

Unser Programm

September 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. 4.9.	17 bis 18.30 Uhr	Gemeinsame Zeit mit Noura	15 €	11
ab Sa. 5.9.	siehe Angebot	Projekt Mit-Wissen: Einfach Reinkommen	-	5-6
So. 6.9.	10 bis 14 Uhr	Stadtführung und Eis essen	15 €	12
ab Fr. 11.9.	15 bis 16.30 Uhr 16.30 bis 18 Uhr	Lesen und Schreiben	-	9
Fr. 11.9.	17 bis 20 Uhr	Feierabend-Stammtisch	15 €	13
Sa. 12.9.	14 bis 18 Uhr	Ausflug in den Palmengarten	20 €	14
So. 13.9.	14 bis 17 Uhr	Kaffee-Klatsch	15 €	15
Fr. 18.9.	18 bis 21 Uhr	Feierabend-Stammtisch	15 €	16
Sa. 19.9.	15 bis 18 Uhr	Hof- und Kelterfest	-	17
So. 20.9.	13 bis 18 Uhr	Kino und Essen gehen	25 €	18
Fr. 25.9.	17 bis 19 Uhr	Strick-Treffen	10 €	19
Sa. 26.9.	11 bis 16 Uhr	Kochen mit Einkauf	-	7
Sa. 26.9.	10 bis 14.30 Uhr	Umgang mit Zahlen	-	10
Sa. 26.9.	14 bis 18 Uhr	Mädchengruppe	40 €	20
So. 27.9.	11 bis 15 Uhr	Kochen ohne Einkauf	-	8

Projekt Mit-Wissen Einfach Reinkommen

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

In diesen Museen kannst du im September eine Führung besuchen:

Kunststiftung DZ Bank

Die aktuelle Ausstellung fragt:
Wie wollen wir in der Stadt zusammen leben?

Es geht um Themen wie

- bezahlbarer Wohnraum,
- Gemeinschaft
- und eine lebenswerte Stadt für alle.

Geld-Museum

Im Geldmuseum dreht sich alles um das Thema Geld.

Hier gibt es viel zu entdecken:

- Geldscheine aus der ganzen Welt
- oder einen echten Gold-Barren zum Anfassen.



© Noemi Sieh

Kunststiftung DZ Bank:

Datum: Samstag, 5. September

Uhrzeit: 11 Uhr

Kosten: kostenlos

Datum: Samstag, 26. September

Uhrzeit: 14 Uhr

Kosten: kostenlos

Geld-Museum:

Datum: Sonntag, 6. September

Uhrzeit: 15 Uhr

Kosten: kostenlos

Datum: Sonntag, 13. September

Uhrzeit: 11 Uhr

Kosten: kostenlos

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 Einfach Reinkommen

Archäologisches Museum

Das Archäologische Museum zeigt alte Funde aus der Vergangenheit. Es erklärt, woher sie kommen. Hier erfährt man, wie Menschen früher gelebt haben.



© Noemi Sieh

Archäologisches Museum

Datum: Sonntag, 20. September

Uhrzeit: 11 Uhr

Kosten: 8 €/ 4 € ermäßigt

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 mit Einkauf

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, 26. September

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

Kochen ohne Einkauf

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

Wir können:

- 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: Sonntag, 27. September

Uhrzeit: 11 bis 15 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

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 2026:

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

Oktober 2026:

- 23. Oktober
- 30. Oktober

November 2026:

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

Dezember 2026:

- 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

Umgang mit Zahlen

In diesem Angebot üben wir Rechnen.
Mit Zahlen kann man viel Spaß haben.
Wir machen zusammen **Rechen-
Aufgaben**.

Wir können:

- Aufgaben aus unserem Alltag nehmen,
- mit **Preisen rechnen**,
- Lebensmittel zählen.

Ab September finden die Kurse an diesen Terminen statt:

- 26. September
- 10. Oktober
- 24. Oktober
- 7. November



© unsplash

Termine: ab 26. September
immer samstags

Uhrzeit: 10 bis 14.30 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen

Kooperation: Volkshochschule
Frankfurt



**Geld für die Teilnahme
kostenlos**



Geld für unterwegs
-



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

Gemeinsame Zeit mit Noura

Noura ist eine **Therapie-Hündin**.
Vielleicht kennst du sie schon von den
Spaziergängen oder von der Hunde-Reise.

Wir treffen uns und verbringen
gemeinsam eine schöne Zeit mit Noura.

Wir können:

- Noura kennenlernen,
- mit Noura **Spiele spielen**,
- Noura **Leckerlis** suchen lassen,
- uns mit anderen unterhalten.

Du kannst auch mitmachen, wenn du
Angst vor Hunden hast.
Noura hat schon vielen Menschen
geholfen, damit sie **weniger Angst** vor
Hunden haben.



© Isabella Wolfring

Datum: Freitag, 4. September

Uhrzeit: 17 bis 18.30 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

Stadtführung und Eis essen

Wir machen eine Führung durch Frankfurt.
Eine Person erklärt uns alles über die
Frankfurter Skyline.
Es gibt viel zu erfahren.

Die Stadtführung ist in einfacher Sprache.
Alle können mitmachen.

Später wollen wir gemeinsam **Eis essen**.
Dabei können wir über die Stadtführung
sprechen.

Wir können:

- etwas **Neues lernen**,
- Fragen stellen,
- Eis essen und uns unterhalten.

Du brauchst:

- bequeme Schuhe,
- etwas zu trinken.

**Wir treffen uns am Kaufhaus Galeria an
der Hauptwache!**



© Noemi Sieh

Datum: Sonntag, 6. September

Uhrzeit: 10 bis 14 Uhr

Ort: Galeria an der Hauptwache



Geld für die Teilnahme
15 €



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 ein **Café** gehen,
- ein **Bistro** besuchen,
- uns unterhalten,
- etwas essen und 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 treffen uns am Café Extrablatt an der Bockenheimer Warte!



© unsplash

Datum: Freitag, 11. September

Uhrzeit: 17 bis 20 Uhr

Ort: Café Extrablatt an der
Bockenheimer Warte



Geld für die Teilnahme

15 €

Ein Getränk ist mit dabei!



Geld für unterwegs

10 bis 15 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Ausflug in den Palmengarten

Wir besuchen gemeinsam den Palmengarten in Frankfurt. Dort gibt es viele **Pflanzen** aus der ganzen Welt.

Wir können:

- spazieren gehen,
- verschiedene Blumen und Pflanzen anschauen,
- etwas spielen,
- ein **Picknick** machen.

Du brauchst:

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

Wir fahren mit der Bahn oder dem Bus.



© unsplash

Datum: Samstag, 12. September

Uhrzeit: 14 bis 18 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme

20 €



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, 13. September

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

Feierabend-Stammtisch

Endlich Freitag!

Wir wollen zusammen entspannt in das Wochenende starten!

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 treffen uns am Café Extrablatt an der Bockenheimer Warte!



© unsplash

Datum: Freitag, 18. September

Uhrzeit: 18 bis 21 Uhr

Ort: Café Extrablatt an der
Bockenheimer Warte



Geld für die Teilnahme

15 €

Ein Getränk ist mit dabei!



Geld für unterwegs

10 bis 15 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Hof- und Kelterfest

Jeden September feiert die Lebenshilfe das Hof- und Kelterfest.

Es gibt **Musik, Essen und Getränke**.
Die verschiedenen Bereiche haben Stände.
Freizeit und Reisen hat auch einen Stand.

Es gibt viele **Angebote** zu entdecken.
Du kannst zugucken, wie Apfelsaft gemacht wird und ihn direkt **probieren!**

Du möchtest das Fest besuchen, aber nicht alleine?
Wir begleiten dich gern und gehen als **Gruppe** auf das Fest!

Wir können:

- die verschiedenen Stände sehen,
- kreativ sein,
- Musik hören,
- etwas essen und trinken.

Du brauchst:

- Geld für unterwegs,
- etwas zu trinken.



© unsplash

Datum: Samstag, 19. September

Uhrzeit: 15 bis 18 Uhr

Ort: Lebenshilfe Gut Hausen



Geld für die Teilnahme

-



Geld für unterwegs

15 bis 20 €

Anmeldungen bei Maria Wehr

Telefon: 069 174 892 829

E-Mail: freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Kino und Essen gehen

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

Vor oder nach dem Kino gehen wir
gemeinsam essen.
Wir entscheiden zusammen, wo wir essen
wollen.

Wir können:

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

Du brauchst:

- etwas zu trinken,
- Geld für unterwegs,
- deinen **B-Ausweis**!

**Wir treffen uns am Kaufhaus Galeria an
der Hauptwache!**



© unsplash

Datum: Sonntag, 20. September

Uhrzeit: 13 bis 18 Uhr

Ort: Galeria an der Hauptwache



Geld für die Teilnahme
25 €



Geld für unterwegs
15 bis 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 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, 25. September

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

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 **wohl fühlen**!



© unsplash

Termine:

- **Samstag, 26. September**
- Samstag, 24. Oktober
- Samstag, 21. November
- Samstag, 12. Dezember

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

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.