

Kursprogramm

„Abteilung für
Betreute Freizeit
und Rehabilitationssport“

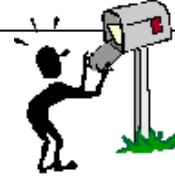
Freizeittreff Xanten

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.

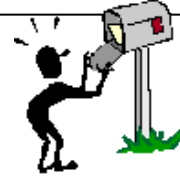
Die **Kursangebote** sind mit einer Kursgebühr hinterlegt, die an die Lebenshilfe überwiesen, oder bar im jeweiligen Treff eingezahlt werden muss. Für den Rehasport sowie für die Kursangebote muss der Treffbesucher sich mit beiliegendem Formular anmelden.

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.

Ansprechpartner



Christa Harmeling



Hedwig Kreiten

Freizeittreff Xanten der Lebenshilfe Unterer Niederrhein e. V.
Waldblick 30
46509 Xanten

Tel.: 02801 986731
E-Mail: fztxanten@lebenshilfe-rees.de

EINZELVERANSTALTUNGEN AM FREITAG UND AM WOCHENENDE



Die beliebten Wochenendveranstaltungen finden wie gewohnt statt. Aktuelle Termine werden im Monatsplan ausgeschrieben. Der Plan ist im Freizeittreff und in der Werkstatt Alpen-Veen ausgelegt. Dazu anmelden könnt ihr euch im Treff.

Kosten:

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

Termine:

- | | |
|--------------|-------------------|
| Sa. 18.02.12 | Karneval in Wesel |
| Sa. 03.03.12 | Kegelturnier |
| Fr. 20.04.12 | Frühlingsdisco |

Geplante Aktionen:

Bowlen, Kino, Kneipenabend, Filmabend, Discobesuche, Mottoabende, etc.
Ausflüge: Zoobesuche, evtl. Bundesligaspiel und was uns sonst noch so einfällt.

KOCHEN — GESUND UND LECKER



In diesem Kurs könnt Ihr Kochen lernen und auch eure schon vorhandenen Kochkenntnisse erweitern. Es wird besonderer Wert auf eine gesunde Küche gelegt, die aber auch gut schmeckt.

Neu: Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene

Termine: donnerstags von 17:00 bis 21:00 Uhr

19.01.2012	19.04.2012
16.02.2012	21.06.2012
15.03.2012	

Ort: Freizeittreff Xanten, Waldblick 30

Kosten:

Die Lebensmittelumlage wird am jeweiligen Kurstag eingesammelt.

Die Kursgebühr von 25,00 EUR muss vor Kursbeginn überwiesen oder bar im Treff bezahlt werden.

Kursleitung: Christa Harmeling, Hedwig Kreiten

Teilnehmerzahl: Maximal 8 Personen

Anmeldeschluss: 09.01.2012

KEGELCLUB



Der Kegelclub sucht noch Kegelbrüder und Kegelschwestern!
Wer Lust hat, sportlich zu kegeln und gerne mit netten Leuten einen geselligen Abend verbringen möchte, ist bei uns richtig. Der Club ist für Leute aus dem BeWo, AWG und selbstständig Lebende gedacht.

Termine: donnerstags von 18:00 bis 20:00 Uhr

05.01.2012 01.03.2012
02.02.2012 03.05.2012

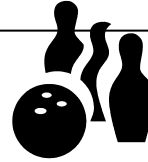
Ort: Altentagesstätte, Karthaus 12

Kosten: Kegelbahngebühr 1,00 Euro, Getränke
Rehasport laut Verordnung

Kursleitung: Christa Harmeling oder Hedwig Kreiten

Teilnehmerzahl: Maximal 12 Personen

Anmeldeschluss: 09.01.2012
Interessierte sind jederzeit willkommen.



KEGELN

GUT HOLZ—GUT HOLZ—GUT HOLZ

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

Termine: samstags von 15:00 bis 17:00 Uhr

07.01.2012 05.05.2012

04.02.2012 02.06.2012

03.03.2012 Kegeltturnier

Ort: Evangelisches Altenzentrum
Poststr. 11-15

Kosten: Kegelbahngebühr 2,00 Euro, Getränke
Rehasport laut Verordnung

Kursleitung: Christa Harmeling oder Hedwig Kreiten

Teilnehmer: Maximal 12 Personen

Anmeldeschluss: 09.01.2012



SPORTLERTREFF ESSEN UND TRIMMEN—BEIDES MUSS STIMMEN

Für alle, die sich gerne bewegen möchten und gerne etwas Abwechslung hätten. Je nach den Wünschen der Teilnehmer können Tischtennis, Hockey, Basketball oder auch mal Walken, Aerobic und Entspannung auf dem Programm stehen. Anschließend wollen wir uns mit kleinen Sportlersnacks gemeinsam stärken.

Termine: donnerstags von 18:30 bis 20:00 Uhr
vierzehntägig
siehe aktuellen Monatsplan

Ort: Freizeittreff Xanten, Waldblick 30
Kita-Turnhalle, Außengelände

Kosten: Rehasport laut Verordnung

Kursleitung: Hedwig Kreiten

Teilnehmerzahl: Maximal 12 Personen

Anmeldeschluss: 09.01.2012



SCHWIMMEN

Auf ins kühle Nass! Wassergymnastik, Ballspiele, Bahnenschwimmen und Entspannen im Wasser stehen für alle Wasserratten wieder auf dem Programm.

Termine: mittwochs von 17:00 bis 20:00 Uhr
2 Kurse im vierzehntägigen Wechsel
siehe Monatsplan

Ort: Hallenschwimmbad „Bedburger Nass“
Schneppenbaum

Kosten: Eintritt 1,00 EUR
Rehasport laut Verordnung

Kursleitung: Christa Harmeling

Teilnehmerzahl: Maximal 8 Personen je Kurs

Anmeldeschluss: 09.01.2012



SITZTANZ—SITZTANZ—SITZTANZ

Tanz und Bewegung mit Musik für Rollstuhlfahrer und alle, die nicht so gut auf den Beinen sind.

Termine: donnerstags von 17:00 bis 18:00 Uhr
vierzehntägig
siehe aktuellen Monatsplan

Ort: Wohnheim Lüttingen
In de Pasch 8

Kosten: Rehasport laut Verordnung

Kursleitung: Hedwig Kreiten

Teilnehmerzahl: Maximal 8 Personen

Anmeldeschluss: 09.01.2012



COMPUTERKURS

Hier könnt ihr den Umgang mit dem Computer erlernen; ob Musik hören, spielen, im Internet surfen oder e-mails schreiben — der Kursleiter Victor Chichon wird mit euch in kleinen Gruppen die Grundlagen dazu erarbeiten.

Termine: 19 Abende von Januar bis Juni 2012

Anfänger:

ab 23.01.12 montags 17:30 bis 19:00 Uhr
(parallel zum Treffpunkt Treff)

Fortgeschrittene:

ab 24.01.12 dienstags 17:30 bis 19:00 Uhr
ab 24.01.12 dienstags 19:00 bis 20:30 Uhr

Ort: Freizeittreff Xanten
Waldblick 30

Kosten: 4,00 EUR Kursgebühr pro Abend
Die Gesamtgebühr von 76,00 EUR kann auch in 2 Raten
überwiesen werden.

Kursleitung: Victor Chichon

Teilnehmerzahl: Maximal 4 Personen pro Kurs

Anmeldeschluss: 09.01.2012



TREFFPUNKT TREFF

Der Treff bietet den Teilnehmern viele Möglichkeiten, einen schönen geselligen Abend zu verbringen. Jeder kann das tun, wozu er gerade Lust und Laune hat: klönen, entspannen, Musik hören.

Für aktive Teilnehmer stehen Kicker, Dart und Tischtennisplatte zur Verfügung. Kreative Teilnehmer können eigene Ideen verwirklichen. Für hungrige Teilnehmer wird das gemeinsam gekochte Abendessen das Richtige sein.

Zudem gibt es jeden Monat ein „besonderes Angebot“, das für Abwechslung sorgt.

Zeit: montags von 17:00 bis 21:00 Uhr

Ort: Freizeittreff Xanten, Waldblick 30

Kosten: Der Treffpunkt Treff ist im Monatsbeitrag enthalten
1,00 EUR für Abendessen

Kursleitung: Christa Harmeling, Hedwig Kreiten

Teilnehmerzahl: Nicht begrenzt

Anmeldeschluss: Keine Anmeldung erforderlich