

Freizeit-Programm

Ausgabe 1 | 2019



Lebenshilfe

Neuss

Wo finden Sie was?

	Vorwort	3
	Legende	4
	Anmelde-Bedingungen	6
	Hinweise zur Teilnahme	11
	Ausfüll-Hilfe für die Anmeldung	12
	Was wir tun	16
	Wer wir sind	17
	Kinder und Jugendliche	21
	Ferien-Aktionen	25
	Erwachsene	33
	Anmelde-Formular	44
	Stark im Alltag	49
	Ausflüge und Aktionen	53
	Veranstaltungs-Tipps	61
	Sport, Bewegung und Gesundheit	69
	Impressum	79

Liebe Leserinnen und Leser,

Freizeit ist wichtig:

In der Freizeit kann man sich erholen.

In der Freizeit kann man Freunde treffen.

In der Freizeit kann man etwas unternehmen.

Für alle, die gerne in der Freizeit unterwegs sind,
gibt es Angebote in diesem Heft.

Wir freuen uns wenn die Angebote gefallen.

Damit wir das Freizeit-Programm machen können,
müssen wir die Preise erhöhen.

Denn viele Dinge sind teurer geworden.

Zum Beispiel bekommen die Freizeit-Assistenten mehr Geld.

Vielen Dank sagen wir dem Lebenshilfe-Rat.

Er hat uns beim Heft beraten und die Leichte Sprache geprüft.

**Wir wünschen allen eine schöne Weihnachts-Zeit
und alles Gute für das neue Jahr.**

Ihr Team der Offenen Hilfen



Legende

Das bedeuten die Bilder



Telefon



Termin?



Fax



Wo?



E-Mail



Für wen?



Was?



Plätze?



Kosten?



**Dieses Angebot
ist barrierefrei.**



Uhrzeit?

Infos zur Anmeldung



Anmelde-Bedingungen

Die Anmelde-Bedingungen sind für alle Angebote, die Geld kosten.



Bis wann müssen Sie sich anmelden?

- Für Freizeit-Gruppen 2 Wochen vor Beginn der Freizeit
- Für Ferien-Aktionen 4 Wochen vor Beginn der Ferien-Aktion

Das heißt auch: **Anmelde-Frist.**



So melden Sie sich an

- Die Anmeldung muss schriftlich sein. Sie muss bis zur Anmelde-Frist bei uns sein. Das Formular zur Anmeldung finden Sie auf den Seiten 40 und 41.
- Wir nehmen **keine** Anmeldungen über das Telefon an!
- Bitte füllen Sie die Angaben „**wichtige Informationen**“ unbedingt aus. Auch wenn Sie unsere Angebote schon länger nutzen.

Wichtig!

Wir denken es gibt keine wichtigen Infos, wenn Sie keine aufschreiben.



- Wenn Sie zwei Angebote gebucht haben, die gleichzeitig stattfinden, dann müssen Sie ein Angebot selber zahlen. Bitte achten Sie darauf.



Nach Ihrer Anmeldung

- Sie bekommen eine Rechnung von uns. Diese Rechnung ist auch eine Zusage. Sie können damit am Angebot teilnehmen. Bitte überweisen Sie uns das Geld erst wenn Sie die Rechnung haben.
- Sie haben eine andere Adresse für die Rechnung?
Zum Beispiel die von Ihren Eltern oder dem gesetzlichen Betreuer?
Dann senden wir die Rechnung dahin. Sie bekommen dann noch eine schriftliche Zusage.
- Wenn eine Freizeit-Gruppe ausfällt, dann bekommen Sie von uns eine schriftliche Absage.
- Mitglieder der Lebenshilfe Neuss e.V. werden bei der Anmeldung bevorzugt. Denn die Angebote werden auch durch Spenden bezahlt. Bitte haben Sie dafür Verständnis.

- Das Abgeben vom Anmelde-Formular heißt noch nicht, dass Sie ganz sicher am Angebot teilnehmen können.



Teilnahme-Bedingungen und Einzel-Betreuung

- Alle Angebote sind für Menschen mit und ohne Behinderung.
- Die Lebenshilfe Neuss entscheidet ob eine Einzel-Betreuung für einen Teilnehmer oder eine Teilnehmerin nötig ist.
- Eine Einzel-Betreuung kostet 10 Euro pro Stunde.
Für die Einzel-Betreuung gibt es eine extra Rechnung.
- Eine Garantie für eine feste Person in der Einzel-Betreuung gibt es nicht.

Kosten, Finanzierung und Rücktritt



- Wenn Sie ein Angebot doch nicht annehmen können. Zum Beispiel weil Sie krank sind. Dann heißt das: **Rücktritt**.
- Wenn Sie 14 bis 8 Tage vorher absagen, müssen Sie 25 Prozent vom Teilnahme-Betrag zahlen.

- Wenn Sie 7 bis 3 Tage vorher absagen, müssen Sie die Hälfte vom Teilnahme-Betrag zahlen.
- Wenn Sie bis 2 Tage vor dem Angebot absagen, müssen Sie den ganzen Teilnahme-Betrag zahlen.
- Wenn Ihr Platz an jemand anderen gegeben werden kann, dann müssen Sie nichts zahlen. Eine Absprache mit den Offenen Hilfen ist dann auf jeden Fall nötig.
- Bei Rücktritt **von einzelnen Terminen während der Angebote**, kann niemand anderes die Termine übernehmen.



Möglichkeiten den Teilnahme-Betrag zu zahlen:

- Verhinderungs-Pflege
- Entlastungs-Betrag
- Eingliederungs-Hilfe für Menschen mit Behinderung

Bitte holen Sie sich vor der Anmeldung Infos dazu.

Bitte geben Sie die Infos dann auf dem Anmelde-Formular an.

Wichtige Infos zur Zahlungen durch Pflege-Kassen:

- Einige Pflege-Kassen zahlen den Teilnahme-Betrag, wenn Sie bei den Terminen waren. Termine, die verpasst wurden, zahlen die Pflege-Kassen **nicht**. Diese Termine müssen Sie selber bezahlen!
- Einige Angebote können nicht über den Entlastungs-Betrag bezahlt werden. Diese Angebote haben einen Info-Text.



Fragen?

Bei Fragen beraten wir Sie gerne.





Wichtige Hinweise für die Teilnahme an den Angeboten



Angaben zum Veranstaltungs-Ort können abweichen!

Bitte beachten Sie immer die Informationen auf der Rechnung, bzw. Zusage, für das jeweilige Angebot.



Bitte kommen Sie pünktlich zu den Treff-Punkten.



Bitte achten Sie auf Angebot und Wetter entsprechende Kleidung und Schuhe.

Bitte denken Sie, falls erforderlich, an die Mitgabe von:



- **Medikamenten mit Verordnung vom Arzt**



- **Wechsel-Wäsche**



- **Hygiene- und Pflege-Artikeln**



- **einem Pausen-Snack**



Wir übernehmen keine Haftung für Schäden an oder Verlust von Kleidung oder Wert-Gegenständen der Teilnehmer.

Wie fülle ich den Anmelde-Bogen aus?

an Lebenshilfe Neuss gGmbH, Offene Hilfen, Hamtorwall 16, 41460 Neuss



0 21 31 - 369 18 36

Hiermit melde ich mich verbindlich an:

Teilnehmer/-in: _____

Straße/Nr.: _____

PLZ/Ort: _____

geb. am: _____

Telefon: _____

Mobil-Telefon: _____

E-Mail-Adresse: _____

**Hier trage ich ein:
Name, Vorname,
Adresse (wo ich wohne),
Telefon-Nummer**

Alternative Rechnungsadresse, falls nicht Teilnehmeradresse

Firma: _____

Name: _____

Straße/Nr.: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: _____

E-Mail-Adresse: _____

**Wer zahlt für mich die Angebote?
- Gesetzlicher Betreuer
- Angehörige
Dieser hat eine andere Adresse als der Teilnehmer.
Diese Adresse trage ich hier ein.
Dieser bekommt dann die Rechnung.
Der Teilnehmer bekommt eine Zusage.**

Angaben über den/die Teilnehmer/-in:

Der/die Teilnehmer/-in benötigt eine Einzelbetreuung
(Kosten und Erläuterung: siehe Seite 2)

Der/die Teilnehmer/-in sitzt im Rollstuhl

Aktuelle Informationen als Ergänzung zum Heft „Infos über mich...“
(z.B. medizinisch, pflegerisch, Sozialverhalten, etc.).

**Bitte geben Sie hier auf jeden Fall an, wenn eine ansteckende Erkrankung,
z.B. Hepatitis, vorliegt:**

**Diese Informationen sind für die
Betreuung wichtig!
Hier schreibe ich kurze Sätze.**

**Hier kreuze ich an, was zutrifft.
Möchte ich mehr über Einzel-Betreuung
erfahren?
Dann kann ich die Mitarbeiter der
Offenen Hilfen fragen.**

Ich möchte folgende Angebote buchen

Bitte kreuzen Sie bei **jedem** Angebot an:
Zur Erläuterung:
Verhinderungspflege (§39 SGB XI)
Entlastungsbetrag (§45b SGB XI)

**Wichtig! Bevor ich den Bogen ausfülle. Hier muss ich prüfen.
Bezahlt die Pflege-Kasse das Angebot?
Welche Leistungen kann ich nutzen?
Informationen finde ich auf der Seite xx.**

Sie wünschen eine Abrechnung über die Einzelleistung
Dann sprechen Sie uns bitte an.

**Zahlt das Sozial-Amt die Angebote?
Wann ist das möglich?
Informationen finde ich auf der Seite xx.**

FG-Nummer	FG-Name	Kosten		
0000	Beispielkurs	Euro	X	

**Die Angebote im Heft haben eine Nummer. Diese Nummer trage ich hier ein.
Angebote ohne Nummer trage ich hier nicht ein.**

Ich möchte, dass die Lebenshilfe Neuss gGmbH direkt mit meiner Pflegekasse abrechnet.
(Sollten Sie nichts ankreuzen, gehen wir davon aus, dass Sie privat bezahlen)

Ja Nein

**Wer bezahlt die Angebote?
Ich oder die Pflege-Kasse?
Hier kreuze ich das an.**

Bitte geben Sie bei einer Direktabrechnung **immer** die Rechnungsadresse Ihrer Pflegekasse an:

Pflegekasse: _____
Straße: _____
PLZ, Ort: _____
Versichertennummer: _____

Wenn die Pflege-Kasse die Angebote bezahlt. Hier füle ich aus.

**Zahle ich die Angebote selber und rechne später mit der Pflege-Kasse ab?
Dann kreuze ich an.**

Wichtige Information bei privater Zahlung:
 Ich benötige nach Abschluss des Angebots eine Teilnahmebescheinigung.
Bitte kreuzen Sie in diesem Fall auch die Zahlungsart an.

Ich bestätige die Vollständigkeit und Richtigkeit der Angaben und akzeptiere die Anmeldebedingungen der Lebenshilfe Neuss gGmbH auf Seite 5-7.

Anmeldungen muss ich unterschreiben. Nur mit Unter-Schrift sind sie gültig.

Ort, Datum _____ Unterschrift (ggf. Elternteil bzw. gesetzliche Betreuung) _____

Im Herzen von Neuss: Herzlich willkommen im Lebenshilfe Center!

Unsere Angebote:

- Wir beraten Sie bei Fragen.
- Wir erklären Ihnen wo Sie Hilfe bekommen.
- Wir sind ein Treff-Punkt für Jung und Alt.
- Wir bieten Freizeit-Aktivitäten.
Zum Beispiel: Spiele-Nachmittag und Kreativ-Kreis.
- Wir haben günstige warme und kalte Getränke.
- Einmal in der Woche gibt es frische Waffeln.

Sie möchten uns kennen-lernen?

Sie haben Fragen?

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Lebenshilfe Center Neuss



Hamtorwall 14, Neuss

Direkt an der Bus-Halte-Stelle Niedertor.



Öffnungs-Zeiten:

Montag bis Freitag

10.00 - 12.30 Uhr

13.30 - 17.30 Uhr

Ihre Ansprech-Partnerin:

Dunja Gomolka



0 21 31 - 369 18 40



Offene Hilfen



Was wir tun

Die **Lebenshilfe Neuss gGmbH** hat viele Angebote für Menschen mit Behinderungen, deren Eltern und Angehörige.

Das sind die Angebote der Offenen Hilfen:

- Beratungs-Stelle
- Ambulant Unterstützender Dienst (AUD)
- Schul-Assistenz
- Kita-Assistenz
- Sozialpädagogische Familien-Hilfe (SPFH)
- Heilpädagogische Familien-Hilfe (HPFH)
- Begleitete Eltern-Schaft
- Freizeit-Angebote
- Ferien-Aktionen
- Veranstaltungen und Partys
- Urlaubs-Reisen
- Rehabilitations-Sport
- „Angels“ – Selbstbestimmungs-Gruppe für Menschen mit Behinderungen

Die Termine unserer Angebote finden Sie im Freizeit-Programm.

Das Freizeit-Programm erscheint zweimal im Jahr.

Wer wir sind

Sie möchten mit uns sprechen?
Dann rufen Sie uns gerne an.

Sie erreichen uns:

Montag bis Donnerstag von 8.00 – 16.00 Uhr

Freitag von 8.00 – 13.00 Uhr

Sie möchten uns besuchen?
Dann rufen Sie uns gerne an.
Dann machen wir einen Termin.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

Wo ist das Büro der Offenen Hilfen?

Unser Büro ist hier:

Hamtorwall 16

41460 Neuss

Beratung und Leitung Offene Hilfen

Florian Rutten



0 21 31 – 369 18 33





f.rutten@lebenshilfe-neuss.de



Koordinatorin Freizeit-Angebote und Party-Angebote für Jugendliche

Alexandra Taut

 **0 21 31 – 369 18 35**


 **0 21 31 – 369 18 36**


 **a.taut@lebenshilfe-neuss.de**



Reha-Sport

Birgitt Reuter

 **0 21 31 – 369 18 49**


 **0 21 31 – 369 18 30**

 **b.reuter@lebenshilfe-neuss.de**



Verwaltung Offene Hilfen und Verein, AUD

Florian Wollschläger

 **0 21 31 – 369 18 34**

 **f.wollschlaeger@lebenshilfe-neuss.de**



Koordinatorin AUD, Urlaubs-Reisen und Party-Angebote für Erwachsene

Myriam Müller



0 21 31 – 369 18 32



m.mueller@lebenshilfe-neuss.de



Urlaubs-Reisen

Gabriela Boeken



0 21 31 – 369 18 48



g.boeken@lebenshilfe-neuss.de



Koordinatorin Schul-Assistenz, Bundes-Freiwilligen-Dienst und Freiwilliges Soziales Jahr

Katrin Zaum



0 21 31 – 369 18 37




k.zaum@lebenshilfe-neuss.de



Sozialpädagogische Familien-Hilfe Heilpädagogische Familien-Hilfe

Florian Rutten

 **0 21 31 – 369 18 33**

 **f.rutten@lebenshilfe-neuss.de**



Wiebke Heiermann

 **w.heiermann@lebenshilfe-neuss.de**



Andreas Frimmersdorf

 **a.frimmersdorf@lebenshilfe-neuss.de**



Kinder und Jugendliche





19 01 Kids Club Neuss



Freunde treffen und neue Leute kennen-lernen.
Viele schöne Sachen machen und Spaß haben.



Samstag
9.2., 9.3., 6.4., 11.5., 1.6., 6.7.2019



11.00 - 16.00 Uhr



298 €



Upside Down, Martin-Luther-Haus, Drususallee 63
Neuss



19 02 Kids Club Grevenbroich



Freunde treffen und neue Leute kennen-lernen.
Viele schöne Sachen machen und Spaß haben.



Samstag
2.2., 30.3., 4.5., 15.6.2019



11.00 - 16.00 Uhr



235 €



GOT Jugend-Treff, An St. Josef 4, Grevenbroich

Inklusive
U 16 - Party
Party des Jahres #9

Eintritt
2 €

Samstag, 16.03.2019
16.00-19.00 Uhr

KiJuZe Allerheiligen
Am Henselsgraben 17, Neuss

Für alle von 10 bis 15 Jahren



Lebenshilfe
Neuss



19 03 Hunde-Schnupper-Kurs



Aktionen, Spiele und Übungen
mit Therapie-Hunden.

Wir haben Spaß. Wir lernen etwas über Hunde.



Samstag

9.2., 16.3., 6.4., 11.5., 29.6.2019



11.00 - 12.30 Uhr



138 €



Wird noch bekannt gegeben.

Ferien-Aktionen für Kinder und Jugendliche



Für alle Ferien-Aktionen gilt:



Wir treffen uns in den Ferien.

Wir machen viele schöne Sachen und haben Spaß.



9



8.30 - 15.30 Uhr

Erklärung zu den Kosten-Stufen nach Betreuungs-Bedarf für die Ferien-Aktionen:

- A**
- In der Assistenz-Stufe A sind Menschen mit einer leichten Behinderung.
 - Menschen in der Assistenz-Stufe A sind selbständig.
 - Manchmal brauchen sie Unterstützung in ihrem Alltag.
 - Zum Beispiel:
Vielleicht brauchen sie eine Erinnerung, wenn sie Medizin nehmen müssen.
- B**
- In der Assistenz-Stufe B sind Menschen, die etwas mehr Unterstützung brauchen.
 - Diese Menschen brauchen regelmäßig Unterstützung in ihrem Alltag.
 - Sie brauchen eine Unterstützungs-Person.
 - Sie brauchen zum Beispiel Unterstützung bei der Körper-Pflege oder bei Toiletten-Gängen.
- C**
- In der Assistenz-Stufe C sind Menschen mit schweren Behinderungen.
 - Sie brauchen in ihrem Alltag viel Assistenz.
 - Sie brauchen eine feste Unterstützungs-Person.



19 04 Oster-Ferien Nordpark



Schüler der Schule am Nordpark.

Bei freien Plätzen:

Schüler anderer Neusser Förder-Schulen.



Montag - Donnerstag

15.4. - 18.4.2019



Typ A: 106 €

Typ B: 157 €

Typ C: 311 €

Dieses Angebot wird vom Rhein-Kreis-Neuss unterstützt.



BPS-Haus, Schule am Nordpark

Ecke Frankenstraße / Am Kivitzbusch Neuss





19 05 Oster-Ferien Lebenshilfe



Für alle zwischen 6 und 20 Jahren.



Dienstag - Freitag
23.4. - 26.4.2019



Typ A: 240 €
Typ B: 291 €
Typ C: 445 €



Upside Down, Martin-Luther-Haus,
Drususallee 63 Neuss



19 06 Sommer-Ferien Nordpark



Schüler der Schule am Nordpark.

Bei freien Plätzen:

Schüler anderer Neusser Förder-Schulen.



Montag - Freitag

15.7. - 2.8.2019



Typ A: 346 €

Typ B: 539 €

Typ C: 1116 €

Dieses Angebot wird vom Rhein-Kreis-Neuss unterstützt.



BPS-Haus, Schule am Nordpark

Ecke Frankenstraße / Am Kivitzbusch Neuss



19 07 Sommer-Ferien Lebenshilfe



Für alle zwischen 6 und 20 Jahren.



Montag - Freitag

5.8. - 23.8.2019



Typ A: 847 €

Typ B: 1040 €

Typ C: 1617 €



Upside Down, Martin-Luther-Haus,

Drususallee 63 Neuss

Lebenshilfe KiJuZe Allerheiligen



Hallo,

wir stellen euch das **LH KiJuZe** vor.

LH KiJuZe ist eine Abkürzung.

Die Abkürzung steht für **Lebenshilfe Kinder-** und **Jugend-Zentrum**.

Es gibt ein offenes Jugend-Café und Räume für verschiedene Aktionen.

Zum Beispiel: Kickern, Tisch-Tennis oder Disco

Ein nettes Betreuer-Team hat immer ein offenes Ohr für eure Fragen und Probleme.

Wo ist das LH KiJuZe?

Am Henselsgraben 17
in Neuss-Allerheiligen



0 21 37 – 78 64 001



jugendzentrum@lebenshilfe-neuss.de

Wann ist das LH KiJuZe geöffnet?

Für Kinder von 8 bis 15 Jahren:

Montag bis Freitag von 14 bis 17:15 Uhr

Für Jugendliche:

Montag, Dienstag, und Freitag von 18:00 bis 21 Uhr

Jeden Donnerstag:

Mädchenabend ab 12 Jahren 18:00 bis 21 Uhr

30 Kinder und Jugendliche

Lebenshilfe Jugend-Bus



Hallo,
wir stellen euch den **Lebenshilfe Jugend-Bus** vor.
Der **LH Jugend-Bus** ist ein Jugend-Zentrum auf Rädern.
Das heißt: du findest ihn an verschiedenen Orten.

Der **LH Jugend-Bus** hat einen Raum für Gespräche und Aktionen.
Zum Beispiel: Brett-Spiele, Musik hören oder Waffeln backen
Ein nettes Betreuer-Team hat immer ein offenes Ohr für eure
Fragen und Probleme.

Wo und wann findet ihr den LH Jugend-Bus?

Montag: Kirmes-Platz in Hoisten (Welderstraße)
Dienstag: Kirmes-Platz in Rosellen (Rosellener Kirchstraße)
Mittwoch: Kirmes-Platz in Holzheim (Maximilianstraße)
Donnerstag: Kirmes-Platz in Uedesheim (Norfer Weg 75)



0175 – 320 65 70



c.monsieur@lebenshilfe-neuss.de

Wann ist der LH Jugend-Bus geöffnet?

Der **LH Jugend-Bus** ist für Jugendliche von 12 bis 17 Jahren.
Er ist immer von 16 – 20 Uhr geöffnet.



KoKoBe – Koodinierungs-, Kontakt- und Beratungsstelle

Die KoKoBe ist eine Anlauf-Stelle für Menschen mit Behinderungen ab 18 Jahren.

Wir möchten Sie unterstützen, ein selbst-bestimmtes Leben zu führen.

Zum Beispiel in der Freizeit, in der eigenen Wohnung oder bei der Arbeit.

Hierzu bieten wir Ihnen Beratung und viele Informationen.

Wir beraten auch Ihre Bezugs-Personen oder Ihre Familie.

Bei uns bekommen Sie den Veranstaltungs-Kalender des LVR.

Unsere Angebote sind kostenlos.

Sie haben Fragen?

Sie wünschen eine Beratung?

Ihr Ansprech-Partnerinnen:

Anja Peter

Sarah Dawid



Erfstraße 56, Neuss



0 21 31 – 133 03 22



0 21 31 – 125 96 09



kokobe@lebenshilfe-neuss.de



Angebote für Erwachsene





Kegel-Club 2019

Was ist der Kegel-Club?

Wir treffen uns zum Kegeln in einer Kneipe.

Wir treffen Freunde und neue Leute.

Wir können etwas essen und trinken.

Für wen ist der Kegel-Club?

Für alle ab 18 Jahren

Wann und wo findet der Kegel-Club statt?

Der Kegel-Club findet ab Februar einmal im Monat statt.

Es gibt 3 Kegel-Clubs.

Die Termine und Orte stehen auf den kommenden Seiten.

Bitte zu allen Terminen mitbringen:

Geld für Getränke und Essen.





19 08 Kegel-Club 1: Pudel-König



Mittwoch

6.2., 6.3., 3.4., 5.6., 3.7., 7.8., 4.9., 2.10., 6.11., 4.12.2019

Der Termin im Mai entfällt wegen Feier-Tag.



18.00 - 20.00 Uhr



144 €



Hermkes Bur, Rheydter Straße 100, Neuss



19 09 Kegel-Club 2: Alle Neune



Mittwoch

13.2., 13.3., 10.4., 8.5., 12.6., 10.7., 14.8., 11.9., 9.10.,

13.11., 11.12.2019



18.00 - 20.00 Uhr



155 €



Hermkes Bur, Rheydter Straße 100, Neuss



19 10 Kegel-Club 3: In die Vollen



Mittwoch

20.2., 20.3., 17.4., 15.5., 12.6., 10.7., 7.8., 4.9., 2.10.,
30.10., 27.11.2019



17.30-19.30 Uhr



159 €



Norfer Treff, Geibelstraße 12, Neuss-Norf



Helfen Sie helfen.

Werden Sie Mitglied beim Lebenshilfe Neuss e.V.



Wer wir sind

Der Lebenshilfe Neuss e.V. wurde 1967 gegründet.

E.V. steht für eingetragener Verein.

Ein Verein ist eine Gruppe von Menschen.

Diese Menschen setzen sich gemeinsam für etwas ein.

Zu unserem Verein gehören Menschen mit und ohne Behinderung.

Gemeinsam setzen wir uns für Menschen mit geistiger Behinderung ein.



Was wir wollen

Menschen mit geistiger Behinderung gehören für uns dazu.

Sie sollen die gleichen Rechte haben wie alle.

Sie sollen selbst-bestimmt leben dürfen.



Was wir machen

Wir unterstützen Menschen mit geistiger Behinderung in allen Lebens-Bereichen und in jedem Alter.

Wir beraten und begleiten ihre Familien und Angehörigen.

Wir setzen uns in Gesellschaft und Politik für Änderungen ein.



Lebenshilfe
Neuss

- Ich möchte Mitglied des Lebenshilfe Neuss e.V. werden.
Bitte senden Sie mir die Satzung und einen Antrag auf Mitgliedschaft zu.
- Ich möchte mehr Informationen.
Bitte rufen Sie mich an.

Vorname, Name

Straße, Hausnummer

PLZ, Adresse

Telefon

E-Mail

Datum

Unterschrift



An die

Vorsitzende des Lebenshilfe Neuss e.V.

Angelika Quiring-Perl

Hamtorwall 16

41460 Neuss



0 21 31 – 369 18 30

Anmelde-Formular

Der/die Teilnehmer/in hat eine gesetzliche Betreuung
 ja nein
in den Bereichen:

Alternative Rechnungsadresse, falls nicht Teilnehmend (z.B. Eltern, gesetzliche Betreuung usw.)
Firma: _____
Name: _____
Straße/Nr.: _____
PLZ/Ort: _____

! Achtung: neue Anmeldebedingungen (siehe Seite 18)

18

Eine Ausfüllhilfe für die Anmeldung finden Sie auf Seite 12-13.

Anmeldung zum Freizeit-Programm 2019-1

an Lebenshilfe Neuss gGmbH, Offene Hilfen, Hamtorwall 16, 41460 Neuss



0 21 31 - 369 18 36

Hiermit melde ich mich verbindlich an:

Teilnehmer/-in: _____

Straße/Nr.: _____

PLZ/Ort: _____

geb. am: _____

Telefon: _____

Mobil-Telefon: _____

E-Mail-Adresse: _____

Alternative Rechnungsadresse, falls nicht Teilnehmeradresse

Firma: _____

Name: _____

Straße/Nr.: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: _____

E-Mail-Adresse: _____

Angaben über den/die Teilnehmer/-in:

Der/die Teilnehmer/-in benötigt eine Einzelbetreuung.

(Kosten und Erläuterung: siehe Seite 8)

Der/die Teilnehmer/-in sitzt im Rollstuhl.

Aktuelle Informationen als Ergänzung zum Heft „Infos über mich...“

(z.B. medizinisch, pflegerisch, Sozialverhalten, etc.).

Bitte geben Sie hier auf jeden Fall an, wenn eine ansteckende Erkrankung, z.B. Hepatitis, vorliegt:

Eine Ausfüllhilfe für die Anmeldung finden Sie auf Seite 12-13.

Ich möchte folgende Angebote buchen:

Bitte kreuzen Sie bei **jedem** Angebot die gewünschte Abrechnungsart an.

Zur Erläuterung:

Verhinderungspflege (§39 SGB XI)

Entlastungsbetrag (§45b SGB XI)

Sie wünschen eine Abrechnung über die Eingliederungshilfe nach §53 SGB XII?
Dann sprechen Sie uns bitte an.

FG-Nummer	FG-Name	Kosten	§45b	§39

Ich möchte, dass die Lebenshilfe Neuss gGmbH direkt mit meiner Pflegekasse abrechnet.

(Sollten Sie nichts ankreuzen, gehen wir davon aus, dass Sie die Rechnungen privat bezahlen)

Ja Nein

Bitte geben Sie bei einer Direktabrechnung immer die Rechnungsadresse Ihrer Pflegekasse an:

Pflegekasse: _____

Straße: _____

PLZ, Ort: _____

Versichertennummer: _____

Wichtige Information bei privater Zahlung:
 Ich benötige nach Abschluss des Angebots eine Teilnahmebescheinigung.
Bitte kreuzen Sie in diesem Fall auch die Zahlungsart an.

Ich bestätige die Vollständigkeit und Richtigkeit der Angaben und akzeptiere die Anmeldebedingungen der Lebenshilfe Neuss gGmbH auf Seite 6-10.

Ort, Datum

Unterschrift (ggf. Elternteil bzw. gesetzliche Betreuung)



Kunst-Workshop



Workshop ist Englisch.

Es wird gesprochen: wörk-schopp.

Bei einem Workshop machen Leute etwas gemeinsam.

Wir machen Kunst.

Das heißt wir malen gemeinsam Bilder.

Simone Klerx leitet den Kunst-Workshop.

Sie ist Künstlerin aus Neuss.

Sie gibt uns Tipps für die Farb-Wahl und das Bild-Thema.

Der Kunst-Workshop ist für alle die gerne malen.

Zu den einzelnen Terminen muss man sich anmelden.

Sie möchten teilnehmen?

Fragen zur Anmeldung beantwortet Herr Vieregge.



0 21 31 - 369 18 45



b.vieregge@lebenshilfe-neuss.de



Samstag und Sonntag

Workshop 1: 16.2. - 17.2.2019

Workshop 2: 13.4. - 14.4.2019

Workshop 3: 15.6. - 16.6.2019



11.00 - 17.00 Uhr



20 € pro Wochen-Ende

In den Kosten sind alle Mal-Sachen und 2 Mittag-Essen enthalten.



Begegnungs-Stätte Lebenshilfe Neuss, Hamtorwall 16,
Neuss

Die Ausstellung zum Kunst-Workshop



Einen Teil der entstandenen Kunst-Werke stellen wir aus.

Die Ausstellung ist im Haus der Lebenshilfe Neuss.

Wir freuen uns über Besucher.

Die Bilder können auch gekauft werden.

Sie haben Fragen zur Ausstellung?

Sie möchten ein Bild kaufen?

Fragen beantwortet Herr Vieregge.

0 21 31 - 369 18 45



b.vieregge@lebenshilfe-neuss.de



Lebenshilfe Neuss, Hamtorwall 16, Neuss



It's Party Time

Samstag

**16. Februar 2019
und 6. April 2019
von 19 bis 22 Uhr**

**im Martin-Luther-Haus
Drususallee 63
Neusser Innen-Stadt**



**Lebenshilfe
Neuss**



19 11 Musik-Band 1



Wir machen Musik mit vielen Instrumenten.
Und alle dürfen die Instrumente spielen.



Donnerstag
14.2., 7.3., 21.3., 4.4., 18.4., 2.5., 16.5., 6.6., 27.6.2019



18.30 - 19.30 Uhr



63 €



Wohn-Haus Weckhoven, Theresienstraße 16, Neuss



19 12 Musik-Band 2



Wir machen Musik mit vielen Instrumenten.
Und alle dürfen die Instrumente spielen.



Donnerstag
21.2., 14.3., 28.3., 11.4., 25.4., 9.5., 23.5., 13.6., 4.7.2019



18.30 - 19.30 Uhr



63 €



Wohn-Haus Weckhoven, Theresienstraße 16, Neuss



19 13 Lieder-Club



Wir singen viele bekannte Lieder.
Zusammen singen ist gut für Körper und Seele.



Mittwoch
27.2., 27.3., 24.4., 22.5., 26.6.2019



18.00 - 19.30 Uhr



55 €



Mehr-Zweck-Raum, Wohn-Haus Grimlinghausen,
Johanna-Etienne-Straße 67, Neuss



19 14 F(l)air Brunch



Wir treffen uns im Café F(l)air.
Wir frühstücken und treffen nette Leute.



Freitag
15.2., 15.3., 12.4., 17.5., 14.6., 12.7.2019



10.30 - 12.30 Uhr



136 €
Dieses Angebot wird durch eine Spende unterstützt.



Café F(l)air, Martin-Luther-Haus, Drususallee 63,
Neuss



19 15 Pius-Einstein-Club 2019



Wir trinken Kaffee und essen Kuchen.
Und wir basteln, reden und machen vieles mehr.



Samstag 15.00 - 17.30 Uhr



Einstein-Pfarre:

12.1., 2.2., 30.3., 18.5., 1.6., 31.8., 21.9., 26.10.,
30.11.2019

Pius-Pfarre:

26.1., 23.3., 27.4., 25.5., 22.6., 7.9., 12.10., 16.11.,
14.12.2019

Zusatz-Termin im Martin-Luther-Haus:

Jeck op Jeckerei: 23.2.2019

Adventnachmittag: 7.12.2019

Bitte beachten:

Die Zusatz-Termine sind nicht in den Kosten enthalten.
An diesen Terminen findet keine Betreuung durch die
Offenen Hilfen statt.



145 €

Wichtige Information:

Dieses Angebot kann nicht über den Entlastungsbetrag
nach §45b SGB XI abgerechnet werden.



Einstein-Pfarre: Einsteinstraße 194, Neuss

Pius-Pfarre: St. Pius-Kirchplatz 3, Neuss

Martin-Luther-Haus: Drususallee 63, Neuss

Stark im Alltag





19 16 Kochen Gruppe 1



Wir kochen leckere und einfache Rezepte.
Und wir machen eine Rezept-Sammlung.



Für alle, die gerne kochen.



Freitag
15.2., 15.3., 5.4., 17.5., 14.6.2019



16.30 - 19.30 Uhr



172 €



Begegnungs-Stätte Lebenshilfe Neuss, Hamtorwall 16, Neuss



19 17 Kochen Gruppe 2



Wir kochen leckere und einfache Rezepte.
Und wir machen eine Rezept-Sammlung.



Für alle, die gerne kochen.



Freitag
22.2., 22.3., 12.4., 24.5., 28.6.2019



16.30 - 19.30 Uhr



172 €



Begegnungs-Stätte Lebenshilfe Neuss, Hamtorwall 16, Neuss



19 18 Selbst-Behauptung



In diesem Kurs lernen wir:
Das eigene Ich stärken.
Grenzen setzen.

Das hilft uns im Alltag.
Zum Beispiel wenn jemand gemein zu uns ist.



Für alle ab 14 Jahren



Samstag

9.2., 16.3., 6.4., 11.5., 22.6.2019



11.00 - 12.30 Uhr



83 €



Familien-Zentrum Am Baldhof, Am Baldhof 1e, Neuss





Selbst-Hilfe-Gruppe Angels



Angels ist Englisch.

Es bedeutet Engel.

Die Angels sind eine Selbst-Hilfe-Gruppe.

Wir treffen uns einmal im Monat.

Wir reden über das Thema Selbst-Bestimmung.

Selbst-Bestimmung bedeutet, eigene Entscheidungen zu treffen.

Wir reden über unseren Alltag.

Wir erzählen wo wir Selbst-Bestimmung erleben und wo nicht.

In der Gruppe helfen wir uns, selbst-bestimmt zu leben.

Es werden auch Ausflüge und Aktionen gemacht.



Donnerstag

10.1., 14.2., 14.3., 11.4., 9.5., 13.6.2019



17.00 - 20.00 Uhr



Kosten-frei und ohne Anmeldung



Wohn-Haus Furth, Am Hasenberg 19, Neuss

Ausflüge und Aktionen



Diese Fotowand wurde von Belardo, der Möbelmarke mit dem Schmetterling, zum 200. Jubiläum gespendet. www.belardo.de

75 ZOO Krefeld



Vor-Information: Gemeinschafts-Projekt zum Thema Demokratie!



Dieses Angebot ist für Jugendliche von 14 bis 26 Jahren.
Wir machen es zusammen mit dem Upside Down.
Das ist das Jugend-Zentrum im Martin-Luther-Haus.



Wir fahren zur Dokumentations-Stätte Regierungs-Bunker.
Der Bunker war früher geheim.
Heute ist er ein Museum.
Es gibt viele spannende Sachen zu entdecken.
Wir werden über verschiedene Themen sprechen:
Warum ist Demokratie für Menschen wichtig?
Was hatte der Bunker für eine Aufgabe?



8 Plätze für Jugendliche der Lebenshilfe Neuss
8 Plätze für Jugendliche des Upside Down



Samstag
23.3.2019



10.00 - 18.00 Uhr



Das Angebot ist kosten-frei.
Für dieses Angebot beantragen wir Förder-Gelder.
Ihr müsst euch bei Frau Taut anmelden!



02131 - 369 18 35



a.taut@lebenshilfe-neuss.de



Wird noch bekannt gegeben.



19 19 Ein Tag auf dem Eis – Eis laufen im Süd-Park



Wir treffen uns zum Eis laufen im Süd-Park.

Auch Anfänger können mitmachen.

Die Betreuer zeigen wie es geht.

Es gibt auch Lauf-Hilfen.

Bei Interesse wird es ab Winter einen Kurs geben.

Bitte mitbringen:

Einen Helm, Hand-Schuhe, Schal und warme Kleidung.

Die Kleidung soll auch bequem sein.

Schlitt-Schuhe können wir leihen.



Für alle, die gerne Eis laufen oder es lernen möchten.

Von 8 bis 16 Jahren.



6



Samstag

16.2.2019



11.30 - 14.00 Uhr



45 €

Bitte Verpflegung oder Geld für die Mittags-Pause mitbringen.



Eis-Sport-Halle Neuss, Jakob-Koch-Straße 1, Neuss
Süd-Park



19 20 Fox-Trott auf dem Draht-Seil - Musik-Theater im TAS



In diesem Theater-Stück geht es um Tanz und Musik.
Der Fox-Trott spielt dabei eine besondere Rolle.
Es ist ein Gesell-Schafts-Tanz.
Es gibt ihn schon seit 100 Jahren.
In dieser Zeit spielt auch das Theater-Stück.

Man nennt diese Zeit auch die wilden Zwanziger.
Die Schlager aus dieser Zeit erzählen uns die
Geschichte.
Die Geschichte handelt von 2 Frauen und 2 Männern.



Für alle, die Theater und Musik mögen.
Ab 16 Jahren.



7



Sonntag
24.2.2019



18.30 - 21.30 Uhr



55 €
Bitte Geld für Getränke in der Pause mitbringen.



Theater am Schlacht-Hof, Blücherstraße 31, Neuss



19 21 Raus ins Museum – Ausflug in den Skulpturen- Park Wald-Frieden



Wir fahren in den Skulpturen-Park nach Wuppertal.
Der Skulpturen-Park ist ein Museum.
Dieses Museum ist ein besonderer Ort.
Es gibt Kunst drinnen und draußen.
Und es gibt viel Natur.

Wir gehen spazieren und schauen uns alles an.
Es gibt auch ein schönes Café.
Hier werden wir etwas essen und trinken.



Für alle, die Kunst mögen und gerne laufen.
Ab 16 Jahren.



9



Sonntag
19.5.2019



11.00 - 17.00 Uhr



69 €
Bitte Geld für den Café-Besuch mitbringen.



Neuss Haupt-Bahnhof, Treff-Punkt Rad-Station



19 22 Ein Tag auf Zeit-Reisen – Ausflug zum Epochen-Fest nach Jülich



Wir fahren in den Brücken-Kopf-Park nach Jülich.

Es gibt tolle Sachen für Klein und Groß.

Zum Beispiel:

die Tiere im Zoo, den Floß-Teich und die Riesen-Rutsche.

Wir setzen uns auf die Wiese und machen Picknick.

Heute gibt es noch etwas Besonderes:

das Epochen-Fest.

Eine Epoche ist ein Zeit-Abschnitt in der Vergangenheit.

Es gibt Menschen, die spielen gerne Epochen nach.

Sie zeigen uns wie man früher gelebt und gearbeitet hat.

Wir erleben Geschichte zum Anfassen und Mitmachen.



Für alle, die gerne unterwegs sind.

Für alle, die viel Trubel mögen.



9



Sonntag

9.6.2019



11.00 - 18.00



113 €

inklusive Getränke und Essen



Nord-Bad, Neusser Weyhe 14-16, Neuss



19 23 Ein Tag mit Winnetou – Besuch der Karl May Fest-Spiele Elspe



Uns erwartet ein Abenteuer-Tag im wilden Westen. Winnetou und Old Shatterhand haben viel zu tun. Sie müssen den Menschen in San Manuel helfen. Diese haben Probleme mit einer Diebes-Bande.

Doch nicht nur Winnetou wartet in Elspe auf uns. Es gibt ein tolles Programm mit Musik und Tieren. Es gibt leckeres Essen und Getränke.



Für alle, die gerne unterwegs sind und Theater mögen. Für alle, die viel Trubel und laute Geräusche mögen. Ab 10 Jahren.



9



Sonntag
30.6.2019



10.30 - 20.30 Uhr



183 €
inklusive Getränke und Essen



Nord-Bad, Neusser Weyhe 14-16, Neuss

Runter von der Couch – Fit werden!



Sie möchten sich mehr bewegen?

Sie möchten Sport machen, der zu Ihnen passt?

Sie möchten Sport in einer Gruppe machen?

In unserem Reha-Sport-Angebot haben wir freie Plätze.

Reha-Sport ist ein Sport für Menschen mit verschiedenen Beeinträchtigungen.

Wir machen viele Übungen und Bewegungs-Spiele.

Wir treffen uns einmal in der Woche in einer Gruppe.

Wir haben beim Sport zusammen viel Spaß.

Wir werden beweglicher und fit.

Welche Angebote im Reha-Sport gibt es bei der Lebenshilfe Neuss?

Unsere Angebote finden Sie auf den Seiten 73 bis 75.

Wo kann ich mich anmelden und Fragen stellen?

Sie können Frau Reuter anrufen.



0 21 31 – 369 18 49

Veranstaltungs-Tipps





Jeck op Jeckerei



Helau!

Wir feiern die 5. Jahres-Zeit.

Es gibt ein tolles Programm mit Musik und Bütten-Reden.
Alle Jecken sind herzlich willkommen.



Samstag

23.2.2019



Einlass ab 14.11 Uhr

Beginn ab 15.00 Uhr



Karten gibt es im Lebenshilfe-Center
und im Martin-Luther-Haus



Martin-Luther-Haus, Drususallee 63, Neuss





Kappes-Sonntag-Zug in Neuss



Helau, Kamelle und ganz viel Spaß!

Auch 2019 sind wir beim Karneval in Neuss dabei.

Wir ziehen beim Kappes-Sonntag-Umzug mit.

Wir suchen noch Jecken für unseren Umzug.

Interesse?

Frau Kaufer beantwortet Fragen.



0 21 31 - 51 26 612



n.kaufer@lebenshilfe-neuss.de



Sonntag

3.3.2019



Die Teilnahme ist kosten-frei.

Wer lieber zuschauen möchte,

ist auch herzlich willkommen.



Info für Zuschauer:

Der Umzug startet um 13.00 Uhr in der Neusser

Innen-Stadt.



U16-Party des Jahres #9



Herzlich willkommen zur Party des Jahres #9.

Wir tanzen.

Wir feiern.

Wir haben Spaß.

Es gibt Überraschungs-Aktionen.



Für alle von 10 bis 15 Jahren



Samstag

16.3.2019



16.00 - 19.00 Uhr



Ohne Anmeldung

Eintritt 2 €

Bitte Geld für Getränke mitbringen.



KJuZe Allerheiligen, Am Henselsgraben 17, Neuss



Party für Erwachsene



Herzlich Willkommen zur Party Time.

Wir tanzen.

Wir feiern.

Wir haben Spaß.

DJ André macht Musik.



Für alle ab 18 Jahren



Samstag

16.2.2019

6.4.2019



19.00 - 22.00 Uhr



Ohne Anmeldung

Bitte Geld für Getränke und Snacks mitbringen.



Martin-Luther-Haus, Drususallee 63, Neuss



Inklusives Kicker-Turnier



Ran an den Tisch-Kicker.

Herzlich willkommen zum Kicker-Turnier.

Wir freuen uns auf Euch.

Das Team der Offenen Hilfen und das Team vom Haus der Jugend



Für alle Jugendlichen ab 12 Jahren



Freitag

8.2.2019



Anmeldung ab 16 Uhr.

Das Kicker-Turnier startet um 17 Uhr.

Das Turnier endet um 19 Uhr.



Der Eintritt ist frei.

Bitte Geld für Getränke mitbringen.



Das Haus der Jugend, Hamtorwall 18, Neuss



Das UWO lädt ein: Crazy Friday – Alles ist möglich



Herzlich willkommen zum Crazy Friday.
Crazy Friday bedeutet verrückter Freitag.
Hier kann man:

Freunde treffen und neue Leute kennen-lernen.
Gemeinsam Spaß haben und Aktionen machen.

An jedem Termin gibt es eine andere Aktion.
Zum Beispiel: Disco, Karaoke, Spiele-Abend,
Kicker-Turnier, Pantoffel-Kino.

Das Richtige ist nicht dabei?
Wir freuen uns auch über Eure Ideen für Aktionen.



Für alle ab 18 Jahren.



Freitag
4.1., 18.1., 1.2., 15.2., 1.3., 15.3., 29.3., 12.4., 26.4.,
10.5., 24.5., 7.6., 21.6.2019



Ab 17.30 Uhr



Ohne Anmeldung.
Bitte Geld für Getränke mitbringen.



Lebenshilfe-Center, Hamtorwall 16, Neuss (am Niedertor)
Mehr Infos:

Ambulant Unterstütztes Wohnen (UWO)



0 21 31 - 369 18 45

Hand in Hand

Der ambulante Pflege-Dienst der Lebenshilfe Neuss

**Wir helfen Ihnen da, wo Sie uns brauchen:
In Ihrem Zuhause und in Ihrem Alltag!**

Unsere Angebote:

- Hilfe bei Körper-Pflege und Haus-Halt
- Hilfe bei der Behandlungs-Pflege, zum Beispiel Wunden versorgen
- Hilfe bei Alltags-Aufgaben, zum Beispiel Arzt-Besuch
- Hilfe für Menschen jeden Alters
- Hilfe für Menschen mit und ohne Behinderung
- Beratung und Schulung für pflegende Angehörige

**Sie haben Fragen?
Sie wünschen eine Beratung?**

Ihre Ansprech-Partnerin:

Andrea Fuchs-Kahlki



0 21 31 – 369 18 55



0 21 31 – 369 18 59



pflege@lebenshilfe-neuss.de



Sport, Bewegung und Gesundheit





19 24 Tanz-Kurs Ball-Geflüster



Wir schwingen das Tanz-Bein.
Wir lernen klassische Standard-Tänze.



Samstag
9.2., 23.2., 9.3., 23.3., 6.4., 11.5., 25.5., 15.6.2019



13.30 - 14.30 Uhr



186 €

Wichtige Information:

Dieses Angebot kann nicht über den Entlastungsbetrag nach §45b SGB XI abgerechnet werden.



Tanz-Schule Görke im Börsen-Café
Hafenstraße 2, Neuss



Angebote mit Pferden

Leider können wir noch keinen Reit-Kurs anbieten.
Wir suchen weiter nach einem neuen Reit-Stall.



19 25 Wander-Gruppe mit Hund



Wir machen einen schönen Spazier-Gang.
Die Hunde Erdmann und Bam-Bam kommen mit.



Samstag
9.2., 6.4., 11.5., 29.6.2019



15.00 - 18.00 Uhr



86 €
inklusive Kaffee-Pause



Wohn-Haus Weckhoven, Theresienstraße 16, Neuss

UWO

Ambulant Unterstütztes Wohnen

Unser Angebot ist für Menschen mit Behinderung, die alleine oder mit anderen in einer Wohnung leben möchten:

- Wir helfen Ihnen bei der Wohnungs-Suche.
- Wir unterstützen Sie in Ihrem Alltag, zum Beispiel im Umgang mit Geld oder im Haus-Halt.
- Wir begleiten Sie in schwierigen Situationen.
- Wir bieten Freizeit-Aktivitäten und Ausflüge.

Sie haben Fragen? Sie wünschen eine Beratung?

Ihr Ansprech-Partner:

Marcel Gräwert



Hamtorwall 16, Neuss



0 21 31 - 369 18 44



0 21 31 - 369 18 30




uwo@lebenshilfe-neuss.de



Reha-Sport

Sie haben Fragen zum Reha-Sport?
Frau Reuter beantwortet Ihre Fragen.

 0 21 31 - 369 18 43

Wichtig!

Bitte entsprechende Sport-Bekleidung anziehen.

Für die Turn-Halle geeignete Schuhe anziehen.





Schwimm-Lernkurs für Kinder



Ute Klause



Dienstag



17.15 - 18.00 Uhr



Schule am Nordpark, Frankenstraße 70, Neuss



Schwimmen für Erwachsene



Ute Klause



Dienstag



18.00 - 18.45 Uhr

18.45 - 19.30 Uhr



Schule am Nordpark, Frankenstraße 70, Neuss



Sport für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene



Jonas Waschk



Freitag



Kinder bis einschließlich 14 Jahre
16.30 - 17.30 Uhr

Jugendliche und junge Erwachsene ab 15 Jahren
17.30 - 18.30 Uhr



Sporthalle Aurinstraße 55, Neuss



Sport für Erwachsene



Ute Klause und Lukas Bierewirtz



Montag



17.30 - 18.15 Uhr
18.15 - 19.00 Uhr



Humboldt-Gymnasium, Bergheimer Straße 233,
Neuss



Wir bewegen uns! Wir laufen!

Lauf-Gruppe der Lebenshilfe Neuss

Es gibt viele gute Gründe zu laufen:

Laufen um gesund zu bleiben.

Laufen um beweglich und fit zu bleiben.

Laufen um nette Leute zu treffen.

Laufen um zu zeigen: Wir können das auch!

Zum Beispiel beim Sommer-Nachts-Lauf in Neuss
oder beim Erft-Lauf.

„Gesund und fit bleiben“ ist in aller Munde und viele
würden sich gern mehr bewegen, wenn da nicht...

die Gründe fürs Nicht-Laufen wären!

Also haben wir einen **regelmäßigen, inklusiven Lauf-Treff** gegründet.

Und wir haben gemeinsam Spaß beim Laufen.

Wir treffen uns jede Woche.

Wir trainieren etwa 1 Stunde.



Mittwoch



17.15 - 18.15 Uhr



Sport-Anlage Jahn-Stadion, Jahn-Stadion
vor dem Rasen-Platz und den Umkleide-Räumen

Wir freuen uns auf viele Läuferinnen und Läufer!





Impressum

Herausgeber:

Lebenshilfe Neuss gGmbH
Hamtorwall 16
41460 Neuss



0 21 31 – 369 18 0



0 21 31 – 369 18 30



kontakt@lebenshilfe-neuss.de

www.lebenshilfe-neuss.de

Fotos:

© Lebenshilfe Neuss gGmbH
Das Offene Hilfen-Team wurde von Jenny Rieb fotografiert.
www.eigenart-freiraum.com

Grafiken Seite 43, 55: © Created by Freepik

Gestaltung:

2018, Katja Maßmann, Neuss, www.iD-Signs.de

Druck:

Teamdruck GmbH, Neuss

Die gezeichneten Bilder sind übernommen von:

© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung
Bremen e.V.

Illustrator: Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013.

Alle Rechte vorbehalten.



Lebenshilfe Neuss gGmbH

Hamtorwall 16, 41460 Neuss

Telefon 0 21 31 – 369 18 0
kontakt@lebenshilfe-neuss.de
www.lebenshilfe-neuss.de