

FUKS - Anmeldung

Das FUKS-Projekt ist längst zum festen Bestandteil des Lernangebots der Marion-Dönhoff-Realschule und des Geschwister-Scholl-Gymnasiums in Pulheim geworden. Schüler:innen der Jahrgangsstufe 10 der Realschule und der Jahrgangsstufe 12 des Gymnasiums sind an dem Projekt beteiligt. Sie sind auf die Verbindlichkeit Ihrer Anmeldung und Ihre regelmäßige Teilnahme angewiesen.

Melden Sie sich bitte persönlich am **30.10.2025 um 14:00 Uhr im Geschwister-Scholl-Gymnasium** zum Kurs an, für den Sie sich interessieren. Treffpunkt ist der Großraum des Gymnasiums. Die Koordinator:innen können dann sofort rückmelden, ob Ihr Kurs zustande kommt. An diesem Tag findet schon ein erster kurzer Unterricht statt.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen

Weitere Informationen finden Sie auch hier:
www.geschwister-scholl-gymnasium.de/fuks/

Ihr Koordinatorinnenteam

Geschwister-Scholl-Gymnasium

Karin Lindner

klindner@scholl-gymnasium.de

Marion-Dönhoff-Realschule

Andrea Mevissen und Karina Hensl

Stadt Pulheim

Heike Wolf – Seniorenberatung,

Tel. 02238-808-205, heike.wolf@pulheim.de



FUKS - Termine

Unterrichtstage 2025

30.10.2025 –

FUKS Anmeldung/erster Unterricht

20.11. - FUKS Start

27.11.

04.12.

11.12.

18.12. - Weihnachtsfeier

Unterrichtstage 2026

08.01.

15.01.

22.01.

29.01.

05.02.

19.02.

26.02.

05.03.

12.03.

19.03.

26.03.

16.04.

23.04.

30.04.

07.05.

21.05.

28.05.

18.06. - Endpräsentation

25.06. - FUKS

Sommerfest

Impressum

Herausgeber: Stadt Pulheim. Der Bürgermeister. Alte Kölner Str.26.

Tel. 02238-808-0, Stadtpulheim@pulheim.de, www.pulheim.de

Veröffentlichung 2025

Copyright Stadt Pulheim. Alle Rechte vorbehalten.

F.U.K.S. - Projekt

F_orschen - U_nterrichten - K_ennenlernen - S_taunen

Schuljahr 2025 / 2026

Bitte informieren
Sie auch andere interessierte
Seniorinnen und Senioren



Herzlich Willkommen!

Wir freuen uns, dass das generationen-übergreifende "FUKS,-Projekt nach den Herbstferien zum 26. Mal stattfindet. Und auch dieses Mal hoffen wir, mit einer ausgewogenen Mischung aus "Klassikern" und neuen Kursen Ihr Interesse zu wecken.

FUKS ist ein Gemeinschaftsprojekt des Geschwister-Scholl-Gymnasiums, der Marion-Dönhoff-Realschule und der Stadt Pulheim.

Die Buchstaben **FUKS** stehen dabei für:

Forschen, **U**nterrichten, **K**ennenlernen und **S**taunen.

Schüler:innen schlüpfen in die Rolle der Lehrenden und Senior:innen dürfen wieder die Schulbank drücken. Dieses Angebot konkurriert nicht mit Kursen der VHS oder anderen Bildungsträgern. Es wendet sich an Senior:innen, die den Kontakt zur Jugend suchen und ohne Zeitdruck lernen wollen. Es wird in lockerer Atmosphäre gelernt. Im Vordergrund steht immer der "Austausch und die Geselligkeit über Generationen hinweg".

FUKS - Unterricht

Das FUKS-Projekt startet an den Unterrichtstagen mit dem FUKS-Café um **13:40 Uhr** in der ehemaligen Cafeteria im Erdgeschoss. Bei Kaffee, Tee und Plätzchen können Schüler:innen und Senior:innen locker miteinander ins Gespräch kommen. Es wird darum gebeten, sich eine eigene Tasse mitzubringen. Ab **14:00 Uhr** beginnt dann der Unterricht.

In diesem Jahr können Sie aus folgenden Kursen wählen:

Sprachen:

- Englisch für Anfänger
- Englisch für Fortgeschrittene

Computer, Handy und Tablet:

- PC-Laptop für Anfänger
- PC-Laptop für Fortgeschrittene
- Handy – Apple für Anfänger
- Handy – Apple für Fortgeschrittene
- Handy – Android für Anfänger
- Tablet für Anfänger

Kulturelles, Soziales und Bewegung:

- Theater
- Gesellschaftsspiele/ Spiele
- Bewegungsangebot/Fitness

FUKS – Mobil

Dieses Angebot kommt Bewohner:innen der Pflegeeinrichtungen in Pulheim und Stommeln zu Gute. Schüler:innen besuchen die Senior:innen in zwei Pflegeeinrichtungen und bieten dort diverse Beschäftigungen für die Bewohner:innen an. Für diesen Kurs sind keine Anmeldungen möglich, die Teilnahme der Bewohner:innen wird mit den Einrichtungen koordiniert.

FUKS - Kosten

Die Teilnahme am FUKS-Projekt ist kostenlos.

Das Projekt freut sich jedoch über freiwillige Spenden für die FUKS-Cafeteria, die Weihnachtsfeier und das Sommerfest.

Wir freuen uns auf Sie!

FUKS-INFO

Das FUKS-Projekt startet immer um 14.00 Uhr in den Räumen des Geschwister-Scholl-Gymnasiums, Hackenbroicher Str. 66a in Pulheim. Die Raum-Nummern werden zu Beginn des Projekts bekannt gegeben.

Ab 13:40 Uhr gibt es Kaffee und Plätzchen im FUKS-Café neben dem Hausmeisterbüro. Bitte bringen Sie sich eine eigene Tasse mit. Wir freuen uns über eine kleine Spende, um Ihnen das Angebot des Cafés bieten zu können.

Der Unterricht endet um 15:30 Uhr. Weitere Informationen erhalten Sie am Tag der Anmeldung.

Ihre Koordinatorinnen

Geschwister-Scholl-Gymnasium

Karin Lindner

klindner@scholl-gymnasium.de

Marion-Dönhoff-Realschule

Andrea Mevissen und Karina Hensl

Stadt Pulheim

Heike Wolf – Seniorenberatung,

Tel. 02238-808-205

heike.wolf@pulheim.de

Impressum

Herausgeber: Stadt Pulheim, Der Bürgermeister, Alte Kölner Str.26,

Tel. 02238-808-0. Stadtpulheim@pulheim.de. www.pulheim.de

Veröffentlichung 2025

Copyright Stadt Pulheim. Alle Rechte vorbehalten.

FUKS - Termine

Unterrichtstage 2025

30.10.2025 –
FUKS Anmeldung/erster Unterricht

20.11. - FUKS Start

27.11.

04.12.

11.12.

18.12. - Weihnachtsfeier

Unterrichtstage 2026

08.01.

15.01.

22.01

29.01.

05.02.

19.02.

26.02.

05.03.

12.03.

19.03

26.03.

16.04.

23.04.

30.04

07.05.

21.05.

28.05.

18.06. - Endpräsentation

25.06.2026 - FUKS Sommerfest

FUKS - KURSPLAN

Schuljahr
2025/2026

Kursbeschreibungen



FUKS–Kursbeschreibungen

Sprachen:

- **Englisch für Anfänger**

Hello? Sie wollen die englische Sprache erlernen? In unserem Kurs erlernen Sie die wichtigsten Grundlagen der englischen Sprache. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

- **Englisch für Fortgeschrittene**

Hello, you already speak a little English? Sie möchten aber noch dazu lernen? Dann melden Sie sich doch gerne für den FUKS-Kurs „Englisch für Fortgeschrittene“ an.

Computer, Handy und Tablet:

- **PC-Laptop für Anfänger**

Sie wollen fit am Computer werden? Ohne Hektik, ohne Ansprüche lernen Sie in unserem Kurs, wie man einen Computer von Grund auf bedient. Nutzen Sie Ihre Möglichkeit jetzt auf dem neusten Stand zu sein, zeigen Sie nicht nur uns, sondern auch Ihren Enkeln und Kindern wie fit Sie sind!

- **PC- Laptop für Fortgeschrittene**

Sie wollen mit der Zeit gehen? Dann besuchen Sie den Computerkurs für Fortgeschrittene. Hier können Sie ihre Fertigkeiten im Umgang mit dem Computer weiter ausbilden.

Computer, Handy und Tablet:

- **Handy – Apple für Anfänger**

Sie haben ein iPhone und möchten mehr über seine grundlegenden Funktionen erfahren? Wir helfen Ihnen weiter mit WhatsApp, Foto- und Videofunktionen, Kalender, Umgang mit verschiedenen Apps und mobilen Daten u.v.m.

- **Handy – Apple für Fortgeschrittene**

Sie möchten die Funktionen Ihres iPhones weiter erkunden? Wir helfen Ihnen dabei und gehen auf Ihre individuellen Wünsche ein.

- **Handy – Android für Anfänger**

Sie möchten Ihr Handy besser kennenlernen? Bei uns lernen Sie die Basics kennen über verschiedene Kommunikationswege, die Nutzung des Internets und verschiedener Apps sowie den Umgang mit Ihren Fotos und Videos u.v.m.

- **Tablet für Anfänger***

In diesem Kurs erlernen Sie den Umgang mit Ihrem Tablet. Auf Ihre individuellen Wünsche kann eingegangen werden.

*(Findet nur statt, wenn sich nicht genügend TN für das Bewegungsangebot melden)

Kulturelles, Soziales und Bewegung:

- **Theater**

Vorhang auf – entdecken Sie die Freude am Theater! Sie möchten gemeinsam mit anderen ein eigenes Theaterstück entwickeln? In unserem Kurs erfinden wir Figuren, schreiben Szenen und bringen das Stück schließlich auf die Bühne – auch ganz ohne Vorerfahrung!

- **Gesellschaftsspiele/Spiele**

Sie spielen gerne Karten- oder Brettspiele mit mehreren zusammen? Sie kennen einige und möchten gerne neue Spiele kennenlernen und ausprobieren? Dann sind Sie bei uns genau richtig: Wir wollen mit Ihnen in der Gruppe zusammen spielen und Spaß haben.

- **Bewegungsangebot/Fitness**

Haben sie Lust, sich zu bewegen - und dabei neue Menschen kennen zu lernen? Dann sind Sie in unserem Bewegungsangebot genau richtig! Durch leichte Übungen, Bewegungsspiele und kleine Trainingsangebote fördern wir Ausdauer, Kraft, und Beweglichkeit - und das ganz ohne Leistungsdruck.

- **Gedächtnistraining**

Gemeinsam trainieren wir unser Gedächtnis. Mit Freude, Abwechslung und ganz viel guter Laune spielen, denken und rätseln wir gemeinsam und bringen das Gedächtnis auf Trab. Wir freuen uns auf Sie!