

Unser Programm

Juli 2026

Lern- und Freizeit-Angebote

für Erwachsene



Hallo zusammen,

heute erscheint das neue Programm 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 Beeinträchtigung**.

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.

Manche Angebote sind besonders gut für Menschen geeignet, die eine **komplexe Beeinträchtigung** haben.

Sie sind zum Beispiel:

- barrierefrei,
- in einer kleinen Gruppe,
- für alle gut machbar.

Du erkennst sie an diesem Stern im Programmheft:



So erreichst du uns:

**Anmeldung und
Planung:**

Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

**Leitung Freizeit und
Reisen:**

Laura Schwarz

Telefon: 069 174 892 828

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

Zu diesen Zeiten kannst du uns erreichen:

Montag: 10 bis 12 Uhr und 13 bis 15 Uhr

Dienstag: 13 bis 17 Uhr

Mittwoch: –

Donnerstag: 13 bis 17 Uhr

Freitag: 10 bis 12 Uhr und 13 bis 15 Uhr

Du erreichst uns nicht?

Sprich auf den Anruf-Beantworter.

Wir rufen dich zurück!

Lern- und Freizeit-Angebote

Datum	Uhrzeit	Angebot	Kosten	Seite
Fr. 3.7.	17 bis 20 Uhr	Feierabend-Stammtisch: Café Frida	15 €	9
Sa. 4.7.	11 bis 16 Uhr	Kochen	-	6
So. 5.7.	13 bis 17 Uhr	Höchster Schlossfest	20 €	10
So. 5.7.	13 bis 17 Uhr	Zusammen Backen: Beeren-Torte	-	11
Mi. 8.7.	16.30 bis 20 Uhr	Projekt Mit-Wissen: Einfach Reinkommen	-	5
Fr. 10.7.	16.30 bis 20 Uhr	HfG Rundgang Kunst und Musik	15 €	12
Sa. 11.7.	12 bis 17 Uhr	Frankfurter Zoo	25 €	13
So. 12.7.	14 bis 17 Uhr	Kaffee-Klatsch	15 €	14
Sa. 18.7.	15 bis 19 Uhr	Pizzabacken	-	15
Fr. 24.7.	18 bis 21 Uhr	Feierabend-Stammtisch: Tannenbaum	15 €	16
Sa. 25.7.	10 bis 16 Uhr	Tagesausflug Mainz	25 €	17
So. 26.7.	15 bis 19 Uhr	Karaoke	10 €	18
Fr. 31.7.	17 bis 19 Uhr	Strick-Treffen	10 €	19
ab Do. 13.8.	17 bis 18 Uhr	LEA Leseklub Nordwestzentrum	-	7
ab Fr. 11.9.	15 bis 16.30 Uhr 16.30 bis 18 Uhr	Lesen und Schreiben	-	8

Projekt Mit-Wissen Einfach Reinkommen

Das ist **Einfach reinkommen**:

- Inklusive Führungen von allen für alle.
- Menschen mit und ohne Behinderung arbeiten zusammen und machen eine Führung im Museum.

Du möchtest ein Museum kennenlernen?
Du möchtest anderen Menschen etwas über das Museum erzählen?
Dann kannst du beim Projekt mitmachen!

Das machen wir zusammen:

- Du besuchst vier Workshops.
- Du wirst Teil von einem Expert*innen-Team.
- Du lernst ein Museum kennen.
- Im Herbst gibst du eine Führung mit dem Team.

Unser erster Termin: der **Tag der Museen**.

Du kannst das Projekt kennenlernen.
Alle Museen stellen sich vor.



© Projekt Mit-Wissen

Datum: Mittwoch, 8. Juli

Uhrzeit: 16.30 bis 20 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen

Kosten: kostenlos

Kooperation:

Viele Museen der Stadt Frankfurt und Offenbach

Gefördert durch die
**AKTION
MENSCH**

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, 04. Juli

Uhrzeit: 11 bis 16 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



**Geld für die Teilnahme
kostenlos**



Geld für unterwegs
-

Gefördert durch die
**Aktion
MENSCH**

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

LEA Leseklub Nordwestzentrum

Im LEA Leseklub lesen Erwachsene mit und ohne Behinderung.

Du musst nicht lesen können.
Du musst nur **Lust auf Bücher** und
Geschichten haben.

Alle können mitmachen.

Der Kurs findet immer an einem
Donnerstag statt.
Die Gruppe trifft sich mehrere Wochen.
Von **August 2026** bis **Januar 2027**.



© unsplash

Datum: ab 13. August
immer donnerstags
Uhrzeit: 17 bis 18 Uhr
Ort: VHS-Zentrum Nord

Kooperation: Volkshochschule
Frankfurt



**Geld für die Teilnahme
kostenlos**



Geld für unterwegs
-

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Lesen und Schreiben

Wir üben Lesen und Schreiben.
Zusammen lesen wir Texte oder machen
Wort-Rätsel.

Wir helfen uns beim Lesen.
Wir treffen uns **mehre Wochen.**

Ab September finden die Kurse an diesen
Terminen statt:

September:

- 11. September
- 18. September
- 25. September

Oktober:

- 23. Oktober
- 30. Oktober

November:

- 6. November
- 13. November
- 20. November
- 27. November

Dezember:

- 4. Dezember
- 11. Dezember
- 18. Dezember



© unsplash

Datum: ab 11. September
immer freitags

Uhrzeit: Kurs 1: 15 bis 16.30 Uhr
Kurs 2: 16.30 bis 18 Uhr

Ort: VHS Sonnemannstraße 13,
Raum 2097

Kooperation: Volkshochschule
Frankfurt



**Geld für die Teilnahme
kostenlos**



Geld für unterwegs
-

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Feierabend-Stammtisch: Café Frida

Dieses Mal gehen wir zusammen in das **Café Frida** in Frankfurt.

Dort können wir uns nach der Arbeitswoche entspannen.

Wir können:

- gemütlich zusammensitzen,
- etwas **Neues entdecken**,
- uns unterhalten,
- etwas essen und trinken.

Du brauchst:

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

**Wir treffen uns an der Haltestelle
Kirchplatz!**
(Ausgang Ginnheimer Str. am
Supermarkt/Bäcker)



© unsplash

Datum: Freitag, 3. Juli

Uhrzeit: 17 bis 20 Uhr

Ort: Haltestelle Kirchplatz



Geld für die Teilnahme

15 €

Ein Getränk ist dabei!



Geld für unterwegs

10 bis 15 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Höchster SchloSSFest

Das Höchster SchloSSFest ist ein großes Fest in Frankfurt Höchst.

Am 5. Juli feiern etwa **30 Vereine** im Brüningpark.

Es gibt zum Beispiel:

- Stände mit verschiedenem Essen und Getränken,
- **Live-Musik**,
- Shows.

Wir können:

- Vereine aus Frankfurt entdecken,
- **gute Musik** hören,
- gemeinsam essen und trinken.

Du brauchst:

- etwas zu trinken,
- Sonnenschutz,
- Geld für unterwegs,
- deinen B-Ausweis oder eine Fahrkarte.

Wir treffen uns am Haupteingang der Haltestelle Frankfurt Höchst!



© unsplash

Datum: Sonntag, 5. Juli

Uhrzeit: 13 bis 17 Uhr

Ort: Haltestelle Frankfurt Höchst



Geld für die Teilnahme

20 €



Geld für unterwegs

15 bis 20 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Zusammen Backen: Beeren-Torte

Wir wollen wieder gemeinsam backen.
Dieses Mal machen wir eine **Beeren-Torte**. Zum Beispiel mit:

- Erdbeeren,
- Himbeeren
- oder Blaubeeren.

So eine Torte passt perfekt zum Sommer!

Wir können:

- **kreativ** sein,
- uns gegenseitig helfen,
- etwas Neues ausprobieren,
- die Torte **zusammen probieren**.



© unsplash

Datum: Sonntag, 5. Juli

Uhrzeit: 13 bis 17 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme

-



Geld für unterwegs

-

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

HfG: Rundgang Kunst und Musik

Die HfG Offenbach ist eine Hochschule für Kunst und Design.

Wir können uns die Hochschule gemeinsam anschauen.

Die Studierenden zeigen ihre Kunstwerke. Es gibt auch **Musik** und ein Café.

Wir können:

- Kunst und Design entdecken,
- uns darüber unterhalten,
- Musik hören,
- etwas zusammen trinken und essen.

Du brauchst:

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

Wir treffen uns am Kaufhaus Galeria an der Hauptwache!



© unsplash

Datum: Freitag, 10. Juli

Uhrzeit: 16.30 bis 20 Uhr

Ort: Galeria an der Hauptwache



Geld für die Teilnahme

15 €



Geld für unterwegs

15 bis 20 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Frankfurter Zoo

Wir gehen zusammen in den Zoo.
Dort kannst du **verschiedene** Tiere sehen.
Zum Beispiel:

- Giraffen,
- Krokodile
- und das neue **Ameisenbär-Baby**.

Wir können:

- Tiere beobachten,
- durch den Zoo spazieren,
- ein **Eis essen** oder Kaffee trinken.

Du brauchst:

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

Wir fahren mit dem Bus oder der Bahn.



© unsplash

Datum: Samstag, 11. Juli

Uhrzeit: 12 bis 17 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme

25 €

Der Eintritt ist mit dabei.



Geld für unterwegs

15 bis 20 €

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** zusammen sitzen und plaudern.

Wir können:

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

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

Wir freuen uns auf einen **gemütlichen** Nachmittag zusammen!



© unsplash

Datum: Sonntag, 12. Juli

Uhrzeit: 14 bis 17 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

Pizzabacken

Hast du Lust auf leckere Pizza?
Wir treffen uns im Garten der Lebenshilfe.
Und machen gemeinsam Pizza im
Holzofen.

Du kannst die Pizza belegen, wie du willst.
Du kannst deine **Lieblingspizza** machen.
Oder etwas **Neues** ausprobieren.

Wir können:

- Pizza backen,
- zusammen essen,
- etwas spielen,
- uns unterhalten,
- den Tag **genießen**.

Du brauchst:

- Sonnenschutz,
- etwas zu trinken.



© Noemi Sieh

Datum: Samstag, 18. Juli

Uhrzeit: 15 bis 19 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme

-



Geld für unterwegs

-

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Feierabend-Stammtisch: Tannenbaum

Möchtest du nach einer langen Woche entspannen?

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

Dieses Mal wollen wir in die Bar „**Tannenbaum**“ gehen.

Dort gibt es:

- Tischfußball,
- Musik
- und gute Stimmung.

Wir können:

- etwas **spielen**,
- uns unterhalten,
- etwas mit oder ohne Alkohol trinken.

Du brauchst:

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

Wir treffen uns am Café Extrablatt an der Haltestelle Bockenheimer Warte!



© unsplash

Datum: Freitag, 24. Juli

Uhrzeit: 18 bis 21 Uhr

Ort: Café Extrablatt an der Bockenheimer Warte



Geld für die Teilnahme

15 €

Ein Getränk ist dabei!



Geld für unterwegs

10 bis 15 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Tagesausflug Mainz

Wir fahren **mit dem Zug** nach Mainz.
Dort gibt es viel zu sehen.

Zum Beispiel:

- schöne Gebäude in der **Altstadt**,
- viele Geschäfte,
- Cafés und Restaurants.

Wir können:

- durch die Stadt spazieren,
- etwas **einkaufen**,
- etwas essen und trinken.

Du brauchst:

- Geld für unterwegs,
- etwas zu trinken,
- Sonnenschutz,
- deinen B-Ausweis oder eine Fahrkarte,
- **bequeme** Schuhe.

Wir werden bei diesem Ausflug viel zu Fuß gehen!

Wir treffen uns am Info-Point am Hauptbahnhof Frankfurt!



© unsplash

Datum: Samstag, 25. Juli

Uhrzeit: 10 bis 16 Uhr

Ort: Info-Point am Hauptbahnhof Frankfurt



Geld für die Teilnahme
25 €



Geld für unterwegs
20 bis 25 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Karaoke

Wir haben einen eigenen Raum in einer Karaoke-Bar gemietet.
Der Raum hat eine große **Discokugel**.
Es gibt auch eine **Bühne**.
Dort können wir singen und tanzen.

In der Karaoke-Bar gibt es Snacks und Getränke.
Nach dem Singen können wir auch noch etwas trinken gehen.

Wir können:

- auf der Bühne singen und tanzen,
- uns wie ein **Star** fühlen,
- etwas essen und trinken.

Du brauchst:

- Geld für unterwegs.

Wir treffen uns am Kaufhaus Galeria an der Hauptwache!



© unsplash

Datum: Sonntag, 26. Juli

Uhrzeit: 15 bis 19 Uhr

Ort: Galeria an der Hauptwache



Geld für die Teilnahme
10 €



Geld für unterwegs
10 bis 15 €

Für dieses Angebot nutzen wir eine Spende des Lion Clubs.

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 treffen uns, um **zusammen** zu **stricken**.

Wir können auch **andere Handarbeiten** machen.

Zum Beispiel:

- häkeln,
- sticken
- oder nähen.

Wir haben Wolle und Stricknadeln da.

Du kannst damit üben.

Wir haben auch zwei **Strick-Maschinen**.

Du musst nicht stricken können.

Du kannst es lernen, wenn wir uns treffen.

Wir helfen dir dabei.

Wir können:

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



© Maria Wehr

Datum: Freitag, 31. Juli

Uhrzeit: 17 bis 19 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

Anmeldung und Bezahlung

Du kannst nur teilnehmen, wenn du dich anmeldest.

Du kannst dich per Telefon oder E-Mail anmelden.

Du bekommst eine Bestätigung von uns.

Die Anmeldung ist verbindlich.

Das bedeutet: Du musst teilnehmen oder rechtzeitig absagen.

Wenn du nicht rechtzeitig absagst, musst du den vollen Preis bezahlen!

Den Teilnahme-Preis 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.

Du bekommst alle 3 Monate eine Rechnung.

Darin stehen alle Angebote, bei denen du mitgemacht hast.

Absage und Krankheit

Du musst bis spätestens Donnerstag vor dem Angebot absagen.

Du kannst per E-Mail oder Telefon absagen.

Du kannst uns nicht erreichen?

Bitte sprich eine Nachricht auf den Anruf-Beantworter.

Dann musst du nichts bezahlen.

Fühlst du dich krank?

Hast du Fieber, Husten oder läuft deine Nase?

Dann bleibe bitte zu Hause.

Es ist wichtig, dass du gesund bist.

Dann haben alle einen schönen Tag.

Wenn du krank bist, sag uns Bescheid.

Es ist wichtig, dass du nicht krank zum Angebot kommst.

Am Wochenende ist niemand im Büro!

Ab Freitag 15 Uhr musst du auf den Anruf-Beantworter sprechen.

Bitte am Wochenende nicht per E-Mail absagen.

Die Assistenzen haben keinen Zugriff auf die E-Mails.

Zuspätkommen

Wir warten höchstens 15 Minuten auf dich.

In den 15 Minuten versuchen wir dich zu erreichen und fragen wo du bist.

Dafür ist es wichtig, dass wir immer eine aktuelle Nummer von dir haben.

Wir hören vor dem Angebot den Anrufbeantworter ab und prüfen, ob jemand abgesagt hat.

Ausfall von Angeboten

Die Lebenshilfe kann Angebote absagen.

Gründe sind zum Beispiel:

- Es haben sich zu wenige Teilnehmende angemeldet.
- Die Assistenzen sind krank geworden.
- Bei extremen Wetter-Bedingungen.

Du bekommst eine Nachricht von uns.

In seltenen Fällen kann das auch erst am Tag des Angebots sein.

Du musst nichts bezahlen.

Betreuung und Assistenz

Unsere Angebote sind Gruppen-Angebote.

Das heißt wir machen keine Einzel-Betreuung.

Wir können auch keine Wege-Begleitung anbieten.

Du bekommst bei deiner ersten Anmeldung einen Teilnahme-Bogen.

Dort kannst du alles ausfüllen, was wir über dich wissen müssen.

So können wir dich gut betreuen.

Du kannst erst bei den Freizeit-Angeboten mitmachen, wenn:

- wir den ausgefüllten Anmelde-Bogen von dir haben.
- du alle Fragen ehrlich beantwortet hast.

Manchmal haben wir auch noch Fragen dazu.

Dann sprechen wir dich darauf an.

Du brauchst mehr Unterstützung?

Bitte bring eine Assistenz mit!

Du musst die Assistenz bei der Anmeldung angeben.

Sie muss keinen Teilnahme-Preis bezahlen.

Haftung

Die Lebenshilfe haftet nicht für persönliche Gegenstände, die verloren oder kaputt gehen.

Das heißt:

Wenn etwas verloren geht oder kaputt geht, können wir es nicht ersetzen oder bezahlen.

Werte

Uns ist es wichtig, dass sich alle bei unseren Angeboten sicher und wohl fühlen.

Damit das gelingt, haben wir unsere Werte aufgeschrieben.

Werte sagen: So wollen wir miteinander umgehen.

Sie helfen, dass niemand ausgeschlossen oder verletzt wird.

Wenn sich alle an die Werte halten, klappt das Zusammenleben besser.

Dann können alle gut miteinander auskommen.

Die Werte gelten für alle Menschen, die bei uns mitmachen.

Sie gelten für Teilnehmende, Mitarbeitende und Assistenzen.

Unsere Werte zeigen zum Beispiel:

- Jeder darf selbst entscheiden.
- Alle Menschen gehören dazu und sind wichtig.
- Menschen können und dürfen verschieden sein.

Es gibt Dinge, die gegen unsere Werte sind. Zum Beispiel:

- Jemand beleidigt andere.
- Jemand macht sich über andere lustig.
- Jemand verletzt andere absichtlich.
- Jemand zwingt andere etwas zu tun.

Wenn jemand andere verletzt oder die Werte nicht beachtet, sprechen wir zuerst miteinander.

Wir erklären, was falsch war und besprechen, wie es anders gehen kann.

Wenn jemand öfter gegen die Werte verstößt oder es ein schwerer Fall ist, können wir entscheiden:

- Die Person darf eine Zeit lang nicht mitmachen oder
- die Person darf gar nicht mehr mitmachen.

Unsere wichtigsten Werte

Kommunikation

Der Lebenshilfe Frankfurt ist es wichtig, dass du mitmachen kannst.

Deine Wünsche und deine Meinung sind wichtig.

Du sollst uns sagen können, was du möchtest.

Wir sorgen dafür, dass du dafür Zeit und Möglichkeiten bekommst.

Wir nehmen dich ernst.

Du hast verschiedene Kontakt-Möglichkeiten:

- Du kannst mit den Assistenzen vor Ort sprechen.
- Du kannst anrufen.
- Du kannst einen Brief schreiben.
- Du kannst eine E-Mail schreiben.

Respekt

Alle Menschen sind wichtig.

Alle Menschen haben die gleichen Rechte.

Egal wer sie sind und egal wie sie leben.

Alle werden gut behandelt.

Bei uns gehen alle respektvoll miteinander um.

Teilnehmende untereinander.

Teilnehmende und Assistenz.

Assistenz und Teilnehmende.

Das heißt bei unseren Freizeit-Angeboten:

- Wir gehen freundlich miteinander um.
- Wir hören einander zu.
- Wir nehmen Rücksicht aufeinander.
- Wir machen nichts, was andere nicht wollen.
- Wir sagen Stopp, wenn uns etwas nicht guttut.

Unsere wichtigsten Werte

Selbst-Bestimmung

Selbst-Bestimmung bedeutet:

Menschen entscheiden selbst, was sie machen wollen.

Sie bestimmen selbst über ihr Leben.

Selbst-Bestimmung ist ein Recht.

Alle Menschen haben das Recht selbst zu entscheiden.

Bei Freizeit und Reisen gilt das auch.

Bei unseren Freizeit-Angeboten darfst du zum Beispiel selbst entscheiden:

- bei welchem Angebot du mitmachst,
- was du machen möchtest,
- ob du eine Pause brauchst,
- wann du etwas nicht mehr machen willst.

Mitmachen

Die Lebenshilfe Frankfurt sagt:

Menschen mit Beeinträchtigung sind die besten Expertinnen und Experten für ihre Wünsche.

Deshalb sollen sie ihre Wünsche zeigen.

Bei Freizeit und Reisen heißt das zum Beispiel:

- Wo möchtest du Urlaub machen?
- Wann möchtest du Urlaub machen?
- Was möchtest du in deiner Freizeit tun?
- Mit wem möchtest du deine Freizeit verbringen?
- Möchtest du lieber in einer kleinen oder in einer großen Gruppe sein?
- Was würdest du gerne mit uns erleben?

Unsere wichtigsten Werte

Inklusion

Inklusion heißt: dabei sein.

Das bedeutet:

- Alle Menschen können mitmachen.
- Alle Menschen können mitbestimmen.
- Alle Menschen sind wichtig und gehören dazu.
- Niemand darf ausgeschlossen werden.

Niemand wird schlecht behandelt oder ausgeschlossen.

Vielfalt

Vielfalt bedeutet: Es gibt viele verschiedene Menschen.

- Sie sehen unterschiedlich aus.
- Sie haben manchmal eine Beeinträchtigung.
- Sie kommen aus verschiedenen Ländern.
- Sie haben verschiedene Hautfarben.
- Sie haben eine andere Sexualität.
- Sie sprechen verschiedene Sprachen.
- Sie haben verschiedene Glauben.
- Sie verdienen unterschiedlich viel Geld.

Wir sind offen für Vielfalt.

Das heißt: Wir finden diese Unterschiede gut.

Bei unseren Angeboten machen viele verschiedene Menschen mit.

Es ist normal, dass Menschen verschieden sind.

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 Teilnahme-Preis?

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 Beeinträchtigung 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 Teilnahme-Preis 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.