

Unser Programm

Mai 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
Sa. 2.5.	16.30 bis 22 Uhr	Konzert auf Gut Hausen	-	8
Sa. 9.5.	11 bis 16 Uhr	Kochen	-	7
So. 10.5.	10 bis 13 Uhr	Fahrt mit der Hafengebahn	20 €	9
Fr. 15.5.	18 bis 21 Uhr	Feierabend-Stammtisch	15 €	10
Sa. 16.5.	10 bis 15 Uhr	Flohmarkt	20 €	11
Sa. 16.5.	18 bis 23 Uhr	Disco	20 €	12
So. 17.5.	13 bis 17 Uhr	Zusammen Backen: Gefüllte Muffins	-	13
Do. 21.5.	16.30 bis 18.30 Uhr	Projekt Mit-Wissen: Instagram-Redaktion	-	5
Fr. 22.5.	16 bis 17.30 Uhr	Fitness vor Ort	15 €	14
Fr. 22.5.	17 bis 19 Uhr	Strick-Treffen	10 €	15
Sa. 23.5.	11 bis 13 Uhr	Projekt Mit-Wissen: Tablet-Kurs	-	6
Sa. 23.5.	13 bis 18 Uhr	Wäldchestag	20 €	16
Sa. 30.5.	11 bis 16 Uhr	Gemeinsam shoppen	15 €	17
Sa. 30.5.	14 bis 18Uhr	Mädchengruppe	40 €	18
So. 31.5.	14 bis 17 Uhr	Kaffee-Klatsch	15 €	19

Projekt Mit-Wissen Instagram-Redaktion

Nutzt du gerne Instagram?
Möchtest du kreativ sein?

Die Katholische Erwachsenenbildung (KEB) hat ein Profil bei Instagram. Instagram ist eine App in den sozialen Medien.

Dort kann man Fotos, Videos und Texte hochladen.

Wir treffen uns ein Mal im Monat. In einer kleinen Gruppe kümmern wir uns gemeinsam um das Instagram-Profil der KEB.

Gemeinsam überlegen wir zum Beispiel:

- Welche Themen sind uns wichtig?
- Was möchten wir zeigen oder erzählen?
- Welche Fotos oder Videos passen dazu?
- Welche Texte schreiben wir?

Du brauchst keine Vorkenntnisse.
Alle können mitmachen!



© unsplash

Datum: Donnerstag, 21. Mai

Uhrzeit: 16.30 bis 18.30 Uhr

Ort: Haus am Dom

Domplatz 3, 60311 Frankfurt

Kosten: kostenlos

Kooperation:

Katholische Erwachsenenbildung

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

Projekt Mit-Wissen Tablet-Kurs

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, 23. Mai

Uhrzeit: 11 bis 13 Uhr

Ort: Haus am Dom

Domplatz 3, 60311 Frankfurt

Kosten: kostenlos

Kooperation:

Katholische Erwachsenenbildung

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, 9. Mai

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

Konzert auf Gut Hausen

Es gibt eine besondere Veranstaltung auf Gut Hausen.

Das Motto heißt:

Menschenrechte sind nicht verhandelbar.
Das bedeutet: **Jeder Mensch hat Rechte.**

An diesem Tag gibt es auch ein Konzert mit **Rock-Musik.**

Du möchtest auf das Konzert, aber hast keine Begleitung?

Wir können **zusammen** hingehen!

Diese Musikgruppen spielen an dem Tag:

- Mr Stringer and the Miss Marple Horns,
- Opm,
- The Bumble Beasts,
- Störung im Betriebsablauf,
- The Vagrants.

Wir können:

- gute Musik hören,
- zusammen **tanzen**,
- etwas **Leckeres essen**,
- zusammen Spaß haben.

Wenn du früher gehen möchtest, sag uns einfach Bescheid.



© unsplash

Datum: Samstag, 2. Mai

Uhrzeit: 16.30 bis 22 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



**Geld für die Teilnahme
kostenlos**



**Geld für unterwegs
5 bis 10 €**

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Fahrt mit der Hafenbahn

Wir entdecken Frankfurt mit der Hafenbahn!

Das ist eine historische Dampflok.
Wir können etwas über alte Züge erfahren.
Die Waggons haben ein paar Stufen.
Rollstühle können leider nicht mitgenommen werden.

Wir können:

- die Stadt anschauen,
- den schönen Ausblick genießen,
- uns unterhalten.

Du brauchst:

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

Wir treffen uns am C&A an der Konstablerwache!



© Marlon Mundt

Datum: Sonntag, 10. Mai

Uhrzeit: 10 bis 13 Uhr

Ort: C&A an der Konstablerwache



Geld für die Teilnahme

20 €

Eintritt ist dabei!



Geld für unterwegs

5 bis 10 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

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,
- etwas **spielen**,
- 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.

Du kannst gern ein **Spiel** mitbringen.

Wir fahren mit dem Bus oder der Bahn.



© unsplash

Datum: Freitag, 15. Mai

Uhrzeit: 18 bis 21 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



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

Flohmarkt

Wir gehen zusammen auf den Hof-Flohmarkt in Frankfurt Ostend.

Dort kann man gebrauchte Dinge kaufen.
Zum Beispiel:

- Kleidung und Spiele
- oder Filme und Dinge für die Wohnung.

Wir können:

- zusammen die Stände anschauen,
- interessante Sachen finden,
- einen schönen Tag verbringen.

Du brauchst:

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

Wir fahren mit der Bahn oder dem Bus.



© unsplash

Datum: Samstag, 16. Mai

Uhrzeit: 10 bis 15 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



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

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 dem Lebenshilfe-Bus.



© unsplash

Datum: Samstag, 16. Mai

Uhrzeit: 18 bis 23 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme
20 €



Geld für unterwegs
5 bis 10 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Zusammen Backen

Wir wollen etwas Besonderes backen.
Wir backen **gefüllte Muffins**.

Muffins sind kleine Kuchen.
Wir füllen sie mit etwas Leckerem.
Zum Beispiel mit Obst oder Schokolade.

Wir können:

- etwas Neues lernen,
- gemeinsam **probieren**.

Du brauchst:

- etwas zu trinken.



© unsplash

Datum: Sonntag, 17. Mai

Uhrzeit: 13 bis 17 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



**Geld für die Teilnahme
kostenlos**



Geld für unterwegs

-

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Fitness vor Ort

Hast du Lust auf **Bewegung** und **Spaß**?

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, 22. Mai

Uhrzeit: 16 bis 17.30 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



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.
Du kannst auch **andere Handarbeiten** machen.

Wir können:

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

Wenn du Wolle und Strick-Nadeln hast,
bring sie mit.
Es gibt auch Material zum Üben.



© unsplash

Datum: Freitag, 22. Mai

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

Wäldchestag

Wir gehen auf den Wäldchestag.
Dort ist ein großes Fest.
Es gibt viele Fahrgeschäfte.
Es gibt auch Stände mit Essen.

Wir können:

- Zeit im Wald genießen,
- mit Karussells fahren,
- zusammen Spaß haben.

Du brauchst:

- deinen B-Ausweis,
- Geld für unterwegs.

Wir fahren mit dem Bus der Lebenshilfe.



© unsplash

Datum: Samstag, 23. Mai

Uhrzeit: 13 bis 18 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



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

Gemeinsam shoppen

Wir gehen zusammen ins Nord-West-Zentrum. Dort kaufen wir neue Spiele für den Bereich Freizeit und Reisen. Du entscheidest mit, welche Spiele wir kaufen sollen.

Wir können:

- zusammen Spiele aussuchen,
- andere Geschäfte besuchen,
- etwas essen und trinken.

Du brauchst:

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

Wir fahren mit der Bahn oder dem Bus.



© unsplash

Datum: Samstag, 30. Mai

Uhrzeit: 11 bis 16 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme
15 €



Geld für unterwegs
20 bis 25 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Mädchengruppe

Die Mädchengruppe ist für **junge Frauen** 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, 30. Mai**
- Samstag, 20. Juni

Uhrzeit: 14 bis 18 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme
40 €



Geld für unterwegs
10 bis 15 €

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, 31. Mai

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

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.