

OFFENE HILFEN

FBB/OBA-PROGRAMM

Oktober-Dezember 2025

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

Liebe OBA-Teilnehmende,

es wird Herbst,

und damit ist wieder Zeit für neue Freizeit-Angebote.

Schaut doch mal in unser neues OBA-Programm für die Monate **Oktober-Dezember** rein.

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

Bis bald 😊

Bitte meldet Euch bis zum **21.9.2025** 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 aus 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 **21.9.2025** 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 €.

Bitte beachten: Wenn Aktionen länger als 8 Stunden dauern, wird das Pflegegeld gekürzt.

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



Lara Pfeifer

Werkstudentin Offene Hilfen

Tel. 0831 / 59110 – 63

E-Mail: l.pfeifer@lebenshilfe-kempten.de

Bürotage: Montag bis Mittwoch



Übersicht der Aktionen Oktober-Dezember 2025

Oktober:

Oktober						
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		1	2	3	4	5
				Kräuter- wanderung		
6	7	8	9	10	11	12
					Wochen- markt, Herbst- spaziergang	Wandern 1
13	14	15	16	17	18	19
	Schwimmen 1	Times		Freitagsclub 1	Lama- wanderung, Herr der Diebe	
20	21	22	23	24	25	26
	Klettern 1	Kino 1	Kochen 1	Oktoberfest- party	Sturmanns- höhle	
27	28	29	30	31		
One Vision of Queen	Bowling 1	Pizza backen und Spieleabend				

November:

November						
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
					1	2
						Kerstin Ott
3	4	5	6	7	8	9
			Männer- treff	Kreatives Malen		Zeppelin- Musical
10	11	12	13	14	15	16
	Schwimmen 2	Stammtisch	Kochen 2		Planetarium	Dt. Museum Verkehrszentrum
17	18	19	20	21	22	23
	Kino 2, Bowling 2			Freitagsclub 2		BMW- Museum
24	25	26	27	28	29	30
	Klettern 2				Weihnachts- markt Ulm	

Dezember:

Dezember						
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
1			4	5	6	7
	Kino 3	Pizza essen gehen		Weihnachtsmarkt Kempten		Memminger Weihnachtsmarkt
8	9	10	11	12	13	14
	Schwimmen 3		Orientalisch essen gehen	Lumagica	Spielenachmittag mit Lebkuchen und Punsch	Wandern 2
15	16	17	18	19	20	21
	Bowling 3		Kochen 3	Kaffeeklatsch	Adventsbrunch	Peterchens Mondfahrt
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Zeig dein Talent



Hast du ein Talent?

Möchtest du es anderen in einer OBA-Aktion zeigen und dein Wissen teilen?

Egal ob Malen, Fotografieren, Musik, Kochen oder etwas ganz anderes- mach mit und inspiriere andere!

Melde dich bei uns – wir freuen uns auf dich und andere OBA-Teilnehmer auch 😊



Kräuter-Wanderung und Kräuter-Salz herstellen



	Wann	Freitag, 3.10.2025 von 10:00 – 13:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Carina Hierholzer
	Kosten	mit Pflegekasse kostenlos ohne Pflegekasse 14,00 € (Betreuungskosten)
Unsere Spenden übernehmen die Sachkosten für die Aktion.		
	Mitbringen	Wetterfeste Kleidung, feste Schuhe, Getränk
	Info	Wir gehen Kräuter sammeln. Danach machen wir aus den gesammelten Kräutern ein leckeres Kräuter-Salz. 😊

Wochen-Markt Kempten



	Wann	Samstag, 11.10.2025 von 10:30 – 13:00 Uhr
	Wo	Zumsteinhaus Residenzplatz 31, 87435 Kempten
	Wer	Vera Eberheißinger
	Kosten	mit Pflegekasse 2,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 13,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Leckereien auf dem Wochenmarkt, wettergerechte Kleidung
	Info	Zusammen gehen wir auf den Wochen- Markt in Kempten. Es gibt auch viele Leckereien zu probieren. 😊

Herbstspaziergang und Kaffee und Kuchen



	Wann	Samstag, 11.10.2025 von 14:00 – 16:00 Uhr
	Wo	Eingang Cafe Tara, Feichtmayrstraße 37, 87435 Kempten
	Wer	Verena Jetzinger
	Kosten	mit Pflegekasse 2,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 11,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Kaffee und Kuchen, wetterfeste Kleidung
	Info	Zusammen gehen wir spazieren. Danach gehen wir in ein Cafe, trinken gemütlich etwas und essen ein Stück Kuchen.

Wanderungen

Achtung, diese Info 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

Herbstwanderung zur Alpe Reuterwanne



	Wann	Sonntag, 12.10.2025 von 9:30 – 16:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Helga Gröger
	Kosten	mit Pflegekasse kostenlos ohne Pflegekasse 30,00 € (Betreuungskosten)
	Unsere Jubiläumsspenden übernehmen die Sachkosten 😊	
	Mitbringen	Feste Wanderschuhe, wettergerechte Kleidung, Brotzeit, Getränke, Taschengeld
	Info	Wir machen eine schöne Wanderung durch den bunten Herbstwald. Danach kehren wir gemütlich zu Kaffee und Kuchen oder einer deftigen Brotzeit ein.

Wandern 2

Jahres-Abschluss der Wander-Gruppe



	Wann	Sonntag, 14.12.2025 von 10:00 – 17:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Helga Gröger
	Kosten	mit Pflegekasse 4,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 35,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Feste Wanderschuhe, wettergerechte Kleidung, Brotzeit, Getränke, Taschengeld
	Info	Viele von Euch waren dieses Jahr bei unseren schönen Wanderungen und Ausflügen dabei. Heute wird unsere Runde etwas kürzer und wir kochen zum Abschluss gemeinsam die von allen geliebten Kässpatzen.

Schwimmen



	Wann	Dienstag, 14.10.2025 Dienstag, 11.11.2025 ...  <i>Teenie Treff</i> Dienstag, 9.12.2025 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 😊

Essen gehen im Times



	Wann	Mittwoch, 15.10.2025 von 18:00 – 20:30 Uhr
	Wo	Eingang Times Kempten, Bahnhofstraße 44, 87435 Kempten
	Wer	Carina Hierholzer
	Kosten	mit Pflegekasse 3,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 14,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Genug Taschengeld für Essen und Getränke
	Info	Zusammen gehen wir im Times essen und lassen es uns schmecken.

Freitagsclub mit Gabi 1



	Wann	Freitag, 17.10.2025 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 18,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Getränk
	Info	Bei unserem ersten Freitagsclub machen wir leckere Obstspieße. Wir freuen uns schon auf euch 😊

Freitagsclub mit Gabi 2



	Wann	Freitag, 21.11.2025 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 18,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Brotzeit und Getränk
	Info	Bei unserem zweiten Freitagsclub wollen wir gemeinsam Weihnachts-Kerzen basteln.

Theater Herr der Diebe



	Wann	Samstag, 18.10.2025 von 16:15 -18:45 Uhr
	Wo	Eingang Stadtjugendring, Bäckerstraße 9, 87435 Kempten
	Wer	Lea Kreul
	Kosten	mit Pflegekasse 12,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 25,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Schwerbehindertenausweis, evtl. Getränk
	Info	Kommt mit nach Venedig – eine schöne und geheimnisvolle Stadt mit engen Gassen und vielen Kanälen. Treff den geheimnisvollen „Herrn der Diebe“ und seine Kinderbande. Erlebt, wie es den Waisenkindern Bo und Prosper geht, die vor ihrer strengen Tante fliehen.

Lamawanderung



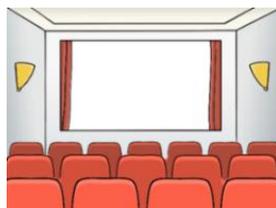
	Wann	Samstag, 18.10.2025 von 11:00 – 18:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Alberta Albrecht
	Kosten	mit Pflegekasse 10,00 €(Sachkosten) ohne Pflegekasse 40,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Unsere Jubiläumsspenden übernehmen einen Teil der Kosten 😊	
	Mitbringen	Wetterfeste Kleidung, Getränk, Taschengeld für Essen und Getränke
	Info	Wir fahren mit den Lebenshilfe-Autos nach Kaufbeuren/Oberbeuren. Dort machen wir eine schöne Lamawanderung.

Klettern



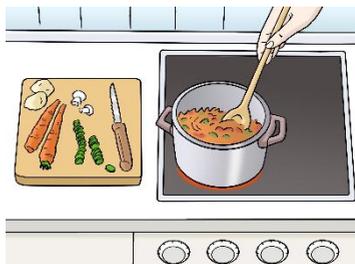
	Wann	Dienstag, 21.10.2025 Dienstag, 25.11.2025 von 18:00 – 20:30 Uhr
	Wo	Eingang DAV Alpinzentrum swoboda alpin Aybühlweg 69, 87439 Kempten
	Wer	Lea Kreul
	Kosten	mit Pflegekasse 17,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 30,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Unsere Jubiläumsspenden übernehmen einen Teil der Eintritts-Kosten 😊	
	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.

Kino



	Wann	Mittwoch, 22.10.2025 Dienstag, 18.11.2025 Dienstag, 2.12.2025 Uhrzeit: offen
	Wo	Colosseum Kino Kempten (Vordereingang) Königstraße 3, 87435 Kempten
	Wer	Alberta Albrecht
	Kosten	mit Pflegekasse 7,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 19,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Getränke und Knabberereien, 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.

Kochen & Backen



	Wann	<p>Donnerstag, 23.10.2025 (Der Herbst ist da)</p> <p>Donnerstag, 13.11.2025 (vorweihnachtliches Backen)</p> <p>Donnerstag 18.12.2025 (Plätzchen backen)</p> <p>von 17:30 - 20:30 Uhr</p>
	Wo	<p>Tom-Mutters-Schule (Vordereingang)</p> <p>Schwalbenweg 61, 87439 Kempten</p>
	Wer	<p>Alberta Albrecht</p>
	Kosten	<p>mit Pflegekasse 5,00 € (Sachkosten)</p> <p>ohne Pflegekasse 19,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)</p>
	Mitbringen	<p>Schürze, Dose für Reste, Getränk</p>
	Info	<p>Wer hat Lust zu kochen?</p>

Oktoberfestparty



	Wann	Freitag, 24.10.2025 von 18:00 – 22:00 Uhr
	Wo	KulturWIRtschaft in der Allgäuhalle Kotterner Straße 54, 87435 Kempten
	Wer	Team der Offenen Hilfen
	Kosten	5,00 € Sachkosten
	Mitbringen	Taschengeld für Essen und Getränke, Spaß und Offenheit neue Leute kennenzulernen, Gerne in Tracht (wer eine hat)
		Unsere Jubiläumsspenden übernehmen einen Teil der Kosten 😊
	Info	Ihr alle habt euch nochmal eine Party gewünscht, also: Wir machen eine Oktoberfest-Party! 😊 Gerne könnt ihr auch Freunde mitnehmen. Wir freuen uns auf euch! Das Haus ist barrierefrei, hat jedoch keine barrierefreie Toilette.
		Bei dieser Aktion werden Fotos gemacht.

Sturmannshöhle mit mystischem Programm



	Wann	Samstag, 25.10.2025 von 16:00 – 22:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Carina Hierholzer
	Kosten	mit Pflegekasse 25,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 53,00 €(Sach- u. Betreuungskosten)
 Unsere Jubiläumsspenden übernehmen einen Teil der Kosten 😊		
	Mitbringen	Festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung, Getränk für unterwegs, Schwerbehindertenausweis
	Info	Wir fahren mit den Lebenshilfe-Autos zur Sturmannshöhle. Dort machen wir eine Fackelwanderung. Es ist ein mystischer Weg mit vielen Sagen. Anschließend essen wir im Höhlenstüble frische Kässpätzten mit grünem Salat.

One Vision of Queen



	Wann	Montag, 27.10.2025 von 18:45 – 22:45 Uhr
	Wo	KulturWIRtschaft in der Allgäuhalle Kotterner Straße 54, 87435 Kempten
	Wer	Alex Wallisch
	Kosten	mit Pflegekasse 60,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 78,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Unsere Jubiläumsspenden übernehmen einen Teil der Eintritts-Kosten 😊	
	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	Marc Martel wird oft mit Freddie Mercury verglichen. Seine Stimme klingt fast genauso. Er ist einer der besten Queen-Sänger weltweit. Über 250.000 Menschen im deutschsprachigen Raum haben seine Show „One Vision of Queen“ gesehen. Die Show gab es hier zum ersten Mal im Jahr 2020 und seitdem immer wieder.

Bowling



	Wann	Dienstag, 28.10.2025 Dienstag, 18.11.2025 Dienstag, 16.12.2025 von 17:30 -20:30 Uhr <div style="float: right; border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; margin-top: 10px;"> Teenie Treff </div>
	Wo	Kegel- und Bowlingcenter (Vordereingang) Kurt-Blaschke-Str. 5, 87439 Kempten
	Wer	Anna-Lena Seiberle
	Kosten	mit Pflegekasse 2,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 16,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Essen und Getränke, 2,50 € für die Bowling-Schuhe
	Info	Wir freuen uns schon auf die nächsten Bowling-Abende. Gemeinsam essen wir zu Abend.

Pizza backen und Spieleabend



	Wann	Mittwoch, 29.10.2025 von 18:00 – 21:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Lea Kreul
	Kosten	mit Pflegekasse kostenlos ohne Pflegekasse 14,00 € (Betreuungskosten)
		Unsere Jubiläumsspenden übernehmen die Sachkosten 😊
	Mitbringen	Getränk, Dose für Reste
	Info	Gemeinsam wollen wir ein paar schöne Stunden zusammen genießen, in denen wir Pizza backen und einen Spieleabend machen.

Kerstin Ott (Big Box)



	Wann	Sonntag, 2.11.2025 von 18:00 – 20:30 Uhr
	Wo	KulturWIRtschaft in der Allgäuhalle Kotterner Straße 54, 87435 Kempten
	Wer	Lea Kreul
	Kosten	mit Pflegekasse 50,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 60,00 € (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.
	Unsere Jubiläumsspenden übernehmen einen Teil der Eintritts-Kosten 😊	
	Info	Wir gehen auf ein Konzert von Kerstin Ott. Sie ist eine der erfolgreichsten Stimmen der deutschen Musikszene. Freut euch!

Männertreff



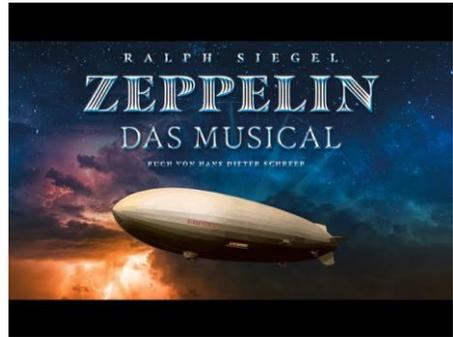
	Wann	Donnerstag, 6.11.2025 von 18:00 – 21:00 Uhr
	Wo	Josis Billard Arena, Haubenschloßstraße 4a, 87435 Kempten
	Wer	Alex Wallisch
	Kosten	mit Pflegekasse 15,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 28,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Essen und Getränke
	Info	Gemeinsam gehen wir in die Billardarena. Dort essen wir eine Kleinigkeit und spielen dann Billard oder Darts.

Kreatives Malen



	Wann	Freitag, 7.11.2025 von 17:00 – 20:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Carina Hierholzer
	Kosten	mit Pflegekasse kostenlos ohne Pflegekasse 14,00 € (Betreuungskosten)
	Unsere Jubiläumsspenden übernehmen die Sachkosten 😊	
	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 😊

Zeppelin-Musical



	Wann	Sonntag, 9.11.2025 von 13:30 – 19:30 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Lea Kreul
	Kosten	mit Pflegekasse 50,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 75,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Schwerbehindertenausweis, Getränk
	Info	Mit den Autos der Lebenshilfe fahren wir nach Füssen. Dort schauen wir uns das Zeppelin- Musical an.

Stammtisch

Stammtisch

ehemalige Schüler der TMS, OBA-ler,

	Wann	Mittwoch, 12.11.2025 von 19:00 – 21:00 Uhr
	Wo	Künstlercafé Beethovenstraße 2, 87435 Kempten
	Kosten	kostenlos
	Mitbringen	Taschengeld für Essen und Getränke
	Info	Ein Stammtisch für (ehemalige) Schüler*innen der TMS, OBA'ler*innen und Interessierte.

Planetarium Augsburg



	Wann	Samstag, 15.11.2025 von 10:15 – 19:30 Uhr
	Wo	Eingangshalle Hauptbahnhof, Bahnhofplatz 2, 87435 Kempten
	Wer	Alberta Albrecht
	Kosten	mit Pflegekasse 10,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 50,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Schwerbehindertenausweis mit Wertmarke, Taschengeld für Essen und Getränke
	Info	Mit moderner Technik siehst du das Weltall auf einer großen Kuppel. Du sitzt dabei in einem bequemen Sessel und erlebst eine spannende Reise. Achtung: Schnelle, visuelle Effekte, erhöhte Lautstärke → diese Show ist nicht für Personen geeignet, die darauf empfindlich reagieren.

Achtung: Die Aktion dauert länger als 8 Stunden. Deshalb wird das Pflegegeld für diesen Tag gekürzt.

Verkehrszentrum des Deutschen Museum

- was uns bewegt
(Bavariapark)



	Wann	Sonntag, 16.11.2025 von 9:00 – 19:00 Uhr
	Wo	Eingangshalle Hauptbahnhof, Bahnhofplatz 2, 87435 Kempten
	Wer	Helga Gröger
	Kosten	mit Pflegekasse 8,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 53,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Schwerbehindertenausweis mit Wertmarke, Taschengeld für Essen und Getränke, Getränk und Essen für die Fahrt
	Info	Vom Rennauto bis zur Dampflok, vom Hochrad bis zum ICE – im Verkehrszentrum seht ihr nahezu alles, mit dem man sich auf der Erde bewegen kann. Die drei Ausstellungs-Bereiche erzählen die Geschichte von Stadtverkehr, Reisen und Mobilität.

Achtung: Die Aktion dauert länger als 8 Stunden. Deshalb wird das Pflegegeld für diesen Tag gekürzt.

BMW Museum München



	Wann	Sonntag, 23.11.2025 von 8:45 – 16:45 Uhr
	Wo	Eingangshalle Hauptbahnhof, Bahnhofplatz 2, 87435 Kempten
	Wer	Vera Eberheißinger
	Kosten	mit Pflegekasse 15,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 50,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Wettergerechte Kleidung, Schwerbehindertenausweis mit Wertmarke, Essen und Getränke für die Hinfahrt, Taschengeld für Getränke und Essen vor Ort Achtung: Die Mitnahme von Schirmen, großen Taschen, sowie Getränken und Speisen ist nicht möglich
	Info	Wir fahren mit dem Zug nach München. Dort gehen wir in das BMW Museum. Das wird ein toller Ausflug 😊

Achtung: Die Aktion dauert länger als 8 Stunden. Deshalb wird das Pflegegeld für diesen Tag gekürzt.

Weihnachtsmarkt Ulm



	Wann	Samstag, 29.11.2025 von 15:00 – 21:30 Uhr
	Wo	Eingangshalle Hauptbahnhof, Bahnhofplatz 2, 87435 Kempten
	Wer	Carina Hierholzer
	Kosten	mit Pflegekasse 3,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 32,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Wettergerechte warme Kleidung, Taschengeld für Essen und Getränke, Schwerbehindertenausweis mit Wertmarke
	Info	Wir fahren mit dem Zug nach Ulm. Dort gehen wir auf den Weihnachtsmarkt.

Pizza essen gehen



	Wann	Mittwoch, 3.12.2025 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. Wir freuen uns auf euch!

Weihnachtsmarkt Kempten und Pizza essen



	Wann	Freitag, 5.12.2025 von 17:00 – 20:30 Uhr
	Wo	Hauptverwaltung Lebenshilfe, Sankt-Mang-Platz 5, 87435 Kempten
	Wer	Alberta Albrecht
	Kosten	mit Pflegekasse 2,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 18,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Essen und Getränke
	Info	Zusammen schlendern wir über den Kemptner Weihnachtsmarkt. Anschließend gehen wir Pizza essen.

Memminger Weihnachtsmarkt



	Wann	Sonntag, 7.12.2025 von 16:15 – 19:30 Uhr
	Wo	Eingangshalle Hauptbahnhof, Bahnhofplatz 2, 87435 Kempten
	Wer	Vera Eberheißinger
	Kosten	mit Pflegekasse 2,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 16,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Wettergerechte warme Kleidung, Taschengeld für Essen und Getränke am Markt, Schwerbehindertenausweis mit Wertmarke
	Info	Mit dem Zug fahren wir nach Memmingen. Dort gehen wir auf den Memminger Weihnachtsmarkt.

Orientalisch Essen gehen



	Wann	Donnerstag, 11.12.2025 von 18:00 – 20:00 Uhr
	Wo	Hauptverwaltung Lebenshilfe, Sankt-Mang-Platz 5, 87435 Kempten
	Wer	Lea Kreul
	Kosten	mit Pflegekasse 2,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 11,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Essen und Getränke
	Info	Wir möchten orientalisch essen gehen 😊

Lumagica



	Wann	Freitag, 12.12.2025 von 17:00 – 22:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Carina Hierholzer
	Kosten	mit Pflegekasse 30,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 52,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Schwerbehindertenausweis, Taschengeld für die Highline, ca. 10 € (wer mag)
	Info	Wir fahren mit den Lebenshilfe-Autos zusammen nach Reutte. Dort möchten wir uns einen tollen Lichterpark ansehen. Das ist eine funkelnde Fantasie-Welt 😊 Wer mag, kann anschließend noch auf die Highline.

Spielesachmittag mit Lebkuchen und Punsch



	Wann	Samstag, 13.12.2025 von 14:00 – 17:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Verena Jetzinger
	Kosten	mit Pflegekasse 3,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 17,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Lust auf Spielen
	Info	Wir möchten bei Lebkuchen und Punsch spielen. Wir verbringen einen schönen Nachmittag.

Kaffeeklatsch



	Wann	Freitag, 19.12.2025 von 15:00 – 17:00 Uhr
	Wo	Künstlercafe, Beethovenstraße 2, 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 leckeren Getränken haben wir endlich Zeit zum Reden 😊

Adventsbrunch



	Wann	Samstag, 20.12.2025 von 9:30 – 14:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Helga Gröger
	Kosten	mit Pflegekasse kostenlos ohne Pflegekasse 20,00 € (Betreuungskosten)
	Unsere Jubiläumsspenden übernehmen die Sachkosten 😊	
	Mitbringen	Hunger, evtl. Dose für Reste
	Info	Kurz vor Weihnachten machen wir einen Überraschungs-Brunch. Ihr dürft zusammen backen, schnippeln und rühren. Ein herrlicher Duft, Adventsmusik und unser gemeinsames Werk an Köstlichkeiten - so darf Weihnachten kommen.

Peterchens Mondfahrt Theater



	Wann	Sonntag, 21.12.2025 von 14:00 – 18:00 Uhr
	Wo	Treffpunkt: Ratscafe, Rathausplatz 15, 87435 Kempten Abholung: Stadttheater, Theaterstraße 4, 87435 Kempten
	Wer	Alberta Albrecht
	Kosten	mit Pflegekasse 13,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 30,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Schwerbehindertenausweis, Taschengeld für Kaffee und Kuchen
	Info	Wir gehen gemütlich Kaffee trinken. Danach gehen wir ins Stadttheater und schauen uns eine spannende Abenteuer- Geschichte an. Es geht um Mut und Freundschaft.

Jetzt kommt etwas Neues:

Auf den nächsten Seiten stellen wir dir
das Projekt Pixelbrücke vor.

Dort zeigen wir dir auch, wie du mitmachen kannst.



Bist du neugierig? Dann lies weiter 😊

Außerdem findest du auf unserer Website viele spannende
Informationen über das Projekt:

www.pixelbruecke.de



Pixelbrücke



Was ist das?

Pixelbrücke ist ein Projekt der Lebenshilfe Kempten.

Wir zeigen dir, wie du digitale Geräte nutzen kannst – zum Beispiel Handy, Tablet oder Computer.

Wir üben gemeinsam in kleinen Gruppen, in Beratungen oder in der offenen Sprechstunde.

So kannst du im Alltag besser mitmachen: im Internet, beim Schreiben von Nachrichten oder bei Apps.

Wichtig:

Die Pixelbrücke gehört **nicht** zum OBA-Programm.
Es ist ein eigenes Projekt.

Du kannst trotzdem zur Pixelbrücke kommen, auch wenn du bei der OBA nicht mitmachst.

Sprechstunde

Komm gerne zu uns in die offene Sprechstunde, wenn du Fragen zu deinem Handy oder Tablet hast oder Unterstützung im Umgang damit brauchst.

Du kannst zu den Sprechstundenzeiten ohne Termin vorbeikommen und deine Fragen mitbringen.

Wo?

ABW (Ambulant Betreutes Wohnen),
St. Mang-Platz 3, 87435 Kempten (Allgäu)

Wann?

1. Mittwoch, 01.10.2025, 11:00 – 12:00 Uhr
2. Mittwoch, 05.11.2025, 11:00 – 12:00 Uhr
3. Mittwoch, 03.12.2025, 11:00 – 12:00 Uhr

Zielgruppe: Menschen mit Unterstützungsbedarf in der
Lebenshilfe Kempten

Falls du vorab Fragen zu den offenen Sprechstunden hast,
schreib uns gerne:
pixelbruecke@lebenshilfe-kempten.de



Gefördert durch die
Aktion
MENSCH

Beratung

Hast du Probleme mit deinem Handy oder Tablet?
Dann komm gerne zu uns zur Einzelberatung.

Zum Beispiel lernst du, wie du Apps benutzt und sicher ins Internet gehst.

**Die Beratungen finden jeden Montag
von 18 bis 19 Uhr statt.***

Für die Beratung brauchst du einen Termin.

Zielgruppe: Menschen mit Unterstützungsbedarf in der
Lebenshilfe Kempten.

Wenn du Interesse hast, melde dich bitte per E-Mail an unter
pixelbruecke@lebenshilfe-kempten.de

*mit Ausnahme von Schulferienzeiten



Gefördert durch die
Aktion
MENSCH

Schulungen

Mach mit bei unseren Schulungen, wenn du lernen möchtest, wie du dein Handy oder Tablet sicher und selbstständig nutzen kannst.

Eine Schulung heißt: Ihr trefft euch in einer kleinen Gruppe und lernt gemeinsam etwas Neues.

Wann?

1. Schulung: 31.10.2025, 15:00 – 16:30 Uhr (mit Pause)
2. Schulung: 28.11.2025, 15:00 – 16:30 Uhr (mit Pause)

Zielgruppe: Menschen mit Unterstützungsbedarf in der Lebenshilfe Kempten.

Wenn du Interesse hast, melde dich bitte per E-Mail an unter pixelbruecke@lebenshilfe-kempten.de



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: Hr. Raichle

(Tel. 0831 960880 17 / Mail: stefan.raichle@caritas-oa.de)



Gefördert durch die Bayerische Staatsregierung



Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration