

OFFENE HILFEN

FBB/OBA-PROGRAMM

Januar - März 2025

Freizeit, **B**ildung und **B**egegnung (FBB)
für Menschen mit und ohne Behinderung
ab 14 Jahren

Liebe OBA-Teilnehmende,

wir begrüßen das neue Jahr,

und damit ist wieder Zeit für neue Freizeit-Angebote.

Schaut doch mal in unser neues OBA-Programm für die Monate **Januar bis März** rein.

Wir haben tolle Aktionen für Euch und freuen uns über zahlreiche Anmeldungen.

Bis bald 😊

Bitte meldet Euch bis zum **8.12.2024** über den **Anmeldebogen** an.

Den Anmeldebogen findet ihr im Anhang oder auf unserer Homepage:

<https://www.lebenshilfe-kempton.de/angebote/offene-hilfen/oba.html>

Informationen zum OBA-Programm:

1. Manche Aktionen haben eine **begrenzte Anzahl** an Plätzen.
Das hängt von verschiedenen Dingen ab.
Zum Beispiel von den freien Plätzen im Bus, der Anzahl der Mitarbeitenden und so weiter.
2. Viele Aktionen sind draußen.
Bei **schlechtem Wetter** oder anderen Gründen kann die Aktion abgesagt werden.
Auch **Änderungen** in der Aktion können kurzfristig eintreten.
Zum Beispiel können sich Preise, Zeiten usw. noch ändern.
Wir informieren Euch per E-Mail.
3. Wir schicken Euch ungefähr 1 bis 3 Tage vor der jeweiligen Aktion eine **Erinnerungs-E-Mail**, damit ihr unsere Aktionen nicht vergesst.
Bitte schaut regelmäßig in Eure E-Mails.
4. Bitte denkt an die **Teilnahmegebühr** für die Aktion und ausreichend **Taschengeld**.
Denkt auch an Eure Wertmarke und den
Schwerbehindertenausweis, ansonsten muss die Zug-Fahrt selbst bezahlt werden.
5. Wenn ihr bei unseren OBA-Aktionen mitmachen möchtet und neu seid, braucht es davor ein Aufnahme-Gespräch im Büro der Offenen Hilfen mit Aufnahme-Bogen.
6. Meldet Euch bitte bis zum **8.12.2024** über den Anmeldebogen zu den Aktionen an.

offene.hilfen@lebenshilfe-kempten.de
Tel. 0831 / 59110 -63

Informationen zur Anmeldung und Abmeldung

1. Suche dir OBA-Aktionen aus, an denen Du teilnehmen möchtest. Kreuze die Aktionen auf dem **Anmeldebogen** an.
2. Schicke den Anmeldebogen **im Anmeldezeitraum** an uns zurück.

Per E-Mail:

offene.hilfen@lebenshilfe-kempton.de

Oder per Post:

**Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung e.V.,
Kempten / Allgäu**
Bereich Offene Hilfen
Schwalbenweg 61
87439 Kempten (Allgäu)

3. Wir schauen uns alle Anmeldungen an und entscheiden dann gerecht, wer bei welcher Aktion dabei sein kann. Du bekommst dann eine **Anmeldebestätigung** von uns zugeschickt.
4. Auf der Anmeldebestätigung sind alle deine Aktionen aufgelistet.

Ein Haken hinter der Aktion bedeutet, du bist verbindlich angenommen und kannst an der Aktion teilnehmen.

Ein **W** bedeutet, du bist nicht angenommen und stehst auf der Warteliste. Wir melden uns nur bei dir, falls noch kurzfristig ein Platz frei wird.

5. Bist du zu einer Aktion angemeldet, kannst jedoch doch nicht kommen, musst du uns per Telefon oder per E-Mail absagen.

Wenn du nicht **mindestens eine Woche** vor der Aktion absagst, musst du eine Ausfallgebühr bezahlen.

Die Ausfallgebühr kostet **10 Euro**. Wenn für die Aktion auch Eintrittskarten oder Kursgebühren anfallen, musst du die auch bezahlen.

Warteliste

Manchmal müssen wir die Anzahl der Teilnehmenden begrenzen.

Wenn sich mehr Leute angemeldet haben, als teilnehmen können, kommst du auf die Warteliste.

Wir lösen die Teilnehmenden aus allen Anmeldungen aus.

Oft wird kurzfristig noch ein Platz bei einer Aktion frei. Wenn du Glück hast, bist du Nachrücker*in und wir rufen dich an, dass du kommen kannst.

Preisinformationen

PK (mit Pflegekasse):

Die Betreuungskosten werden **direkt** mit der **Pflege-Kasse** abgerechnet. Den aktuellen Preis findest du in der aktuellen Preisliste der Offenen Hilfen. Wenn wir die Betreuung **über die Pflege-Kassen** abrechnen können, dann fallen **nur Sach-Kosten** (Eintritte, Fahrtkosten etc.) an.

SZ (Selbstzahler, ohne Pflegekasse):

Wenn wir **nicht über die Pflege-Kasse** abrechnen können, dann kommen für Selbstzahler zu den Sach-Kosten **Betreuungs-Kosten** dazu. Diese betragen pro Stunde 4,50 €.

Mit Pflege-Kasse zahlt man nur die Sach-Kosten.

Ohne Pflege-Kasse zahlt man die Sach-Kosten und die Betreuungs-Kosten.

Wenn du dir die OBA-Aktionen nicht leisten kannst, komm auf uns zu.

Gemeinsam finden wir eine Lösung.

Wir arbeiten daran, das Programm in einfacher/leichter Sprache zu schreiben.

Es ist noch nicht perfekt.

Wir werden immer besser 😊

Ansprechpartner für OBA

Hier findet ihr eine Übersicht über alle aktuellen Ansprechpartner:

Janina Janser

Koordinatorin Offene Hilfen

Tel. 0831 / 59110 - 63

E-Mail: j.janser@lebenshilfe-kempten.de

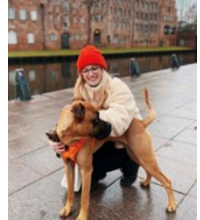
Bürotage: Montag bis Freitag



Hannah Manglkrammer

Werkstudentin Offene Hilfen

Tel. 0831 /
59110 – 63



E-Mail: h.manglkrammer@lebenshilfe-kempten.de

Bürotage: Mittwoch und
Donnerstag

Übersicht der Aktionen Januar – März 2025

Januar:

Januar 2025						
Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
		1	2	3	4	5
				Aktion 1: <u>Rauhnächte</u> Aktion 2: Eiskönigin 1 & 2		
6	7	8	9	10	11	12
		Klettern 1		<u>Lumagica</u>		Räuber <u>Hotzen-Plotz</u>
13	14	15	16	17	18	19
	Kino 1			Pizza essen gehen 1	Führung durch die Rapunzel Welt im Allgäu	Zauberflöte das Musical
20	21	22	23	24	25	26
	Bowling 1	Schwimmen 1		Freitagsclub 1		
27	28	29	30	31		
				Fackelwanderung		

Februar:







Februar 2025						
Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
					1	2
						Rodeln
3	4	5	6	7	8	9
Crepes und Waffel Abend				Kochen 1	Krapfen backen	Aktion 1: Wandern 1 Aktion 2: Musical Tarzan
10	11	12	13	14	15	16
Frauennotruf	Kino 2			Freitagsclub 2	Valentinstagsp arty	
17	18	19	20	21	22	23
	Bowling 2	Aktion 1: Pizza essen 2 Aktion 2: Schwimmen 2				Wandern 2
24	25	26	27	28		

März:

März 2025						
Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
				Kochen 2	Winterwanderung mit Kaffee und Kuchen	
10	11	12	13	14	15	16
				Kaffeeklatsch		<u>Breitachklamm</u>
17	18	19	20	21	22	23
	Bowling 3	Schwimmen 3				Aktion 1: Zum-Steinhaus, Kaffee und Kuchen Aktion 2: Wandern 3
24	25	26	27	28	29	30
Männertreff	Aktion 1: Kino 3 Aktion 2: Klettern 2	Pizza essen 3				Kreatives Malen
31						







Rauhnächte – geheimnisvolle Zeit zur Jahreswende



	Wann	Freitag, 3.1.2025 von 16:30 – 20:30 Uhr
	Wo	Treff-Punkt: Kiosk Engelhaldepark, Lohmühltofel 1, 87437 Kempten Abhol-Ort: Zum Stift, Stiftspl. 1, 87439 Kempten
	Wer	Helga Gröger
	Kosten	mit Pflegekasse kostenlos ohne Pflegekasse 18,00 € (Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Essen und Getränke
	Info	Die Rauhnächte sind in der Zeit zwischen den Jahren. In dieser Zeit gibt es viele Geschichten und Aberglauben. Wir machen einen Abendspaziergang durch den Engelhaldepark. Dort hören wir magische Geschichten. Danach gehen wir zum Stift und essen zu Abend.






Eiskönigin 1 und 2 – Musik-Show auf Eis (Big-Box)



	Wann	Freitag, 3.1.2025 von 18:00 – 21:30 Uhr
	Wo	Eingang Allgäuuhalle, Kotterner Str. 40A, 87435 Kempten
	Wer	Lea Kreul
	Kosten	mit Pflegekasse 46,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 62,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld, Schwerbehindertenausweis <u>Wichtige Regeln der Big-Box:</u> Keine großen Taschen (nicht größer als DIN A 4 – Format), Rucksäcke, Helme o. Ä., keine Deos, Flaschen und anderweitige Wurfgeschosse und Waffen. Kein Essen und keine Getränke mitbringen.
	Info	Ein magisches Erlebnis für alle Fans von der Eiskönigin. Die bekannten Lieder aus Eiskönigin 1 und 2 werden live auf der Bühne gesungen – und das auf echtem Eis 😊







Klettern



	Wann	Mittwoch, 8.1.2025 Dienstag, 25.3.2025 von 18:00 – 20:45 Uhr
	Wo	Eingang DAV Alpinzentrum swoboda alpin Aybühlweg 69, 87439 Kempten
	Wer	Lea Kreul
	Kosten	mit Pflegekasse 21,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 35,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Bitte in Sport-Kleidung kommen. Taschengeld für ein Getränk und Essen (wer mag), Schwerbehindertenausweis
	Info	Zusammen gehen wir Klettern. Ein Trainer wird dir helfen. Deshalb kannst du auch ohne Erfahrung kommen.







Lumagica



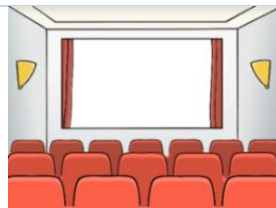
	Wann	Freitag, 10.1.2025 von 16:00 – 21:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Carina Hierholzer
	Kosten	mit Pflegekasse 20,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 42,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für die High-Line, wer möchte (ca. 10 €)
	Info	Weil es immer so schön war 😊 Gemeinsam wollen wir auf den Ehrenberg laufen. Oben erwartet uns eine tolle Lichter-Show. Anschließend kann wer mag noch auf die High-Line. Man spricht es: Hei-lein. Das ist wie eine hohe Brücke.







Räuber Hotzen-Plotz



	Wann	Sonntag, 12.1.2025 von 11:00 – 17:30 Uhr
	Wo	Eingangshalle Hauptbahnhof, Bahnhofplatz 2, 87435 Kempten
	Wer	Alberta Albrecht
	Kosten	mit Pflegekasse 11,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 40,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Schwerbehindertenausweis, Taschengeld für Mittagessen, Wertmarke, Getränk
	Info	Gemeinsam fahren wir mit dem Zug nach Memmingen. Dort essen wir zu Mittag. Anschließend schauen wir uns Räuber Hotzen-Plotz im Marionetten-Theater an.







Kino



	Wann	Dienstag, 14.1.2025 Dienstag, 11.2.2025 Uhrzeit: offen
	Wo	Colosseum Kino Kempten (Vordereingang) Königstraße 3, 87435 Kempten
	Wer	Alberta Albrecht
	Kosten	mit Pflegekasse 6,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 18,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Getränke und Knabbereien, Schwerbehindertenausweis
	Info	Das Programm für unsere Kino-Aktionen ist noch nicht veröffentlicht. Wir müssen bis ein paar Tage vor den Kino-Aktionen warten. Dann sagen wir Euch, welchen Film wir schauen. Und wann wir uns treffen.








Pizza essen gehen



	Wann	Freitag, 17.1.2025 Mittwoch, 19.2.2025 Mittwoch, 26.3.2025 von 18:00 – 20:30 Uhr
	Wo	Eingang Amore Mio Klostersteige 15, 87435 Kempten
	Wer	Carina Hierholzer
	Kosten	mit Pflegekasse 2,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 13,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Ausreichend Taschengeld und großen Hunger
	Info	Zusammen wollen wir wieder ins Amore Mio essen gehen. Beim letzten Mal gab es ganz viele Anmeldungen für das Pizza essen. Deshalb gibt es in diesem Programm jeden Monat einen Termin 😊 Wir freuen uns auf euch!

Führung durch die Natur-Kost Rapunzel-Welt



	Wann	Samstag, 18.1.2025 von 12:00 – 17:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Helga Gröger
	Kosten	mit Pflegekasse 6,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 28,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld, Schwerbehindertenausweis, Getränk
	Info	Erlebe die Rapunzel-Welt bei einer spannenden Führung mit Verkostung und Einkehr. Entdecke die besondere Bauweise, den märchenhaften Garten mit Tropen-Haus und die Kaffee-Rösterei. Erfahre mehr über die Geschichte von der Rapunzel-Welt und die Ideen dahinter.
	Bei dieser Aktion werden Fotos gemacht.	






Zauberflöte das Musical



	Wann	Sonntag, 19.1.2025 von 11:00 – 18:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Lea Kreul
	Kosten	mit Pflegekasse 20,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 50,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Essen und Getränke, Schwerbehindertenausweis
	Info	Wir essen bei dem Restaurant Wiesbauer zu Mittag. Danach gehen wir ins Festspiel-Haus und schauen uns das Musical Zauber-Flöte an.
	Bei dieser Aktion werden Fotos gemacht.	







Bowling



	Wann	Dienstag, 21.1.2025 Dienstag, 18.2.2025 .. Dienstag, 18.3.2025 <div style="float: right; border: 1px solid blue; border-radius: 50%; padding: 5px; background-color: #e0f0ff;"> Teenie Treff </div> von 17:30 -20:30 Uhr
	Wo	Kegel- und Bowlingcenter (Vordereingang) Kurt-Blaschke-Str. 5, 87439 Kempten
	Wer	Anna-Lena Seiberle
	Kosten	mit Pflegekasse 3,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 17,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Essen und Getränke, 2,50 € für die Bowling-Schuhe
	Info	Unsere schönen Bowling-Abende gehen in die nächste Runde. Gemeinsam essen wir zu Abend.







Schwimmen



	Wann	Mittwoch, 22.1.2025 Mittwoch, 19.2.2025 . . . Mittwoch, 19.3.2025 von 17:30 – 19:30 Uhr
	Wo	CamboMare (Vordereingang) Aybühlweg 58, 87439 Kempten
	Wer	Anna-Lena Seiberle
	Kosten	mit Pflegekasse 10,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 19,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Badesachen, Badelatschen, Handtuch, Schwimmbrille, Schwerbehindertenausweis
	Info	Wir gehen zusammen schwimmen. Das macht so viel Spaß 😊








Freitagsclub mit Gabi



	Wann	Freitag, 24.1.2025 (lustiger Spieleabend) Freitag, 14.2.2025 (Gemütlicher Bastelabend) von 17:00 – 20:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Gabi Rapp
	Kosten	mit Pflegekasse 5,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 16,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Brotzeit und Getränk
	Info	Bei unserem ersten Freitagsclub machen wir einen lustigen Spieleabend. Bei dem zweiten Freitagsclub wollen wir gemütlich gemeinsam basteln. Wir freuen uns schon sehr auf euch 😊







Fackelwanderung



	Wann	Freitag, 31.1.2025 von 17:00 – 20:30 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Lea Kreul
	Kosten	mit Pflegekasse 4,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 20,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Rucksack, Getränke und Brotzeit, festes Schuhwerk, wettergerechte Kleidung
	Info	Wer hat Lust auf eine Fackelwanderung wie letztes Jahr? Es war so schön 😊
	Bei dieser Aktion werden Fotos gemacht.	







Rodeln



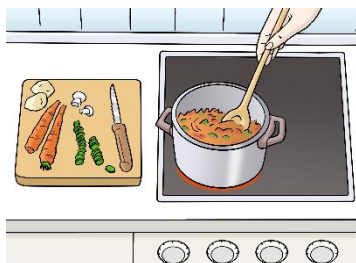
	Wann	Sonntag, 2.2.2025 von 10:00 – 16:40 Uhr
	Wo	Eingangshalle Hauptbahnhof, Bahnhofplatz 2, 87435 Kempten
	Wer	Lea Kreul
	Kosten	mit Pflegekasse 30,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 60,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Schwerbehindertenausweis, Wertmarke, Brotzeit, Getränk, etwas Taschengeld für ein Stück Kuchen/Kakao Bitte auf gute Ausrüstung achten: Warme Winter-Bekleidung, festes Schuh- werk mit Profil, Hand-Schuhe und Helm, am besten Skihelm oder Fahrrad-Helm
	Info	Wir möchten zusammen rodeln gehen. Auf dem Breiten-Berg. Dafür leihen wir Schlitten aus. Für diese Aktion sollet ihr euch trauen alleine zu rodeln







Crepes und Waffel-Abend



	Wann	Montag, 3.2.2025 von 18:00 – 20:30 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Lea Kreul
	Kosten	mit Pflegekasse 5,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 16,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Schürze, Getränk, Dose für Reste
	Info	Zusammen wollen wir leckere Crepes mit süßer und herzhafter Füllung machen. Mhh wie das duftet 😊





Kochen 1



	Wann	Freitag, 7.2.2025 Freitag, 7.3.2025 von 17:30 – 20:30 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Alberta Albrecht
	Kosten	mit Pflegekasse 5,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 18,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Schürze, Dose für Reste, Getränk
	Info	Wer hat Lust zu Kochen?

Krapfen backen



	Wann	Samstag, 8.2.2025 von 9:30 – 14:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Helga Gröger
	Kosten	mit Pflegekasse 3,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 23,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Dose, damit ihr Reste mit nach Hause nehmen könnt, Schürze
	Info	Passend zur Jahreszeit machen wir wieder das beliebte Krapfen backen. Diese essen wir anschließend. Dazu trinken wir gemeinsam Punsch. Es wird ein gemütlicher Tag ☺

Wanderungen

Gilt für alle Wanderungen:

Da wir bei den Wanderungen mehrere Stunden unterwegs sein werden, braucht ihr eine gute Kondition.

Unsere Wanderungen sind **KEIN** Spaziergang!

Kommt gerne vorab auf uns zu, wenn ihr Eure Kondition nicht einschätzen könnt.

Dann finden wir gemeinsam heraus, ob die Wanderungen etwas für Euch sind.

Außerdem:

Turnschuhe sind **KEINE** Wanderschuhe!



Ihr braucht richtige Wanderschuhe, ansonsten kann es gefährlich werden.









Bei diesen Aktionen werden Fotos gemacht.



Wandern 1









	Wann	Sonntag, 9.2.2025 von 9:30 – 17:00 Uhr
	Wo	Eingangshalle Hauptbahnhof, Bahnhofplatz 2, 87435 Kempten
	Wer	Helga Gröger
	Kosten	mit Pflegekasse 5,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 38,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Essen und Getränke, Getränk für unterwegs, Rucksack, festes Schuhwerk, wettergerechte Kleidung, Schwerbehindertenausweis, Wertmarke
	Info	Wir machen eine schöne Winter- Wanderung rund um den Iller-Ursprung in Oberstdorf. Anschließend kehren wir gemütlich ein.

Wandern 2

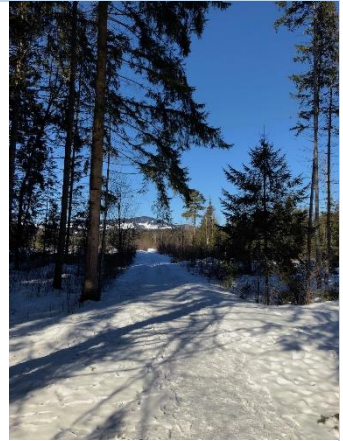
Winter-Grillen auf der Burgruine Wagegg



	Wann	Sonntag, 23.2.2025 von 10:00 – 16:00 Uhr
	Wo	Seniorentagesstätte Rottachstraße (Rottachstraße 48a, 87435 Kempten)
	Wer	Helga Gröger
	Kosten	mit Pflegekasse 8,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 35,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Getränk für unterwegs, Rucksack, festes Schuhwerk, wettergerechte Kleidung
	Info	Wanderung und Winter-Grillen auf der Burgruine Wagegg, weils letztes Jahr sooo schön war. In dem Preis sind Semmel, Würstle und Punsch enthalten.

Wandern 3







Erste Frühlings-Boten im Werdensteiner Moos



	Wann	Sonntag, 23.3.2025 von 10:00 – 17:00 Uhr
	Wo	Eingangshalle Hauptbahnhof, Bahnhofplatz 2, 87435 Kempten
	Wer	Helga Gröger
	Kosten	mit Pflegekasse 5,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 36,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Getränk für unterwegs, Rucksack, festes Schuhwerk, wettergerechte Kleidung, Schwerbehindertenausweis, Wertmarke
	Info	Wir machen eine schöne Wanderung rund ums Werdensteiner Moos zum Burgcafe Werdenstein. Dort erkennen wir auch schon die ersten Frühlings-Boten 😊

Das Musical Tarzan









	Wann	Sonntag, 9.2.2025 von 11:30 – 18:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Alberta Albrecht
	Kosten	mit Pflegekasse 35,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 64,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Essen und Getränke, Getränk für unterwegs, Schwerbehindertenausweis
	Info	Wir fahren nach Marktoberdorf und schauen uns Tarzan an. Fantastische Musik, bunte Kostüme und eine spannende Geschichte sorgen für einen tollen Abend.

Gemeinsam gegen Gewalt Work-Shop



FACHBERATUNGSSTELLE
FRAUENNOTRUF KEMPTEN

	Wann	<p>Montag, 10.2.2025 von 17:00 – 19:15 Uhr</p>
	Wo	<p>Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten</p>
	Wer	<p>Offene Hilfen</p>
	Kosten	<p>mit Pflegekasse kostenlos ohne Pflegekasse 9,00 € (Betreuungskosten)</p>
	Mitbringen	<p>Getränk</p>
	Info	<p>Wir machen zusammen mit Expertinnen einen Work-Shop.</p> <p>Ein Work-Shop ist ein Treffen, bei dem Menschen zusammenkommen, um gemeinsam zu lernen. Man spricht es: Wörk-Schop.</p> <p>Gefühle, Grenzen, Gewalt, Mobbing und Hilfen.</p> <p>Es wird sehr spannend, meldet euch gerne an 😊</p>







Valentinstagsparty



	Wann	Samstag, 15.2.2025 von 18:00 – 22:00 Uhr
	Wo	KulturWIRtschaft in der Allgäuhalle Kottener Straße 54, 87435 Kempten
	Wer	Team der Offene Hilfen
	Kosten	5,00 € (Sachkosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Essen und Getränke, Spaß und Offenheit neue Leute kennenzulernen
	Info	Egal ob du Single bist oder vergeben, alle sind herzlich Willkommen. Hier kannst du Freundschaften schließen oder Verabredungen ausmachen. Gerne könnt ihr auch Freunde mitnehmen. Wir freuen uns auf euch! Das Haus ist barrierefrei, hat jedoch keine barrierefreie Toilette. Bitte meldet euch, wenn ihr eine benötigt.
	Bei dieser Aktion werden Fotos gemacht.	







Winter-Spaziergang mit Kaffee und Kuchen



	Wann	Samstag, 8.3.2025 von 12:30 – 16:30 Uhr
	Wo	Parkplatz Schuh Herrmann, Weidacher Weg 4, 87437 Kempten
	Wer	Alberta Albrecht
	Kosten	mit Pflegekasse 2,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 20,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Getränk für unterwegs, Rucksack, festes Schuhwerk, wettergerechte Kleidung
	Info	Wir machen einen schönen langen Spaziergang an der Iller. Dann kehren wir zu Kaffee und Kuchen ein.

Kaffeeklatsch



	Wann	Freitag, 14.3.2025 von 15:00 – 17:00 Uhr
	Wo	Eingang Ratscafé, Rathausplatz 15-17, 87435 Kempten
	Wer	Alberta Albrecht
	Kosten	mit Pflegekasse 2,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 11,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Kuchen und Getränk
	Info	Bei Kuchen und Heißgetränken haben wir endlich Zeit zum Ratschen ☺







Breitach-Klamm



	Wann	Sonntag, 16.3.2025 von 13:00 – 17:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Carina Hierholzer
	Kosten	mit Pflegekasse 12,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 30,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Essen und Getränke, Rucksack, Getränke und Brotzeit, festes Schuhwerk, wettergerechte Kleidung
	Info	Zusammen wollen wir in der Breitach- Klamm wandern. Sie ist die tiefste Felsen-Schlucht Mittel- Europas.







Zum-Steinhaus mit Kaffee und Kuchen



	Wann	Sonntag, 23.3.2025 von 13:30 – 17:00 Uhr
	Wo	Zumsteinhaus, Residenzpl. 31, 87435 Kempten
	Wer	Lea Kreul
	Kosten	mit Pflegekasse 2,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 17,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Kaffee und Kuchen
	Info	Wir bekommen eine Führung im Zum-Steinhaus. Das Haus ist denkmalgeschützt. Das Stadtmuseum erzählt die 2000 - Jahre alte Stadt-Geschichte Kemptens. Es gibt spannende Mitmach-Stationen für alle Sinne. Danach gehen wir Kaffee trinken.







Männertreff



	Wann	Montag, 24.3.2025 von 17:30 – 20:30 Uhr
	Wo	Eingang BigBowl Kempten, Oberwanger Str. 43, 87439 Kempten
	Wer	Alex Wallisch
	Kosten	mit Pflegekasse 17,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 30,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Essen und Getränke
	Info	Wir gehen zum Billard und Darts spielen. Endlich sind wir Männer mal wieder unter uns. 😊

Kreatives Malen



	Wann	Sonntag, 30.3.2025 von 11:00 – 15:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Carina Hierholzer
	Kosten	mit Pflegekasse 10,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 28,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Klamotten, die dreckig werden dürfen, Getränk, Brotzeit
	Info	Hast du Lust zu malen und tobst dich dabei gerne aus? Zusammen können wir kreativ werden 😊

Wir freuen uns auf die kommenden Aktionen!



Euer Offene Hilfen Team 😊



Offene Hilfen Schwalbenweg 61 | 87439 Kempten

Tel.: 0831 59110 -63
offene.hilfen@lebenshilfe-kempten.de



Unsere Bilder der leichten Sprache:

© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger
Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers

Weitere OBA-Angebote findest du bei folgenden Anbietern:



Lebenshilfe Sonthofen: Fr. Elsässer

(Tel. 08321 609590-14 /

Mail: alexandra.elsaesser@lebenshilfe-sonthofen.de)



Mobile Behindertenhilfe der Körperbehinderten Allgäu e.V.:

Fr. Schorm

(Tel. 0831 51239 350 / Mail: L.schorm@kb-allgaeu.de)



Caritas Kempten: Fr. Schwandke

(Tel. 0831 960880 17 / Mail: simone.schwandke@caritas-oa.de)



Gefördert durch die Bayerische Staatsregierung



Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration