



**Offene Hilfen**

Lebenshilfe Nürnberg

# OFFENE HILFEN

Unsere Angebote

**KURSE**

**REISEN**

**AUSFLÜGE**

**GRUPPEN**

**Januar - Juli 2024**

## LIEBE LESER\*INNEN,

in den Offenen Hilfen hat sich viel geändert.

Im Herbst ist unser Leiter Herr Cartus weg gegangen.

Er ist jetzt Geschäfts-Führer bei der Lebenshilfe Kronach.

Wir wünschen Herrn Cartus alles, alles Gute! 🙌😊

In den Offenen Hilfen arbeiten wir ab jetzt als  
Leitungs-Team. 👤👤

Das heißt: zwei Personen leiten die Offenen Hilfen.

Das ist gut, denn es stehen viele Aufgaben an. 🖋️📄

Mit unserem Team wollen wir weiterhin für Sie da sein.

Die Offenen Hilfen sollen hilfreich sein und Spaß machen. 💖

Wir sind sehr dankbar, dass uns so viele Ehrenamtliche  
bei der Arbeit unterstützen.

Sie verdienen großen Respekt für ihren Einsatz. 👍

Für das neue Jahr wünschen wir Ihnen alles Gute,  
Gesundheit und Zufriedenheit! 🍀

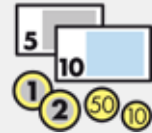
Herzliche Grüße ❤️

Andreas Schönberger und Sabine Hafner



# DAS IST NEU AB 2024

Wir müssen die **Preise** teurer machen,  
weil unsere Kosten immer mehr steigen.  
Wir erhöhen das Geld für die Ehrenamtlichen,  
weil sie so gute Arbeit leisten.



Wir suchen nach persönlichen Lösungen,  
wenn Sie sich die neuen Preise nicht leisten können.

Die Preise haben jetzt auch andere Namen.  
Deswegen sehen die Tabellen anders aus.

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	3 €	Seite 9	3 €
Ohne Pflege-Grad	3 €	32 €	35 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage- siehe Seite 9		
Leistungen:		In den Sach-Kosten ist der Eintritt enthalten.	

## Wir haben viele neue Angebote!

Zum Beispiel eine Flug-Reise nach Rhodos,



einen Treff für Senior\*innen,



oder einen Offenen Treff für Angehörige.



# INHALTS-VERZEICHNIS

## VERAN- STALTUNGEN

- Offener Treff für Angehörige **NEU** ..... 11
- Disco der Lebenshilfe Fürth **NEU** ..... 12
- Info-Abend ..... 13
- Protest-Tag **NEU** ..... 14
- Sommer-Fest ..... 15
- Stadt-Fest Lebenshilfe ..... 16
- Flirt-Festival ..... 17
- Kino-Abend ..... 18

## REISEN

- Reisen..... 19 - 25

## AUSFLÜGE

- Ausflüge ..... 26 - 33

## WORK- SHOPS

- Workshops ..... 34 - 40

## GRUPPEN

- Gruppen ..... 41 - 48

## KURSE

- Kurse ..... 49 - 54

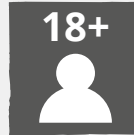
## INFOS

- alle Bereiche der Offenen Hilfen ..... 55 - 59
- Teilnahme-Bedingungen ..... 61 - 63

# ZEICHEN-ERKLÄRUNG



So viele Leute  
sind dabei



Ab 18 Jahren



Uhrzeit



Für  
Rollstuhl-Fahrer\*innen  
geeignet



Hier treffen  
wir uns



Leider nicht für  
Rollstuhl-Fahrer\*innen  
geeignet



Wir fliegen mit  
dem Flugzeug



Wir fahren  
Bus



Wir fahren mit  
öffentlichen  
Verkehrs-Mitteln



Wir schreiben unser Heft in einfacher Sprache.  
Leider geht das nicht bei allen Texten.



Wir verwenden die geschlechter-gerechte Sprache.  
Das bedeutet: alle Geschlechter kommen in der Sprache vor.  
Dafür benutzen wir den Gender-Stern.  
Im Text sieht das zum Beispiel so aus: Nutzer\*innen.

# Kontakt

An diese Personen können Sie sich wenden, wenn Sie Fragen haben.

OFFENE  
HILFEN

Leitung



**Sabine Hafner**

09 11 - 58 79 37 83  
HafnerS@lhnbg.de



**Andreas Schönberger**

09 11 - 58 79 37 81  
SchoenbergerA@lhnbg.de

Familien-Unterstützung



**Familien A-H**

**Wiebke Lanfer**

09 11 - 58 79 37 63  
LanferW@lhnbg.de



**Familien I-M**

**Stefanie Duelli**

09 11 - 58 79 37 82  
DuelliS@lhnbg.de



**Familien N-Z**

**Lisa Hahn**

09 11 - 58 79 37 60  
HahnL@lhnbg.de



**Mariella Edlbacher**

09 11 - 58 79 37 61  
EdlbacherM@lhnbg.de

Sport



**Kristina Höhn**

09 11 - 58 79 37 80  
HoehnK@lhnbg.de



**Lena Gehl**

09 11 - 58 79 37 80  
GehlL@lhnbg.de

## Freizeit-Angebote

**Raluca Văth**

09 11 - 58 79 37 64  
VaethR@lhnbg.de

**Tina Volkert**

09 11 - 58 79 37 62  
VolkertT@lhnbg.de

**Nina Kränzlein**

09 11 - 58 79 37 84  
KraenzleinN@  
lhnbg.de

## Verwaltung

**Karin  
Fluhrer-Pogner**

09 11 - 58 79 37 61  
FluhrerK@lhnbg.de

**Anna Zahner**

09 11 - 58 79 37 67  
ZahnerA@lhnbg.de

## Beratung

**Laura Plescher**

09 11 - 58 79 37 66  
PlescherL@lhnbg.de

## Wie melde ich mich an



Für die Anmeldung benutzen Sie bitte das **Anmelde-Formular für das Freizeit-Programm**. Das Anmelde-Formular finden Sie im Heft und im Internet unter:  
[www.lhnbg.de/informieren/freie-zeit/offene-hilfen](http://www.lhnbg.de/informieren/freie-zeit/offene-hilfen)

1

### **Bitte füllen Sie die Anmeldung komplett aus.**

Danach unterschreiben Sie oder Ihre gesetzliche Vertretung die Anmeldung.

2

### **Bitte senden Sie die Anmeldung an:**

Lebenshilfe Nürnberg e.V.  
Offene Hilfen  
Rosenplütstraße 2  
90439 Nürnberg  
Fax-Nr.: 09 11 - 58 79 37 65

3

### **Anmelde-Schluss**

Nach dem Anmelde-Schluss erfahren Sie, ob Sie einen Platz bekommen.

**Sie erhalten dann Post von uns.**

4

### **Sach-Kosten und Kosten für Assistenz**

Bei manchen Angeboten gibt es Sach-Kosten. Zum Beispiel: Für Eintritt oder Kino-Karten. Diese müssen Sie selbst bezahlen.

Mit der Anmeldung stimmen Sie den Teilnahme-Bedingungen zu. Die Teilnahme-Bedingungen stehen auf den Seiten 61 - 63.



# Kosten



Für die Assistenz bei unseren Angeboten gibt es unterschiedliche Preise: je nachdem, ob es sich um **Gruppen**-Assistenz oder **Einzel**-Assistenz handelt. Zu den Assistenz-Kosten kommen noch die Sach-Kosten.

## Stunden-Satz für Assistenz

 <b>Gruppen-Assistenz</b>	<b>Mit</b> Pflege-Grad	Kann mit der <b>Pflege-Kasse</b> abgerechnet werden *	<b>16 Euro</b> pro Stunde
	<b>Ohne</b> Pflege-Grad	<b>Selbst-Zahler</b> Wird mit Teilnehmer*in abgerechnet	<b>4 Euro</b> pro Stunde
 <b>Einzel-Assistenz (1:1)</b>	<b>Mit</b> Pflege-Grad	Kann mit der <b>Pflege-Kasse</b> abgerechnet werden *	<b>21,20 Euro</b> pro Stunde
	<b>Ohne</b> Pflege-Grad	<b>Selbst-Zahler</b> Wird mit Teilnehmer*in abgerechnet	<b>21,20 Euro</b> pro Stunde

Wer kurzfristig oder ohne Abmeldung bei einem Freizeit-Angebot fehlt, muss eine Ausfall-Gebühr von 15 Euro zahlen. Zusätzlich berechnen wir auch bereits angefallene Auslagen. Siehe Seiten 61.

## Tages-Satz für Assistenz bei mehrtägigen Reisen

 <b>Gruppen-Assistenz</b>	<b>Mit</b> Pflege-Grad	Kann mit der <b>Pflege-Kasse</b> abgerechnet werden *	<b>120 Euro</b> pro Tag
	<b>Ohne</b> Pflege-Grad	<b>Selbst-Zahler</b> Wird mit Teilnehmer*in abgerechnet	<b>40 Euro</b> pro Tag
 <b>Einzel-Assistenz (1:1)</b>	<b>Mit</b> Pflege-Grad	Kann mit der <b>Pflege-Kasse</b> abgerechnet werden *	<b>150 Euro</b> pro Tag
	<b>Ohne</b> Pflege-Grad	<b>Selbst-Zahler</b> Wird mit Teilnehmer*in abgerechnet	<b>150 Euro</b> pro Tag

Die Ausfall-Kosten für Reisen und Ferien-Betreuung stehen auf Seiten 61 - 63.

\* Mit Pflege-Grad: **Abrechnung erfolgt über Verhinderungs-Pflege oder Entlastungs-Betrag.**



## VERANSTALTUNGEN

## Samstags OFFENER TREFF



### Offener Treff für Angehörige

Viele Familien mit zu pflegenden Angehörigen beschäftigen die gleichen Themen. Sie stehen vor ähnlichen Herausforderungen. Oder haben die gleichen Fragen. Beim Offenen Treff für Angehörige können Sie andere Familien kennenlernen. Sie können sich über Gedanken, Erfahrungen und Ideen austauschen. Und eine nette Zeit in lockerer Runde verbringen.

Der Offene Treff für Angehörige findet 2 mal im Halbjahr statt.

Die nächsten Termine sind:

---

#### Samstag, 02.03.2024

Anmeldung bis: 19.02.2024      Nummer: OH-1-111

---

#### Samstag, 22.06.2024

Anmeldung bis: 03.06.2024      Nummer: OH-1-112

---

Wir treffen uns in den Räumen der Offenen Hilfen, in der Rosenplütstraße 2, im 3. Stock.

Ansprech-Partnerinnen für den Offenen Treff sind Wiebke Lanfer und Laura Plescher.



15 - 17 Uhr



Nürnberg  
Rosenplütstr. 2  
Lebenshilfe  
Offene Hilfen



19 - 0 Uhr



Fürth  
Ottostr. 27  
Kopf und Kragen

Zusammen mit:



## Freitag, 08. März 2024 **KOPF & KRAGEN DISCO**



### **Disco der Lebenshilfe Fürth**

Wir besuchen das Kopf und Kragen!  
Dort findet die legendäre Disco der  
Lebenshilfe Fürth statt.

DJ Horschti sorgt für die besten Hits  
von damals bis heute.  
Er erfüllt gerne Musik-Wünsche.  
So ist für alle etwas dabei.  
Das wird eine super Party!

Anmeldung bis: 19.02.2024

Nummer: OH-1-120

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	3 €	Seite 9	3 €
Ohne Pflege-Grad	3 €	20 €	23 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:	In den Sach-Kosten ist der Eintritt enthalten.		

Dienstag, 23. April 2024

**INFO-ABEND****Mit Freude gesund leben**

Jeder Mensch will ein gutes Leben haben.  
Für ein gutes Leben ist es wichtig, gesund zu sein.  
Wer ungesund lebt, kann schneller Krankheiten bekommen. Zum Beispiel Diabetes.  
Oder das Herz wird krank.  
Krankheiten machen das Leben schwer.  
Man kann viele schöne Dinge nicht mehr machen.  
Vielen Menschen ist ein gesundes Leben wichtig.  
Für ein gesundes Leben kann jeder selbst etwas tun.

Beim Info-Abend geht es um das Thema der Gesundheit.

Bewegung und das richtige Essen sind wichtig für die Gesundheit.

Frau Herzog ist bei der Kranken-Kasse AOK für das Thema Ernährung zuständig.  
Sie gibt uns Tipps, wie man lecker und gesund essen kann. Und wie wir einfache Bewegungs-Übungen machen können.  
So können wir gesund bleiben.

**Referentin: Frau Herzog (AOK)**

Anmeldung bis: 15.04.2024

Nummer: OH-1-130



18 - 20 Uhr



Nürnberg  
Fahrradstr. 54  
5. Stock  
Sky54

Zusammen mit:



# Samstag, 04. Mai 2024

## PROTEST-TAG



12 - 18 Uhr



Nürnberg  
Lorenzkirche



### Flash-Mob und UN-Zug-Fest

Jedes Jahr im Mai ist der Europäische Protest-Tag zur Gleich-Stellung von Menschen mit Behinderung. In Nürnberg findet eine Demonstration statt.

Sie heißt UN-Zug.

Wir treffen uns an der Lorenzkirche.

Dort tanzen wir gemeinsam bei einer Aktion der Nürnberger OBAs.

Dann gehen wir zum Weißen Turm.

Dort feiern wir mit:

- Musik und Kultur
  - Politischen Reden
  - Leckerem Essen und Getränken
- Eine Anmeldung ist nur erforderlich, wenn Sie Assistenz benötigen.

Anmeldung bis: 15.04.2024

Nummer: OH-1-140

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	-	Seite 9	-
Ohne Pflege-Grad	-	24 €	24 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:	Das Fest kostet keinen Eintritt.		

# Samstag, 08. Juni 2024

## SOMMER-FEST



### Ein kunter-buntes Fest

Wir feiern unser Offenen Hilfen Sommer-Fest. Tanz-Gruppen und Künstler\*innen treten auf. Im Garten gibt es Mitmach-Aktionen und einen Spiel-Bereich.

Es gibt Essen und verschiedene Getränke. Das Sommer-Fest ist für alle da!

Sie können alleine, mit Freund\*innen oder mit Ihrer Familie kommen.

Sie können das Sommer-Fest auch mit gestalten. Bitte wenden Sie sich an uns, wenn Sie helfen möchten.

Eine Anmeldung ist nur notwendig, wenn Sie Assistenz benötigen.

Anmeldung bis: 27.05.2024

Nummer: OH-1-150

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	-	Seite 9	-
Ohne Pflege-Grad	-	16 €	16 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		Das Fest kostet keinen Eintritt.	



14 - 18 Uhr



Nürnberg  
Adam-Klein-Str. 6  
Nachbarschafts-  
Haus Gostenhof

# Samstag, 06. Juli 2024

## STADT-FEST LEBENSHILFE



14 - 21 Uhr



Nürnberg  
Ludwigs-Platz  
26-28  
Café "Der Beck"



### Eine Party im Herzen der Stadt

Lasst uns gemeinsam feiern.  
Es gibt wieder ein tolles Bühnen-Programm.  
Und leckeres Essen.

Die Einrichtungen der Lebenshilfe bieten spannende Mitmach-Aktionen an.  
Das Fest ist für alle und barriere-arm.  
Man kann alleine, mit Freund\*innen oder der Familie kommen.

Oder sich unserer Offenen Hilfen-Gruppe anschließen.

Teilen Sie uns mit, wann Sie kommen möchten.  
Und wie lange Sie bleiben möchten.

Anmeldung bis: 24.06.2024

Nummer: OH-1-160

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	-	Seite 9	-
Ohne Pflege-Grad	-	4 € / Stunde	4 € / Stunde
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		Das Fest kostet keinen Eintritt.	



# Freitag, 19. Juli 2024

## FLIRT-FESTIVAL



### Leute kennen lernen und Spaß haben

Wir veranstalten ein Flirt-Festival. Dort gibt es eine Open-Air Disco. Bei verschiedenen Aktionen haben Sie die Gelegenheit, andere Menschen kennen zu lernen. Zum Beispiel beim Speed-Dating. Hier gibt es viele Möglichkeiten zum Flirten. Sie können auch Menschen für die Freizeit-Gestaltung treffen. Im Bier-Garten können Sie Speisen und Getränke kaufen. Die Veranstaltung wird von Auszubildenden der Fach-Schule für Heilerziehungs-Pflege unterstützt. Eine Anmeldung ist nur erforderlich, wenn Sie Assistenz benötigen.

Anmeldung bis: 24.06.2024

Nummer: OH-1-170

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	3 €	Seite 9	3 €
Ohne Pflege-Grad	3 €	16 €	19 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		In den Sach-Kosten ist der Eintritt enthalten.	



18 - 22 Uhr



Nürnberg  
Brückenstr.23  
Stadt-Teil-  
zentrum Desi

Zusammen mit:





18 - 20 Uhr



Nürnberg  
Brosamer Str. 12  
Casablanca  
Kino

Dienstag, 12. März 2024

## KINO-ABEND: STILLE NOT!



### **Stille Not! – Depressionen bei Menschen mit geistiger Behinderung**

Der Film zeigt uns die Geschichten von 3 Menschen mit einer Depression.

Es wird gezeigt wie Krisen bewältigt werden.

Wie sich eine Depression zeigt, wenn Menschen nicht sprechen.

Angehörige erzählen, wie sie mit der Diagnose umgegangen sind.

Unterstützer\*innen zeigen, wie sie helfen und begleiten.

Depressionen können überwunden werden! Dieser Film ermutigt dazu, über das Thema offen zu sprechen. Depression bei Menschen mit geistiger Behinderung muss ernst genommen werden.

Nach dem Film sprechen wir mit einer Expertin. Sie ist Psycho-Therapeutin und hat viel Erfahrung.

---

**Kosten:** 7 € (ermäßigt: 4 €)

**Karten-Reservierung unter:**

[www.casablanca-nuernberg.de](http://www.casablanca-nuernberg.de)

oder Tel.: 09 11/ 45 48 24



**REISEN**

## 20. – 27. April 2024 (Sa – Sa) HAMBURG



Nach Absprache



Nürnberg  
Haupt-Bahnhof  
Info-Point



### Moin!

Wir fahren mit dem Zug nach Hamburg.  
Hamburg ist die zweit-größte Stadt in Deutschland.

Wir übernachten in einem Hostel.  
Das Hostel liegt neben dem Bahnhof.

Wir schlafen in Doppel-Zimmern.  
In Hamburg unternehmen wir viel:

Wir besuchen das Miniatur-Land.  
Da sind ganze Städte gebaut.

Aber in klein.  
Oder wir gehen in den Tier-Garten.

Die Reeperbahn dürfen wir uns nicht entgehen lassen!

Wir schauen uns das Musical "König der Löwen" an.  
Das wird eine tolle Reise!

Anmeldung bis: 15.02.2024

Nummer: OH-1-200

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	700 €	Seite 9	700 €
Ohne Pflege-Grad	700 €	320 €	1.020 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:	Unterkunft, Flug, Halb-Pension, Programm		

09. – 12. Mai 2024 (Do – So)

**WELLNESS-TAGE****Entspannung Pur**

Wir fahren mit dem Zug nach Bad Windsheim.  
 Bad Windsheim ist eine Stadt in Bayern.  
 Wir machen ein Wellness-Wochen-Ende.  
 Wir besuchen die Therme „Franken-Therme“.  
 Und schlafen im „Hotel Späth“.

Wir gehen an 2 Tagen in die Therme.  
 An einem Tag machen wir einen Ausflug.

Wir schlafen in Doppel-Zimmern.



Nach Absprache



Nürnberg  
 Haupt-Bahnhof  
 Info-Point

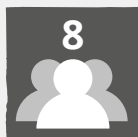


Anmeldung bis: 15.02.2024

Nummer: OH-1-210

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	475 €	Seite 9	475 €
Ohne Pflege-Grad	475 €	160 €	635 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		Unterkunft, Fahrt-Kosten, Halb-Pension, Programm	

# 07. – 09. Juni 2024 (Fr – So) WURZEL-FESTIVAL



Nürnberg  
Haupt-Bahnhof  
Info-Point



## Inklusives Elektro-Festival bei Berlin

Wir fahren auf ein Festival.  
Das Festival ist in der Nähe von Berlin.  
Das Festival heißt Wurzel-Festival.  
Es ist barriere-frei und inklusiv.  
Ein Festival für Alle.  
Auf dem Festival wird Musik gespielt.  
Es gibt verschiedene Bühnen.  
Wir können tanzen und singen.  
Wir besuchen Workshops und lernen neue Leute kennen.  
Alles findet draußen statt.  
Wir schlafen auf einem Inklusions-Zelt-Platz.

[www.wurzelfestival.de](http://www.wurzelfestival.de)

Anmeldung bis: 15.02.2024

Nummer: OH-1-220

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	450 €	Seite 9	450 €
Ohne Pflege-Grad	450 €	120 €	570 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:	Unterkunft, Fahrt-Kosten, Voll-Pension, Programm		

## 03. – 10. August 2024 (Sa – Sa)

# BAUERNHOF-URLAUB



### Wir entdecken Österreich

Wir fahren nach Österreich.

Dort schlafen wir in einem kleinen Bauernhof-Hotel.

Es gibt viele Tiere.

Diese dürfen wir streicheln und füttern.

Zusammen können wir in den Bergen wandern.

Oder einen Ausflug nach Salzburg machen.

Wir besuchen die Eis-Riesen-Welt.

Das ist eine große Höhle.

Gemeinsam erforschen wir diese.

Im Hotel schlafen wir in Zwei-Bett-Zimmern.

Wir haben Halb-Pension.

Anmeldung bis: 15.02.2024

Nummer: OH-1-230

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	720 €	Seite 9	720 €
Ohne Pflege-Grad	720 €	320 €	1.040 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		Unterkunft, Fahrt-Kosten, Halb-Pension, Programm	



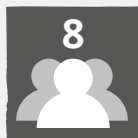
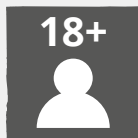
Nach Absprache



Nürnberg  
Rosenplütstr. 2



## 20. – 22. September 2024 (Fr – So) **BERG-WOCHEN-ENDE**



Nürnberg  
Haupt-Bahnhof  
Info-Point



### **Wandern in den Bergen**

Wir fahren in die Berge.  
In den Bergen wandern wir.  
Und übernachten in Berg-Hütten.  
Das Abenteuer geht von Freitag – Sonntag.  
Ort, Wander-Strecke und Kosten werden noch  
bekannt gegeben.

Geleitet wird die Tour von einer erfahrenen  
Wander-Gruppe.  
Sie kennen sich in den Bergen sehr gut aus.

Anmeldung bis: 15.02.2024

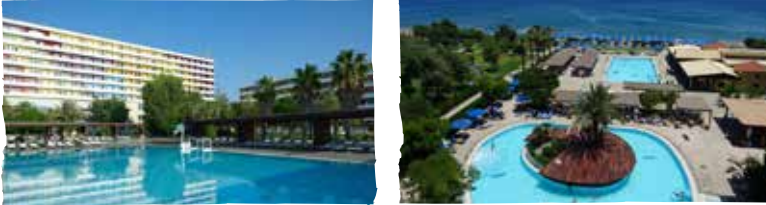
Nummer: OH-1-240

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	400 - 500 €	Seite 9	400 - 500 €
Ohne Pflege-Grad	400 - 500 €	120 €	520 - 620 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:	Unterkunft, Fahrt-Kosten, Voll-Pension, Programm		



# 21. – 28. September 2024 (Sa – Sa)

## GRIECHENLAND



### Urlaub auf Rhodos

Das Meer ruft!

Wir fliegen nach Rhodos.

Die Insel Rhodos gehört zu Griechenland.

Wir schlafen im Hotel „Esperides Beach Resort“.

Im Hotel gibt es viele Angebote.

Zum Beispiel eine Disco und Sport-Angebote.

Es gibt auch eine Sauna.

Und einen Swimming-Pool mit Rutsche.

Wir können am Strand liegen und entspannen.

Wir machen tolle Ausflüge.

Gemeinsam genießen wir die griechische Sonne.

Im Hotel übernachten wir in Doppel-Zimmern.



Nach Absprache



Nürnberg  
Flug-Hafen



Anmeldung bis: 15.02.2024

Nummer: OH-1-250

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	1.200 €	Seite 9	1.200 €
Ohne Pflege-Grad	1.200 €	320 €	1.520 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		Unterkunft, Flug, Voll-Pension, Programm	



## AUSFLÜGE

Sonntag, 28. Januar 2024

# ICE-HOCKEY



## Wir gehen zu den Ice-Tigers Nürnberg!

Wir schauen uns ein Ice Hockey Spiel an!  
 Und können die Mannschaft anfeuern.  
 In der Halle ist gute Stimmung.  
 Es kann sehr laut sein.

Es wird sicher ein spannendes Spiel!  
 Davor gehen wir noch zusammen Essen.



11:30 - 16:30  
Uhr



Nürnberg  
 Bayernstr. 150  
 Gutmann am  
 Dutzendteich

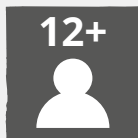
Anmeldung bis: 08.01.2024

Nummer: OH-1-270

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	21 €	Seite 9	21 €
Ohne Pflege-Grad	21 €	20 €	41 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		In den Sach-Kosten ist der Eintritt enthalten.	

# Sonntag, 11. Februar 2024

## FASCHINGS-UMZUG



10 - 18 Uhr



Nürnberg  
Haupt-Bahnhof  
Infopoint



### Helau und Alaaf!

Wir fahren gemeinsam nach Coburg.  
Wir schauen uns den Faschings-Umzug an.  
Alle Menschen sind verkleidet und haben Spaß.  
Wir tanzen und singen auf der Straße.  
Und können uns verkleiden.

Anmeldung bis: 29.01.2024

Nummer: OH-1-280

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	3 €	Seite 9	3 €
Ohne Pflege-Grad	3 €	32 €	35 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		In den Sach-Kosten ist der Eintritt enthalten.	

# Samstag, 24. Februar 2024

## SCHWIMM-BAD



### Haben Sie Lust auf Schwimmen?

Wir fahren mit dem Zug nach Forchheim.  
Dort gehen wir ins Schwimm-Bad.  
Das Schwimm-Bad heißt Königs-Bad.

Es gibt tolle Rutschen.  
Die größte Rutsche ist 135 Meter lang.  
Es gibt auch ein warmes Entspannungs-Becken.  
Auf den Liegen ruhen wir uns aus.

Im Schwimm-Bad können wir etwas Essen.  
Es wird sicher ein schöner Tag!

Anmeldung bis: 05.02.2024

Nummer: OH-1-290

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	4 €	Seite 9	4 €
Ohne Pflege-Grad	4 €	32 €	36 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		In den Sach-Kosten ist der Eintritt enthalten.	



Nach Absprache



10 - 18 Uhr

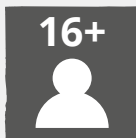


Nürnberg  
Haupt-Bahnhof  
Info-Point



# Mittwoch, 01. Mai 2024

## WANDERN MIT RUBY



9:45 - 16:45 Uhr



Nürnberg  
Haupt-Bahnhof  
Info-Point



### Einmal um den Happurger Stau-See

Wir wandern um den Happurger Stau-See. Die Wanderung ist 8 Kilometer lang. Dort ist die Aussicht sehr schön. Larissa ist unsere Reise-Leitung. Ihre Hündin Ruby ist auch dabei. Sie ist ein schwarzer Labrador. Wenn Sie mögen, können Sie für Ruby Leckerlis mitnehmen.

Danach gehen wir etwas Essen. Melden Sie sich an, wenn Sie Hunde und Wandern mögen.

Anmeldung bis: 15.04.2024

Nummer: OH-1-300

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	-	Seite 9	-
Ohne Pflege-Grad	-	28 €	28 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		Die Wanderung ist kostenlos.	

Samstag, 18. Mai 2024

# TIER-GARTEN STUTTGART



## Ein Besuch in der Wilhelma

Wir fahren nach Stuttgart.  
 Der Zoo dort heißt Wilhelma.  
 Da sind viele Tiere, die es in Nürnberg nicht gibt.  
 Zum Beispiel: Elefanten.  
 Im botanischen Garten können Sie viele  
 Pflanzen anschauen.  
 Das ist in Stuttgart ganz besonders.  
 Im Schau-Bauern-Hof gibt es ein Streichel-Gehege.  
 Es wird sicher ein tierisch toller Tag!

Es entstehen keine Sach-Kosten, wenn man im Schwer-Behinderten-  
 Ausweis stehen hat: **H** oder **B** oder **BL**.

Anmeldung bis: 15.04.2024

Nummer: OH-1-310

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	20 €	Seite 9	20 €
Ohne Pflege-Grad	20 €	46 €	66 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		In den Sach-Kosten ist der Eintritt enthalten.	

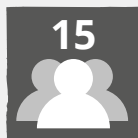
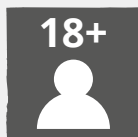


8 - 19:30 Uhr



Nürnberg  
 Haupt-Bahnhof  
 Infopoint

## Freitag, 14. Juni 2024 EM IN DEUTSCHLAND



18:30 - 23:15  
Uhr



Nürnberg  
Doku-Zentrum  
Straßen-Bahn-  
Halte-Stelle



### Wir schauen Fußball

2024 ist Fußball-Europa-Meisterschaft. Alle Spiele finden in Deutschland statt. Wir schauen das Eröffnungsspiel über eine große Leinwand an.

An diesem Abend spielt die deutsche Mannschaft. Wir schauen mit vielen Fans zusammen.

Das nennt sich „Public Viewing“.

Vorher gehen wir gemeinsam Essen.

Wir können ein Trikot anziehen.

Es wird sicher ein spannendes Spiel!

Anmeldung bis: 25.05.2024

Nummer: OH-1-320

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	-	Seite 9	-
Ohne Pflege-Grad	-	19 €	19 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		Die Veranstaltung kostet keinen Eintritt.	



# Samstag, 29. Juni 2024

## TOLLWOOD-FESTIVAL



### Sommer, Sonne und Tanzen!

Wir gehen auf das Toll-Wood-Festival.  
Das ist in München.  
Wir fahren mit dem Zug.

Sommer-Zeit ist Festival-Zeit!  
Es gibt auf dem Toll-Wood-Festival viel zu entdecken.  
Musik, Workshops und gutes Essen!

Zusammen genießen wir die Musik.  
Wir können tanzen und viel Spaß haben.  
Das Festival findet draußen statt.

Anmeldung bis: 10.06.2024

Nummer: OH-1-330

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	21 €	Seite 9	21 €
Ohne Pflege-Grad	21 €	38 €	59 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		In den Sach-Kosten ist der Eintritt enthalten.	



Nach Absprache



8:30 - 18 Uhr



Nürnberg  
Haupt-Bahnhof  
Info-Point





# WORKSHOPS

Samstag, 17. Februar 2024

# YOGA



## Sanfter Sport für Körper und Geist

Yoga ist eine indische Lehre.  
Auf Deutsch heißt Yoga: Einheit.  
Oder: Harmonie.

Yoga sind bestimmte Übungen.  
Übungen für die Seele.  
Und Übungen für den Körper.

Viele Menschen machen Yoga zum Beispiel um:

- sich zu entspannen
- sich gut zu fühlen
- um ihre Konzentration zu verbessern
- weil sie Rücken-Schmerzen haben

Yoga kann helfen, ein gutes Leben zu führen.

Probieren Sie es aus!

Kurs-Leitung: Alex Adamo

Bitte eigene Matte und Hand-Tuch mitbringen.

Anmeldung bis: 29.01.2024

Nummer: OH-1-350

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	36,50 €	Seite 9	36,50 €
Ohne Pflege-Grad	36,50 €	12 €	48,50 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:	In den Sach-Kosten ist der Workshop enthalten.		

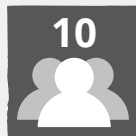
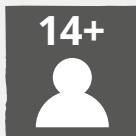


14 - 17 Uhr



Nürnberg  
Fahrradstr. 54  
5. Stock  
Sky54

## Samstag, 16. März 2024 OSTER-BACKEN



10 -14 Uhr



Nürnberg  
Fahrradstr. 54  
WerkStadt  
Haupt-Eingang



### Zeit für leckeres Oster-Gebäck

Der Frühling ist da.  
Im Frühling ist das Oster-Fest.  
Dafür backen wir Oster-Kekse in  
verschiedenen Formen.  
Oder einen Kuchen.  
Die Küche duftet süß und lecker.  
Am Ende probieren wir das Gebäck.  
Und haben eine schöne Zeit.  
Bringen Sie bitte einen Imbiss und zu trinken mit.

Anmeldung bis: 26.02.2024

Nummer: OH-1-360

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	8 €	Seite 9	8 €
Ohne Pflege-Grad	8 €	16 €	24 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		In den Sach-Kosten sind die Zutaten enthalten.	

# Samstags, ab 13. April 2024

## HEUTE GEHT ES UM SIE!



### Sich stark machen, Entscheidungen zu treffen

Bei diesem Workshop stehen Sie im Mittel-Punkt.

Wir wollen herausfinden:

Was mögen Sie gerne?

Was wünschen Sie sich?

Wie kann Ihr Wunsch zu einem Ziel werden?

Gemeinsam in einer Gruppe wollen wir reden,  
kreativ sein und Spaß haben.

Zum Schluss gehen wir zusammen in eine Kneipe.

Hier wollen wir etwas leckeres Essen und Trinken.

Das ist eine Workshop-Reihe. Das heißt:

**Sie melden sich zu allen Terminen an:**

**13.04.2024 • 18.05.2024 • 22.06.2024 • 13.07.2024**

Wir freuen uns auf Sie!

Anmeldung bis: 25.03.2024      Nummer: OBA-2-370

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	-	Seite 9	-
Ohne Pflege-Grad	-	20 € pro Termin	20 € pro Termin
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		Sie brauchen noch Geld.	



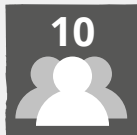
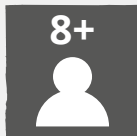
15 - 20 Uhr



Nürnberg  
Fahrradstr. 54  
WerkStadt  
4. Stock

# Samstag, 27. April 2024

## ESEL-WANDERUNG



12:15 - 18:45  
Uhr



Nürnberg  
Haupt-Bahnhof  
Info-Point



### Pony-Hof Bübel

Wir besuchen den Pony-Hof Bübel.

Wir wandern mit Eseln.

Die Wanderung dauert zwei Stunden.

Auf dem Hof leben mehrere Tiere:

Pferde, Esel, Katzen, Hühner, Hasen und Meer-Schweinchen.

Es gibt auch einen Spiel-Platz.

Danach essen wir im Hof-Café Pommes.

Denken Sie an passende Kleidung.

Die auch schmutzig werden kann.

Anmeldung bis: 15.04.2024

Nummer: OH-1-380

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	8 €	Seite 9	8 €
Ohne Pflege-Grad	8 €	26 €	34 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		In den Sach-Kosten ist die Führung enthalten.	

Samstag, 22. Juni 2024

**TREFF FÜR SENIOR\*INNEN****Glücklich und aktiv im Alter**

Bei diesem Angebot treffen sich ältere Menschen.  
Wenn man älter wird, ändern sich auch  
Bedürfnisse und Wünsche.

Die Gesundheit spielt eine wichtige Rolle.  
Manche Dinge gehen nicht mehr so gut wie früher.  
Deswegen suchen wir gemeinsam nach einer  
schönen Freizeit-Aktivität.

Wir treffen uns im Sigena-Treff in Mögeldorf.  
Dort können wir gemeinsam spielen.  
Wir können Kaffee trinken.  
Und etwas essen.  
Wir gestalten uns einen schönen Nachmittag.

Anmeldung bis: 03.06.2024

Nummer: OH-1-390

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	5 €	Seite 9	5 €
Ohne Pflege-Grad	5 €	12 €	17 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		In den Sach-Kosten ist der Workshop enthalten.	

50+



10



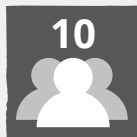
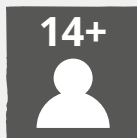
14 - 17 Uhr



Nürnberg  
Ostendstr. 85  
Stütz-Punkt  
SIGENA

# Samstag, 20. Juli 2024

## ZUKUNFTS-MUSEUM



9:30 – 15 Uhr



Nürnberg  
Hauptmarkt  
Schöner Brunnen

### Wie leben wir in der Zukunft?

Wir besuchen das Zukunfts-Museum.  
Und lernen, wie die Technologie der Zukunft aussieht.  
Wir nehmen an einem Workshop teil.  
In dem Workshop lernen wir Roboter kennen.  
Roboter sind technische Geräte.  
Sie können Dinge ausführen, die auch Menschen können.  
Die Roboter heißen „Ozobots“.  
Wir lernen, wie sie funktionieren.  
Und können selber die Roboter testen.  
Nach dem Workshop gehen wir essen.  
Der Workshop ist in einfacher Sprache.

Anmeldung bis: 24.06.2024

Nummer: OBA-2-400

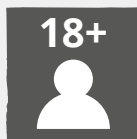
Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	18 €	Seite 9	18 €
Ohne Pflege-Grad	18 €	22 €	40 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		In den Sach-Kosten sind Eintritt und Führung enthalten.	





**GRUPPEN**

## monatlich FRAUEN-GRUPPE



Je nach Angebot



Nach Absprache



### Frauen unter sich

Die Frauen-Gruppe ist für Frauen. Und Menschen, die sich als Frau fühlen. Wir verbringen ein paar schöne Stunden zusammen. Und machen coole Aktionen.

Die Frauen-Gruppe wird gemeinsam mit dem Ambulant begleiteten Wohnen durchgeführt.

### Termine:

- Sa 27.01. Theater-Besuch
- Sa 24.02. Spiele-Nachmittag
- Sa 23.03. Oster-Backen & Oster-Eier-Suche
- Do 11.04. Ladies Night am Volksfest
- Sa 25.05. Treffen im SIGENA (Ostendstraße 85)
- Sa 22.06. Tages-Ausflug Zoo München
- Sa 27.07. Abschluss mit Salat-Buffer

Anmeldung auf Nachfrage

Nummer: OH-1-420

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	je nach Angebot	Seite 9	je nach Angebot
Ohne Pflege-Grad		4 € / Stunde	
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		Sie brauchen noch Geld.	

## dritter Samstag im Monat

# KINDER-GRUPPE



### Freund\*innen finden – Spaß haben!

Wir sind eine inklusive Gruppe nur für Kinder.  
Das heißt, es sind Kinder mit und ohne  
Beeinträchtigung dabei.

Wir spielen, kochen und basteln gemeinsam.  
Manchmal machen wir einen Ausflug.  
Hier triffst Du vielleicht bekannte Gesichter.  
Oder lernst neue Kinder kennen.  
Die Kinder-Gruppe ist einmal im Monat.  
Wir treffen uns im Stadtteil-Haus "leo".

Du musst Dich jedes Halb-Jahr neu anmelden.  
Dann bekommst Du die Termine.

Anmeldung auf Nachfrage

Nummer: OH-1-430

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	2 € / Termin	Seite 9	2 € / Termin
Ohne Pflege-Grad	2 € / Termin	12 € / Termin	14 € / Termin
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		Du brauchst noch Geld.	

8 - 13



6

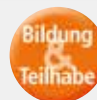


14 - 17 Uhr



Nürnberg  
Kreutzerstr. 5  
Stadt-Teil-Haus  
leo

Zusammen mit:



13 - 18



10



Je nach Angebot



Nach Absprache

## zweiter Samstag im Monat **JUGEND-GRUPPE**



### **Ausflüge machen und Spaß haben**

Möchtest Du neue Freunde und Freundinnen finden?  
Abenteuer und Spaß mit Gleich-Altrigen erleben?

Dann komm in unsere Jugend-Gruppe.

Wir treffen uns am Wochen-Ende.

Wir machen coole Ausflüge.

Ganz ohne Eltern.

Zum Beispiel: Faschings-Party, Trampolin springen  
oder Bowling.

Dort lernen wir uns besser kennen.

Und haben Spaß!

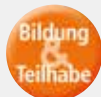
Du musst Dich jedes Halb-Jahr neu anmelden.

Dann bekommst Du die Termine.

Anmeldung auf Nachfrage

Nummer: OH-1-440

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	je nach Angebot	Seite 9	je nach Angebot
Ohne Pflege-Grad		4 € / Stunde	
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		Du brauchst noch Geld.	



# Dienstags KINO-GRUPPE



## Dienstag ist Kino-Tag!

Einmal im Monat gehen wir zusammen ins Kino.  
Wir sehen uns einen spannenden, romantischen  
oder lustigen Film an.

Manchmal auch einen 3D-Film.

Dann ist die Kino-Karte etwas teurer.

Oft besuchen wir große Kinos.

Wie das Admiral oder das Cinecitta.

Bestimmt ist auch ein Film für Sie dabei!

Wenn wir nach dem Film noch Zeit haben,  
gehen wir in eine Kneipe.

### Gruppe 1:

**13.02. • 12.03. • 09.04. • 14.05. • 11.06. • 09.07.**

### Gruppe 2:

**27.02. • 26.03. • 30.04. • 28.05. • 25.06. • 23.07.**

Anmeldung auf Nachfrage

Nummer: OH-1-450

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	Eintritt bis zu 10 €	Seite 9	bis zu 10 €
Ohne Pflege-Grad		4 € / Stunde	16 € + Eintritt
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		Sie brauchen noch Geld.	

16+



10

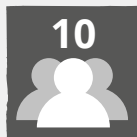
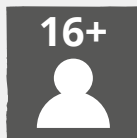


17 - 21 Uhr



Nach Absprache

## Samstags STADT-FORSCHER-GRUPPE



Je nach Angebot



Nach Absprache



### Wir erkunden eine Stadt

Das kann Nürnberg sein.  
Oder eine andere Stadt.  
Wir machen eine Stadt-Führung.  
Oder einen Spazier-Gang.  
Wir lernen viel über die Stadt.  
Wir werden viel laufen.  
Und entdecken spannende Orte.  
Wir besuchen Veranstaltungen.  
Bitte melden Sie sich an,  
wenn Sie gerne neue Städte kennen-lernen wollen.

Anmeldung auf Nachfrage

Nummer: OH-1-460

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	je nach Angebot	Seite 9	je nach Angebot
Ohne Pflege-Grad		4 € / Stunde	
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		Sie brauchen noch Geld.	

# ABROCKEN-GRUPPE



## Gute Musik und Konzerte in der Umgebung

Sie mögen laute Musik?

Oder tanzen gerne?

Dann besuchen Sie mit uns die Nürnberger Music-Clubs.

Wir gehen auf Konzerte und Feste.

Sie können gerne Vorschläge machen!

Die Musik-Richtung ist immer unterschiedlich.

Zum Beispiel:

Hip-Hop, Indie, Reggae und Rock-Musik.

Sie erfahren rechtzeitig, wo und wann der nächste Konzert-Besuch ist.



Je nach Angebot

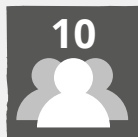
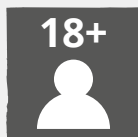


Nach Absprache

Anmeldung auf Nachfrage

Nummer: OH-1-470

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	je nach Angebot	Seite 9	je nach Angebot
Ohne Pflege-Grad		4 € / Stunde	
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:		Sie brauchen noch Geld.	



19 - 22 Uhr



Nach Absprache

## Freitags KNEIPEN-GRUPPE



### Aus-Gehen am Freitag-Abend

Der perfekte Start ins Wochen-Ende!  
Einmal im Monat besuchen wir verschiedene Kneipen, Restaurants und Bars.

Wir sind in Nürnberg oder in Fürth unterwegs.

Wir spielen Spiele.

Und unterhalten uns.

Wir haben immer viel Spaß!

Melden Sie sich an!

Und starte mit uns ins Wochen-Ende.

### Termine:

**09.02. • 08.03. • 12.04. • 10.05. • 14.06. • 12.07.**

Anmeldung auf Nachfrage

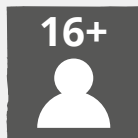
Nummer: OH-1-480

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	-	Seite 9	-
Ohne Pflege-Grad	-	12 €	12 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		
Leistungen:	Sie brauchen noch Geld.		





## KURSE



Nach Absprache



18:30 - 19:15  
Uhr



Fürth  
Theaterstr. 5  
Tanz-Schule  
Streng

Zusammen mit:



# Montags, ab 08. Januar 2024 LINE DANCE PARTY



## Tanzen und mit anderen Spaß haben

Gemeinsam tanzen und Spaß haben.

Das ist das Motto vom Kurs.

Wir tanzen Line Dance.

Das ist eine Tanz-Form.

Wir lernen Schritt-Folgen zu unterschiedlicher Musik.

Der Tanz wird in der Gruppe gemacht.

Aber jeder tanzt alleine.

Den Tanz können wir auch bei Festen vorführen.

Sie brauchen keine Tanz-Erfahrung.

---

### Kurs-Start 1: 08.01.2024 (12 Termine)

18:30 bis 19:15 Uhr

Nummer: OH-1-501

---

### Kurs-Start 2: 22.04.2024 (11 Termine)

18:30 bis 19:15 Uhr

Nummer: OH-1-502

Anmeldung bis: 18.12.2023 oder auf Nachfrage

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	80 €	Seite 9	80 €
Ohne Pflege-Grad	80 €	36 €	116 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		

Montags, ab 08. Januar 2024

**SALSA UND LATINO PARTY****Die Tanz-Schule-Streng heizt ein**

Gemeinsam tanzen und Spaß haben.  
Mit Tänzen aus Latein-Amerika.

Zum Beispiel Samba, Salsa, oder Limbo.

Im Kurs lernen wir die Grund-Schritte.

Mit den Grund-Schritten sind Sie vorbereitet für  
die nächste Party.

Sie können alleine oder als Paar tanzen.

Zur Musik kann man auch frei tanzen.

Sie können sich auch für den Kurs „Line Dance Party“  
anmelden. Der Kurs findet vor Salsa und Latino statt.

**Kurs-Start 1: 08.01.2024 (12 Termine)**

19:30 bis 20:15 Uhr

Nummer: OH-1-511

**Kurs-Start 2: 22.04.2024 (11 Termine)**

19:30 bis 20:15 Uhr

Nummer: OH-1-512

Anmeldung bis: 18.12.2023 oder auf Nachfrage

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	80 €	Seite 9	80 €
Ohne Pflege-Grad	80 €	36 €	116 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		

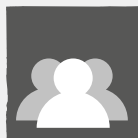
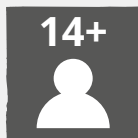


Nach Absprache

19:30 - 20:15  
UhrFürth  
Theaterstr. 5  
Tanz-Schule  
Streng

Zusammen mit:





Nach Absprache



17:15 - 18:45 Uhr



Fürth  
Theaterstr. 5  
Tanz-Schule  
Streng

Zusammen mit:



# Donnerstags, ab 11. Januar 2024 HIP HOP UND PARTY TÄNZE



## Tanz-Schule Streng – Ein Kurs für Alle

Im Kurs Hip-Hop und Party-Tänze wird es richtig cool. Wir tanzen zu aktueller Musik aus den Charts. Wir lernen die Tanz-Schritte der Stars. Und werden fit für den nächsten Disco Besuch. Für den Kurs braucht es keine Vorkenntnisse. Wir lernen einfache Grund-Schritte. Hier können Sie neue Leute kennen lernen und Spaß haben.

---

### Kurs-Start 1: 11.01.2024 (12 Termine)

17:15 bis 18:45 Uhr

Nummer: OH-1-521

---

### Kurs-Start 2: 25.04.2024 (11 Termine)

17:15 bis 18:45 Uhr

Nummer: OH-1-522

Anmeldung bis: 18.12.2023 oder auf Nachfrage

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	95 €	Seite 9	95 €
Ohne Pflege-Grad	95 €	72 €	167 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		

Dienstags, ab 16. Januar 2024

**DANCE MAXX****Tanzen in Nürnberg**

Wir tanzen wie unsere Vorbilder im Fernsehen.  
Wir lernen moderne Schritt-Folgen.  
Daraus machen wir einen tollen Tanz.  
Wir tanzen zu Liedern aus Pop, Rock, oder Hip-Hop.  
Am Ende des Kurses führen wir den Tanz vor.

Der Kurs ist immer am Dienstag.  
Es gibt 11 Termine.  
In den Schul-Ferien findet der Kurs nicht statt.

**Kurs-Start 1: 16.01.2024 (11 Termine)**

16:45 bis 17:45 Uhr

Nummer: OH-1-531

**Kurs-Start 2: 23.04.2024 (11 Termine)**

16:45 bis 17:45 Uhr

Nummer: OH-1-532

Anmeldung bis: 18.12.2023 oder auf Nachfrage

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	70 €	Seite 9	70 €
Ohne Pflege-Grad	70 €	44 €	114 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		



16:45 - 17:45 Uhr



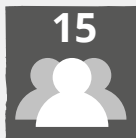
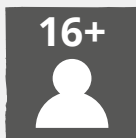
Nürnberg  
Kornmarkt 8  
(4. Stock)  
Tanz-Zentrum  
dance maxX

Zusammen mit:



# Sonntags, ab 14. Januar 2024

## AQUA FITNESS



Nach Absprache



12:30 - 14:30  
Uhr



Nürnberg  
Breslauerstr. 251  
Langwasser-Bad

Zusammen mit:



### Fit im Wasser!

Aqua Fitness trainiert den Körper sanft und effektiv. Wir bewegen uns im Wasser zur Musik.

Das Wasser ist gut für die Gelenke.

Und stärkt die Muskulatur.

Das verbessert die Kraft und Beweglichkeit.

Die Kurs-Leitung geht auf alle Bedürfnisse ein.

Wir entdecken die Freude an Bewegung im Wasser.

Und verbessern unsere Fitness.

Das Wasser im Schwimm-Becken ist schulter-tief.

### Kurs-Start 1: 14.01.2024 (10 Termine)

12:30 bis 14:30 Uhr

Nummer: OH-1-541

### Kurs-Start 2: 14.04.2024 (10 Termine)

12:30 bis 14:30 Uhr

Nummer: OH-1-542

Anmeldung bis: 18.12.2023 oder auf Nachfrage

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	95 €	Seite 9	95 €
Ohne Pflege-Grad	95 €	80 €	175 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		



**WEITERE ANGEBOTE**

# FREIZEIT-WÜNSCHE



## Sie haben einen Freizeit-Wunsch

Zum Beispiel:

Sie möchten ein Konzert besuchen.

Oder Sie möchten ins Kino gehen.

Sie entscheiden, was Sie machen möchten.

Ihr Wunsch ist wichtig!

Rufen Sie uns an.

Sagen Sie uns Ihren Wunsch.

Oder füllen Sie den Anmelde-Bogen aus.

Wir suchen nach einer Begleitung für Sie.

Freizeit-Wünsche sind auch in der Gruppe möglich.

**Wichtig:**

**Melden Sie sich bitte 2 bis 3 Wochen vorher bei uns.**

**Wir brauchen Zeit, damit wir eine Assistenz finden können.**

## Haben Sie Interesse ?

Sie erreichen uns unter dieser Nummer:

**Tel.: 09 11 – 58 79 37 61**



# FREIZEIT-NETZWERK SPORT



**FREIZEIT  
NETZWERK  
SPORT**

## Haben Sie Lust auf Sport?

Sport ist gut für die Gesundheit und für das Wohl-Befinden. Menschen mit Beeinträchtigung sollen Sport machen können. Auch mit Menschen ohne Beeinträchtigung. Ich helfe Ihnen, wenn Sie Sport machen wollen.

- Ich informiere Sie über Sport-Angebote. Und organisieren bei Bedarf eine Assistenz. Eine Assistenz ist eine Begleit-Person.
- Ich unterstütze und berate auch die Sport-Vereine und Sport-Einrichtungen.

### Ich helfe dabei:

Alle sollen zusammen Sport machen können. Ich helfe Sport-Vereinen und Sport-Einrichtungen. Dass alle Menschen bei ihren Angeboten mitmachen können. Sie können zwischen verschiedenen Sport-Angeboten wählen: Es gibt Sport-Gruppen, Kurs-Angebote und Sport-Veranstaltungen. Sie können auch alleine Sport machen.

**Jeder soll dabei sein können – auch im Sport!**



Flyer in  
Leichter  
Sprache

gefördert durch



Ich berate Sie gerne.



**Kontakt:** Kristina Höhn

**Tel.:** 09 11 – 58 79 37 80 • **E-Mail:** HoehnK@lhnbg.de

# BERATUNG



## Willkommen in der Beratung der Offenen Hilfen

Menschen mit Behinderung, Familien, Partner\*innen und Freund\*innen.

Rund um das Thema Behinderung haben viele Menschen Fragen.

- Welche Rechte habe ich?
- Welche finanziellen Hilfen gibt es für mich?
- Welche Möglichkeiten gibt es für mich?
- Gemeinsam finden wir Antworten!

**Beratung kann am Telefon stattfinden.  
Oder in einem persönlichen Gespräch.**

## Besondere Angebote

Es gibt zu wichtigen Themen **Informations-Veranstaltungen**.

Zu aktuellen Themen berichten wir im **Lebenshilfe-Magazin**.

Im **Beratungs-Newsletter** werden aktuelle Themen und wichtige Tipps für Menschen mit Behinderung und Angehörige erklärt.

Auf unserer Internet-Seite finden Sie ihn hier:

[www.lhnbg.de/informieren/lebenshilfe/beratung-oba](http://www.lhnbg.de/informieren/lebenshilfe/beratung-oba)



Newsletter

Ich berate Sie gerne.



**Kontakt:** Laura Plescher

**Tel.:** 09 11 – 58 79 37 66 • **E-Mail:** PlescherL@lhnbg.de

# FAMILIEN-UNTERSTÜTZUNG



## Herzlich Willkommen bei der Familien-Unterstützung

### Das bieten wir:

- Unterstützung für Familien mit Angehörigen mit Beeinträchtigung
- Stundenweise Entlastung durch ehrenamtliche Helfer\*innen
- Kleine Auszeiten für eigene Termine
- Begleitung im Alltag für Menschen mit Beeinträchtigung
- Freizeit-Gestaltung nach eigenen Wünschen
- Hilfe beim Beantragen von Pflegekassen-Leistungen
- Ein offenes Ohr für Ihre Fragen und Anliegen

Rufen Sie uns an.  
Oder schreiben Sie uns.  
Wir sind gerne für Sie da!



**Familien A - H:** Wiebke Lanfer  
**Tel.:** 09 11 – 58 79 37 63 • **E-Mail:** LanferW@lhnbg.de



**Familien I - M:** Stefanie Duelli  
**Tel.:** 09 11 – 58 79 37 82 • **E-Mail:** DuelliS@lhnbg.de



**Familien N - Z:** Lisa Hahn  
**Tel.:** 09 11 – 58 79 37 60 • **E-Mail:** HahnL@lhnbg.de

# ALLGEMEINE INFORMATION

## Fahr-Dienst

Mit dem Fahr-Dienst kommt man selbständig zu unseren Angeboten. Der Fahr-Dienst holt Sie von zu Hause ab. Und bringt Sie wieder zurück. Sie können mit dem Fahr-Dienst fahren, wenn in Ihrem Ausweis folgende Zeichen stehen:

- „aG“ oder die Erfüllung der Kriterien nach der Bayern-aG
- eine geistige Beeinträchtigung, zusammen mit „G“, „H“ oder „B“
- eine Sinnes-Beeinträchtigung, zusammen mit „Bl“, „H“ oder „G“

Bei der Antrag-Stellung beim Bezirk Mittelfranken helfen wir gerne!



## Bildung & Teilhabe

Sie besitzen Gutscheine aus dem Bildungs- und Teilhabe-Paket für Ihr Kind? Wir lösen diese gerne ein!

Weitere Infos unter:

[www.sozialamt.nuernberg.de](http://www.sozialamt.nuernberg.de)

## Impressum:

Offene Hilfen - Unser Programm  
1. Ausgabe 2024

### Herausgeber:

Offene Hilfen der Lebenshilfe  
Nürnberg e.V., Rosenplütstraße 2  
90439 Nürnberg, [www.lhnbg.de](http://www.lhnbg.de)

### Verantwortlich:

Sabine Hafner, Andreas Schönberger  
Auflage: 1.500 Stück

### Fotos:

Lebenshilfe Nürnberg, Bundesvereinigung Lebenshilfe, pixabay.com, pexels.com, freepik.com, Ludwig Olah, Tanzschule Streng, Gubert Eventfotografie

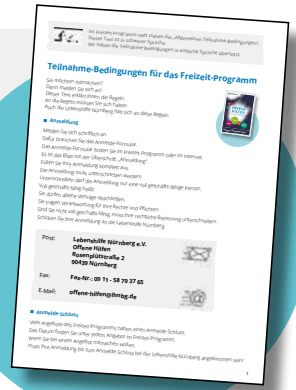
# Allgemeine Teilnahme-Bedingungen



Jetzt auch in einfacher Sprache auf der Homepage!



Einfach den QR-Code scannen!



## ■ Wie meldet man sich an?

Für die Anmeldung benutzen Sie bitte das Anmeldeformular „Freizeitprogramm“. Sie finden es in unserem Programmheft oder auf unserer Homepage. **Nur schriftliche Anmeldungen sind gültig.** Sie oder Ihr gesetzlicher Vertreter müssen die Anmeldung unterschreiben. Telefonische Anmeldungen und Reservierungen können nicht berücksichtigt werden. Mit der Anmeldung stimmen Sie den Teilnahmebedingungen zu. Schicken Sie Ihre Anmeldung an folgende Adresse:

**Lebenshilfe Nürnberg e.V. - Offene Hilfen**  
**Rosenplütstraße 2 ■ 90439 Nürnberg ■ Fax-Nr. 09 11 - 58 79 37**

## ■ Was passiert, wenn die Anmeldung bei uns angekommen ist?

Wenn wir Ihre Anmeldung bekommen haben, wird sie elektronisch erfasst. Wenn Sie einen Platz bekommen haben, erhalten Sie eine Anmeldebestätigung per Post. Der Vertrag ist zustande gekommen, wenn wir Ihnen eine Anmeldebestätigung zugeschickt haben. Damit wird die Anmeldung verbindlich. Manchmal gibt es für Freizeit- und Urlaubsangebote mehr Anmeldungen als Plätze. Wir informieren Sie, wenn dies der Fall ist und wir Sie auf die Warteliste setzen mussten.

## ■ Kosten der Angebote

Es fallen Sachkosten an. Die Sachkosten müssen von jedem Teilnehmenden selbst bezahlt werden. Dazu gehören z.B.: Fahrtkosten, Unterkunft, Verpflegung und Spiel- und Bastelmaterial.

## ■ Abrechnung der Assistenzkosten

Es fallen auch Kosten für die Betreuung/Assistenz an. Bei Anspruch auf Leistungen der Pflegekasse rechnen wir diese direkt mit der Pflegekasse ab. Besteht kein Anspruch auf Leistungen der Pflegekasse, stellen wir die Kosten für die Betreuung/Assistenz privat in Rechnung. Die Kostenübersicht finden Sie auf Seite 9.

## ■ Sie möchten sich von einem Angebot abmelden

Sagt der angemeldete Teilnehmer oder ein gesetzlicher Vertreter ein Freizeitangebot nicht spätestens 3 Werktage vor Veranstaltungsbeginn ab, fällt eine Ausfallgebühr von 15 € an. Wenn wir keinen Ersatz für Ihren Platz haben, müssen Sie die im Vorfeld angefallenen Auslagen bezahlen.

## ■ Rücktritt durch den Veranstalter

Wird bei einem Angebot die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht, ist der Veranstalter berechtigt, das Angebot abzusagen. Bei Tagesausflügen und Kursen bis zu sieben Tage vor Beginn. Der Veranstalter behält es sich vor, bei plötzlichen Ausfällen von (ehrenamtlichen) Mitarbeitern die Teilnahme am Freizeitangebot abzusagen, wenn die Betreuung/Assistenz des Teilnehmers nicht gewährleistet ist. Bei höherer Gewalt und nicht vorhersehbaren Ereignissen ist der Veranstalter berechtigt, Angebote abzusagen bzw. Programmänderungen vorzunehmen. Der gezahlte Teilnahmebeitrag wird in voller Höhe zurückgezahlt, wenn das Angebot ganz ausfällt. Sollte ein Alternativprogramm stattfinden, können die Sachkosten variieren. Die Assistenzkosten werden der Dauer des neuen Programms angepasst. Darüber hinausgehende Ansprüche bestehen nicht. Der Veranstalter kann nach Beginn eines Angebots den Vertrag ohne Einhaltung einer Frist kündigen, wenn der Teilnehmer die Durchführung des Angebots nachhaltig stört oder durch sein Verhalten eine Fortsetzung der Assistenz aufgrund der auszuübenden Sorgfalts- bzw. Aufsichtspflicht nicht mehr verantwortet werden kann. In solchen Fällen besteht seitens der Teilnehmenden kein Anspruch auf Erstattung des Teilnahmebetrages. Eventuelle zusätzliche Kosten (z. B. Fahrtkosten) müssen vom Teilnehmer getragen werden.

## ■ Fotoeinwilligung

Bei Veranstaltungen, Urlaubsreisen und Ferienbetreuung entstandene Fotos können vom Veranstalter zu Werbezwecken genutzt werden. Der Teilnehmer tritt in diesem Rahmen sein Recht am persönlichen Bild an den Veranstalter ab. Ist der Teilnehmer nicht mit der Verwendung der Bilder einverstanden, hat er dies dem Veranstalter vor der jeweiligen Veranstaltung in schriftlicher Form mitzuteilen.

## ■ Datenschutz

Mit der Anmeldung zu einem Freizeit-oder Urlaubsangebot erklärt sich der Teilnehmer damit einverstanden, dass seine personenbezogenen Daten (Anschrift, Telefon- bzw. Mobilfunknummer, E-Mail-Adresse und behinderungsspezifische Angaben) von der Lebenshilfe Nürnberg e.V. gespeichert und im Rahmen der Durchführung der Veranstaltung auf Grundlage der rechtlichen Vorgaben verarbeitet und übermittelt werden. Es werden nur persönliche Daten erhoben, die zur Sicherstellung der Teilnahme an der Veranstaltung notwendig sind. Es wird auf das Recht auf Auskunft, Berichtigung, Löschung, Einschränkung der Verarbeitung, Widerspruchsrecht, Datenübertragbarkeit, jederzeitige Widerrufbarkeit etwaiger Einwilligungen sowie auf ein Beschwerderecht bei der Aufsichtsbehörde hingewiesen. Die ausführliche Datenschutzerklärung der Lebenshilfe Nürnberg finden Sie unter: <https://www.lhnbg.de/datenschutz>

## Besondere Teilnahmebedingungen für Urlaubsreisen

Diese gelten zusätzlich zu den allgemeinen Teilnahmebedingungen.

## ■ Anmeldung

Wenn wir Ihre Anmeldung bekommen haben, wird sie bis zum Anmeldeschluss des Angebots aufbewahrt und elektronisch erfasst. Wenn Sie einen Platz bekommen haben, erhalten Sie eine schriftliche Anmeldebestätigung. Wenn Sie sich innerhalb von 14 Tagen nicht schriftlich bei uns abmelden, gilt dies als Vertragsabschluss. Damit ist die Anmeldung verbindlich. Besonders bei Urlaubsangeboten gibt es mehr Anmeldungen als Plätze. Wir informieren Sie, wenn dies der Fall ist und wir Sie auf die Warteliste setzen mussten.

### ■ Wann muss das Angebot bezahlt werden?

2 Wochen nach Erhalt der Anmeldebestätigung bekommen Sie eine Rechnung. Nachdem Sie diese erhalten haben, muss sie innerhalb von 14 Tagen bezahlt werden. Auf dem Überweisungsträger vermerken Sie bitte Vor- und Zuname des Teilnehmers sowie die Rechnungsnummer. Auf der Rechnung ist die Bankverbindung angegeben.

### ■ Komplexer Assistenzbedarf

Wir weisen darauf hin, dass während der Reisen keine 24-Stunden-Begleitung oder -Aufsicht möglich ist. Personen die eine ständige Aufsicht oder Assistenz benötigen, können an den Reisen in der Regel nicht teilnehmen. Es wird darauf hingewiesen, dass Fragen diesbezüglich unbedingt telefonisch, persönlich oder schriftlich im Vorfeld mit der OBA geklärt werden müssen.

### ■ Sind Sie bei der Urlaubsreise versichert?

Wir schließen eine Haftpflichtversicherung für Sie ab. Wir empfehlen Ihnen, eine Unfallversicherung sowie eine private Reiserücktrittsversicherung abzuschließen. Wir empfehlen bei Auslandsreisen den Abschluss einer Auslandskrankenversicherung. Für verloren gegangene Gegenstände übernehmen wir keine Haftung.

### ■ Sie möchten sich nach Vertragsabschluss von einer Urlaubsreise abmelden

Sie müssen sich schriftlich abmelden. Wenn die Reise dadurch nicht voll besetzt ist, müssen Sie Ausfallgebühren bezahlen:

#### von Vertragsbeginn bis 28 Tage vor Beginn der Urlaubsreise

50% der Reisekosten (Sachkosten und Assistenzkosten)

#### ab 27 Tage vor Reisebeginn

100% der Reisekosten (Sachkosten und Assistenzkosten)

Wenn wir Ersatz finden, müssen Sie eine Verwaltungspauschale in Höhe von 50€ und mögliche Umbuchungskosten bezahlen (von Vertrags- bis Reisebeginn).

Sollten Sie eine Urlaubsreise vorzeitig abbrechen, müssen Sie alle zusätzlichen Kosten bezahlen. Ein Anspruch auf Rückerstattung besteht nicht.

### ■ Rücktritt durch den Veranstalter

Wird bei einer Reise die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht, ist der Veranstalter berechtigt, bis 14 Tagen vor Reiseantritt die Reise abzusagen. Der Veranstalter behält es sich vor, bei plötzlichen Ausfällen von (ehrenamtlichen) Mitarbeitern die Teilnahme an der Reise abzusagen, wenn die Betreuung / Assistenz des Teilnehmers nicht gewährleistet ist. Bei höherer Gewalt und nicht vorhersehbaren Ereignissen ist der Veranstalter berechtigt Reisen abzusagen bzw. Programmänderungen vorzunehmen. Der gezahlte Teilnahmebeitrag wird in voller Höhe zurückgezahlt. Darüber hinausgehende Ansprüche bestehen nicht.

Der Veranstalter kann nach Antritt einer Reise den Vertrag ohne Einhaltung einer Frist kündigen, wenn der Teilnehmer die Durchführung der Reise nachhaltig stört oder durch sein Verhalten eine Fortsetzung der Assistenz aufgrund der auszuübenden Sorgfalts- bzw. Aufsichtspflicht nicht mehr verantwortet werden kann. In solchen Fällen besteht seitens der Teilnehmenden kein Anspruch auf Erstattung des Teilnahmebeitrages. Eventuelle zusätzliche Kosten (z.B. Fahrtkosten) müssen vom Teilnehmer getragen werden.



**VOLL DABEI!**

## Offene Hilfen

Rosenplütstraße 2  
90439 Nürnberg

Internet: [www.lhnbg.de](http://www.lhnbg.de)  
E-Mail: [offene-hilfen@lhnbg.de](mailto:offene-hilfen@lhnbg.de)  
Telefon: 09 11 - 58 79 37 61  
Fax: 09 11 - 58 79 37 65

facebook: lebenshilfenuernberg  
instagram: lebenshilfe.nuernberg