In der Theaterwerkstatt dreht sich alles um Begegnungen: zufällige, überraschende, berührende oder auch konfliktreiche. Gemeinsam entwickeln wir aus Improvisationen, persönlichen Erlebnissen und theaterpädagogischen Übungen kleine Szenenfolgen und Charaktere. So entsteht nach und nach ein lebendiges Theaterstück, das wir am 01. Februar im Stufensaal im kubik aufführen werden.

Kursort: kubik, Südliche Stadtmauerstr. 35,
Bewegungsraum, 0210

Bitte berücksichtigen Sie, dass nur eingeschränkte Umkleidemöglichkeiten vorhanden sind. Am besten kommen Sie bereits in bequemer Kleidung.

Kontakt für Rückfragen (besondere Bedarfe):
dunja.schneider@stadt.erlangen.de (vhs)

¹ Ermäßigung möglich!

vhs-Kurs 26 W 30 30 11 | Stefanie Miller

ab Montag, 21. September 2026, je 19:30 - 21:00 Uhr

16 Abende | 144,50 € | kubik | Anmeldung über vhs

Besondere Autorinnen lesen besondere Texte

Wir freuen uns sehr, dieses Semester zwei außergewöhnliche Autorinnen und ihre Werke bei uns in wabene begrüßen zu dürfen.

Conny Albert arbeitet in der Verwaltung. In ihrer Freizeit liest sie gerne Bücher und schreibt an ihren Buchprojekten. Inspirationen für ihre Projekte holt sie sich aus dem normalen Alltag.



Zu ihrem Buch „Mein Leben ist anders“: Lilly Jacobsen hat das Down-Syndrom. Dank ihrer großen Fantasie erlebt sie ein Abenteuer nach dem anderen. In dieser autobiografischen Erzählung von Conny Albert geht es nicht nur um ein besonderes Mädchen, sondern auch um Werte wie Nächstenliebe und Respekt, welche die Autorin vermitteln will.

Kiki T. Lee lebt mit ihren Katzen sehr zurückgezogen und widmet sich hauptsächlich der Kunst. Früher als Sängerin und Chorleiterin, jetzt als Autorin. In ihren beiden Romanen „Pauschalurlaub“ widmet sie sich dem Thema Verschwörung. Weshalb? Notwehr!



Zu ihrem Buch „Pauschalurlaub 2“: Journalist David findet heraus, dass Pauschalurlaube nicht wirklich, sondern virtuell stattfinden. Angeblich aus Umweltschutzgründen und um den Regierungen Geld in die Kassen zu spülen. Er bucht eine Reise nach

Ägypten, in die Höhle des Löwen, um herauszufinden, von wo aus alles gesteuert wird. Im „Urlaub“ angekommen, erwartet ihn eine Überraschung nach der anderen. Ein Freudverschnitt versucht ihn anzuwerben. Ob das gelingt?

Lesung | Conny Albert, Kiki T. Lee

Freitag, 25. September 2026, 17:30 - 19:00 Uhr

Eintritt frei | wabene | keine Anmeldung erforderlich

vhs-Kurs in Kooperation mit wabene

Körbchenflechten aus Peddigrohr¹

Aus nachhaltigem, natürlichem Peddigrohr fertigen wir ein nützliches Körbchen (bzw. Flaschenhülle, Stiftebecher o. ä.) an. Im Kurs erlernen Sie nicht nur dieses schöne Handwerk, sondern kommen zur Ruhe und üben sich in Konzentration und Koordination.

Materialien wie naturfarbenes Peddigrohr oder Flechtfäden in Frühlings- und Sommerfarben sowie Werkzeuge sind vorhanden.

Eine Materialpauschale von 10 € wird vom Kursleiter eingesammelt. Ausführliche Kursunterlagen inklusive.

Kontakt für Rückfragen: Friederike Hochreuther,
f.hochreuther@wabe-erlangen.de, Tel. 92078-52

¹ Ermäßigung möglich!

vhs-Kurs 26 W 33 70 33 | Rudi Viertel

Samstag, 26. September 2026, 09:30 - 12:30 Uhr

26 €, 10 € Material | wabene | Anmeldung über vhs

wabene Brunch



Mit ausgewählten kulinarischen Besonderheiten läuten wir die gemütliche Zeit des Jahres ein. Ob Sie gerne herzhaft oder eher süß in den Tag starten – für jeden Geschmack ist etwas dabei. Bei einer Tasse Kaffee oder Tee können Sie nach Herzenslust am Buffet schlemmen und dabei ganz entspannt ins Wochenende starten.

Tischreservierung unter Tel. 92078-50 erforderlich.

Kulinarisches | wabene

Samstag, 26. September 2026, 10:00 - 12:00 Uhr

9,50 € | wabene | Reservierung erforderlich

vhs-Kurs in Kooperation mit wabene

Wie lesen und schreiben blinde Menschen?

Erfahren Sie in diesem Workshop, wie blinde Menschen lesen und schreiben, wie die Punktschrift, auch Brailleschrift genannt, funktioniert und wie die Schrift Teilhabe, Inklusion und Barrierefreiheit ermöglicht.

Sie können erste Erfahrungen mit dem Lesen und Schreiben machen, Hilfsmittel werden gezeigt, und es ist genügend Raum für Ihre mitgebrachten Fragen.



Kontakt für
Rückfragen:
Friederike
Hochreuther,
Tel. 92078-52,
f.hochreuther@
wabe-erlangen.
de

vhs-Workshop 26 W 26 02 01 | Jutta Winter

Mittwoch, 30. September 2026, 15:30 - 16:30 Uhr

Eintritt frei | wabene | Anmeldung über vhs

Regelmäßige Begegnungen im Oktober:

- 01.10. Kreativangebot: Speckstein:
Grundlagen und Werkstückgestaltung
01.10. Schachgruppe
06.10. Ressourcen-Pool
08.10. Eltern-Kind-Gruppe
08.10. Kreativangebot: Speckstein:
Grundlagen und Werkstückgestaltung
20.10. Dartsnachmittag
29.10. Dialog: Was entlastet die Angehörigen?

mittwochs: Stammtisch und Achtsamkeitsgruppe
freitags: Spielertreff, Behörde-Deutsch/Deutsch-
Behörde und Nadelspiel

Nähere Informationen auf den Seiten 8 -16.



**vhs-Kurs in Kooperation mit
wabene**

Speckstein: Grundlagen und Werkstückgestaltung¹

In diesem Kurs haben Sie die
Möglichkeit, das Material

Speckstein kennenzulernen. Mit der vorherigen
Vermittlung von Grundwissen werden dann einzelne
Schritte und mögliche Bearbeitungsweisen gezeigt: vom
Feilen über das Schnitzen bis hin zum Polieren. Es darf
ein Werkstück nach eigener Wahl erarbeitet werden,
zum Beispiel ein Handschmeichler, ein Teelichthalter
oder ein Glücksbringer.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Materialkosten in Höhe von 8 € werden vor Ort
eingesammelt.

Kontakt für Rückfragen: Friederike Hochreuther,
f.hochreuther@wabe-erlangen.de, Tel. 92078-52

¹ Ermäßigung möglich!

vhs-Kurs 26 W 33 70 38 | Frauke Meckel

Do, 01./08. Oktober 2026, je 15:30 - 17:00 Uhr

2 Nachmittage | 26 €, 8 € Mat. | wabene | Anm. über vhs

vhs-Kurs in Kooperation mit wabene

Inklusive Töpferwerkstatt für alle

Unterrichtssprachen in diesem Kurs sind Deutsch und
Spanisch.

Dieser inklusive Kurs richtet sich an Menschen mit und
ohne Behinderung.

Wenn Sie bereits Kenntnisse im Gestalten mit Ton
haben, können Sie in dieser Werkstatt nach Lust und
Laune frei mit Ton arbeiten, gestalten, Ihre Objekte
verziern und glasieren und das Drehen an der Töpfer-
scheibe üben. Sie werden dabei von einer erfahrenen
Werkstattleiterin unterstützt, Werkzeug ist vorhanden.
Es wird nur mit Ton gearbeitet, der bei der Kursleiterin
erworben werden kann (4,50 €/kg Ton). Die
Glaskurkosten in Höhe von 20 € werden am ersten
Kurstag eingesammelt.

Bitte mitbringen: geeignete Arbeitskleidung;
Tonwerkzeuge, sofern vorhanden

Im Entgelt sind Brennkosten- und Verbrauchspauschalen
bereits enthalten, die nicht ermäßigt werden können.

Kontakt für Rückfragen (besondere Bedarfe):
dunja.schneider@stadt.erlangen.de

Kursort: kubic, Südliche Stadtmauerstr. 35,
Keramikwerkstatt K18, K19, K20

vhs-Kurs 26 W 33 11 02 | Yanira Maria Franke-Bautista
ab Mittwoch, 07. Oktober 2026, 18:00 - 21:00 Uhr
5 Abende | 55 €, 20 € Glasurk. | kubic | Anm. über vhs

vhs-Kurs in Kooperation mit wabene

Begegnung bewegt - und Schreiben auch! (Schreibworkshop)¹



In diesem Schreibkurs steht alles im Zeichen der Begegnung. Wir erkunden, wie inspirierende, überraschende oder auch herausfordernde Begegnungen in lebendige Texte verwandelt werden können. Ob flüchtige Alltagsmomente, intensive Gespräche oder Begegnungen mit sich selbst – Sie lernen,

daraus berührende Gedichte oder kurze Prosatexte zu entwickeln. Gemeinsam entdecken wir verschiedene Perspektiven und Schreibansätze: Wie lassen sich Begegnungen einfangen? Wie entstehen Nähe, Spannung oder Tiefe im Text? Mit kreativen Übungen lernen Sie, Ihre Wahrnehmung zu schärfen und Ihre Erfahrungen sprachlich eindrucksvoll zu gestalten. Egal ob Anfänger oder Schreiberfahrener: Sie entwickeln Ihren eigenen Schreibstil weiter und erhalten wertvolle Impulse, um Ihre Texte authentisch und ausdrucksstark zu gestalten.

Lassen Sie sich inspirieren und bringen Sie Begegnung in Ihr Schreiben!

¹ Ermäßigung möglich!

vhs-Workshop 26 W 30 10 03 | Pauline Füg
Dienstag, 13. Oktober 2026, 19:00 - 21:00 Uhr
37,50 € | wabene | Anmeldung über vhs

Tag der offenen Tür in der wabe in Eltersdorf

wabe



Wollten Sie schon immer einmal wissen, was in der wabe Inklusionsfirma produziert wird? Wie es in den Räumen der wabe Tagesstruktur aussieht und welche Aufträge der wabe Industrieservice Erlangen, die anerkannte Werkstatt für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen, fertigt? Dann kommen Sie zum Tag der offenen Tür und erkunden Sie bei einer Betriebsbesichtigung die Räume und nehmen Sie an den Angeboten des Tags der offenen Tür teil.

Lernen Sie die wabe kennen, wie es sonst nur Insider tun!

Treffpunkt wabe, Am Pestalozziring 6, 91058 Erlangen

Besonderes | wabe e. V.
Donnerstag, 15. Oktober 2026, 14:00 - 17:00 Uhr
Eintritt frei | wabe Eltersdorf | keine Anm. erforderlich

vhs-Kurs in Kooperation mit wabene

Gitarre spielen lernen mit Liedbegleitung für Anfänger¹



Einstieg in das Gitarrenspiel: Lernen Sie auf eine unkomplizierte Art und Weise die ersten Griffe auf der Gitarre und tauchen Sie ein in die Welt der Liedbegleitung! Mit nur wenigen Griffen werden Sie in der Lage sein, unzählige Songs zu spielen und sich selbst oder andere beim

Singen zu begleiten. In entspannter Atmosphäre werden die ersten Griffe erlernt und verschiedene Spieltechniken der rechten Hand eingeübt. Somit wird es nicht nur möglich, viele verschiedene Lieder zu begleiten, sondern auch viel Abwechslung in Ihren Begleitstil zu bringen. Auf Wunsch der Gruppe kann das Wissen um Akkorde und Liedharmonik natürlich gerne vertieft werden.

Bitte mitbringen: Gitarre, Zubehör

¹ Ermäßigung möglich!

vhs-Kurs 26 W 30 42 04 | David Motsonashvili

Sa/So, 17./18. Oktober 2026, je 10:00 - 16:00 Uhr

2 Tage | 78 € | wabene | Anmeldung über vhs

Kooperationsprojekt Siemens Healthineers und wabe e. V.

Herbstfest mit

SIEMENS
Healthineers

Gemeinsam mit Siemens Healthineers laden wir herzlich zu unserem Herbstfest ein. Freuen Sie sich auf eine gemütliche Herbststimmung mit vielen Möglichkeiten zur Begegnung, zum Austausch und zum gemeinsamen Erleben. Passend zur Erntezeit erwarten Sie kreative Angebote rund um Kürbis und Dekoration sowie verschiedene Spiele für Groß und Klein.

Das Fest bietet Raum, neue Kontakte zu knüpfen und bestehende Gemeinschaften zu stärken. Im Rahmen der Kooperation mit Siemens Healthineers gestalten wir ein abwechslungsreiches Programm, das Kreativität, Freude und Miteinander in den Mittelpunkt stellt. Auch für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt.

Kommen Sie vorbei, genießen Sie die besondere Atmosphäre der Jahreszeit und verbringen Sie mit uns einen schönen Nachmittag voller Begegnungen, Erntefreude und herbstlicher Eindrücke.

Ansprechpartner:

Steffen Meier, s.meier@wabe-erlangen.de

öffentliche Veranstaltung | Steffen Meier

Montag, 19. Oktober 2026, 14:00 - 17:00 Uhr

Eintritt frei | wabene | keine Anmeldung erforderlich

Kooperationsprojekt vhs Erlangen und wabene

Barrierefreie Kommunikation - Einführung in die Leichte Sprache¹

In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit zentralen Grundlagen und praktischen Anwendungen der Leichten Sprache. Wir klären, für welche Zielgruppen sie gedacht ist und welche Textsorten besonders relevant sind. Außerdem lernen Sie wichtige grammatikalische und lexikalische Regeln kennen. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf dem Einsatz von Bildern sowie der Gestaltung eines verständlichen Layouts. Darüber hinaus stellen wir hilfreiche Werkzeuge und Kontrollmechanismen vor.

In kleinen Arbeitsgruppen üben Sie abschließend die Übersetzung verschiedener Textbeispiele in Leichte Sprache.

Der Workshop richtet sich an alle, die Informationen verständlich, barrierearm und zielgruppengerecht vermitteln möchten – insbesondere Mitarbeitende aus Bildung, Verwaltung, Sozial- und Beratungsarbeit.

¹ Ermäßigung möglich!

vhs-Kurs 26 W 26 02 03 | Dr. Montserrat Mullor-Heymann

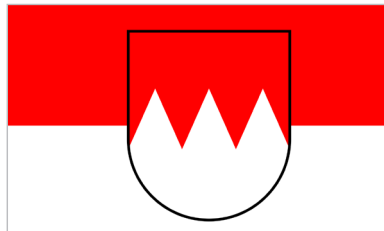
Samstag, 24. Oktober 2026, 10:00 - 12:00 Uhr

30 € | wabene | Anmeldung über vhs

Gott sei Dank, i bin a Frank

Haben Sie das auch schon mal gedacht? Dann kommen Sie doch heute zum fränkischen Nachmittag in wabene. Der Bogen spannt sich dabei vom Dialekt über kulinarische Besonderheiten bis hin zu Sehenswürdigkeiten und bedeutenden Persönlichkeiten.

Ein unterhaltsamer, spielerischer Nachmittag, bei dem auch Wissenswertes rund um unsere fränkische Heimat nicht zu kurz kommt.



Themennachmittag | Sigrid Wittmann

Dienstag, 27. Oktober 2026, 16:00 - 17:00 Uhr

Eintritt frei | wabene | keine Anmeldung erforderlich

Kooperationsprojekt vhs Erlangen, wabene und OBA der
Lebenshilfe Erlangen e. V.

Singen zum Wohlfühlen und Genießen (Mitsingabend)

Gemeinsames Singen ist gesund, vermindert Stress und hebt die Stimmung. Ob das stimmt? Einfach ausprobieren! Alle können mitmachen.

Kontakt für Rückfragen:

Friederike Hochreuther,

Tel. 92078-52,

f.hochreuther@wabe-erlangen.de

Kontakt für Klienten der Lebenshilfe:

Eva Schlerf, Tel. 9207181



vhs-Kurs 26 W 30 40 06 | Barbara Kloiber

Dienstag, 27. Oktober 2026, 18:30 - 20:00 Uhr

2 € | wabene | Anmeldung über vhs

Regelmäßige Begegnungen im November:

- 05.11. Eltern-Kind-Gruppe
07.11. Kreativangebot:
Körbchenflechten aus Peddigrohr
07.11. wabene Brunch
10.11. Ressourcen-Pool
12.11. Schachgruppe
14.11. Kreativangebot:
Körbchenflechten aus Peddigrohr
24.11. Dartsnachmittag
26.11. Kreativangebot: Adventskranzbinden
26.11. Schachgruppe
26.11. Dialog: Vorsorgevollmacht und
Patientenverfügung im Psychosekontext
28.11. Kreativangebot: Zwirnknöpfe
- mittwochs: Stammtisch und Achtsamkeitsgruppe
freitags: Spielertreff, Behörde-Deutsch/Deutsch-
Behörde und Nadelspiel

Nähere Informationen auf den Seiten 8 -16.

**Kooperationsprojekt EUTB Mittelfranken Nordost
Erlangen und wabe e. V.**

Rückkehr in Arbeit oder berufliche Tätigkeit – wie kann sie gelingen?

Thema: Welches Arbeitsmodell passt zu mir? Welche Möglichkeiten gibt es und wie bin ich hierbei gut abgesichert?

Wir sprechen über die Rückkehr in Arbeit oder berufliche Tätigkeit nach und mit psychischer Erkrankung. Der moderierte Austausch durch die EUTB Mittelfranken

Nordost Erlangen (ergänzende unabhängige Teilhabeberatung) und durch wabene wird zudem von Menschen mit gleichen Erfahrungen begleitet (sogenannte Peers). Sie berichten von ihren individuellen Wegen zurück in Arbeit, geben Tipps, regen Ideen an und unterstützen.

Ansprechpartner:
Steffen Meier, s.meier@wabe-erlangen.de

Moderierter Austausch | Steffen Meier

Donnerstag, 05. November 2026, 17:00 - 18:30 Uhr

Eintritt frei | wabene | keine Anmeldung erforderlich

vhs-Kurs in Kooperation mit wabene

Körbchenflechten aus Peddigrohr¹

Aus nachhaltigem, natürlichem Peddigrohr fertigen wir ein nützliches Körbchen (bzw. Flaschenhülle, Stiftebecher o. ä.) an. Im Kurs erlernen Sie nicht nur dieses schöne Handwerk, sondern kommen zur Ruhe und üben sich in Konzentration und Koordination.



Materialien wie naturfarbendes Peddigrohr oder Flechtfäden in Frühlings- und Sommerfarben sowie Werkzeuge sind vorhanden.

Eine Materialpauschale von 10 € wird vom Kursleiter eingesammelt. Ausführliche Kursunterlagen inklusive.

Kontakt für Rückfragen: Friederike Hochreuther,
f.hochreuther@wabe-erlangen.de, Tel. 92078-52

¹ Ermäßigung möglich!

vhs-Kurs 26 W 33 70 34 | Rudi Viertel

Samstag, 07. November 2026, 09:30 - 12:30 Uhr

26 €, 10 € Material | wabene | Anmeldung über vhs

wabene Brunch



Wenn draußen die Tage kürzer werden und die Natur in warmen Farben leuchtet, ist die perfekte Zeit für einen Brunch in guter Gesellschaft. Freuen Sie sich auf ein Buffet mit spätherbstlichen und winterlichen Köstlichkeiten, frisch zubereiteten Spezialitäten sowie süßen Leckereien. In entspannter Atmosphäre können Sie den Alltag für ein

paar Stunden hinter sich lassen, neue Energie tanken und den November von seiner genussvollen Seite erleben.

Tischreservierung unter Tel. 92078-50 erforderlich.

Kulinarisches | wabene

Samstag, 07. November 2026, 10:00 - 12:00 Uhr

9,50 € | wabene | Reservierung erforderlich

vhs-Kurs in Kooperation mit wabene

Körbchenflechten für Anfänger mit Grundkenntnissen¹

Aus nachhaltigem, natürlichem Peddigrohr flechten wir an einem etwas größeren Körbchen mit bis zu 30 cm Durchmesser oder an einem Tablett bis zu 30x40 cm, oder an mehreren kleinen Stücken. Wir üben und vertiefen die in vorausgegangenen Kursen erlernten Grundtechniken und lernen, eine Eingriffsöffnung auszusparen.

Das Wandflechten mit Fitzen und Kimmen, der untere Fußrand und der einfache obere Abschlussrand, sollten den Teilnehmern bekannt sein. Materialien wie naturfarbendes Peddigrohr und Flechtfäden in Farben sowie Werkzeuge sind vorhanden. Im Kurs nicht abgeschlossene Stücke können zuhause fertiggestellt werden, das Material bekommen Sie mit.

Eine Materialpauschale von 15 € wird vom Kursleiter eingesammelt. Ausführliche Kursunterlagen inklusive.

Kontakt für Rückfragen:

Friederike Hochreuther, Tel. 92078-52,
f.hochreuther@wabe-erlangen.de

¹ Ermäßigung möglich

vhs-Kurs 26 W 33 70 35 | Rudi Viertel

Samstag, 14. November 2026, 09:30 - 12:30 Uhr

26 €, 15 € Material | wabene | Anmeldung über vhs

vhs-Kurs in Kooperation mit wabene

Gitarre spielen lernen mit Liedbegleitung für Fortgeschrittene¹

Sie haben bereits einige Griffe gelernt und können auf einfache Art und Weise Lieder begleiten und möchten nun Ihre Fähigkeiten und Ihr Wissen erweitern? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Sie tauchen ein in die Welt der Song-Begleitung und lernen verschiedene Techniken der Schlag- und Zupfbegleitung und auch Kombinationen dieser beiden Techniken kennen.



Sie lernen viele verschiedene Stilistiken kennen, damit Sie jeden Song stilgerecht in seinem Genre und je nach seiner rhythmischen Beschaffenheit begleiten können. Auch das theoretische Grundwissen kann auf eine praxisbezogene Art und Weise beleuchtet werden. Wenn Sie viele Fragen haben und Lust, Ihr Gitarrenspiel zu verbessern – dann sind Sie willkommen!

Bitte mitbringen: Gitarre, Zubehör

¹ Ermäßigung möglich

vhs-Kurs 26 W 30 42 06 | David Motsonashvili

Sa/So, 14./15. November 2026, je 10:00 - 16:00 Uhr

2 Tage | 78 € | wabene | Anmeldung über vhs

Kooperationsprojekt vhs Erlangen und wabene

Mit Genesungsbegleitung durch Krisen kommen

Das Konzept der Genesungsbegleitung wird immer bekannter: Menschen, die selbst Krisen überwunden haben, bilden sich zu Genesungsbegleitern aus. Durch die eigenen Erfahrungen und das erworbene Fachwissen in Bezug auf psychische Erkrankungen können sie dann Personen unterstützen, durch Krisen begleiten und die psychische Gesundheit stärken. In diesem Vortrag erfahren Sie grundlegende Informationen zur Genesungsbegleitung und lernen Beispiele aus der Praxis des wabe e.V. kennen, wie die Genesungsbegleitung etabliert wurde und wie sie weiterentwickelt werden kann.

Der Abend wird von unserer Ex-In Genesungsbegleiterin von wabene moderiert und greift zusätzlich auf den Arbeitskreis Ex-In Mittelfranken zurück.

Kontakt für Rückfragen:

Friederike Hochreuther, Tel. 92078-52,
f.hochreuther@wabe-erlangen.de

vhs-Vortrag 26 W 50 30 16 | Heidrun Pitters

Dienstag, 17. November 2026, 18:00 - 19:30 Uhr

Eintritt frei | wabene | Anmeldung über vhs

Kooperationsprojekt vhs Erlangen und wabene

Fünf Minuten Poesie (moderierte Lesung mit Gesang)

Lassen Sie andere an dem von Ihnen verfassten Kurztext teilhaben. Bitte mailen Sie Ihren Text bis spätestens 13. November 2026 an wabene@wabe-erlangen.de.

Stefanie Miller beteiligt sich an der Auswahl und wird den Abend auf amüsante Weise moderieren.

Musikalische Umrahmung:

Barbara Kloiber mit den vhs Gruppen „Singen mit Genuss“ und „Singen International“.

Lesung 26 W 30 10 13 | Stefanie Miller, Barbara Kloiber

Freitag, 20. November 2026, 18:30 - 20:30 Uhr

Eintritt frei | wabene | Anmeldung über vhs



vhs-Kurs in Kooperation mit wabene

Inklusive Töpferwerkstatt für alle

Unterrichtssprachen in diesem Kurs sind Deutsch und Spanisch.

Dieser inklusive Kurs richtet sich an Menschen mit und ohne Behinderung.

Wenn Sie bereits Kenntnisse im Gestalten mit Ton haben, können Sie in dieser Werkstatt nach Lust und Laune frei mit Ton arbeiten, gestalten, Ihre Objekte verzieren und glasieren und das Drehen an der Töpferscheibe üben. Sie werden dabei von einer erfahrenen Werkstattleiterin unterstützt.

Entsprechendes Werkzeug ist vorhanden. Es wird nur mit Ton gearbeitet, der bei der Kursleiterin erworben werden kann (4,50 €/kg Ton). Die Glasurkosten in Höhe von 20 € werden am ersten Kurstag eingesammelt.

Bitte mitbringen: geeignete Arbeitskleidung; Tonwerkzeuge, sofern vorhanden.

Im Entgelt sind Brennkosten- und Verbrauchspauschalen bereits enthalten, die nicht ermäßigt werden können.

Kontakt für Rückfragen (besondere Bedarfe):
dunja.schneider@stadt.erlangen.de

Kursort: kubic, Südliche Stadtmauerstr. 35,
Keramikwerkstatt K18, K19, K20

vhs-Kurs 26 W 33 11 03 | Yanira Maria Franke-Bautista
ab Mittwoch, 25. November 2026, 18:00 - 21:00 Uhr
5 Abende | 55 €, 20 € Glasurk. | kubic | Anm. über vhs

Adventskranzbinden

Das Adventskranzbinden in der Woche vor dem ersten Advent ist in wabene schon eine Tradition geworden. Damit Sie zu Hause auch pünktlich zum ersten Advent eine Kerze anzünden können, haben Sie heute wieder die Möglichkeit, Ihren ganz persönlichen Adventskranz zu gestalten.



Verschiedenes Tannengrün und Dekomaterial sowie Blockkerzen stehen zur Verfügung. Natürlich dürfen Sie auch gerne eigene Materialien für Ihren Kranz mitbringen.

Materialkosten in Höhe von 6 € sowie 5 € Pfand für den Strohkranz werden vor Ort eingesammelt.

Anmeldung bitte bis 20.11.2026 unter Tel. 92078-52 oder f.hochreuther@wabe-erlangen.de.

Kreativangebot | Frauke Meckel, Friederike Hochreuther
Donnerstag, 26. November 2026, 15:30 - 17:30 Uhr
Materialkosten s. o. | wabene | Anmeldung erforderlich

vhs-Kurs in Kooperation mit wabene

Zwirnknöpfe¹

Wurden Zwirnknöpfe früher in erster Linie für Bettwäsche, Hemden, Hosen oder Trachten gefertigt, so erfährt diese alte Handwerkskunst gerade eine Renaissance in der Gestaltung origineller



Schmuckstücke oder pfiffiger, farbenfroher Accessoires. Näh- oder Stickgarn wird um einen Aluminiumring gewickelt, genäht und gestickt. Je nach Wickeltechnik entstehen ganz unterschiedliche Muster, die zusammen mit der individuellen Farbwahl jeden Zwirnknopf einzigartig machen. Die

fertigen Stücke können als Pin, Brosche oder Halskettenanhänger getragen werden.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Geduld und Geschick im Umgang mit Nadel und Faden sind jedoch von Vorteil.

Materialkosten in Höhe von 5 € werden an die Kursleitung entrichtet.

Bitte mitbringen: Schere

¹ Ermäßigung möglich

vhs-Kurs 26 W 33 40 39 | Barbara Kloiber

Samstag, 28. November 2026, 14:00 - 18:00 Uhr

43,40 €, 5 € Material | wabene | Anmeldung über vhs



Heckenschnitt

Rasenpflege

Grünservice

Ihr Grün unser Ding!

wabe

www.wabe-gruenservice.de



Am Pestalozziring 6 | 91058 Erlangen
09131 6171-11 | info@wabe-gruenservice.de

wabe Grünservice ist ein Geschäftsbereich der wabe Produktion & Service GmbH,
dem regionalen und sozialen Inklusionsunternehmen
des wabe Vereins zur Wiedereingliederung psychisch kranker Menschen e. V.

Regelmäßige Begegnungen im Dezember:

01.12. Ressourcen-Pool
05.12. Kreativangebot: Gelli-Print trifft auf Collage
10.12. Eltern-Kind-Gruppe
10.12. Schachgruppe
17.12. Schachgruppe

mittwochs: Stammtisch und Achtsamkeitsgruppe
freitags: Spielertreff, Behörde-Deutsch/Deutsch-
Behörde und Nadelspiel

Nähere Informationen auf den Seiten 8 -16.

Impulse & Austausch - Mit guten Vorsätzen ins neue Jahr



„Nächstes Jahr ernähre ich mich gesünder und mache endlich mehr Sport!“ – wer ist nicht auch schon mal mit solchen oder ähnlichen Vorsätzen ins neue Jahr gestartet?

Sich zum Jahreswechsel mit den eigenen Wünschen und Vorhaben für das kommende Jahr auseinanderzusetzen, kann viel Positives bewirken. Wie können wir unsere Ziele und Wünsche so auswählen und formulieren, dass wir sie wirklich umsetzen und beibehalten können – ohne uns dabei allzu sehr unter Druck zu setzen? Über diese und weitere Fragen können wir heute gemeinsam in den Austausch gehen.

Anmeldung bitte bis 27.11.2026 unter Tel. 92078-52 oder f.hochreuther@wabe-erlangen.de.

Austausch | Friederike Hochreuther

Donnerstag, 03. Dezember 2026, 16:00 - 17:00 Uhr

Eintritt frei | wabene | Anmeldung erforderlich

vhs-Kurs in Kooperation mit wabene

Gelli-Print trifft auf Collage - Weihnachtskarten gestalten¹



Unterrichtsprachen sind Deutsch und Spanisch.

Gestalten Sie mit der kreativen Kombination aus Gelli-Print und Collage individuelle Weihnachtskarten. Zunächst drucken wir mit der Gel-Druckplatte farbenreiche Hintergründe mit Strukturen und Mustern. Anschließend entstehen durch Schneiden, Reißen und Kombinieren der Drucke festliche Motive und persönliche Kartenunikate. So verbinden sich Drucktechnik und Collage zu überraschenden Bildkompositionen. Der Workshop eignet sich für alle, die Spaß und Freude mit Farben erleben möchten.

Materialkosten von 12 € sind bei der Kursleiterin zu entrichten.

Bitte mitbringen: eigene Gelli-Platten, Walzen, falls vorhanden. Schutzkleidung, alte Lappen, Küchenrolle, Babyfeuchttücher, Aquarellblock A5 (ca. 180 g), Schere, Klebestift, Bastelkleber, Mappe für den Heimtransport, Farben, weitere Papiere.

¹ Ermäßigung möglich!

vhs-Kurs 26 W 33 21 20 | Maria del Pilar Schnake

Samstag, 05. Dezember 2026, 10:30 - 15:30 Uhr

52 €, 12 € Material | wabene | Anmeldung über vhs

Besuch der Erlanger Waldweihnacht

Keine Lust, allein über den Weihnachtsmarkt zu schlendern? Dann kommen Sie heute ins wabene! Gemeinsam starten wir von hier aus zu einem gemütlichen Nachmittag auf der Erlanger Waldweihnacht. Lassen Sie sich von der winterlichen Atmosphäre in Weihnachtsstimmung bringen und genießen Sie die eine oder andere typische Köstlichkeit. Wussten Sie außerdem, dass die wabe am 07. und 08. Dezember wieder am Ehrenamtsstand der Waldweihnacht anzutreffen ist? Die Kolleginnen und Kollegen vor Ort freuen sich auf Ihren Besuch.



Glück gibt es die ...

Besonderes | Christian Höniges

Dienstag, 08. Dezember 2026, 15:30 - 18:00 Uhr

Eintritt frei | Treffpunkt wabene | keine Anm. erforderlich

HINWEIS: Alle Angaben in unserem wabene Programmheft erfolgen nach bestem Wissen und Gewissen. Sollten sich doch einmal Fehler einschleichen, so bitten wir dies zu entschuldigen.

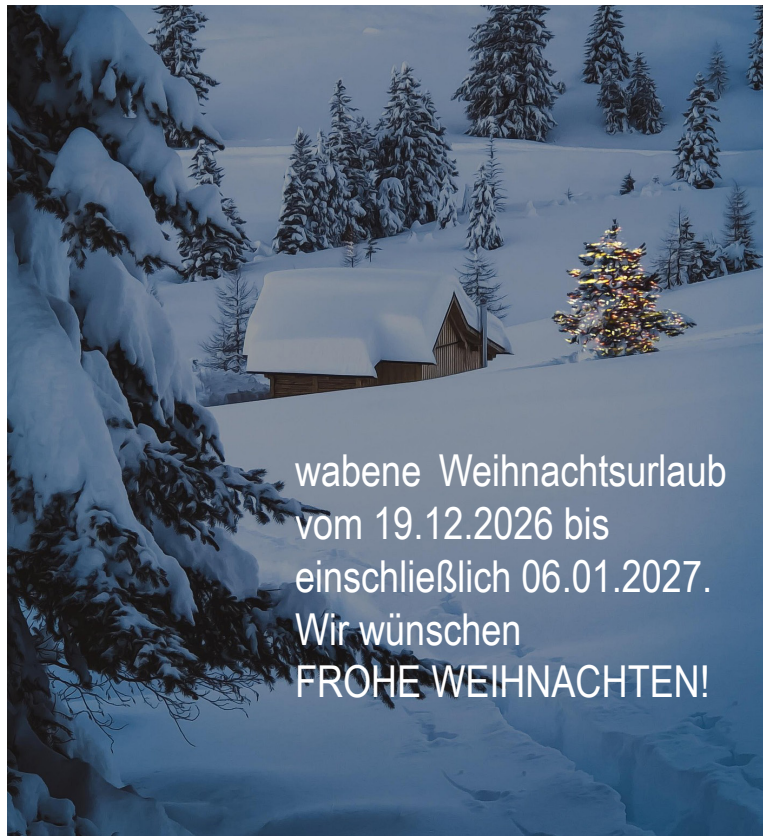
wabene Weihnachtsstammtisch

Traditionell findet der letzte Stammtisch vor dem wabene Betriebsurlaub unter dem Motto „Weihnachten“ statt. Bei Punsch und Plätzchen, Lichtern und Düften stimmen wir uns gemeinsam auf die Weihnachtszeit ein. Auch das beliebte wabene Weihnachtsquiz geht in seine nächste Runde und wir freuen uns über jeden Mitspieler. Haben Sie Lieblingsgeschichten oder -gedichte rund ums Thema Winter und Weihnachten? Wir freuen uns über jeden Beitrag!

Besonderes | wabene

Mittwoch, 16. Dezember 2026, 15:00 - 17:00 Uhr

Eintritt frei | wabene | keine Anmeldung erforderlich



wabene Weihnachtsurlaub
vom 19.12.2026 bis
einschließlich 06.01.2027.
Wir wünschen
FROHE WEIHNACHTEN!

Regelmäßige Begegnungen im Januar:

- 07.01. Schachgruppe
 - 14.01. Eltern-Kind-Gruppe
 - 21.01. Kreativangebot:
Papierfalten: Blumenvase oder Lichterglas
 - 21.01. Schachgruppe
 - 23.01. Kreativangebot:
Wolle spinnen - altes Handwerk neu entdecken
 - 26.01. Dartsnachmittag
 - 28.01. Dialog: Psychosen und Stigmatisierung
-
- mittwochs: Stammtisch und Achtsamkeitsgruppe
 - freitags: Spielertreff, Behörde-Deutsch/Deutsch-Behörde und Nadelspiel

Nähere Informationen auf den Seiten 8 -16.

Infoveranstaltung zum Gruppenseminar „In Würde zu sich stehen (IWS)“ zum Umgang mit Offenlegung psychischer Erkrankungen

Denken Sie manchmal darüber nach, ob Sie mit anderen über Ihre psychische Erkrankung sprechen sollten oder nicht? Belastet Sie diese Frage? Um Sie bei der Entscheidung zu unterstützen, wurde das Gruppenseminar „In Würde zu sich stehen (IWS)“ entwickelt.

Sie sind sich noch nicht sicher, ob das Seminar etwas für Sie ist? Dann kommen Sie gern zu unserer Vorab-Infoveranstaltung.

Hier lernen Sie die Seminarleiterinnen kennen, bekommen einen Einblick in die Inhalte und können ganz unverbindlich Ihre Fragen stellen. Wir freuen uns auf Sie.

Das nächste IWS-Seminar startet am Montag, 18. Januar 2027, siehe Seite 48.

Besonderes | Heidrun Pitters, Monika Döllinger

Dienstag, 12. Januar 2027, 17:00 - 18:30 Uhr

Eintritt frei | wabene | keine Anmeldung erforderlich

Kooperationsprojekt vhs Erlangen und wabene

Feedback im täglichen Alltag – klärend und verbindend¹

Für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse.

Kritik zu äußern fällt oft ebenso schwer wie Kritik zu empfangen. Aus Angst zu verletzen wird Vieles heruntergeschluckt. Andererseits wiederum kann erhaltenes Feedback verletzen. Im Kurs erfahren Sie, wie Sie in schwierigen Situationen reagieren können, so dass konstruktive Klärungen entstehen, und wie Sie Feedbacks gelassen empfangen können – auch, wenn sie nicht empathisch formuliert sind. Sie üben an praktischen Beispielen. Grundlage ist unter anderem die Gewaltfreie Kommunikation.

Kontakt für Rückfragen: Friederike Hochreuther,
Tel. 92078-52, f.hochreuther@wabe-erlangen.de

¹ Ermäßigung möglich!

vhs-Kurs 26 W 26 02 00 | Vera Mickenbecker

Samstag, 16. Januar 2027, 10:00 - 16:00 Uhr

52 € | wabene | Anmeldung über vhs

In Würde zu sich stehen (IWS) Umgang mit Offenlegung psychischer Erkrankungen²

Denken Sie manchmal darüber nach, ob Sie mit anderen über Ihre psychische Erkrankung sprechen sollten? Belastet Sie diese Frage? Genau dabei möchten wir Sie unterstützen. Unser Ziel ist es, Ihnen mithilfe des Gruppenprogramms „In Würde zu sich stehen“ (IWS) die Entscheidung zu erleichtern. Wir sprechen über Vorteile und Nachteile, eine eigene psychische Erkrankung offen zu legen. Das Programm wird von Peers geleitet. Peers sind Menschen, die selbst Erfahrungen mit psychischen Erkrankungen haben.

IWS findet einmal wöchentlich an insgesamt vier Terminen statt. Zwischen dem 3. und 4. Termin gibt es eine dreiwöchige Pause. Die Gruppengröße ist auf acht Teilnehmende beschränkt.

Für den Materialbeitrag von 15 € erhalten Sie umfangreiche Kursunterlagen mit Zusatzinformationen.

Anmeldung und Rückfragen an:
h.pitters@wabe-erlangen.de, Tel. 92078-52

²Für Klienten des wabe e. V. ist der Kurs kostenlos, es fallen lediglich die Materialkosten an.

Gruppenseminar | Heidrun Pitters, Monika Döllinger
Mo, 18./25.01./01.02./01.03.2027, je 17:00 - 20:00 Uhr
4 Abende | 10 €, 15 € Mat. | wabene | Anm. erforderlich

wabe Journal

Das wabe Journal ist zurück! Mit seiner Neuauflage eröffnet es neue Möglichkeiten für Beiträge rund um das Thema Sozialpsychiatrie sowie für Berichte über Eindrücke und Erlebnisse innerhalb und außerhalb des wabe e.V.

Das Journal versteht sich als Sprachrohr für die Bedürfnisse, Gedanken und Perspektiven der Beschäftigten und bietet Raum für persönliche Geschichten, kreative Texte, Interviews oder aktuelle Themen.

Alle Interessierten sind eingeladen, sich aktiv einzubringen und das Journal mitzugestalten. Besonders freuen wir uns über Neuzugänge, die ihre Ideen und Sichtweisen einbringen möchten. Gemeinsam gestalten wir eine lebendige Plattform für Austausch, Information und Beteiligung.

Ansprechpartner:
Steffen Meier, s.meier@wabe-erlangen.de

Besonderes | Steffen Meier

Dienstag, 19. Januar 2027, 16:00 - 17:00 Uhr

Eintritt frei | wabene | keine Anmeldung erforderlich

Papierfalten: Blumenvase oder Lichterglas

Bald beginnt die Zeit der Frühlingsblüher und um diese auch entsprechend in Szene zu setzen, falten wir in effektvoller Weise buntes Papier in eine geometrische Form. Anschließend wird das gefaltete Papier nur noch über ein (altes) Glas gestülpt, und schon haben Sie Ihre ganz individuelle Blumenvase hergestellt.

Oder Sie entscheiden sich für Transparentpapier in Kombination mit einer Kerze oder Lichterkette und können so Ihr Zuhause anschließend in gemütlichem Licht erstrahlen lassen.

Anmeldung bitte bis 15.01.2027 unter Tel. 92078-52 oder f.hochreuther@wabe-erlangen.de.

Kreatives | Frauke Meckel, Friederike Hochreuther

Donnerstag, 21. Januar 2027, 15:30 - 17:00 Uhr

5 € Materialkosten | wabene | Anmeldung erforderlich

vhs-Kurs in Kooperation mit wabene

Yoga - Lebendigkeit neu erfahren¹

Yoga ist ein jahrtausendealter indischer Übungsweg, durch den wir unsere Lebendigkeit neu erfahren können. Körperhaltungen (Asanas), Atemtechniken und Meditation führen nach innen und können dabei helfen, belastende Gedanken und Gefühle in den Hintergrund treten zu lassen. In diesem 90-minütigen Workshop verbinden wir klassische Asanas mit dem Atem. Eine einfache Atemübung mit anschließender Meditation rundet die Praxis ab.

Für die Teilnahme sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Die Übungen werden an die körperlichen Voraussetzungen angepasst, dafür benötigte Hilfsmittel werden gestellt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung

¹ Ermäßigung möglich!

vhs-Kurs 26 W 50 61 34 | Andreas Sontheimer

Donnerstag, 21. Januar 2027, 18:00 - 19:30 Uhr

13,80 € | wabene | Anmeldung über vhs

vhs-Kurs in Kooperation mit wabene

Wolle spinnen - altes Handwerk neu entdecken (Spinnrad und Handspindeln)¹

Heute können Sie das Spinnen und Zwirnen von Wolle am Spinnrad und an der Handspindel erlernen. Sie erfahren einiges über Wolle, Schafe, Wollverarbeitung, verschiedene Wollarten und die alte Tradition der Spinnstuben. Dieser Kurs ist auch für diejenigen geeignet, die ihre Kenntnisse auffrischen wollen. Wollvlies kann bei der Kursleiterin erworben werden. Spinnräder und Handspindeln stehen zur Verfügung.



Bitte mitbringen: eigene Handspindel, falls vorhanden; Pausenverpflegung

Kontakt für Rückfragen: Friederike Hochreuther, Tel. 92078-52, f.hochreuther@wabe-erlangen.de

¹ Ermäßigung möglich!

vhs-Kurs 26 W 33 40 48 | Agathe Buchfelder

Samstag, 23. Januar 2027, 10:00 - 18:00 Uhr

60,70 € | wabene | Anmeldung über vhs



Digitaldrucke

Groß- und Kleinformat

Individuelle Beratung

**Wir
nehmen
Ihnen
den Druck.**

wabe
www.wabe-digitalwerk.de



Weinstraße 39 | 91058 Erlangen
09131 6171-20 | info@wabe-digitalwerk.de

wabe Digitalwerk ist ein Geschäftsbereich der wabe Produktion & Service GmbH,
dem regionalen und sozialen Inklusionsunternehmen
des wabe Vereins zur Wiedereingliederung psychisch kranker Menschen e. V.

Regelmäßige Begegnungen im Februar:

- 02.02. Ressourcen-Pool
 - 04.02. Kreativangebot: Gestaltung eines Mosaik-Spiegels
 - 04.02. Schachgruppe
 - 06.02. wabene Brunch
 - 11.02. Eltern-Kind-Gruppe
 - 18.02. Kreativangebot: Gestaltung eines Mosaik-Spiegels
 - 18.02. Schachgruppe
 - 23.02. Dartsnachmittag
 - 25.02. Trialog: Möglichkeiten der Nachsorge nach längeren Klinikaufenthalten
- mittwochs: Stammtisch und Achtsamkeitsgruppe
freitags: Spieletreff, Behörde-Deutsch/Deutsch-Behörde und Nadelspiel

Nähere Informationen auf den Seiten 8 -16.

vhs-Kurs in Kooperation mit wabene

Gestaltung eines Mosaik-Spiegels¹

In diesem Kurs werden wir in der beliebten Mosaiktechnik einen Spiegel dekorieren. Auf einer Holzplatte wird um einen Spiegel herum ein Mosaik in vielerlei Farben und Formen entstehen. Erlernen können Sie grundlegende Techniken wie das Planen und Umsetzen von Formen und Mustern, das Zurechtschneiden mit der Mosaikzange und zum Schluss das Verfugen.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Materialkosten in Höhe von 8 € werden vor Ort eingesammelt.

Kontakt für Rückfragen: Friederike Hochreuther,
Tel. 92078-52, f.hochreuther@wabe-erlangen.de

¹ Ermäßigung möglich!

vhs-Kurs 26 W 33 70 36 | Frauke Meckel

Do, 04./18. Februar 2027, je 15:30 - 17:00 Uhr

2 Nachmittage | 26 €, 8 € Mat. | wabene | Anm. über vhs

wabene Brunch



Ein neues Jahr ist der optimale Anlass, sich etwas Gutes zu gönnen. Unser Brunch im Januar lädt dazu ein, die ersten Wochen des Jahres in entspannter Atmosphäre kulinarisch zu genießen. Freuen Sie sich auf eine abwechslungsreiche Auswahl an frisch zubereiteten Speisen, von herzhaften Frühstücksideen bis hin zu feinen süßen

Kreationen. Nehmen Sie sich eine kleine Auszeit vom neuen, alten Alltag und starten Sie mit einem reich gedeckten, köstlichen Buffet in das neue Jahr!

Tischreservierung unter Tel. 92078-50 erforderlich.

Kulinarisches | wabene

Samstag, 06. Februar 2027, 10:00 - 12:00 Uhr

9,50 € | wabene | Reservierung erforderlich

wabe Journal

Das wabe Journal ist zurück! Mit seiner Neuauflage eröffnet es neue Möglichkeiten für Beiträge rund um das Thema Sozialpsychiatrie sowie für Berichte über Eindrücke und Erlebnisse innerhalb und außerhalb des wabe e.V.

Das Journal versteht sich als Sprachrohr für die Bedürfnisse, Gedanken und Perspektiven der Beschäftigten und bietet Raum für persönliche Geschichten, kreative Texte, Interviews oder aktuelle Themen.

Alle Interessierten sind eingeladen, sich aktiv einzubringen und das Journal mitzugestalten. Besonders freuen wir uns über Neuzugänge, die ihre Ideen und Sichtweisen einbringen möchten. Gemeinsam gestalten wir eine lebendige Plattform für Austausch, Information und Beteiligung.

Ansprechpartner:

Steffen Meier, s.meier@wabe-erlangen.de

Besonderes | Steffen Meier

Dienstag, 09. Februar 2027, 16:00 - 17:00 Uhr

Eintritt frei | wabene | keine Anmeldung erforderlich

Kooperationsprojekt vhs Erlangen und wabene

Das triggert mein ADHS (Vortrag)

Wenn etwas nicht stimmt, kann es entlasten, eine Diagnose zu haben; auch, um Zugang zu Hilfsangeboten zu bekommen. Manche Selbsthilfe-Videos und -Podcasts suggerieren aber, dass eine Diagnose nur das Abhaken einer Checkliste ist. Alltagsempfindungen werden als krankhaft gedeutet oder ernsthafte Symptome bagatellisiert.

Begriffe wie „triggern“ sind von der Psychologie in die Alltagssprache übergegangen. Was bedeutet das für uns als Gemeinschaft – und was für die betroffenen Personen? Was ist der Auftrag an die Gesellschaft? Prof. Dr. Raab widmet sich diesem Themenkomplex, betrachtet ihn aus der Perspektive verschiedener Disziplinen und schafft Raum für Austausch.

vhs-Vortrag 26 W 26 02 05 | Prof. Dr. Marius Raab

Dienstag, 16. Februar 2027, 18:00 - 19:30 Uhr

Eintritt frei | wabene | Anmeldung über vhs

Kooperationsprojekt vhs Erlangen und wabene

Mental Health & Wellbeing Tour im Kunstpalais

Sie wünschen sich eine kleine Auszeit vom Alltag und haben Lust auf Kunst? Dann nehmen Sie an unserer Mental Health & Wellbeing Tour teil! Well-Being bedeutet die körperliche, seelische und soziale Gesundheit eines Menschen und meint einen Zustand, in dem man Sinn erlebt, Teilhabe erfährt und sich in seinem Umfeld sicher fühlt. Im Museum können Sie Kunst ganz entspannt erleben: ohne Vorwissen, ohne Druck, aber dafür mit viel Ruhe und in einem geschützten Rahmen. Im Untergeschoss des Kunstpalais entdecken Sie die multimediale Ausstellung „CIRCUS“ von Lion Bischof, Felix Burger und Otakar Skala. In der Ausstellung „Fischers Fang. Die große Buchkunst-Schau“ erwartet Sie ein besonderer Einblick in die bedeutende und facettenreiche Buchkunstsammlung von Karl Manfred Fischer, dem Gründer der Städtischen Galerie Erlangen. Kommen Sie in unseren Safe Space und tauchen Sie in zwei außergewöhnliche Ausstellungen ein!

Zu den Kosten von 3 € kommt die Eintrittsgebühr hinzu, Zahlung im Kunstpalais Erlangen, Marktplatz 1, 91054 Erlangen. Eine Ermäßigung möglich.

Die vhs Erlangen bietet für Hörgeräteträger auf Anfrage eine mobile Hörunterstützung für den Rundgang an.

Kontakt für Rückfragen (besondere Bedarfe):
dunja.schneider@stadt.erlangen.de (vhs)

vhs-Veranstaltung 26 W 30 20 21 | Milena Bonay

Mittwoch, 17. Februar 2027, 17:00 - 18:00 Uhr

3 € + Eintritt | Kunstpalais Erlangen | Anmeldung über vhs

Kooperationsprojekt vhs Erlangen und wabene

Birnenkuchen mit Lavendel (Filmvorführung und Gespräch)



Louise, eine verwitwete Mutter von zwei Kindern, bewirtschaftet allein einen Hof mit Birnen- und Lavendelanbau in der Provence. Eines Tages fährt sie Pierre an, den sie daraufhin mit zu sich nach Hause nimmt, um ihn zu pflegen. Bald stellt sich heraus, dass Pierre das Asperger-Syndrom hat. Er bringt mit seiner ordentlichen, überaus

korrekten, ehrlichen und sensiblen Art das Leben der kleinen Familie ganz schön durcheinander. Aber Pierre ist auch ein Zahlengenie und kann Louise bei der

Veranstaltungen im Februar

wirtschaftlich schwierigen Lage ihres Hofes unterstützen. Eine wunderbare französische Komödie, in der ganz unterschiedliche Welten aufeinanderprallen, die sich aber nicht besser ergänzen könnten.

Vorführsprache Deutsch (mit Untertiteln).

vhs-Veranstaltung 26 W 26 02 04 | wabene

Donnerstag, 18. Februar 2027, 18:30 - 20:30 Uhr

Eintritt frei | wabene | Anmeldung über vhs

Karaoke in wabene

Herzliche Einladung an alle Hobby-Sänger zum Karaoke-Nachmittag in wabene! Gesungen wird nur zum Spaß, in der Gruppe oder allein und auch Zuhörer sind natürlich jederzeit willkommen. Eine Auswahl an Liedern steht mit der wii-Konsole bereit.



Besonderes | Sabrina Mathey

Freitag, 26. Februar 2027, 15:00 - 17:00 Uhr

Eintritt frei | wabene | keine Anmeldung erforderlich

Bildnachweis:

Seite 1 © Rainer Krugmann
Seite 6/7 © wabe e. V.
Seite 21 © Conny Albert und Kiki T. Lee
Seite 26 © pexels
Seite 27 © Rainer Krugmann
Seite 35 © Ulrich Breuling
Seite 40 © Barbara Kloiber
Seite 43 © Maria del Pilar Schnake
Seite 44 © wabe e. V.
Seite 60 © Rainer Krugmann
alle anderen Bilder © Pixabay



Hilfe zur Selbsthilfe

Krisenbegleitung

Orientierung

**selbstbestimmt
leben
unterstützt
wachsen**

wabe
www.wabe-erlangen.de



wabe wohnen | wabe Erlangen gGmbH
Waldstraße 25 | 91054 Erlangen
09131 92078-0 | wohnen@wabe-erlangen.de

wabe wohnen ist ein Geschäftsbereich des wabe Vereins zur Wiedereingliederung psychisch kranker Menschen e. V., und bietet ambulant unterstütztes wohnen.