

Kursprogramm

**„Abteilung für
Betreute Freizeit
und Rehabilitationssport“**

Freizeittreff Rees

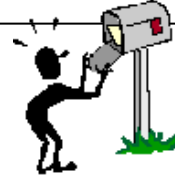
1. Halbjahr 2012



Lebenshilfe

für Menschen mit geistiger Behinderung
Unterer Niederrhein e. V.

Liebe Treffbesucher, liebe Eltern, gesetzliche Betreuer, Wohnheimbetreuer!



Um unsere Freizeittreffs dauerhaft mit einem so vielseitigen Programm bestücken zu können, haben wir die Aktivitäten in den Treffs in drei unterschiedliche Kategorien eingeteilt:

- Rehabilitationssport (kurz Rehasport)
- Kursangebote
- Offene Angebote

Für den **Rehasport** benötigen wir Verordnungen vom Arzt, um diesen mit den jeweiligen Krankenkassen abrechnen zu können.

Die **Kursangebote** sind mit einer Kursgebühr hinterlegt, die an die Lebenshilfe überwiesen, oder bar im jeweiligen Treff eingezahlt werden muss.

Für den Rehasport sowie für die Kursangebote muss der Treffbesucher sich mit beiliegendem Formular anmelden.

Für die **offenen Angebote** bedarf es meist keiner Anmeldung. Manchmal ist es jedoch auch erforderlich sich anzumelden, da wir eventuell Fahrzeuge oder Verpflegung einplanen müssen. Diese Angebote sind im Monatsbeitrag enthalten.

Näheres dazu finden Sie auf den folgenden Seiten.

Sollte der Treffbesucher nicht in einer stationären Einrichtung leben, aber eine Pflegestufe und/oder zusätzliche Betreuungsleistungen von der Pflegekasse bewilligt bekommen haben, besteht die Möglichkeit, die Kursgebühren über die jeweiligen Kassen (Verhinderungspflege, Pflegeleistungsergänzungsgesetz) abzurechnen.



Formulare, um dieses bei der Pflegekasse zu beantragen, sind in den Treffs erhältlich. Sollten Sie dazu weitere Fragen haben, stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung:

Christa Niehuis
Leitung Ambulante Hilfen
Telefon: 02851 920-159
niehuis@lebenshilfe-rees.de

Bankverbindung für die Kursgebühren:

Empfänger: Lebenshilfe Unterer Niederrhein e.V.
Kreditinstitut: Stadtparkasse Emmerich Rees
BLZ: 358 500 00
Konto-Nr.: 119 800
Verwendungszweck: Kursgebühr FZT _____
Name des Treffbesuchers _____

Anmeldung



In diesem Heft finden Sie ein Anmeldeformular. Die Kurse sind nur halbjährlich buchbar. Das Anmeldeformular geben Sie bitte ausgefüllt zusammen mit dem Kostenbeitrag im Treff ab.

Abmeldung

Bei Verhinderung melden Sie sich bitte rechtzeitig beim Treff ab, damit dies bei der Organisation berücksichtigt werden kann.

Ansprechpartnerin:



Frau Tanja Blecking
Freizeittreff Rees
des Lebenshilfe Unterer Niederrhein e. V.
Fallstr. 25
46459 Rees

Tel.: 0176 10160095
E-Mail: fztrees@lebenshilfe-rees.de

Vertretung:
Sandra Lücking
Tel.: 0151 20122996
E-Mail: schartl@lebenshilfe-rees.de

SONDERVERANSTALTUNGEN

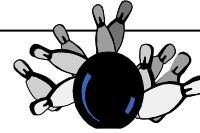


Die beliebten Wochenendveranstaltungen finden wie gewohnt statt. Schon bekannte Termine finden Sie hier. Weitere aktuelle Termine werden monatlich im Freizeittreff und in der Werkstatt Rees-Groin der Lebenshilfe Werkstätten Unterer Niederrhein GmbH ausgehangen.

Der Kostenbeitrag für Eintritte, Fahrt- sowie Betreuungskosten werden mit den Terminen und der geplanten Aktion im Monatsplan bekannt gegeben.

Termine:

- | | |
|-------------------------------|--------------------------|
| Sa. 14.01.12 | Brunchen |
| Sa. 18.02.12 | Karnevalsfeier |
| Sa. 10.03.12 | Moviepark |
| Fr. 20.04.12 | Frühlingsdisco in Xanten |
| Fr. 25.05.12 bis So. 27.05.12 | Ausflug nach London |
| Sa. 23.06.12 | Grillen bei Tanja |



KEGELN MIT DEN KEGELDAMEN

In geselliger, lockerer Runde treffen wir uns zum Kegeln. Bei Fuchsjagd, Mensch ärgere dich nicht und anderen spannenden Spielen lassen wir die Kugeln rollen.

Jahresangebot

Termine:

Do. 26.01.12	von 18:00 – 20:00 Uhr
Do. 23.02.12	von 18:00 – 20:00 Uhr
Do. 22.03.12	von 18:00 – 20:00 Uhr
Do. 19.04.12	von 18:00 – 20:00 Uhr
Do. 14.06.12	von 18:00 – 20:00 Uhr

Treffpunkt:

Sport- und Freizeitcenter Rees
Groiner Kirchweg 22 a, 46459 Rees

Kosten:

Kegelbahn und Getränke

Kursleitung:

Barbara Dyck und Christa Dicker,
Rita Sessing und Anni Lohmann,
Mechthild Reichmann und Hildegard Tenhonsel



KEGELN FÜR GANZE KERLE

In geselliger, lockerer Runde treffen wir uns zum Kegeln. Bei Fuchsjagd, Mensch ärgere dich nicht und anderen spannenden Spielen lassen wir die Kugeln rollen.

Jahresangebot

Termine:

Mo. 09.01.12	von 17:30 – 19:00 Uhr
Mo. 23.01.12	von 17:30 – 19:00 Uhr
Mo. 06.02.12	von 17:30 – 19:00 Uhr
Mo. 05.03.12	von 17:30 – 19:00 Uhr
Mo. 19.03.12	von 17:30 – 19:00 Uhr
Mo. 02.04.12	von 17:30 – 19:00 Uhr
Mo. 16.04.12	von 17:30 – 19:00 Uhr
Mo. 30.04.12	von 17:30 – 19:00 Uhr
Mo. 14.05.12	von 17:30 – 19:00 Uhr
Mo. 11.06.12	von 17:30 – 19:00 Uhr
Mo. 25.06.12	von 17:30 – 19:00 Uhr

Treffpunkt: Bei Berni

Kosten: Kegelbahn und Getränke
Rehasport laut Verordnung

Kursleitung: Andreas Hetzel

Anmeldeschluss: 02.01.2012



SPORT UND SPIELE

Bewegungsspiele in der Sporthalle oder im Treff!

Von Aerobic bis Völkerball probieren wir wöchentlich neue Sportarten aus.

Termine: montags von 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr

Mo. 02.01.12	Mo. 26.03.12
Mo. 16.01.12	Mo. 23.04.12
Mo. 30.01.12	Mo. 07.05.12
Mo. 13.02.12	Mo. 21.05.12
Mo. 27.02.12	Mo. 04.06.12
Mo. 12.03.12	Mo. 18.06.12

Treffpunkt: Alte Realschulturnhalle, Am Westring
oder Freizeittreff Rees, Fallstr. 25

Mitzubringen: Sportkleidung,
Turnschuhe mit heller Sohle

Kosten: Rehasport laut Verordnung

Kursleitung: Andreas Hetzel

Teilnehmerzahl: maximal 15 Personen

Anmeldeschluss: 02.01.2012
ohne Anmeldung ist keine Teilnahme möglich



SPORT IN DIDAM

Fitness, Spaß und Spiel erwarten euch in der Sporthalle in Didam. Dort werden viele Bewegungsspiele angeboten wie z. B. Fußball, Badminton, Trampolin springen und im Sommer Tandem fahren.

Termine:

Mi. 18.01.12	von 18:00 – 21:00 Uhr
Mi. 15.02.12	von 18:00 – 21:00 Uhr
Mi. 21.03.12	von 18:00 – 21:00 Uhr
Mi. 18.04.12	von 18:00 – 21:00 Uhr
Mi. 16.05.12	von 18:00 – 21:00 Uhr
Mi. 20.06.12	von 18:00 – 21:00 Uhr

Treffpunkt: HPZ Rees

Kosten: 2,70 € pro Teilnahme
Die Fahrt und Begleitung ist im Monatsbeitrag enthalten

Kursleitung: Tanja Blecking, Vera Overhagen

Teilnehmerzahl: maximal 12 Personen

Anmeldeschluss: 2 Wochen vorher

SCHWIMMEN

Wasserspaß im Bahia Bad Bocholt. Eine Wasserwelt, die verzaubert. Und anschließend geht's zu Mc Donald's.

AQUA-KURS IM BAHIA-BAD

Aqua-Cycling ist ein neues Ganzkörpertraining, welches Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination fördert. Trainiert wird mit einem Spezialrad im Wasser, dem sogenannten Aquarider. Dieses wird vor jeder Kurseinheit individuell an jeden Teilnehmer angepasst und verspricht neben einem effektiven Training auch jede Menge Spass!

TRAUMREISEN

Zu entspannender Musik reisen wir durch ferne Länder und Welten.

Diese 3 Kurse werden stattfinden, sobald Tanja Blecking wieder gesund ist. Hierzu gibt es dann gesonderte Informationen.

GEDÄCHTNISTRAINING



Ganzheitliches Gedächtnistraining kombiniert Gedächtnis- mit Bewegungsübungen. Mit abwechslungsreichen Übungen werden unterschiedliche Denkleistungen spielerisch trainiert.

Termine: montags von 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr

Kurs 1 für die schnellen und fitten Denker

02.01.12	13.02.12	26.03.12	21.05.12
16.01.12	27.02.12	23.04.12	04.06.12
30.01.12	12.03.12	07.05.12	18.06.12

Kurs 2 für die etwas langsameren Denker

09.01.12	05.03.12	16.04.12	11.06.12
23.01.12	19.03.12	30.04.12	25.06.12
06.02.12	02.04.12	14.05.12	

Treffpunkt: Freizeittreff Rees, Fallstr. 25

Kosten: Kurs 1: 27,00 EUR Kurs 2: 24,75 EUR
Die Kursgebühr muss bis zum 02.01.12 bezahlt werden.

Kursleitung: Tanja Blecking, Sandra Lücking

Teilnehmerzahl: maximal 6 Personen

Anmeldeschluss: 02.01.2012

ABC-KURS



Für alle, die Lesen und Schreiben lernen möchten oder ihre Fähigkeiten auf dem Gebiet verbessern möchten.

Termine: montags von 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr

02.01.12	13.02.12
09.01.12	27.02.12
23.01.12	05.03.12
30.01.12	12.03.12
06.02.12	19.03.12

Treffpunkt: Freizeittreff Rees, Fallstr. 25

Kosten: 4,00 EUR pro Abend
Die Kursgebühr von 40,00 EUR muss bis zum 02.01.12 bezahlt werden.

Kursleitung: Brigitte Römer

Teilnehmerzahl: max. 5 Personen

Anmeldeschluss: 02.01.2012



KREATIVKURS

Wir werden kreativ und arbeiten mit unseren Händen, Augen und Nasen. Es wird gekocht, gebastelt und gemalt. In diesem Kurs wollen wir uns künstlerisch betätigen.

Termine:

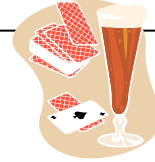
Do. 05.01.12	von 16:30 — 18:30 Uhr
Do. 19.01.12	von 16:30 — 18:30 Uhr
Do. 02.02.12	von 16:30 — 18:30 Uhr
Do. 16.02.12	von 16:30 — 18:30 Uhr
Do. 01.03.12	von 16:30 — 18:30 Uhr
Do. 15.03.12	von 16:30 — 18:30 Uhr
Do. 29.03.12	von 16:30 — 18:30 Uhr
Do. 12.04.12	von 16:30 — 18:30 Uhr
Do. 26.04.12	von 16:30 — 18:30 Uhr
Do. 10.05.12	von 16:30 — 18:30 Uhr
Do. 24.05.12	von 16:30 — 18:30 Uhr

Treffpunkt: Freizeittreff Rees, Fallstr. 25

Kosten: 3,00 EUR pro Abend
Die Kursgebühr von 33,00 EUR muss bis zum 02.01.12 bezahlt werden.

Kursleitung: Tanja Blecking, Sandra Lücking

Anmeldeschluss: 02.01.2012



STAMMTISCH

Der beliebte Stammtisch im Froschkönig findet einmal im Monat statt. Wieder gemeinsam mit Herren und Damen an einem Abend.

Halbjahresangebot

Termine:

Damen und Herren

Fr. 06.01.12	von 18:00 — 20:30 Uhr
Fr. 03.02.12	von 18:00 — 20:30 Uhr
Fr. 02.03.12	von 18:00 — 20:30 Uhr
Fr. 13.04.12	von 18:00 — 20:30 Uhr
Fr. 04.05.12	von 18:00 — 20:30 Uhr
Fr. 15.06.12	von 18:00 — 20:30 Uhr

Treffpunkt: Im Froschkönig

Kosten: Getränke
Die Teilnahme am Stammtisch ist im Monatsbeitrag enthalten

Kursleitung: Tanja Blecking, Andreas Hetzel, Sandra Lücking

Teilnehmerzahl: nicht begrenzt

Anmeldeschluss: keine Anmeldung erforderlich

KOCHKURS IN ZUSAMMENARBEIT MIT DEM HAUS DER FAMILIE



In diesem Kurs erlernt ihr das Kochen und eure bisherigen Kenntnisse werden erweitert. Es wird Wert auf eine gesunde Ernährung gelegt.

Termine:

Mo. 23.01.12	von 18:00 — 21:00 Uhr
Mo. 27.02.12	von 18:00 — 21:00 Uhr
Mo. 26.03.12	von 18:00 — 21:00 Uhr
Mo. 23.04.12	von 18:00 — 21:00 Uhr
Mo. 21.05.12	von 18:00 — 21:00 Uhr
Mo. 25.06.12	von 18:00 — 21:00 Uhr

Treffpunkt: Anne-Frank-Schule,
Greisstr. 11, Rees

Kosten:

3,00 EUR Kursgebühr pro Abend

Die Kursgebühr von 18,00 EUR muss am ersten Termin mitgebracht werden.

Die Lebensmittelumlage von ca. 2,00 EUR wird am jeweiligen Kurstag eingesammelt.

Kursleitung: Frau Rüttermann

Teilnehmerzahl: maximal 15 Personen

Anmeldeschluss: 2 Wochen vorher

OFFENER TREFF



Der Treff bietet den Teilnehmern viele Möglichkeiten, einen schönen geselligen Abend zu verbringen. Jeder kann entspannen und Musik hören oder DVD gucken. Ein wechselndes Programm sorgt für die nötige Unterhaltung.

Termine: mittwochs von 18:00 Uhr bis 20:30 Uhr

Mi. 11.01.12	Mi. 11.04.12
Mi. 25.01.12	Mi. 25.04.12
Mi. 08.02.12	Mi. 09.05.12
Mi. 22.02.12	Mi. 23.05.12
Mi. 29.02.12	Mi. 30.05.12
Mi. 14.03.12	Mi. 13.06.12
Mi. 28.03.12	Mi. 27.06.12

Treffpunkt: Freizeittreff Rees

Kosten: Getränke (1,50 EUR pro Flasche)
Der offene Treff ist im Monatsbeitrag enthalten

Kursleitung: Tanja Blecking, Roswitha Ziens, Sandra Lücking,
Vera Overhagen, Andreas Hetzel

Teilnehmerzahl: nicht begrenzt

Anmeldeschluss: keine Anmeldung erforderlich

Notizen