



Lebenshilfe
für Menschen mit geistiger Behinderung
Landesverband Thüringen e.V.

Erwachsenenbildung
2017



Seminare
für Menschen mit Behinderung

Veranstalter:

Lebenshilfe Landesverband Thüringen e.V.
Rudolstädter Straße 39, 07745 Jena

Telefon: 03641-334395
Fax: 03641-336507
E-Mail : info@lebenshilfe-thueringen.de
Internet : www.lebenshilfe-thueringen.de

in Zusammenarbeit mit:

Lebenshilfe KV Jena e.V.
Ernst-Haeckel-Platz 2, 07745 Jena

Lebenshilfe Werkstätten Gera gGmbH
Otto-von-Guericke-Straße 6, 07552 Gera

Lebenshilfe Erfurt e.V.
Heinrichstraße 89, 99092 Erfurt

Unsere Seminare werden gefördert von:



Inhaltsverzeichnis

	Seite/n
Vorwort	2 - 3
„Musik, Musik, Musik“	4 - 5
Holz-ein Multitalent in Farbe, Form und Verwendung	6 - 7
Erfurt – Stadt der 100 Türme	8 - 9
„Suche Freund/in, der/die mit mir kuschelt und mich lieb hat“ Ein Seminar für Alleinstehende auf Partnersuche	10 - 11
„Rentner haben niemals Zeit“ – ein Seminar über das Älterwerden	12 - 13
Geschichten aus 1001 Nacht – eine Reise in den Orient	14 - 15
Schulung für Heimbeiräte	16 - 17
Werkstatträteschulung	18 - 19
Bildungskalender 2017 - Übersicht -	20 - 21
Teilnahmebedingungen	22
Anmeldeformular	23

Vorwort

Hallo, schön, dass Sie sich für unser Programm interessieren.

Dank der Förderung von Aktion Mensch werden wir auch im Jahr 2017 Erwachsenenbildungsseminare zu verschiedenen Themen anbieten. Dabei gestalten wir einige Themen gemeinsam mit den Lebenshilfe-Organisationen in Jena und Gera. Es werden aber auch drei Seminare in Erfurt angeboten.

Sie können unter verschiedenen Themen aussuchen, was Sie gern genauer wissen und erfahren wollen.

Wenn Sie zum Beispiel Interesse an Musik haben, empfehlen wir Ihnen unser Seminar zum Singen und Tanzen.

Wenn Sie Lust auf neue Kulturen und Länder haben, können Sie in diesem Jahr eine „Reise“ in den Orient unternehmen.

Oder Sie haben die Möglichkeit Interessantes über den Naturstoff Holz zu erfahren und können selbst ausprobieren, was aus diesem Material hergestellt werden kann.

Es geht auch um persönliche Dinge, zum Beispiel um die Frage: Wie finden allein lebende Menschen mit Behinderung einen Partner? Oder wie geht es weiter, wenn ich einmal Rentner bin.



Wenn Sie ganz genau wissen wollen, was hinter den einzelnen Themen steckt, melden Sie sich einfach an und probieren es aus.

Außerdem gibt es viel Gelegenheit andere Menschen kennen zu lernen, sich mit ihnen auszutauschen, auch die Freizeit zu verbringen und viel Spaß zu haben.

Wir bitten die Leitungen und Mitarbeiter der Einrichtungen und Dienste Menschen mit Behinderung sowie Eltern über diese Angebote zu informieren und die Teilnahme zu ermöglichen.

Wir wünschen viele neue tolle Erfahrungen und Erlebnisse bei unseren Seminaren und wenn das Passende nicht dabei war, rufen Sie uns an. Wir nehmen Ihre Ideen gern auf.

Dr. Gisela Schröter

Lebenshilfe Landesverband Thüringen e.V.

„Musik, Musik, Musik!“

Singen, Musizieren und Tanzen liegt uns Menschen im Blut.

Wir beschäftigen uns mit ganz verschiedenen Musikrichtungen.

- Was gefällt uns an Rock- und Popmusik?
- Zu welchen Gelegenheiten hören wir gern klassische Musik?
- Welche Musik gibt es in anderen Ländern?

Uns erwartet ein buntes Wochenende mit bekannten und neuen Melodien und Tanz- und Singspielen. Auf einfachen Instrumenten musizieren wir gemeinsam. Sie werden staunen, welche Talente in Ihnen stecken.

Bringen Sie Ihre Lieblings-CD mit. Wir hören uns Ihren Lieblingssong gemeinsam an und entdecken so den Musikgeschmack der Seminarteilnehmer/innen.

Zum Abschluss nehmen wir ein Lied gemeinsam auf, das alle als CD mit nach Hause nehmen können.

Für wen: Menschen mit geistiger Behinderung

Wann: 31. März bis 2. April 2017

Leitung: Markus Wilde und Paula Müller

Wo: Hotel „Rasenmühle“
07745 Jena, Burgauer Weg 1a

Kosten: 95,00 Euro
(inkl. Übernachtung/Verpflegung)

Anmeldung: Bitte bis 15.02.2017 unter THÜR 1

Holz – ein Multitalent in Farbe, Form und Verwendung

Wir gehen auf Entdeckungsreise. Wir wollen wissen, welche Geheimnisse mit dem Naturstoff Holz verbunden sind. Für die Menschen hat Holz schon immer eine große Rolle gespielt. Wenn etwas toll ist, sagt man, es ist **astrein**. Wenn jemand auf **Holz** klopft, dann wünscht er sich Glück.

Holz ist einer der ältesten Naturstoffe, die in unserer Umwelt vorkommen. Jeder von uns kennt Holz: zum Beispiel Bäume im Wald und im Garten, Tische und Schränke in unserer Wohnung, Boote auf dem See, Instrumente zum Musik machen, wie Gitarre oder Klavier, Bauklötze zum Spielen, Streichhölzer zum Feuer anzünden usw.

Wir werden auch selbst ausprobieren, was man mit Holz alles machen kann. Dabei bringt jeder seine eigenen Vorstellungen und Ideen ein.

Inhalte:

- › Unterschiedliche Holzarten, Holzprodukte und Einsatzgebiete
- › Besuch einer Holzwerkstatt oder Tischlerei



-
- › Kennenlernen und Ausprobieren verschiedener Bearbeitungstechniken
 - › Herstellen und Gestalten eines eigenen Gegenstandes aus Holz
 - › Erleben einer Klanggeschichte mit Holzinstrumenten
 - › Bewegungsspiele mit dem Naturmaterial Holz

Die selbst angefertigten Holzgegenstände können am Ende des Seminars mit nach Hause genommen werden.

Für wen: Menschen mit geistiger Behinderung

Wann: 5. bis 7. Mai 2017

Leitung: Kathrin Gernoth und Sonja Nagel

Wo: Lebenshilfe Werkstätten Gera gGmbH
07549 Gera, Rudolstädter Straße 38

Kosten: 95,00 Euro
(inkl. Übernachtung/Verpflegung)

Anmeldung: Bitte bis 22.03.2017 unter THÜR 2

Erfurt – Stadt der 100 Türme

Warum gibt es hier so viele Türme? Und was hat es mit den verzierten Häusern am Anger auf sich? Warum wird die Stadt manchmal auch als „Klein-Venedig“ bezeichnet? Diesen und anderen Fragen wollen wir gern mit Ihnen nachgehen.

Krämerbrücke, Domplatz und Petersberg kennt jeder Tourist – wir wollen gemeinsam noch viel mehr von Erfurt kennen lernen und erfahren!

Wir entdecken Spuren der Geschichte in der Stadt Erfurt und lernen wie die Menschen hier früher lebten. Wir werden auch erfahren, welche Promis hier waren und warum sie berühmt geworden sind.

Zur Unterstützung werden wir den neuen Stadtführer in Leichter Sprache nutzen.

Natürlich wollen wir auch wissen, was das Besondere an Erfurt als Landeshauptstadt ist und werden den Thüringer Landtag besuchen.

Inhalte:

- › Wie lebten die Menschen früher in Erfurt?
- › Welche berühmten Personen haben hier gelebt?

-
- Was ist in einer Landeshauptstadt anders als in anderen Städten?
 - Warum heißt Erfurt auch „Blumenstadt“?
 - Was ist ein Gartenbaumuseum?

Für wen: Menschen mit geistiger Behinderung

Wann: 12. bis 14. Mai 2017

Leitung: Christine Wolf und Anja Schneider

Wo: Bildungs- und Begegnungsstätte „Am Luisenpark“ der Lebenshilfe Erfurt e.V.
99094 Erfurt, Winzerstraße 21

Kosten: 95,00 Euro
(inkl. Übernachtung/Verpflegung)

Anmeldung: Bitte bis 29.03.2017 unter THÜR 3

**„Suche Freund/in, der/die mit mir kuschelt
und mich lieb hat“ –**

Ein Seminar für Alleinstehende auf Partnersuche

So und ähnlich beginnen viele Kontaktanzeigen. Es muss ja nicht Claudia Schiffer oder der Märchenprinz mit dem schneeweißen Pferd sein. Es reicht ein lieber Mensch, der mit mir gemeinsam Zeit und Gedanken teilt, der da ist, wenn es mir nicht so gut geht und auch mit mir lacht. In diesem Seminar werden wir darüber nachdenken, wie man Kontakte knüpfen und Freundschaften pflegen kann.

Es ist eine Veranstaltung, in der wir auf abwechslungsreiche und spielerische Art und Weise den Fragen nachgehen wollen:

- Wie lerne ich meinen Märchenprinzen / meine Traumfrau kennen?
- Wie sollte er / sie sein? Wie bin ich?
- Was ist Flirten?
- Wie ist das mit den „Schmetterlingen im Bauch“?
- Ich traue mich nicht – was tun?
- Was erwarte ich von einer Beziehung und wie gehen wir miteinander um?
- Und natürlich Ihre Fragen und Ideen!

Dazu werden wir Rollenspiele durchführen, in Kleingruppen arbeiten, Collagen erstellen und sicherlich wird auch der Spaß nicht zu kurz kommen.

Für wen: Menschen mit geistiger Behinderung

Wann: 9. bis 11. Juni 2017

Leitung: Thomas Peuker und Kerstin Wilke

Wo: Bildungs- und Begegnungsstätte „Am Luisenpark“ der Lebenshilfe Erfurt e.V.
99094 Erfurt, Winzerstraße 21

Kosten: 95,00 Euro
(inkl. Übernachtung/Verpflegung)

Anmeldung: Bitte bis 19.04.2017 unter THÜR 4

**„Rentner haben niemals Zeit“ –
ein Seminar über das Älterwerden**

Wir alle werden älter! Jedes Jahr, jeden Tag, sogar jede Sekunde. Das ist nicht aufzuhalten. Es ist zwar noch etwas Zeit bis zur Rente, aber gut Ding braucht Zeit.

Wenn man in die Zukunft schauen möchte, muss man seine Vergangenheit kennen. Deshalb werden sich die Teilnehmer nicht nur Gedanken über das Morgen machen, sondern auch eine Reise in ihre Vergangenheit unternehmen. Wie war das damals?

Das Seminar soll die Freude am Älterwerden wecken und zeigen wie der Ruhestand klappen kann.

Wir werden uns darüber unterhalten, wie das mit dem Älterwerden ist?

Wie sieht mein Leben im Rentenalter ohne Werkstatt aus?

Was sind meine ganz eigenen Wünsche, die großen, aber auch die ganz kleinen Vorstellungen vom Glück?

Dazu werden wir Rollenspiele durchführen, in Kleingruppen arbeiten, Collagen erstellen und sicherlich auch Spaß haben.

-
- Für wen:** Menschen mit geistiger Behinderung
- Wann:** 15. bis 17. September 2017
- Leitung:** Thomas Peuker und Kerstin Wilke
- Wo:** Bildungs- und Begegnungsstätte „Am Luisenpark“ der Lebenshilfe Erfurt e.V.
99094 Erfurt, Winzerstraße 21
- Kosten:** 95,00 Euro
(inkl. Übernachtung/Verpflegung)
- Anmeldung:** Bitte bis 26.07.2017 unter THÜR 5

Geschichten aus 1001 Nacht – eine Reise in den Orient

Sie kennen Ali Baba und die 40 Räuber oder den kleinen Muck auf dem fliegenden Teppich. Sie kommen vor in den Geschichten aus 1001 Nacht, die im Orient spielen. Herzlich willkommen oder Tarhib, so sagt man dort. Unsere Reise geht in den Orient oder ins Morgenland, einer der geheimnisvollsten Regionen unserer Erde. Lassen Sie sich verzaubern von 1001 Nacht, herrlichen Klängen und Düften und lernen Sie mit uns eine fremde Kultur kennen.

Haben Sie Lust? Dann kommen Sie zu uns ins Seminar.

Inhalte:

- › Die Kultur des Orients kennenlernen
- › Gemeinsames Kochen orientalischer Speisen
- › Erleben von orientalischen Tänzen, typisch orientalischer Musik und Entspannung mit Klangschalen
- › Kreatives Gestalten eines eigenen Mosaikstellers, den Sie mit nach Hause nehmen können

Nächstes Jahr reisen wir weiter und Sie können einen anderen Teil unserer Welt kennen lernen.

-
- Für wen:** Menschen mit geistiger und Rollstuhlfahrer
- Wann:** 29. September bis 1. Oktober 2017
- Leitung:** Gabriele Berlinghoff und Nadine Weber
- Wo:** Lebenshilfe Werkstätten Gera gGmbH
07549 Gera, Rudolstädter Straße 38
- Kosten:** 95,00 Euro
(inkl. Übernachtung/Verpflegung)
- Anmeldung:** Bitte bis 16.08.2017 unter THÜR 6

Schulung für Heimbeiräte

Sie sind in Ihrer Wohnstätte zum Heimbeirat gewählt worden und bereits länger im Amt? Dabei konnten Sie bereits Erfahrungen in Ihrer verantwortungsvollen Tätigkeit als Interessenvertreter der Bewohner Ihrer Wohnstätte sammeln?

In den drei Tagen dieser Fortbildung werden wir uns mit den alltäglichen Problemen, Sorgen und Aufgaben von Heimbeiräten beschäftigen und neues Wissen aneignen.

Es wird über die Rechte und Aufgaben des Heimbeirates gesprochen.

Wie und wer wird zu Sitzungen des Heimbeirates eingeladen?

Was muss in das Protokoll?

Wie kann man eine Bewohnerversammlung einberufen und auch Bewohner mit schwereren Behinderungen einbeziehen?

Dazu werden die rechtlichen Grundlagen verständlich dargelegt und gemeinsam diskutiert. Es wird der Frage nachgegangen, wie man mit Schwierigkeiten umgeht und Probleme lösen kann.

Wir werden ihre konkreten Erfahrungen und Probleme als Heimbeirat zusammentragen sowie gemeinsam erarbeiten, wo und wie der Heimbeirat Unterstützung einfordern kann und wer Ansprechpartner ist.

Dazu werden wir Rollenspiele und praktische Übungen durchführen, in Kleingruppen arbeiten und Collagen erstellen.

- Für wen:** Heimbeiräte und Vertrauenspersonen/
Unterstützer
- Wann:** 27. bis 29. Oktober 2017
- Leitung:** Mandy Olbricht und Manuela Voigtmann
- Wo:** Hotel „Rasenmühle“
07745 Jena, Burgauer Weg 1a
- Kosten:** 95,00 Euro
(inkl. Übernachtung/Verpflegung)
Für Vertrauenspersonen/Unterstützer ist ein
höherer Teilnehmerbeitrag fällig (*keine
Förderung von Aktion Mensch*)
- Anmeldung:** Bitte bis 06.09.2017 unter THÜR 7

Werkstatträteschulung

Die Teilnehmer/innen erhalten grundlegendes Wissen für ihre Tätigkeit als Werkstattrat, um mehr Sicherheit und Durchsetzungsfähigkeit zu erreichen.

Sie lernen von Erfahrungen anderer Werkstatträte und erhalten Anregungen für die eigene Arbeit.

Inhalte:

- › Die Aufgaben des Werkstatrates
- › Bereiche der Mitwirkung und Mitbestimmung des Werkstatrates
- › Veränderungen in der Werkstätten-Mitwirkungsverordnung durch das Bundesteilhabegesetz
- › Die UN-Konvention über die Rechte der Menschen mit Behinderung zu Arbeit und Beschäftigung
- › Regeln zum Umgang mit den Beschäftigten
- › Vorbereitung und Durchführung der Werkstattratssitzungen
- › Der Umgang mit Problemen im Werkstattrat
- › Erarbeiten eigener Vorschläge und deren Umsetzung
- › Die Darstellung des Werkstatrates in der Öffentlichkeit

-
- Für wen:** Werkstatträte, die in ihrer Tätigkeit noch sicherer werden wollen
- Wann:** 20. bis 22. November 2017
- Leitung:** Dr. Gisela Schröter und Elfriede Johne
- Wo:** Tagungshotel „Am Stadion“
07749 Jena, Am Stadion 1
- Kosten:** 95,00 Euro
(inkl. Übernachtung/Verpflegung)
- Anmeldung:** Bitte bis 04.10.2017 unter THÜR 8

2017 Jahresübersicht

Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	August	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
1 Neujahr	1	1 Ascher	1 THÜR 1	1 Arbeit	1	1	1	1	1 THÜR 6	1	1
2	2	2	2 THÜR 1	2	2	2	2	2	2	2	2
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3 Dt. Einh.	3	3
4	4	4	4	4	4 Pfingst	4	4	4	4	4	4
5	5	5	5	5 THÜR 2	5 Pfingst	5	5	5	5	5	5
6	6	6	6	6 THÜR 2	6	6	6	6	6	6	6
7	7	7	7	7 THÜR 2	7	7	7	7	7	7	7
8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
9	9	9	9	9	9 THÜR 4	9	9	9	9	9	9
10	10	10	10	10	10 THÜR 4	10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11	11 THÜR 4	11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12 THÜR 3	12	12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13 THÜR 3	13	13	13	13	13	13	13
14	14	14	14 Karfreitag	14 THÜR 3	14	14	14	14	14	14	14
15	15	15	15 Ostern	15	15	15	15	15 THÜR 5	15	15	15
16	16	16	16 Ostern	16	16	16	16	16 THÜR 5	16	16	16
17	17	17	17 Ostern	17	17	17	17	17 THÜR 5	17	17	17
18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18
19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20 THÜR 8	20
21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21 THÜR 8	21
22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22 THÜR 8	22
23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23
24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24 Heilig A
25	25	25	25	25 Christi	25	25	25	25	25	25	25 1. Weih.
26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26 2. Weih.
27	27 Rosen	27	27	27	27	27	27	27	27 THÜR 7	27	27
28	28 Fastna	28	28	28	28	28	28	28	28 THÜR 7	28	28
29		29	29	29	29	29	29	29 THÜR 6	29 THÜR 7	29	29
30		30	30	30	30	30	30	30 THÜR 6	30	30	30
31		31 THÜR 1		31		31	31		31 Reform		31 Silvester

Bildungskalender 2017 - Wichtige Termine auf einen Blick

Termin	THÜR-Nr.	Thema	Anmeldeschluss
31.03. bis 02.04.	THÜR 1	„Musik, Musik, Musik!“	15. Februar
05.05. bis 07.05.	THÜR 2	Holz – ein Multitalent in Farbe, Form und Verarbeitung	22. März
12.05. bis 14.05.	THÜR 3	Erfurt – Stadt der 100 Türme	29. März
09.06. bis 11.06.	THÜR 4	„Suche Freund/in, der/die mit mir kuschelt und mich lieb hat“ – Seminar für Alleinstehende auf Partnersuche	19. April
15.09. bis 17.09.	THÜR 5	„Rentner haben niemals Zeit“ – ein Seminar über das Älterwerden	26. Juli
29.09. bis 01.10.	THÜR 6	Geschichten aus 1001 Nacht – eine Reise in den Orient	16. August
27.10. bis 29.10.	THÜR 7	Schulung für Heimbeiräte	6. September
20.11. bis 22.11.	THÜR 8	Werkstatträteschulung	4. Oktober

Teilnahmebedingungen

Anmeldung

Anmeldeschluss ist i.d.R. 7 Wochen vor dem Seminar. Manchmal sind Seminare schon vorher belegt. Melden Sie sich deshalb bitte zeitig an. Lassen Sie sich (wenn es notwendig ist) von einem Betreuer oder Ihren Eltern beim Ausfüllen unterstützen.

Schicken Sie Ihre Anmeldung bitte an:

**Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung
Landesverband Thüringen e.V.
Rudolstädter Straße 39, 07745 Jena**

**oder per Fax:
03641-336507**

Sobald wir Ihre Anmeldung erhalten, werden Sie in die Teilnehmerliste aufgenommen. Etwa 4 Wochen vor dem Seminar erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung mit allen wichtigen Informationen zum Seminar. Die angekündigten Seminare können nur stattfinden, wenn sich eine ausreichende Teilnehmerzahl anmeldet. Wenn ein Seminar nicht stattfindet oder alle Plätze belegt sind, informieren wir Sie sofort.

Unterbringung

Alle Seminare finden in rollstuhlgerechten Räumen statt. Die Übernachtung ist i.d.R. in Doppelzimmern in einem barrierefreien Haus. Bei dem Teilnehmerbeitrag für Menschen mit Behinderung sind die Kosten für Übernachtung und Verpflegung (außer Getränke) schon dabei.

Rücktritt

Die schriftliche Anmeldung zum Seminar ist verbindlich. Wenn Sie an einem Seminar nicht teilnehmen können, teilen Sie uns dies bitte sofort schriftlich mit.

Betreuung und Begleitung

Bei unseren Seminaren sind außer den Kursleitern noch weitere Personen dabei – die Betreuer. Sie stehen Ihnen zur Seite, wenn Sie Hilfe oder Unterstützung brauchen. Damit wir wissen, ob und welche Begleitung Sie möchten, schicken wir Ihnen vor dem Seminar einen Fragebogen. Bitte füllen Sie ihn (gemeinsam mit Ihrem gesetzlichen Betreuer) aus und schicken Sie ihn an uns zurück. Die Antworten helfen uns, das Seminar nach Ihren Wünschen zu gestalten.

Beförderung

zum und vom Veranstaltungsort muss von den entsendenden Einrichtungen/Diensten oder Personen übernommen werden.

Haben Sie noch Fragen? Möchten Sie mehr über unsere Seminare wissen? Rufen Sie uns doch einfach an.

Ihre Ansprechpartnerin: Dr. Gisela Schröter / Telefon: 03641-334395

Bitte einsenden an: Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung
 Landesverband Thüringen e.V.
 07745 Jena, Rudolstädter Straße 39
 oder per Fax: 03641-336507

Anmeldeformular (Kopiervorlage)

Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgender Veranstaltung an:

THÜR-Nr.		Titel:	
vom:		bis:	in:
Name, Vorname:			
Anschrift (privat)	Strasse:		
	PLZ/Ort:		
Telefon:		Geburtsjahr:	
Beruf/Tätigkeit:			
Rollstuhlfahrer:		<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Dienstanschrift:			
-----		-----	
genehmigt		(Stempel/Unterschrift)	
Telefon:		Fax:	
Rechnung an:		<input type="checkbox"/> Dienstadresse	<input type="checkbox"/> Privatadresse
<i>Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Teilnahmebedingungen der Veranstalter an. Mein Name und meine Telefonnummer dürfen an andere Teilnehmer der gleichen Veranstaltung zur Bildung von Fahrgemeinschaften weitergegeben werden:</i>			
		<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
-----		-----	
Datum		Unterschrift des Teilnehmers	

Herausgeber:

Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung
Landesverband Thüringen e.V.

Rudolstädter Straße 39 • 07745 Jena

Telefon: 03641-334395

Fax: 03641-336507

E-Mail: info@lebenshilfe-thueringen.de

Internet: www.lebenshilfe-thueringen.de