

# Programm

## August 2024

Lern- und Freizeit-Angebote

für Erwachsene



## Liebe Interessierte, lieber Interessierter,

in unserem Programm findest du tolle  
Lern- und Freizeit-Angebote.  
Das heißt: mehr Auswahl für dich!

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!

Du willst dich **anmelden**?  
Du hast **Fragen** oder **Ideen**?  
Melde dich bei:

Anmeldungen und  
Informationen zu den  
**Lern-Angeboten**:

**Eva Wick**

Telefon: 069 174 892-915

E-Mail:

freizeit@lebenshilfe-ffm.de

Anmeldungen und Informationen  
zu den **Freizeit-Angeboten**:

**Mareike Müller-Christ**

Telefon: 0151 11 455 488

E-Mail:

m.mueller-christ@lebenshilfe-ffm.de

Anmeldungen und Informationen  
zu den  
**Einfach gemeinsam-Angeboten**:

**Laura Schwarz**

Telefon: 0176 14 498 171

E-Mail:

l.schwarz@lebenshilfe-ffm.de

## Lesen und Schreiben

In diesem Angebot üben wir Lesen und Schreiben.  
Zusammen lesen wir Texte oder machen Wort-Rätsel.  
Wir üben wie man Worte schreibt.  
Wir helfen uns beim Lesen.  
Wir treffen uns mehrere Wochen.

Es gibt jeden Freitag **zwei Kurse**.

### **Kurs 1**

Freitag 30. August 2024  
15 bis 16:30 Uhr

### **Kurs 2**

Freitag 30. August 2024  
16:30 bis 18 Uhr

Das Angebot startet zweimal im Jahr.  
Im Frühjahr und im Herbst.

### **Kooperation:**

Volkshochschule Frankfurt



© unsplash

### **Termine:**

Freitags,  
15 bis 16:30 Uhr  
und  
16:30 bis 18 Uhr

### **Ort:**

VHS Frankfurt  
Sonnemannstraße 13  
60314 Frankfurt am Main

### **Kosten:**

Dieses Angebot ist kostenlos.

### **Anmeldung:**

Eva Wick  
Telefon: 069 174 892-915  
E-Mail:  
freizeit@lebenshilfe-ffm.de

## LEA Leseklub

Du hast Spaß an Geschichten?  
Wir lesen zusammen in einer Gruppe.  
Im Leseklub lesen Erwachsene mit und ohne  
Behinderung.  
Wir lesen Geschichten aus einem Buch.  
Alle Texte sind in Einfacher Sprache geschrieben.  
Es ist nicht wichtig, wie gut Du lesen kannst.  
Alle können mitmachen.  
Du kannst vorlesen oder einfach nur zuhören.  
Danach sprechen wir über die Geschichten:

- Was haben wir verstanden?
- Was gefällt uns?
- Was denken wir?

Es gibt **zwei LEA Leseklubs** in Frankfurt:

### **Dienstags, 17 bis 18 Uhr**

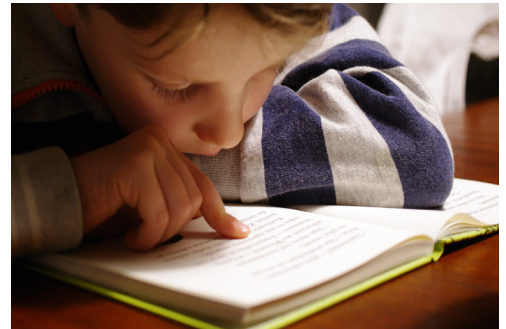
03. September 2024 bis 28. Januar 2025  
Volkshochschule Frankfurt Ostend  
Sonnemannstraße 13, 60314 Frankfurt

### **Donnerstags, 17 bis 18 Uhr**

05. September 2024 bis 01. Januar 2025  
Volkshochschule Frankfurt NWZ  
Tituscorso 7, 60439 Frankfurt

### **Kooperation:**

Volkshochschule Frankfurt



© unsplash

### **Termine:**

Jede Woche an einem festen  
Tag.  
Ein Termin dauert eine Stunde.

### **Ort:**

Volkshochschule  
Frankfurt Ostend  
und  
Volkshochschule Frankfurt NWZ

### **Kosten:**

Dieses Angebot ist kostenlos.

### **Anmeldung:**

Eva Wick  
Telefon: 069 174 892-915  
E-Mail:  
freizeit@lebenshilfe-ffm.de

## Online-LEA Leseklub

Du hast Spaß an Geschichten?

Wir lesen zusammen in einer Gruppe an dem PC oder Tablet über Zoom.

Im Leseklub lesen Erwachsene mit und ohne Behinderung.

Alle Texte sind in Einfacher Sprache geschrieben.

Es ist nicht wichtig, wie gut Du lesen kannst.

Alle können mitmachen.

Du kannst vorlesen oder einfach nur zuhören.

Danach sprechen wir über die Geschichten.

Herbst 2024 vom **30. Oktober bis 18. Dezember** gibt es 8 Termine, immer **Mittwochs, 17 bis 18 Uhr** über Zoom:

30. Oktober

06. November

13. November

20. November

27. November

04. Dezember

11. Dezember

18. Dezember



© unsplash

### Termine:

Jede Woche an einem festen Tag.

Ein Termin dauert eine Stunde.

### Ort:

Online mit PC oder Tablet über Zoom

### Kosten:

Dieses Angebot ist kostenlos.

### Anmeldung:

Eva Wick

Telefon: 069 174 892-915

E-Mail:

[freizeit@lebenshilfe-ffm.de](mailto:freizeit@lebenshilfe-ffm.de)

### Kooperation:

Volkshochschule Frankfurt

---

## Ausflug zum Bade-See

Packt die Schwimm-Sachen ein! Wir fahren mit Isabella, Mariam und Sanae an einen See. Dort können wir ins Wasser gehen und auch entspannen. Wir fahren mit unserem Bus.

**Termin:** Samstag, 10. August 2024

**Uhrzeit:** 10 bis 17 Uhr

**Ort:** Treffpunkt ist auf Gut Hausen,  
Friedrich-Wilhelm-von-Steuben-Str. 2,  
60487 Frankfurt am Main

**Hinweis:** Nur für Schwimmer\*innen geeignet!

**Bitte mitbringen:** Sonnen-Schutz, Geld (20 Euro)

---



© pixabay

---

## Fitness

Isabella und Mariam begleiten Euch ins Fitness-Studio. Wir haben eine eigene Fitness-Trainerin. Diesmal könnt ihr verschiedene Dinge ausprobieren und ein gesundes Getränk an der Bar trinken.

**Termin:** Sonntag, 11. August 2024

**Uhrzeit:** 11 bis 14 Uhr

**Ort:** Treffpunkt ist auf Gut Hausen,  
Friedrich-Wilhelm-von-Steuben-Str. 2,  
60487 Frankfurt am Main

**Kosten:** 10 Euro, 5 Euro für Getränke

---



© unsplash

### Anmeldung:

Mareike Müller-Christ

Telefon: 0151 11 455 488

E-Mail: m.mueller-christ@lebenshilfe-ffm.de

---

## Disco

Wir fahren zusammen mit Mariam und Isabella zur „All Together“ -Disco nach Friedberg. Dort macht das Projekt „Mensch Mach Mit“ viel Lust auf Musik und Tanzen. Wir fahren mit unserem Bus.



© unsplash

**Termin:** Samstag, 17. August 2024

**Uhrzeit:** 18 bis 22:30 Uhr

**Ort:** Treffpunkt ist auf Gut Hausen,  
Friedrich-Wilhelm-von-Steuben-Str. 2,  
60487 Frankfurt am Main

**Kosten:** Eintritt ist kostenlos, Geld für Getränke

---

### Anmeldung:

Mareike Müller-Christ

Telefon: 0151 11 455 488

E-Mail: [m.mueller-christ@lebenshilfe-ffm.de](mailto:m.mueller-christ@lebenshilfe-ffm.de)

## Kreativ-Zeit

Wir treffen uns auf Gut Hausen und werden zusammen kreativ. Wir haben viele Materialien und können zusammen tolle Sachen basteln oder Bilder malen. Wir lassen unserer Fantasie freien Lauf.

Diese Angebote sind für junge Menschen ab 12 Jahren, die eine 1:1 Betreuung brauchen, weil sie:

- viel Unterstützung brauchen
- gepflegt werden müssen
- Hilfsmittel brauchen

**Hinweis:** Ziehe etwas an, das schmutzig werden kann.

**Hinweis zur Assistenz:** Du musst deine eigene Assistenz zum Angebot mitbringen.



© Lebenshilfe Frankfurt

**Termin:**

Samstag, 10. August 2024

Samstag, 12. Oktober 2024

Samstag, 30. November 2024

**Uhrzeit:** 14 bis 17 Uhr

**Ort:**

Gut Hausen,  
Friedrich-Wilhelm-von-Steuben-  
Str. 2

60487 Frankfurt am Main

**Kosten:**

5 Euro

**Anmeldung:**

Laura Schwarz

Telefon: 0176 14 498 171

E-Mail:

[l.schwarz@lebenshilfe-ffm.de](mailto:l.schwarz@lebenshilfe-ffm.de)

Gefördert von:

**Aktion  
MENSCH**



## Offener Treff

Immer am vierten Samstag im Monat treffen wir uns. Wir verbringen den Tag zusammen auf Gut Hausen. Wir entscheiden gemeinsam, was wir machen.

Auf Gut Hausen können wir zum Beispiel:

- draußen oder drinnen spielen
- kochen
- basteln
- Musik hören oder Musik machen
- zur Nidda oder zum Niddapark spazieren
- und noch Vieles mehr

Du kannst bei jedem Treffen neu entscheiden, ob du mitmachen willst. Du musst dich nicht für alle Treffen anmelden. Du kannst uns auch vorher schon sagen oder schreiben, was du machen möchtest. Du musst auch nicht die ganze Zeit dabei sein.

Diese Angebote sind für junge Menschen ab 12 Jahren, die eine 1:1 Betreuung brauchen, weil sie:

- viel Unterstützung brauchen
- gepflegt werden müssen
- Hilfsmittel brauchen

Du kannst bei jedem Treffen neu entscheiden, ob du mitmachen willst. Du musst dich nicht für alle Treffen anmelden.

**Hinweis:** Bringe gerne mit, was du uns zeigen möchtest. (Spiel, CD, Ideen für Aktivitäten)

**Hinweis zur Assistenz:** Du musst deine eigene Assistenz zum Angebot mitbringen.



© unsplash

### Termine:

Samstag, 24. August 2024

Samstag, 21. September 2024

Samstag, 26. Oktober 2024

Samstag, 23. November 2024

**Uhrzeit:** 13 bis 17 Uhr

### Ort:

Gut Hausen,  
Friedrich-Wilhelm-von-Steuben-  
Str. 2

60487 Frankfurt am Main

### Kosten:

5 Euro

### Anmeldung:

Laura Schwarz

Telefon: 0176 14 498 171

E-Mail:

[l.schwarz@lebenshilfe-ffm.de](mailto:l.schwarz@lebenshilfe-ffm.de)

Gefördert von:

**Aktion  
MENSCH**

## Entspannung

Wir treffen uns auf Gut Hausen und wollen zusammen den Stress der Woche hinter uns lassen.

Bei gutem Wetter machen wir einen Spaziergang mit allen Sinnen durch den Niddapark. Das heißt, wir achten genau auf unsere Sinne. Wir schauen uns zum Beispiel die Bäume an, hören die Vögel singen, riechen die Blumen und fühlen die Rinde der Bäume. Das hilft uns zu entspannen und den Moment zu genießen. Bei schlechtem Wetter machen wir es uns drinnen gemütlich und begeben uns mit unserer Vorstellungskraft auf einen Spaziergang in die Natur. Es wird eine Fantasie-Reise vorgelesen.

Diese Angebote sind für junge Menschen ab 12 Jahren, die eine 1:1 Betreuung brauchen, weil sie:

- viel Unterstützung brauchen
- gepflegt werden müssen
- Hilfsmittel brauchen

**Hinweis:** Bitte bringe für eine stärkende Pause zwischendurch einen Snack mit!

**Hinweis zur Assistenz:** Du musst deine eigene Assistenz zum Angebot mitbringen.



© unsplash

### Termin:

Samstag, 07. September 2024

Samstag, 09. November 2024

**Uhrzeit:** 14 bis 17 Uhr

### Ort:

Gut Hausen,  
Friedrich-Wilhelm-von-Steuben-  
Str. 2  
60487 Frankfurt am Main

### Kosten:

5 Euro

### Anmeldung:

Laura Schwarz

Telefon: 0176 14 498 171

E-Mail:

l.schwarz@lebenshilfe-ffm.de

Gefördert von:

**Aktion  
MENSCH**