

Freizeitprogramm 2025



Lebenshilfe Horb-Sulz





Vorwort	Seite 3
Organisatorisches	Seite 4
Wichtiges zur Finanzierung	Seite 5
Nichts über uns ohne uns	Seite 6
Einzelassistentenz	Seite 7
Kindertreff am Samstag	Seite 8
Schülertreff	Seite 9
Freizeit AG	Seite 10
Ferienangebot in den Faschingsferien	Seite 11
Ferienangebot in den Osterferien	Seite 12
Ferienangebot in den Pfingstferien	Seite 13
Ferienangebot in den Sommerferien	Seite 14
Ferienangebot in den Herbstferien	Seite 15
STARA-Stadtranderholung	Seite 16
Fasnet für Erwachsene	Seite 17
Freitagsclub / Disco	Seite 18
Kegeln	Seite 19
Bewegungsmix	Seite 20
Die Wasserratten	Seite 21
Firmenlauf	Seite 22
Jahrestermine für Erwachsene	Seite 23
Wir machen eine Urlaubsreise	Seite 24
Backen für alle	Seite 25
Selbsthilfe: Netzwerk für Eltern mit besonderen Kindern	Seite 26
Netzwerk: Junge Eltern	Seite 27
Werden Sie Mitglied	Seite 28
Beitrittserklärung	Seite 29
Anmeldebogen	Seite 31
Info Lebenshilfe Horb-Sulz	Seite 33
Sonstige wichtige Termine	Seite 34
Wir suchen Helfer	Seite 35
Präventionsmaßnahme in der Lebenshilfe	Seite 36/37



■ Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer, liebe Eltern, liebe Angehörige,

getreu unserem Motto „Wir sind bunt“ freue ich mich sehr Ihnen unser ebenso buntes Freizeitprogramm 2025 präsentieren zu können.

Beim Durchblättern werden Sie feststellen, dass wir für einige Veranstaltungen nur die Termine und noch keine detaillierten Informationen aufgenommen haben. Diese lagen bei Redaktionsschluss leider noch nicht mit allen Details vor.

Um Ihnen aber einen frühzeitigen Überblick zu geben und um Ihre Jahresplanung zu erleichtern, haben wir die Termine der Veranstaltungen im Programm ohne Details aufgeführt. Sie bekommen dann rechtzeitig eine weitere detaillierte Ausschreibung mit allen Informationen.

Gudrun Riegraf, Madeleine Rapp, unsere Helferinnen und Helfer und der gesamte Vorstand der Lebenshilfe

hoffen, Ihren Geschmack getroffen zu haben. Sie oder ihre Angehörigen finden bei uns interessante Begegnungen, Sport- und Spielangebote, Freundschaften und vor allem: Viel Freizeitvergnügen!

Ihre

Barbara Rauschenberger
1. Vorsitzende



Gudrun Riegraf, Madeleine Rapp

Organisatorisches



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Zum Organisatorischen:

Alle regelmäßigen Angebote finden während der Schulzeit statt. In den Schulferien bieten wir ein spezielles Ferienprogramm an.

Mit dem Anmeldebogen können Sie sich für das Jahr 2025 anmelden.

Alle Anmeldungen sind verbindlich. Wenn die Mindest-Teilnehmerzahl unterschritten wird, fällt das Angebot leider aus.

Angemeldete Teilnehmer, die verhindert sind, müssen absagen. Erfolgt dies nicht, behalten wir uns vor, den Teilnehmerbetrag trotzdem zu berechnen.

Das ist nur ein Teil unserer Helferinnen und Helfer, mit unseren hauptamtlichen Mitarbeitern und MitarbeiterInnen bei der Helferschulung Gewaltschutz 2022 ▼



Wichtiges zur Finanzierung



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Grundsätzlich erheben wir für jedes Angebot einen Teilnehmerbeitrag bzw. Jahresbeitrag. Da wir in der Regel einen Fahrdienst anbieten, fallen Fahrtkosten an, die im Teilnehmerbeitrag enthalten sind und die dem Teilnehmer berechnet werden.

Zusätzlich können Sie unsere Angebote über verschiedene Möglichkeiten finanzieren:

A. Verhinderungspflege

Höchstens 1.685 Euro pro Jahr, Voraussetzung ist Pflegegrad 2–5. Bitte den Antrag auf Leistungen der Verhinderungspflege für 2025 stellen.

B. Kurzzeitpflege

Oder 50% des Betrags (also bis zu 843 Euro), der auch für Verhinderungspflege ausgegeben werden darf.

C. Entlastungsbetrag

125 Euro pro Monat
Voraussetzung ist Pflegegrad 1–5

D. Eingliederungshilfe

(unter bestimmten Voraussetzungen)

E. Rezept für Rehabilitationssport
vom Hausarzt.

Bei allen Fragen hierzu wenden Sie sich bitte an **Gudrun Riegraf, Tel. 07451-60 613**, die Ihnen auch bei der Antragstellung behilflich sein kann.

Natürlich können Sie uns auch eine eMail schicken:
Lebenshilfe.HorbSulz@t-online.de

Nichts über uns ohne uns



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Die Vorstände mit Handicap laden ein:

Unsere Lebenshilfe-Vorstände mit Handicap Marcel Matzat und Silvana Matzat treffen sich regelmäßig, um die Vorstandssitzungen vor- oder nach zu besprechen. Hierzu sind alle herzlich eingeladen.

Hierbei erfährt man, was bei der Lebenshilfe Horb-Sulz so läuft und kann an Themen, die für Menschen mit Behinderung wichtig sind, mitarbeiten.

Man kann den Vorständen ohne Behinderung sagen, was wichtig ist und was verbessert werden soll.

Alle, die Lust haben mitzuarbeiten und ihre Meinung zu sagen, können sich bei Marcel oder Silvana melden.

Einzelassistenz



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Damit Sie als Eltern in Ihrer Tagesplanung flexibler werden können, bieten wir Ihnen regelmäßig oder je nach Ihrem Bedarf, Einzelassistenz für Ihren Angehörigen mit Behinderung an. Die Begleitung kann zu Hause oder auch in den Räumen der Lebenshilfe stattfinden.

Gerne gehen wir mit Ihrem Angehörigen zu örtlichen Veranstaltungen, z.B. ins Kino, zum Minigolf, ins Hallenbad oder ins Fitness Studio.

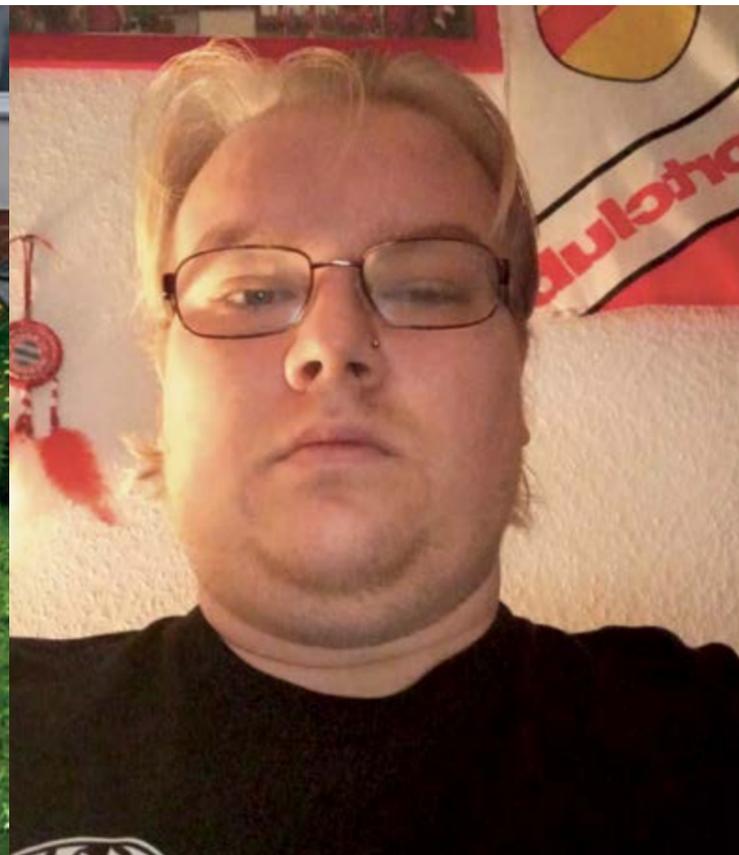
Sehr gerne betreuen wir auch Ihr Kind mit hohem Pflegebedarf.

Einzelassistenz kann von Ihnen über Verhinderungspflege oder Entlastungsleistungen finanziert werden.

Setzen Sie sich gerne mit uns in Verbindung, damit wir Art, Umfang und Dauer der Einzelassistenz mit Ihnen besprechen können.



Ansprechpartnerin:
Gudrun Riegraf,
e.mail:
Lebenshilfe.Horb-
Sulz@t-online.de
oder Telefon:
07451-60 613.



Kindertreff am Samstag



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Wir haben gemeinsam viel Freude. Es wird gespielt, gelacht, getanzt, gebacken oder es finden Ausflüge statt.

Geschwisterkinder und Freunde sind herzlich willkommen.

Termine:

25. 01. 2025 10. 05. 2025 27. 09. 2025
15. 02. 2025 19. 07. 2025 22. 11. 2025

Kosten: Auf Anfrage



Schülertreff



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Wir bewegen uns viel an der frischen Luft und machen verschiedene Ausflüge auf Spielplätze.

Bei schlechtem Wetter sind wir in der Schule. Je nach Lust und Laune backen wir oder spielen Gesellschaftsspiele.

Was bei uns nicht fehlen darf, ist das gemeinsame Zusammenkommen bei Kuchen und Getränken.

Wann: Mittwochs 13.30–16.00 Uhr

Kosten: Auf Anfrage



Freizeit AG



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Nach der Schule treffen wir uns.

Wir spielen Fußball, trainieren Ballgeschicklichkeit und Taktik wie im Fußballverein.

Wir gehen auf den Spielplatz.

Bei schlechtem Wetter spielen wir Spiele drinnen.

Wann: Montag, nach Schulschluß

Wo: Pestalozzischule

Kosten: Auf Anfrage



Ferienangebot in den Faschingsferien



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Am Rosenmontag darf natürlich eine Faschingsparty nicht fehlen.

Wir sind in der Pestalozzischule und feiern zusammen.

Mit viel Spiel und Spaß verbringen wir zwei tolle Tage.

Für Verpflegung ist natürlich gesorgt.

Wann: 03. und 04. März.2025,
Tagesangebot ohne Übernachtung

Wo: Pestalozzischule

Kosten: Auf Anfrage

Es erfolgt eine extra Ausschreibung



Ferienangebot in den Osterferien



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Für Kinder und Jugendliche bieten wir dieses Jahr einen Ausflug auf den Bauernhof an. Wir fahren auf den Kepplerhof und verbringen dort zwei tolle Tage.

Das Angebot kann als Tagesangebot oder als Tagesangebot mit Übernachtung gebucht werden.

Circa 80 Milchkühe, dazu unser stolzer Hahn mit seinen Hühnern und der Esel beleben unseren Alltag. Hier dürfen die Kinder sehen, fühlen und staunen.

Wir übernachten im Heu!

Wann: 22.– 23. April 2025

Es erfolgt eine extra Ausschreibung



Ferienangebot in den Pfingstferien



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Für Kinder und Jugendliche bieten wir eine Übernachtung im Freien an. Wir übernachten bei der Pestalozzischule im Zelt.

Tagsüber werden wir im Garten der Schule sein oder kleine Ausflüge unternehmen

Wann: 16.– 17. Juni 2025

Es erfolgt eine extra Ausschreibung



Foto?



Ferienangebot in den Sommerferien



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Ein Sommerferienspaß für jeden Tag – jeder Tag wird individuell gestaltet:

- Tagesausflüge
- Spiel und Spaß an der Pestalozzischule
- Schwimmbad
- Bastelangebote

Wann: 11.– 15. August 2025

Es erfolgt eine extra Ausschreibung

Ferienangebot in den Herbstferien



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Für Kinder und Jugendliche bieten wir eine Übernachtung im Freien an. Wir übernachten bei der Pestalozzischule im Zelt.

Tagsüber werden wir im Garten der Schule sein oder kleine Ausflüge unternehmen

Wann: 28.– 29. Oktober 2025

Mit Übernachtung in der Turnhalle.

Es erfolgt eine extra Ausschreibung



STARA-Stadtranderholung



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ In der ersten Ferienwoche findet in Zusammenarbeit mit dem Jugendreferat der Stadt Horb, die STARA-Stadtranderholung statt.

Wir treffen uns zu Beginn der Sommerferien von Montag bis Freitag.

Die Kinder werden entsprechend ihres Alters in Gruppen aufgeteilt.

Der Termin wird noch bekannt gegeben
Das Angebot wird extra ausgeschrieben



Fasnet für Erwachsene



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Wir treffen uns auf der Fleckenfasnet in Bildechingen am Abend.

Termin: 1. März 2025

Das Angebot wird extra ausgeschrieben



Freitagsclub / Disco



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Wir treffen uns in der Pestalozzischule. In geselliger Runde beginnen wir entspannt das Wochenende.

Es läuft gute Musik. Wir tanzen oder spielen und haben gemeinsam Spaß! Mit Hamburgern und Getränken werden wir uns in der Pestalozzischule verpflegen.

Wann: Freitags von 19–22 Uhr

Wo: Pestalozzischule in Horb

Termine:

11.04.2025	26.09.2025	
24.01.2025	09.05.2025	24.10.2025
14.02.2025	06.06.2025	21.11.2025
21.03.2025	18.07.2025	12.12.2025

Kosten: Auf Anfrage

KegeIn



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ **Für alle Kegelfreunde ab 16 Jahren:** Wir treffen uns, um gemeinsam zu kegeln. Im Mittelpunkt steht die Gemütlichkeit und wir haben viel Zeit zum Reden. Nebenbei bleiben wir dabei noch fit.

Wann: Samstags von 15–17 Uhr

Wo: Turn- und Festhalle Bildechingen

Termine:

11.01.2025	17.05.2025	11.10.2025
08.02.2025	14.06.2025	08.11.2025
08.03.2025	12.07.2025	06.12.2025
05.04.2025	06.09.2025	

Kosten: Auf Anfrage



Bewegungsmix



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Nach einer harten Arbeitswoche wollen wir am Freitagabend mit Spaß und Bewegung ins Wochenende starten.

Ganz nach Lust und Laune spielen wir Brennball, Fußball, Handball und vieles mehr.

Durch Gymnastik bleiben wir beweglich.

Im Sommer gehen wir Minigolf spielen oder bewegen uns draußen.

Wann: Freitags von 16.30–18.00 Uhr

Wo: Sporthalle in Fischingen

Kosten: Auf Anfrage



Die Wasserratten



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Die Schwimmgruppe hat Teilnehmer von 6 bis 66 Jahren. Ob Schwimmen, Wasserballspielen, für Schwimmwettkämpfe üben oder einfach nur entspannen – hier kann jeder nach seinem Geschmack mitmachen und Spaß haben.

Auch Nichtschwimmer sind herzlich willkommen. Es ist immer auch eine Badeaufsicht der DLRG Altheim anwesend.

Voraussetzung ist eine ärztliche Verordnung für den Rehabilitationssport.

Die Teilnehmer aus den Werkstätten werden mit unserem Fahrdienst direkt nach der Arbeit abgeholt.

Wann: Mittwochs von 17.00–18.30 Uhr

Wo: Schwimmbad in Altheim

Kosten: Auf Anfrage



Firmenlauf



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Am **Mittwoch, den 23. Juli 2025** findet der 8. AOK-Firmenlauf in Sulz statt. Die Laufstrecke beträgt ca. 5 km.

Start ist um 18.30 Uhr beim Lauf für ALLE. Die Streckenlänge kann jeder für sich selbst festlegen, Ziel ist immer das Albeckstadion.

Es können alle mitmachen. Über Rollstuhlfahrer oder Teilnehmer mit Rollator würden wir uns freuen.

Damit wir aber fit für den Lauf sind, üben wir freitags im Bewegungsmix-Angebot.

Haben wir Euer Interesse geweckt? Dann meldet Euch.



Jahrestermine für Erwachsene



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Wir bieten dieses Jahr an 3 Terminen Tagesausflüge an:

24. 05. 2025 Wir kochen ein 3-Gänge Menü mit Patrick Günthner

28. 06. 2025 Wir gehen ins Musical Eiskönigin

29. 11. 2025 Wir gehen zusammen ins Kino

Für die Jahrestermine erfolgt jeweils eine EXTRA- Ausschreibung mit Details.



Wir machen eine Urlaubsreise



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Wir fahren auf den Urlaubshof Scherer an den Bodensee

Termin: 12.– 19. September 2025

Es erfolgt eine Extra-Ausschreibung



Backen für alle



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Als Abschluss des Freizeitjahres 2025 werden wir mit Groß und Klein zusammen backen.

Wann: 13. Dezember 2025

Es erfolgt eine Extra-Ausschreibung



Selbsthilfe:

Netzwerk für Eltern mit besonderen Kindern



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Wir möchten alle Eltern herzlich zu unseren Treffen einladen.

Es spielt überhaupt keine Rolle, welches Handicap Ihr Kind hat. Wenn Sie das Gefühl haben, Ihr Kind hat besondere Bedürfnisse, sind Sie bei uns herzlich willkommen. Die Kinder unserer „Netzwerk-Eltern“ kommen aus allen Schularten der Landkreise.

Wir treffen uns in zwanglosem Rahmen, um Erfahrungen und Informationen auszutauschen. Hier trifft man auf Verständnis und erhält wertvolle Tipps von anderen Eltern.

Netzwerk-Termine 2025

**Offener Treff im Café Reinhardt in Horb,
Schillerstraße 14, 72160 Horb a.N.**

Do, 16. Januar, 15.00 Uhr
Mi, 12. Februar, 09.30 Uhr
Do, 20. März, 15.00 Uhr
Mi, 16. April, 09.30 Uhr
Do, 15. Mai, 15.00 Uhr
Mi, 18. Juni, 09.30 Uhr
Do, 17. Juli, 15.00 Uhr
August Ferien
Mi, 17. September, 09.30 Uhr
Do, 16. Oktober, 15.00 Uhr
Mi, 12. November, 09.30 Uhr
Do, 11. Dezember, 15.00 Uhr

Weitere Termine werden auf der Homepage, telefonisch und per E-Mail bekannt gegeben. Einfach nachfragen.

Näheres erfahren Sie bei Ute Hug, Tel. 0 74 51 / 60 687 oder Andrea Kipp-Steidinger, Tel. 0 74 54 / 40 429.

Netzwerk Junge Eltern



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Seit Mai 2017 gibt es eine neue Gruppe junger Eltern.

Hier werden die ganz speziellen Fragen rund um kleinere Kinder besprochen.

Die Gruppe richtet sich an Eltern, die mit ihrem Kind besondere Anforderungen im Alltag haben (Kinder von der Frühförderung bis einschließlich Grundschule).

Setzt euch gerne mit uns in Verbindung. Wir bringen euch dann mit Familien aus eurer Umgebung zusammen.

Ansprechpartner:

Nina Klein-Wiele
Tel. 0170-48 205 49
nina@kleinwiele.de

Andrea Kipp-Steidinger
Tel. 0 74 54-40 429
andrea.kipp-steidinger@gmx.de



Werden Sie Mitglied



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Wir brauchen Sie!

- Stärken Sie die Lebenshilfe Horb-Sulz mit Ihrer Mitgliedschaft. Je mehr sich uns anschließen, desto mehr können wir bewegen – und umso mehr werden wir in der Öffentlichkeit gehört.
- Zeigen Sie Ihre Solidarität für Menschen mit Behinderung und ihren Familien.
- Für nur 30 Euro im Jahr (2,50 Euro im Monat) stärken Sie eine wichtige, soziale Organisation hier in unserer Region Horb, Sulz, Dornhan, Empfingen und Vöhringen.
- Die Lebenshilfe setzt sich auf vielfältige Weise für Menschen mit Behinderung ein. Herzstück unseres Vereins ist der Familienunterstützende Dienst, der viele Freizeitangebote für Menschen mit Behinderung organisiert (z.B. Sport, Disco, Ausflüge), Beratung und Informationen anbietet, den Austausch zwischen den betroffenen Familien fördert und vieles mehr.
- Auf Landes- und Bundesebene tragen die Verbände der Lebenshilfe die Belange von Menschen mit Behinderung in die Politik.
- Mit Ihrer Mitgliedschaft helfen Sie z.B. eine Gesellschaft zu schaffen, in der Respekt und Anerkennung gegenüber Menschen mit Behinderung selbstverständlich ist.
- Sie bringen Barrierefreiheit voran – von der Rollstuhlrampe bis zur Leichten Sprache, bei Behörden und z.B. bei Fahrkarten-Automaten.

Davon profitieren wir alle!

Beitrittserklärung



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Beitrittserklärung

Hiermit erkläre ich meinen Beitritt zur Lebenshilfe Horb-Sulz e.v. Ich bin bereit, steuerbegünstigt zu zahlen:

Den Jahresbeitrag in Höhe von 30,- Euro.

Zum Jahresbeitrag eine jährliche Spende in Höhe von Euro zu leisten

Ich trete bei als:

- Eltern/-teil Angehöriger Mensch mit Behinderung
 Förderer Fachkraft

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

E-Mail / Telefon

Ich bin damit einverstanden, daß meine Daten zur Bearbeitung meiner Mitgliedschaft gespeichert werden.

Ort und Datum, Unterschrift

Einzugsermächtigung:

Hiermit ermächtige ich:

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Den Vorstand der Lebenshilfe Horb-Sulz e.V. widerruflich, den satzungsgemäß beschlossenen Jahresbeitrag von 30,- Euro

Zum Jahresbeitrag eine jährliche Spende in Höhe von Euro bei Fälligkeit zu Lasten meines Kontos abzubuchen.

IBAN:

BIC:

Datum Unterschrift

Infotermine 2025



Lebenshilfe Horb-Sulz

13. Januar 2025, 19.00 Uhr
Vortrag zum Thema
„Leistungen der Pflegekasse“.

21. Januar 2025, ab ??? Uhrzeit
Sport- und Spielfest in Villingendorf.
Du kannst dort Sport machen,
spielen und Spaß haben.

Wir suchen dringend Helfer!



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Lust auf eine sinnvolle und bereichernde Freizeitaktivität ?

Die Lebenshilfe Horb-Sulz sucht zuverlässige und ehrliche Helfer, die offen für Menschen mit besonderen Bedürfnissen und Fähigkeiten sind.

Wir bieten:

- Eine sinnerfüllte Freizeitbeschäftigung mit viel Spaß und vielfältigen Begegnungen
- Professionelle Einarbeitung und Begleitung
- Ein vielfältiges Fort- und Weiterbildungsprogramm
- Feste und Begegnungsmöglichkeiten
- Erfahrungsaustausch mit den anderen Helfern
- Eine kleine Aufwandsentschädigung

Eine Bescheinigung von Einsätzen im sozialen Bereich kann für Bewerbungen und bei der Ausbildungs- und Studienplatzsuche sehr hilfreich sein.



Präventionsmaßnahme in der Lebenshilfe



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ In unseren vielfältigen Angeboten erhalten Menschen mit Behinderung oder Einschränkungen Unterstützung, Betreuung und Assistenz.

Alle die dabei sind haben das Recht auf Sicherheit, Schutz und Hilfe bei Aggression und Gewalt.

Die Lebenshilfe Horb-Sulz lehnt jegliche Form von Gewalt ab.

Es können aber dennoch beabsichtigt oder unbeabsichtigt bei den unterschiedlichsten Situationen, Grenzverletzungen verschiedener Arten wie Aggression oder Gewalt entstehen.

Sprecht uns bitte an:

- **wenn etwas gerade passiert**
- **wenn etwas passiert ist**
- **wenn ihr Angst habt, dass etwas passiert**

Die Ansprechpartner sind:

- Gudrun Riegraf
- Barbara Rauschenberger
- Andrea Kipp-Steidinger

Präventionsmaßnahme in der Lebenshilfe



Lebenshilfe Horb-Sulz

■ Auch der Bundesverband der Lebenshilfe kümmert sich um dieses wichtige Thema.

Deshalb hat er als Maßnahme zur Verhinderung von Gewalt Bubl eingerichtet – das heißt: Bundesweite unabhängige Beschwerdestelle für die Lebenshilfe.

Menschen mit Behinderung, die von der Lebenshilfe betreut werden, können sich bei Bubl melden, wenn sie eine Beschwerde haben und sie vor Ort nicht zu einer Lösung kommen.

Auch Angehörigen und Freunde sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Lebenshilfe können sich an Bubl wenden.

Zu erreichen ist die Beschwerdestelle per Telefon, über WhatsApp, per Mail oder mit einem Brief.

E-Mail: info@bubl.de

Telefon: 08000/116016

Notizen



Lebenshilfe Horb-Sulz

A series of horizontal dotted lines for taking notes.





Gerne unterstützt die
Kreissparkasse Freudenstadt
die Lebenshilfe Horb-Sulz:
für die Menschen,
für den Landkreis,
für die Zukunft.

www.ksk-fds.de



**Kreissparkasse
Freudenstadt**