

Unser Programm

Dezember 2025/Januar 2026

Lern- und Freizeit-Angebote

für Erwachsene



Hallo zusammen,

wir machen vom 20.12.2025 bis zum 4.1.2026 Winter-Pause.
Deshalb erscheint heute schon das Programm für Dezember und Januar
mit tollen Lern- und Freizeit-Angeboten.

Unsere Angebote sind für Erwachsene.

Die Lern-Angebote sind **inklusiv**.

Das heißt: jede erwachsene Person kann mitmachen.

Die **Freizeit-Angebote** sind nur für **Menschen mit Behinderung**.

Was gibt es zu beachten?

- Du kannst nur teilnehmen, wenn du dich anmeldest.
- Du bekommst eine Bestätigung von uns.
- Die Anmeldung ist verbindlich.
- Wenn du nicht teilnehmen kannst, musst du rechtzeitig absagen.
- Du erreichst uns nicht?
Sprich auf den Anruf-Beantworter oder schreibe eine E-Mail!
- Du bekommst alle 3 Monate eine Rechnung.

Infos zu den Preisen und Rechnungen findest du auf der letzten Seite.

Unsere Angebote sind **Gruppen-Angebote**.

Das heißt:

- wir machen keine Einzel-Betreuung.
- wir machen keine Wege-Begleitung.

Du brauchst **mehr Unterstützung**?

Bitte bring dir eine Begleitung mit!

Die Begleitung musst du auch anmelden.

Sie muss nicht bei uns bezahlen.

So erreichst du uns:

Koordination

Maria Wehr

Freizeitangebote:

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Kommisarische

Laura Schwarz

Leitung:

Telefon: 069 174 892 828

E-Mail: l.schwarz@lebenshilfe-ffm.de



Wir machen Winter-Pause!

Das Büro ist vom **20.12.2025** bis zum **4.1.2026** nicht besetzt.

Wir machen Urlaub.

Im Januar starten wir erholt ins neue Jahr.

Du willst dich in der Zeit für ein Angebot im Januar anmelden?

Du kannst uns auf den Anruf-Beantworter sprechen.

Oder du schreibst uns eine E-Mail.

Ab dem 5. Januar sind wir wieder da.

Lern- und Freizeit-Angebote

| Datum | Uhrzeit | Angebot | Kosten | Seite |
|-------------|------------------|--|---------|-------|
| Fr. 5.12. | 17 bis 20 Uhr | Feierabend-Stammtisch | 10 Euro | 11 |
| ab Fr 5.12. | siehe Angebot | Projekt Mit-Wissen Einfach Reinkommen | – | 6 - 7 |
| Sa. 6.12. | 11 bis 16 Uhr | Kochen | – | 9 |
| So. 7.12. | 12 bis 16.30 Uhr | Afrikanisch essen und spazieren gehen | 15 Euro | 12 |
| Fr. 12.12. | 17 bis 19 Uhr | Strick-Treffen | 5 Euro | 13 |
| Sa. 13.12. | 10 bis 14 Uhr | Weihnachten auf der Hafenbahn | 20 Euro | 14 |
| Sa. 13.12. | 14 bis 18 Uhr | Mädchengruppe | 40 Euro | 10 |
| Sa. 13.12. | 18 bis 23 Uhr | Disco | 15 Euro | 15 |
| So. 14.12. | 11 bis 14 Uhr | Plätzchen backen | 10 Euro | 16 |
| So. 14.12. | 14 bis 17 Uhr | Kaffee-Klatsch | 10 Euro | 17 |
| Sa. 20.12. | 16 bis 19.30 Uhr | Weihnachtsmarkt Frankfurt | 20 Euro | 18 |

Lern- und Freizeit-Angebote

| Datum | Uhrzeit | Angebot | Kosten | Seite |
|-----------|------------------|--------------------------------------|---------|-------|
| Fr. 9.1. | 16.30 bis 18 Uhr | Feierabend-Fitness mit Entspannung | 15 Euro | 19 |
| Sa. 10.1. | 11 bis 16 Uhr | Kochen | – | 9 |
| So. 11.1. | 12 bis 16 Uhr | Ausflug zum Pferd | 20 Euro | 20 |
| Fr. 16.1. | 17 bis 20 Uhr | Feierabend-Stammtisch | 10 Euro | 11 |
| Sa. 17.1. | 14 bis 18 Uhr | Kino | 20 Euro | 21 |
| Sa. 17.1. | 18 bis 23 Uhr | Disco | 15 Euro | 15 |
| So. 18.1. | 11 bis 14 Uhr | Spaziergang mit Hund und Mittagessen | 15 Euro | 22 |
| So. 18.1. | 15 bis 19 Uhr | Körper-Welten Hanau | 30 Euro | 23 |
| Fr. 23.1. | 17 bis 19 Uhr | Strick-Treffen | 5 Euro | 13 |
| Sa. 24.1. | 11 bis 13 Uhr | Projekt Mit-Wissen Tablet-Kurs | – | 8 |
| Sa. 24.1. | 14 bis 17 Uhr | Kaffee-Klatsch | 10 Euro | 17 |
| So. 25.1. | 15 bis 20 Uhr | Bowling und Essen gehen | 30 Euro | 24 |
| Sa. 31.1. | 12 bis 17 Uhr | Winter-Marmelade kochen | 20 Euro | 25 |

Projekt Mit-Wissen Einfach Reinkommen

Museum für Kommunikation:

Das Museum für Kommunikation zeigt, wie wir sprechen. Zum Beispiel mit Briefen, Telefonen oder dem Internet. Es gibt viel zu entdecken: alte und neue Telefone oder einen Post-Bus.

Museum für moderne Kunst (MMK):

Das MMK ist ein Museum für moderne Kunst.

Es gibt Ausstellungen zu verschiedenen Themen.

Wir lernen, was moderne Kunst bedeutet.

Deutsches Ledermuseum:

Im Deutschen Ledermuseum in Offenbach lernen wir viel rund um das Thema Leder. Es gibt dort viele Gegenstände aus Leder. Zum Beispiel Taschen, Schuhe oder Kunst.



© unsplash

Museum für Kommunikation:

Datum: Freitag, 5. Dezember

Uhrzeit: 16.30 Uhr

Datum: Sonntag, 7. Dezember

Uhrzeit: 13 Uhr

Kosten: 8 € / 4 € ermäßigt

MMK:

Datum: Sonntag, 7. Dezember

Uhrzeit: 11 Uhr

Kosten: 7 € / 5 € ermäßigt

Deutsches Ledermuseum:

Datum: Sonntag, 13. Dezember

Uhrzeit: 13 Uhr

Kosten: 8 € / 5 € ermäßigt

Gefördert durch die



Für dieses Bildungs-Angebot wird eine Förderung der Aktion Mensch beantragt.

Anmeldungen bei Isabella Wolfring

Telefon: 069 174 892 541

E-Mail: i.wolfring@lebenshilfe-ffm.de

Projekt Mit-Wissen Einfach Reinkommen

Bei Einfach Reinkommen gibt es inklusive Museums-Führungen von allen für alle!

In diesen Museen kannst du im November eine Führung besuchen:

Historisches Museum:

Im Historischen Museum lernen wir etwas über die Geschichte Frankfurts.

Wir lernen zum Beispiel, wie aus Frankfurt eine große Stadt wurde.

Deutsches Filminstitut und Filmmuseum (DFF):

Das DFF ist ein Museum für Film. Es zeigt die Geschichte des Films. Wir können lernen, wie Filme gemacht werden.



© unsplash

Historisches Museum:

Datum: Samstag, 6. Dezember

Uhrzeit: 11 Uhr

Kosten: 11 € / 7 € ermäßigt

DFF

Datum: Samstag, 6. Dezember

Uhrzeit: 13 Uhr

Kosten: 8 € / 4 € ermäßigt

Gefördert durch die



Für dieses Bildungs-Angebot wird eine Förderung der Aktion Mensch beantragt.

Anmeldungen bei Isabella Wolfring

Telefon: 069 174 892 541

E-Mail: i.wolfring@lebenshilfe-ffm.de

Projekt Mit-Wissen Tablet-Kurs

Im neuen Jahr gibt es wieder unsere Tablet-Kurse!

Wir lernen gemeinsam und probieren neue Dinge aus.

In dem Kurs geht es um viele spannende Themen.

Zum Beispiel:

- Gefahren im Internet,
- Nachrichten in Einfacher Sprache,
- Apps wie Instagram oder Canva.

Wir entscheiden zusammen, was uns interessiert und was wir lernen wollen.

Alles was wir lernen, kannst du auch auf deinem Handy oder Computer nutzen.

Du brauchst keine Vorkenntnisse.
Alle können mitmachen!



© unsplash

Datum: Samstag, 24. Januar

Uhrzeit: 11 bis 13 Uhr

Ort: Haus am Dom

Domplatz 3, 60311 Frankfurt

Kosten: kostenlos

Gefördert durch die



Für dieses Bildungs-Angebot wird eine Förderung der Aktion Mensch beantragt.

Anmeldungen bei Isabella Wolfring

Telefon: 069 174 892 541

E-Mail: i.wolfring@lebenshilfe-ffm.de

Kochen

Hast du Lust gemeinsam zu kochen?
Dann komm zu unserem **Koch-Angebot!**

Wir können:

- gemeinsam einkaufen,
- neue Gerichte ausprobieren,
- ein Lieblingsessen kochen.

Alle können mitmachen!

Du musst nicht gut kochen können.

Während dem Kochen und Essen haben wir viel Zeit zum Plaudern.

Du brauchst:

- etwas zu trinken.



© unsplash

Datum: Samstag, 6. Dezember

Uhrzeit: 11 bis 16 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen

Datum: Samstag, 10. Januar

Uhrzeit: 11 bis 16 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



**Geld für die Teilnahme
kostenlos**



Geld für unterwegs

Gefördert durch die



Für dieses Bildungs-Angebot wird eine Förderung der Aktion Mensch beantragt.

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Mädchengruppe

Die Mädchengruppe ist für **Mädchen und junge Frauen** ab 15 Jahren mit **Trisomie 21**.

Wir wollen gemeinsam **Freizeit erleben**.

Wir können:

- Ausflüge machen oder bei der Lebenshilfe sein,
- kreativ sein oder entspannen.

Wir können uns über alles **austauschen**.

Zum Beispiel über:

- Schule oder Arbeit,
- Selbstständigkeit,
- Freundschaft,
- den eigenen Körper,
- das Erwachsenwerden.

Du kannst eigene Themen mitbringen.

Du kannst auch nur zuhören.

Du kannst uns vorher Themen schicken.

In der Gruppe sollen sich alle **wohlfühlen!**



© unsplash

Termine:

- Samstag, 13. Dezember
- Samstag, 7. Februar
- Samstag, 14. März
- Samstag, 25. April
- Samstag, 30. Mai
- Samstag, 20. Juni

Uhrzeit: 14 bis 18 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme
40 €



Geld für unterwegs
5 - 10 €

Anmeldungen bei Laura Schwarz

Telefon: 069 174 892 828

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Feierabend-Stammtisch

Möchtest du nach einer langen Woche **entspannen?**

Wir wollen **gemütlich zusammen sitzen** und die Woche ausklingen lassen.

Wir können:

- in einen Biergarten gehen,
- eine Kneipe besuchen,
- uns unterhalten,
- etwas trinken.

Wir wollen uns jeden Monat treffen.

Wir können **verschiedene Orte** in Frankfurt besuchen.

Du brauchst:

- Geld für unterwegs,
- deinen B-Ausweis oder eine Fahrkarte.

Wir fahren mit dem Bus oder der Bahn.



© unsplash

Datum: Freitag, 5. Dezember

Uhrzeit: 17 bis 20 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen

Datum: Freitag, 16. Januar

Uhrzeit: 17 bis 20 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme

10 €



Geld für unterwegs

10 - 15 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Afrikanisch essen und spazieren gehen

Wir gehen gemeinsam in ein Restaurant.
Dort gibt es Essen aus Afrika.
Es gibt besondere Gewürze und Zutaten.

Nach dem Essen machen wir gemeinsam einen Spaziergang.

Wir können:

- etwas neues ausprobieren,
- uns beim Essen unterhalten.

Du brauchst:

- Geld für unterwegs,
- deinen B-Ausweis.

Wir fahren mit der Bahn oder dem Bus.



© unsplash

Datum: Sonntag, 7. Dezember

Uhrzeit: 12 bis 16.30 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme
15 €



Geld für unterwegs
15 - 20 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Strick-Treffen

Wir treffen uns einmal im Monat an einem Freitag.

Wir wollen **zusammen stricken und reden!**

Du musst nicht stricken können.

Du kannst es bei den Treffen lernen.

Wir können:

- überlegen was wir stricken wollen,
- uns **gegenseitig helfen**,
- gemeinsam Tee und Kakao trinken.

Wenn du Wolle und Strick-Nadeln hast, bring sie mit.

Es gibt auch Material zum Üben.



© unsplash

Datum: Freitag, 12. Dezember

Uhrzeit: 17 bis 19 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen

Datum: Freitag, 23. Januar

Uhrzeit: 17 bis 19 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme

5 €



Geld für unterwegs

-

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Weihnachten auf der Hafenbahn

Wir machen eine Fahrt mit der historischen Dampflok.
Wir können etwas über alte Züge erfahren.

Nach der Fahrt gehen wir auf den Weihnachtsmarkt.

Die Waggons haben ein paar Stufen.
Rollstühle können leider nicht mitgenommen werden.

Wir können:

- eine Rundfahrt machen,
- die Umgebung genießen,
- uns unterhalten.

Du brauchst:

- Geld für unterwegs,
- etwas zu trinken,
- deinen B-Ausweis.

Wir fahren mit dem Bus oder der Bahn.

Treffpunkt ist die Sparkasse an der Konstabler Wache.



© Marlon Mundt

Datum: Samstag, 13. Dezember

Uhrzeit: 10 bis 14 Uhr

Ort: Sparkasse Konstabler Wache



Geld für die Teilnahme

20 €

Eintritt ist dabei!



Geld für unterwegs

5 - 10 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Disco

Lust auf **gute Stimmung**?
Wir fahren zusammen zur
„All Together“-Disco nach Friedberg!

Dort gibt es einen **DJ** und gute Musik!
Du kannst tanzen, singen oder einfach nur
zuschauen.
Für jeden ist etwas dabei!

Wir können:

- zusammen **feiern**,
- uns zu **guter Musik** bewegen,
- uns mit anderen unterhalten,
- etwas trinken und essen.

Du brauchst:

- Geld für unterwegs.

Wir fahren mit unserem Lebenshilfe-Bus.



© unsplash

Datum: Samstag, 13. Dezember

Uhrzeit: 18 bis 23 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen

Datum: Samstag, 17. Januar

Uhrzeit: 18 bis 23 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme

15 €



Geld für unterwegs

5 - 10 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Plätzchen backen

Wir genießen die Zeit vor Weihnachten.
Und backen zusammen Plätzchen.
Wir können verschiedene Sorten backen.
Beim Verzieren können wir kreativ sein.

Wir können:

- verschiedene Rezepte ausprobieren,
- Plätzchen gestalten,
- unsere Plätzchen naschen.

Du brauchst:

- etwas zu trinken,
- eine Schürze, wenn du hast.

Wenn du besondere Formen zum Ausstechen hast, kannst du sie gern mitbringen.



© unsplash

Datum: Sonntag, 14. Dezember

Uhrzeit: 11 bis 14 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme
10 €



Geld für unterwegs

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Kaffee-Klatsch

Einmal im Monat treffen wir uns zum Kaffee-Klatsch!

Wir verbringen den Nachmittag auf Gut Hausen.

Wir können **gemütlich** zusammensitzen und plaudern.

Wir können:

- zusammen einen Kaffee trinken,
- bei gutem Wetter im Garten sitzen,
- Spiele spielen oder spazieren gehen.

Du brauchst:

- etwas zu trinken.

Wenn du möchtest, kannst du auch Gebäck für alle mitbringen.

Wir freuen uns auf einen gemütlichen Nachmittag zusammen!



© unsplash

Datum: Sonntag, 14. Dezember

Uhrzeit: 14 bis 17 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen

Datum: Samstag, 24. Januar

Uhrzeit: 14 bis 17 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme
10 €



Geld für unterwegs

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Weihnachtsmarkt Frankfurt

Wir gehen gemeinsam auf den **Weihnachtsmarkt** in Frankfurt. Dort steht ein großer Weihnachtsbaum. Der Markt ist mit vielen Lichtern dekoriert. Es gibt viele Stände mit Essen und Getränken.

Wir können:

- besondere Sachen aus Frankfurt entdecken,
- Kakao und Punsch trinken.

Du brauchst:

- deinen B-Ausweis.

Wir fahren mit der Bahn oder dem Bus.



© unsplash

Datum: Samstag, 20. Dezember

Uhrzeit: 16 bis 19.30 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme
20 €



Geld für unterwegs
10 - 15 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Feierabend-Fitness mit Entspannung

Hast du Lust auf **Bewegung** und **Spaß**?
Dieses Mal machen wir Sport bei der
Lebenshilfe.

Wir machen **Sport** mit der **Trainerin**
Noemi.

Wir halten unseren Körper fit und gesund.

Wir können:

- verschiedene **Übungen** ausprobieren,
- uns zu guter **Musik** bewegen,
- uns richtig **auspowern**!

Du musst nicht sportlich sein!
Es geht darum, zusammen Sport zu
machen und Spaß zu haben.

Alle können mitmachen!

Du brauchst:

- etwas zu trinken,
- Sport-Kleidung.



© Noemi Sieh

Datum: Freitag, 9. Januar

Uhrzeit: 16.30 bis 18 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme
15 €



Geld für unterwegs

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Ausflug zum Pferd

Wir fahren zusammen zu dem Pferd Enzo.
Enzo ist das Pferd auf dem Foto.
Du darfst Enzo streicheln.
Du darf ihn auch putzen.
Und du darfst ihm etwas zu essen geben.
Du darf ihn auch an der Leine halten.



© Lisa Macho

Enzo hat schon oft Besuch von Menschen bekommen.
Er ist ein sehr liebes Pferd.

Datum: Sonntag, 11. Januar

Uhrzeit: 12 bis 16 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen

Wir können:

- Fragen stellen,
- viel über Pferde lernen.

Du brauchst:

- etwas zu essen und zu trinken.

Wir fahren mit dem Bus der Lebenshilfe.



Geld für die Teilnahme
20 €



Geld für unterwegs

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Kino

Wir gehen gemeinsam ins Kino!
Dort gibt es viele verschiedene Filme.
Es gibt **spannende Filme**.
Oder **Filme zum Lachen**.

Wir können:

- gemeinsam einen Film aussuchen,
- **Popcorn** essen,
- uns über den Film unterhalten.

Du brauchst:

- Geld für unterwegs,
- einen B-Ausweis.

Wir fahren mit der Bahn oder dem Bus.



© unsplash

Datum: Samstag, 17. Januar

Uhrzeit: 14 bis 18.00 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme

20 €

Eintritt ist dabei!



Geld für unterwegs

10 - 15 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Spaziergang mit Hund und Mittagessen

Wir gehen mit der **Therapie-Hündin** Noura spazieren.

Noura ist der Hund auf dem Foto.

Wir wollen gemeinsam die **Zeit genießen**.

Wir können viel über Hunde lernen.

Besonders über Therapie-Hunde.

Nach dem Spaziergang gehen wir gemeinsam Mittagessen.

Bei schlechtem Wetter machen wir nur einen kurzen Spaziergang.

Danach können wir länger Mittagessen und Spiele spielen.

Wir können:

- zusammen etwas trinken,
- uns unterhalten,
- ein Spiel **mit Noura spielen**.

Du brauchst:

- etwas zu trinken.

Wir fahren mit dem Bus der Lebenshilfe.



© Noemi Sieh

Datum: Sonntag, 18. Januar

Uhrzeit: 11 bis 14 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme
15 €



Geld für unterwegs
10 - 15 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Körper-Welten Hanau

Wir machen einen Ausflug zur Ausstellung Körper-Welten.
Dort werden Körper von verstorbenen Menschen gezeigt.

Wir können:

- ansehen, wie der menschliche Körper aufgebaut ist.

Zum Beispiel:

- Was liegt unter der Haut?
- Wie sehen die Muskeln aus?
- Und wie sehen die Organe aus?

Das Thema der Ausstellung heißt:
Zyklus des Lebens.
Das bedeutet: Kreislauf vom Leben.
Es wird gezeigt, wie sich Menschen von der Geburt bis ins hohe Alter verändern.

Du brauchst:

- etwas zu trinken.

Wichtiger Hinweis:

In der Ausstellung sehen wir echte Körper und Organe.
Für manche kann das ungewohnt sein.
Bitte überlege dir, ob du dich damit wohlfühlst.
Bei Unsicherheiten kannst du uns ansprechen.



© unsplash

Datum: Sonntag, 18. Januar

Uhrzeit: 15 bis 19 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme

30 €

Eintritt ist dabei!



Geld für unterwegs

5 - 10 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Bowling und Essen gehen

Wir machen einen Ausflug zum Bowling.
Wir spielen zusammen und feuern uns gegenseitig an.
Nach dem Spiel gehen wir zusammen essen.



© unsplash

Wir können:

- gemeinsam Spaß haben,
- uns unterhalten.

Datum: Sonntag, 25. Januar

Uhrzeit: 15 bis 20 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen

Du brauchst:

- etwas zu trinken,
- Geld für unterwegs.



Geld für die Teilnahme

30 €

Eintritt ist dabei!



Geld für unterwegs

10 - 15 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Winter-Marmelade kochen

Wir machen zusammen Marmelade.
Dafür nehmen wir **Obst und Gewürze**,
die es im Winter gibt.
Zum Beispiel Äpfel, Pflaumen und Zimt.
Du kannst die Marmelade behalten.
Oder sie jemandem schenken.

Am Schluss trinken wir zusammen Kaffee.

Wir können:

- etwas **Neues ausprobieren**,
- leckere Marmelade zubereiten,
- gemütlich zusammen sitzen.

Du brauchst:

- etwas zu trinken.



© unsplash

Datum: Samstag, 31. Januar

Uhrzeit: 12 bis 17 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme

20 €



Geld für unterwegs

-

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Wir müssen die Preise erhöhen, damit wir alle Kosten decken können.
Wir versuchen den Preis so niedrig wie möglich zu halten!

Das ist im Teilnahmepreis enthalten:

- Kosten für die Betreuer und Betreuerinnen,
- Eintritte,
- Fahrtkosten,
- Verwaltungs-Kosten.

Wie bezahlst du den Teilnahmepreis?

Du bekommst alle 3 Monate eine Rechnung.
Darin stehen alle Angebote, bei denen du mitgemacht hast.

Den Teilnahmepreis musst du nicht beim Angebot mitbringen.
Bei jedem Angebot steht dabei, wenn du noch Geld mitbringen sollst.
Zum Beispiel, damit du etwas zu Essen kaufen kannst.

Wie kannst du einen Teil der Kosten zurückbekommen?

Wenn du einen Pflegegrad hast, kannst du Geld von der Pflegekasse dazu bekommen.

Zum Beispiel durch:

- den Entlastungsbetrag,
- stundenweise Verhinderungspflege.

Es gibt auch die Eingliederungshilfe.

Alle Menschen mit Behinderung haben ein Recht darauf.

Auch die Assistenz bei Freizeit-Angeboten gehört dazu.

Du musst vor dem Angebot einen Antrag beim Landes-Wohlfahrts-Verband (LWV) stellen.

Der LWV entscheidet, ob er die Kosten übernimmt.

Wenn er zustimmt, bekommst du einen Leistungsbescheid.

Ohne diesen Bescheid musst du den Teilnahmepreis selbst zahlen.

Hast du Fragen?

Du kannst uns gerne anrufen oder eine E-Mail schreiben.

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Deine Meinung ist uns wichtig!

Wir wollen wissen:

- Was hat dir gut gefallen?
- Was fandest du nicht so gut?
- Was wünschst du dir für die Zukunft?



Sag uns:

- Was willst du gerne mal machen?
- Wohin soll der nächste Ausflug gehen?
- Was willst du lernen oder ausprobieren?
- Was brauchst du, damit du gut mitmachen kannst?

Deine Ideen und Wünsche helfen uns, die Angebote besser zu machen.

So kannst du uns deine Ideen und Wünsche mitteilen:

Per **E-Mail** an:

freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Oder per **Post** an:

Lebenshilfe Frankfurt Ambulante Dienste gGmbH

Freizeit und Reisen

Friedrich-Wilhelm-von-Steuben-Str. 2

60487 Frankfurt am Main

Du kannst uns auch **anrufen**:

Telefon: 069 174 892 829

Es geht niemand dran?

Hinterlasse eine Nachricht auf dem **Anruf-Beantworter**!

Wir rufen dann zurück.