

Kursprogramm

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

2. Halbjahr 2010

Freizeittreff Xanten



**Lebenshilfe**

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 bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn 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: 02851/920159

niehuis@lebenshilfe-rees.de

Bankverbindungen für die Kursgebühren:

Empfänger: Lebenshilfe Unterer Niederrhein e.V.

Kreditinstitut: Stadtparkasse Emmerich Rees

BLZ: 358 500 00

Konto: 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 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](mailto:fztxanten@lebenshilfe-rees.de)

---

## Einzelveranstaltungen



### Termine:

Di. 20.07.2010

Ausflug zur Wasserburg Rindern  
Tierpark, Ponyreiten, Grillen  
Kosten: 15,00 EUR  
zuzügl. 2,00 EUR Unkosten  
Maximal 16 Teilnehmer  
Anmeldung bis zum 13.07.10

Do. 22.07.2010

Rheinschiffahrt nach Nijmegen  
Kosten: 15,00 EUR  
zuzügl. 14,00 EUR Unkosten  
Maximal 8 Teilnehmer  
Anmeldung bis zum 15.07.10

## Einzelveranstaltungen am Freitag und am Wochenende

Die beliebten Wochenendveranstaltungen finden wie gewohnt statt. Aktuelle Termine werden monatlich im Freizeittreff und in der Werkstatt Alpen-Veen ausgehangen. Dazu anmelden könnt ihr euch im Treff.

### Termine:

Fr. 27.08.2010

Disco in Dornick  
Kosten: Diese Veranstaltung ist im Monatsbeitrag enthalten  
Maximal 8 Teilnehmer

Anmeldung bis zum 20.08.10

---

So. 19.09.2010 „Kumpeltag“ Begegnungstag des  
„Hak Dich ein“-Projekts auf der Zeche  
Oer-Erkenschwick  
Kosten: Dieser Begegnungstag ist im  
Monatsbeitrag enthalten  
Maximal 8 Teilnehmer  
Anmeldeschluss: 01.09.2010

**Weitere geplante Aktionen:**

Musical, Bundesligaspiel,  
Schwimmen, Kneipenabend  
Kino, Disco, Mottoabende

**Kosten:**

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

Teilnehmerzahl und Anmeldeschluss werden ebenfalls später bekannt gegeben.



---

## **Kegelclub – Kegelclub – Kegelclub**



Der Kegelclub braucht noch Verstärkung!  
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.

### **Zeit:**

donnerstags von 18:00 bis 20:00 Uhr

### **Termine:**

01.07.2010	05.08.2010
02.09.2010	07.10.2010
04.11.2010	02.12.2010

### **Ort:**

Altentagesstätte, Karthaus 12

### **Kosten:**

Kegelbahngebühr 1,00 Euro, Getränke  
Rehasport laut Verordnung

### **Kursleitung:**

Christa Harmeling oder Hedwig Kreiten

### **Teilnehmerzahl:**

Maximal 12 Personen

### **Anmeldeschluss:**

01.07.2010

---

## 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 Kugel rollen.

### **Zeit:**

samstags von 15:00 bis 17:00 Uhr

### **Termine:**

03.07.2010	07.08.2010
04.09.2010	02.10.2010
06.11.2010	04.12.2010

### **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:**

03.07.2010

---

## **Sitzanz – Sitzanz - Sitzanz**



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

### **Zeit: Achtung neuer Wochentag!**

dienstags von 17:00 bis 18:00 Uhr  
vierzehntägig

### **Termine:**

06.07.2010	27.07.2010
07.09.2010	21.09.2010
12.10.2010	26.10.2010
09.11.2010	23.11.2010
07.12.2010	21.12.2010

### **Ort:**

Wohnheim Lüttingen  
In de Pasch 8

### **Kosten:**

Rehasport laut Verordnung

### **Kursleitung:**

Hedwig Kreiten

### **Teilnehmerzahl:**

Maximal 8 Personen

### **Anmeldeschluss:**

05.07.2010

---

## 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. Dieser Kurs ist für Leute aus dem BeWo, AWG und selbstständig Lebende gedacht.

### **Zeit:**

donnerstags von 17:00 bis 21:00 Uhr

### **Termine:**

15.07.2010	16.09.2010
21.10.2010	18.11.2010
16.12.2010	

### **Ort:**

Freizeittreff Xanten, Waldblick 30

### **Kosten:**

Lebensmittelumlage + 5,00 EUR Kursgebühr pro Abend  
Die Kursgebühr von 25,00 EUR muss bis zum 08.07.2010 bezahlt werden. Die Lebensmittelumlage wird am jeweiligen Kurstag eingesammelt.

### **Kursleitung:**

Christa Harmeling, Hedwig Kreiten

### **Teilnehmerzahl:**

Maximal 8 Personen

### **Anmeldeschluss:**

05.07.2010

---

## Schwimmen - Schwimmen - Schwimmen



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

### **Termine:**

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

### **Ort:**

Hallenschwimmbad „Bedburger Nass“  
Schneppenbaum

### **Kosten:**

Eintritt 1,00 EUR  
Rehasport laut Verordnung

### **Kursleitung:**

Christa Harmeling

### **Teilnehmerzahl:**

Maximal 8 Personen je Kurs

### **Anmeldeschluss:**

05.07.2010

---

## Tischtennis – Tischtennis – Tischtennis



Für alle, die gerne Tischtennis spielen oder es gerne lernen möchten. Ihr könnt eure Fertigkeiten mit verschiedenen Schlagtechniken verbessern und eure Kondition beim Rundlauf und kleinen Turnieren trainieren.

### **Zeit: Achtung: neuer Wochentag!**

dienstags von 18:30 bis 20:00 Uhr  
vierzehntägig

### **Termine:**

06.07.2010	27.07.2010
07.09.2010	21.09.2010
12.10.2010	26.10.2010
09.11.2010	23.11.2010
07.12.2010	21.12.2010

### **Ort:**

Freizeittreff, Waldblick 30



### **Kosten:**

Rehasport laut Verordnung

### **Kursleitung:**

Hedwig Kreiten

### **Teilnehmerzahl:**

Maximal 8 Personen

### **Anmeldeschluss:**

05.07.2010

---

## 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.

**Neu: Einmal im Monat findet ein Tanztreff statt.**

**Zeit:**

montags von 17:00 bis 21:00 Uhr

**Ort:**

Freizeittreff der Lebenshilfe, 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