

Es gibt Kurse in allen Bundesländern, das Alfa Telefon gibt Auskunft.

## Lesen und Schreiben für Erwachsene



Alfa-Telefon 0800-53 33 44 55

Kostenloses Lernen im Lernportal:  
[www.ich-will-schreiben-lernen.de](http://www.ich-will-schreiben-lernen.de)  
App für Android IRMGARD

### Lerncafé

Ohne Anmeldung kann man im Lerncafé am PC im Internet lernen. Eine Kursleiterin unterstützt. Zu finden unter [www.vhs-hamburg.de](http://www.vhs-hamburg.de)

Das Alpha-Team trifft sich

jeden **zweiten Freitag**

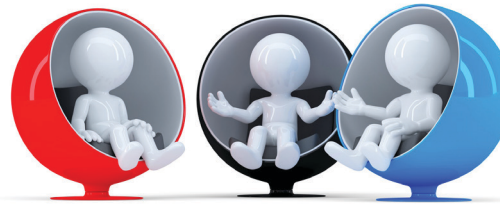
im Monat

von 17:00 bis 19:00 Uhr

in der **Zentralbücherei Hamburg**

am Hühnerposten 1,

im Raum Wirtschaft (1. OG).



@Kirill Makarov - Fotolia

Komm' gerne vorbei,  
wir freuen uns auf dich!

Noch Fragen -

Tel.: 0151-232 19 000 anrufen.

oder uns eine E- Mail schreiben an:  
[alpha-team@web.de](mailto:alpha-team@web.de)



Selbsthilfegruppe  
für Menschen mit  
Problemen beim  
Lesen und Schreiben



@Corund - Fotolia

## Wer sind wir?

Wir haben Probleme mit dem Lesen und Schreiben - genau wie ca. 7,5, Millionen andere Menschen in Deutschland.

In der Schule haben wir es nicht richtig gelernt. Dafür haben wir uns geschämt.

## Hast du Angst vorm Schreiben?

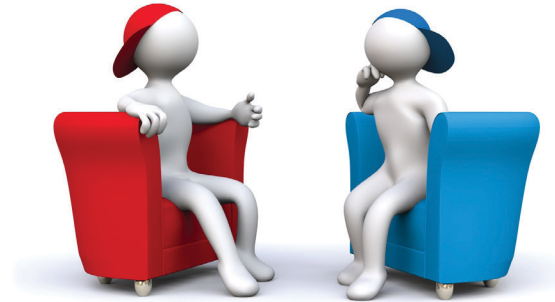


@Kirill Makarov - Fotolia

Einige von uns haben einen Lese- und Schreibkurs an der Volkshochschule besucht oder besuchen ihn noch.

Aber wir möchten mehr. Deswegen haben wir eine Selbsthilfegruppe gegründet.

## Hast du schon einmal mit anderen Menschen über dein Problem gesprochen?



@Spencer - Fotolia

## Was machen wir?

Wir tauschen uns gegenseitig aus und erzählen von unseren Erfahrungen. Das hilft uns, mehr Selbstvertrauen aufzubauen und vielleicht den Mut zu finden, offener mit unserem Problem umzugehen.

Wir helfen ganz unkompliziert bei der Suche nach einem Lese-Schreib-Kurs.

Wir wollen das Problem bekannter machen. Wir geben Interviews in Zeitungen, Radio und Fernsehen. Als Betroffene schildern wir unsere Situation.

## Unser Motto

- A** Analphabeten werben für sich!
- L** lebensnah, lebendig, lustig!
- P** Persönlicher Einsatz ist wichtig!
- H** Hilfreich sein für sich und andere!
- A** Alle Probleme werden sofort angesprochen!
- T** Teamarbeit weiter entwickeln
- E** Erfolge herausstellen
- A** Auch andere mit einbeziehen!
- M** Mut machen