

ab 18 Jahre



Veranstaltungskalender

Freizeitbereich Lebenshilfe Duisburg
1. Halbjahr 2026

Freizeit
inklusiv



Lebenshilfe
Duisburg

Heilpädagogische Sozialdienste
gemeinnützige GmbH



INHALTSVERZEICHNIS | Wo findest du was ...

| | |
|----------------------------|-----------|
| Teilnahmebedingungen | 01 |
| Kosten | 02 |
| Symbole..... | 03 |
| Rollstuhl-Ampel..... | 03 |
| Finanzierung | 04 |
| Spieleabend | 05 |
| Tanz & Fitness | 06 |
| Kegeln..... | 07 |
| Theatergruppe | 08 |
| Meditation..... | 09 |
| Super-Samstag..... | 10 |
| LebenshilfeRat..... | 11 |

WILLKOMMEN

Liebe Leser,

in diesem Heft sind viele Angebote, die du in deiner Freizeit machen kannst. Freizeit ist ein wichtiger Teil im Leben. Sie bietet einen Ausgleich zur Arbeit und zum Alltag. Im Veranstaltungskalender kannst du lesen, was der Freizeitbereich der Lebenshilfe Duisburg im kommenden Halbjahr anbietet.

Wir hoffen, dass genau das Richtige für dich dabei ist!

Falls du Interesse oder Fragen hast, helfen wir dir gerne weiter.

Lena Döring
Leitung Freizeitbereich

Am Grillopark 29, 47169 Duisburg

Tel: 0173 158 83 11
freizeit@lebenshilfe-duisburg.de



TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Anmeldung

Teilnehmende erhalten eine **Anmeldebestätigung und einen Assistenzvertrag**. Neue Teilnehmende erhalten zusätzlich einen Stammdatenbogen. Dieser muss sorgfältig ausgefüllt werden und **vor Beginn** des Angebotes bei der Freizeitabteilung eingehen.

Ohne ausgefüllten Stammdatenbogen & Assistenzvertrag ist eine Teilnahme nicht möglich.

Weitere Informationen zur Haftung und Rechnung findest du auf unserem Anmeldebogen.

Absage:

Sofern du an einem Termin nicht teilnehmen kannst, sag bitte der Gruppenleitung einen Tag vorher Bescheid.

KOSTEN | Was du wissen musst ...

Die Betreuungskosten werden ausgerichtet an dem persönlichen Betreuungs- und Assistenz-Bedarf. Wir behalten uns vor, die Einstufung ggf. in Absprache mit den Betreuer zu ändern. Das Personal in den Gruppen kann unter Umständen wechseln. Wenn eine Bezugsperson gewünscht ist, sprechen Sie uns bitte vor der Teilnahme darauf an.

A

Kein zusätzlicher Betreuungsaufwand

- Du brauchst vor Ort und in fremder Umgebung keine zusätzliche Betreuung, bist aber gerne in Begleitung unterwegs.
- Teilnehmende ohne Handicap / mit **eigener Betreuung**.

B

Standard Betreuung (ca. 1:4)

- Du kannst dich selbstständig bewegen, hast keinen Rollstuhl oder Rollator.
- Du kannst ohne Hilfe essen und trinken.
- Du brauchst leichte Hilfe bei der Hygiene.
- Bedürfnisse kannst du klar äußern.
- Du bist auf **keine Hilfen und Unterstützungen im Alltag angewiesen**.

C

Hohe Betreuung (ca. 1:2)

- Du benötigst in vielen Alltagssituationen Unterstützung und eine umfassende Betreuung.
- Du brauchst Hilfe beim Essen und Trinken.
- Du brauchst manchmal einen Rollstuhl / Rollator; kommst aber selbstständig damit zurecht und brauchst nur wenig Hilfe.

D

Intensive Betreuung (ca. 1 :1)

- Du benötigst im Alltag eine umfassende Betreuung.
- Du brauchst sehr viel Hilfe bei der Hygiene.
- Du brauchst Hilfe beim Wechseln von Inkontinenz-Material.
- Du brauchst einen Rollstuhl und eine Schiebe-Hilfe.
- Du kannst ohne Hilfe nicht essen und trinken.
- Du läufst manchmal weg und brauchst daher ständige Begleitung.

SYMBOLE | Zum einfachen Verständnis



Das Kalenderblatt zeigt den Termin, an dem die Veranstaltung stattfindet.



wöchentl.



zweiwöchentl.



monatl.



Die Uhr zeigt die Zeit, zu der die Veranstaltung beginnt und endet.



Das Haus zeigt den Treffpunkt, an dem die Veranstaltung stattfindet.



Das Symbol zeigt dir, wie viele Teilnehmer sich mindestens angemeldet haben müssen, damit das Angebot an den Start geht.



Der Rucksack zeigt, was zu der Veranstaltung mitzubringen ist.



Die Hände geben Informationen zur Anmeldung.

ROLLSTUHL-AMPEL



Geeignet für mobilitätseingeschränkte Menschen und Menschen, die einen Rollstuhl nutzen.



Bedingt geeignet für mobilitätseingeschränkte Menschen und Menschen, die einen Rollstuhl nutzen. Gern können wir über die Barrieren vor Ort sprechen und schauen, ob es für dich passt.



Leider nur für körperlich mobile Teilnehmende geeignet.

Seit dem zweiten Halbjahr 2024 bieten wir Pauschalbeträge für die einzelnen Angebote an.

Du erhältst nach dem Halbjahr eine Rechnung mit der Summe des Pauschalbetrages. Sofern Termine unsererseits abgesagt werden, wird dies mit dem Pauschalbetrag verrechnet.

Diese Rechnung wird als Privatrechnung ausgestellt.

Sofern du die Rechnung über zusätzliche Betreuungs- und Entlastungsleistungen, Verhinderungspflege oder Bildungs- und Teilhabepaketleistungen (BuT) abrechnen möchtest, obliegt dies in deiner Verantwortung die Rechnung bei zuständiger Stelle einzureichen.

Eine Teilnahme- oder Leistungsbescheinigung stellen wir dir natürlich gerne aus.

Bei Fragen stehen wir gerne zur Verfügung.



Spieleabend



Wir spielen einmal die Woche zusammen. Egal ob Puzzle, Uno oder Quartett, Hauptsache es macht zusammen Spaß.



Jeden Dienstag
ab 27. Januar 2026
(außer in den Ferien/an Feiertagen)



18:00 bis 20:00 Uhr



Wohnstätte II der LebensRäume
Wanheimer Str. 155
47053 Duisburg

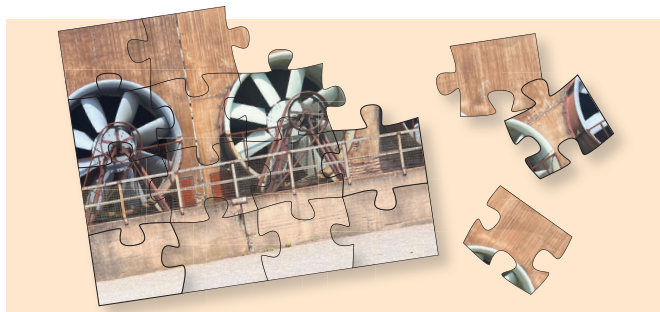


ab 3 Teilnehmer



Lust auf Spiele

| Pauschal | |
|----------|-------|
| A | 150 € |
| B | 220 € |
| C | 310 € |
| D | 350 € |





Musik spricht ihre ganz eigene Sprache. Werde Teil unserer Tanz- und Fitnessgruppe „The Swinging Legs“.



Jeden Dienstag
ab 03. Februar 2026
(außer in den Ferien/an Feiertagen)



17:00 bis 18:00 Uhr



Kita Wunderland
Am Gebrannten Heidgen 83
47249 Duisburg



ab 4 Teilnehmer



Sportbekleidung und Getränke

| Pauschal | |
|----------|-------|
| A | 150 € |
| B | 150 € |
| C | 150 € |
| D | 150 € |



Kegeln



Egal ob Anfänger oder Profi, bei uns in der Kegelgruppe bist du genau richtig. Hier kannst du andere Leute treffen, neue Freundschaften schließen, Musik hören und natürlich kegeln, was das Zeug hält.



Mittwochs, alle 2 Wochen
ab 07. Januar 2026
(außer in den Ferien/an Feiertagen)



17:45 bis 20:00 Uhr

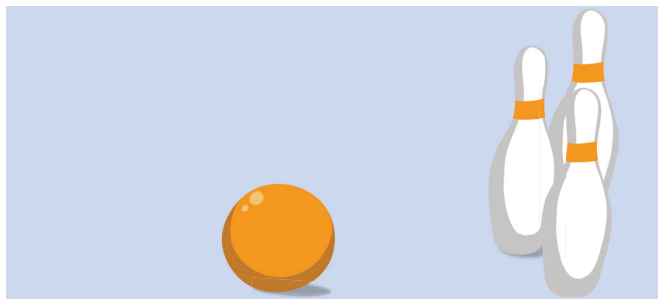


Haus Duissern
Duissernplatz 11
47051 Duisburg



Gute Laune; Musik, die du magst;
Geld für deine Getränke und einen Snack

| Pauschal | |
|----------|-------|
| A | 150 € |
| B | 210 € |
| C | 280 € |
| D | 350 € |



Theatergruppe



Hast du Lust Neues von dir und anderen kennenzulernen?
Die Bühne – die Bretter, die die Welt bedeuten, zu besteigen?
Dann bist du bei uns richtig. Lerne dich und die inklusive
Theatergruppe kennen!



Jeden Montag
ab 19. Januar 2026
(außer in den Ferien/an Feiertagen)



18:00 bis 20:00 Uhr



Wohnstätte II der LebensRäume
Wanheimer Str. 155
47053 Duisburg

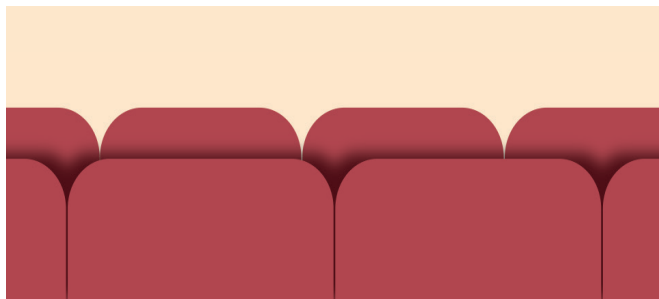


ab 4 Teilnehmer



Gute Laune, Lust Theater zu spielen

| Pauschal | |
|----------|-------|
| A | 200 € |
| B | 200 € |
| C | 200 € |
| D | 200 € |



Meditation



Hier kannst du deinen stressigen Alltag vergessen und zur Ruhe kommen.



Jeden Montag
ab 19. Januar 2026
(außer in den Ferien/an Feiertagen)



16:30 bis 17:30 Uhr



Wohnstätte II der LebensRäume
Wanheimer Str. 155
47053 Duisburg



ab 2 Teilnehmer



gemütliche Kleidung und
ggf. Sitzkissen

| Pauschal | |
|----------|-------|
| A | 120 € |
| B | 160 € |
| C | 200 € |
| D | 260 € |



Super-Samstag



Am Super-Samstag wird einmal im Monat etwas Besonderes veranstaltet. Verschiedene Ausflüge in Museen, Minigolf spielen, Grillen, Zoo-Besuche und vieles mehr. Neugierig geworden? Dann melde dich bei uns an und werde Teil des Super-Samstags.



Samstags

24. Januar, 21. Februar, 21. März, 11. April, 23. Mai,
20. Juni 2026



10:00 bis 16:00 Uhr



Lebenshilfe Duisburg
Mercatorstr. 58
47051 Duisburg

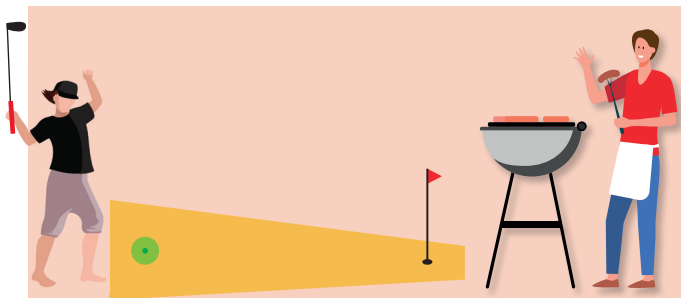


ab 4 Teilnehmer



Schwerbehindertenausweis, Fahrticket
Du brauchst kein Geld extra mitzubringen,
Eintrittsgelder und Mittagssnack sind inklusive.

| Pauschal | |
|----------|-------|
| A | 250 € |
| B | 300 € |
| C | 380 € |
| D | 480 € |





Als Teil des Lebenshilfe-Rat Duisburg wirst du aktiv und machst dich für das Thema Inklusion stark. Wir wollen uns einsetzen für eine Gesellschaft, in der jeder Mensch seinen Platz neben dem Anderen hat, nicht darüber und nicht darunter. Teilnehmen kann, wer eine Behinderung hat und mindestens 16 Jahre alt ist.



m

Donnerstags

15. Januar, 12. Februar, 12. März, 16. April, 21. Mai,
18. Juni 2026



17:00 bis 18:30 Uhr



Lebenshilfe Duisburg

Wintgensstraße 27
47058 Duisburg



Deine Ideen und Probleme zum Thema Inklusion





WIR SUCHEN **DICH!**

Du bist aktiv und
suchst eine neue Herausforderung?

DANN MELDE DICH BEI UNS!

Wir suchen Freizeitbegleitungen
für unsere Gruppenangebote!

Kontakt: Lena Döring | Tel: 0173 158 83 11
freizeit@lebenshilfe-duisburg.de



Anmeldung mit dem
ANMELDEFORMULAR
oder unter:
lebenshilfe-duisburg.de



Zentrale

Lebenshilfe Duisburg
Wintgensstr. 27a
47058 Duisburg
Tel.: 0203 280 999 0
Fax.: 0203 280 999 19

Kontakt

Freizeitbereich
Lena Döring
Tel.: 0173 158 83 11
Email: freizeit@lebenshilfe-duisburg.de



Lebenshilfe
Duisburg

Heilpädagogische Sozialdienste
gemeinnützige GmbH

