

OFFENE HILFEN

Freizeit-Freunde

Programm für den Zeitraum
Januar-März 2026

Freizeit, Bildung und Begegnung (FBB)
für Menschen mit und ohne kognitiven
Beeinträchtigungen ab 14 Jahren

Liebe Teilnehmende der Freizeit-Freunde,

es beginnt ein neues Jahr,

und damit ist wieder Zeit für neue Freizeit-Angebote.

Zum Start des neuen Jahres gibt es Neuigkeiten:

Die OBA heißt jetzt **Freizeit-Freunde** und der MMC heißt jetzt **KIDS-Club**.

Weitere Infos zu den neuen Namen findet ihr im Infoschreiben.

Schaut doch mal in unser neues Freizeit-Freunde-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 **14.12.2025** über den Anmeldebogen an.

Den Anmeldebogen findet ihr im Anhang oder auf unserer Homepage:

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

Informationen zum Freizeit-Freunde-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 Freizeit-Freunde-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 **14.12.2025** über den Anmeldebogen zu den Aktionen an.

offene.hilfen@lebenshilfe-kempten.de

Tel. 0831 / 59110 - 63

Informationen zur Anmeldung und Abmeldung

1. Suche dir Freizeit-Freunde-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-kempten.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 Freizeit-Freunde-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 ☺

Ansprechpartnerin für die Freizeit-Freunde

Janina Janser

Koordinatorin Offene Hilfen

Tel. 0831 / 59110 - 63

E-Mail:

j.janser@lebenshilfe-kempten.de

Bürotage: Montag bis Freitag



Übersicht der Aktionen Januar-März 2026

Januar:

Januar						
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
			1	2	3	4
5	6	7	8	9 Fackel- Wanderung	10	11 Marionetten- Theater Tarzan- Musical
12	13 Schwimmen 1	14	15 Kochen	16 Kino	17	18 Wandern 1
19	20	21	22	23	24	25
Klettern 1	Bowling 1	Jugend- Zentrum			Wildtier- Fütterung	
26	27	28	29	30 Kreatives Malen	31	

Februar:

Februar						
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
						1
						Neon Minigolf
2	3	4	5	6	7	8
	Schwimmen 2	Times	Kochen	Kaffeeklatsch	Krapfen backen	Breitach- klamm
					Kino	Kino
9	10	11	12	13	14	15
				Abendführung Mystisches Kempten		
16	17	18	19	20	21	22
						Wandern 2: Wintergrillen
						Musical die Päpstin
23	24	25	26	27	28	
	Bowling 2	Stammtisch		Freitagsclub		

März:

März						
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
						1
2	3	4	5	6	7	8
	Schwimmen 3		Kochen	Musikparade BigBox, Kino		
9	10	11	12	13	14	15
			Eiskönigin 1&2	Singleparty		Wandern 3
16	17	18	19	20	21	22
	Bowling 3					Kaffee & Kuchen im Sissi
23	24	25	26	27	28	29
Klettern 2		Times			Osterbacken	
30	31					
Crêpes und Waffelabend						

Zeig dein Talent



Hast du ein Talent?

Möchtest du es anderen in einer Freizeit-Freunde-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 Teilnehmende der Freizeit-Freunde auch 😊



Fackelwanderung



	Wann	Freitag, 9.1.2026 von 17:00 – 20:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Lea Kreul
	Kosten	mit Pflegekasse 3,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 17,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Rucksack, Getränke und Brotzeit, festes Schuhwerk, wettergerechte/ alte Kleidung anziehen
	Info	Wir machen eine Fackelwanderung. Weil es die letzten Male so schön war 😊

Marionetten-Theater Memmingen



	Wann	Sonntag, 11.1.2026 von 11:00 – 17:15 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, Wertmarke, Getränk, Taschengeld für Mittagessen
	Info	Zusammen fahren wir mit dem Zug nach Memmingen. Dort kehren wir ein. Dann schauen wir uns das Theater Hänsel und Gretel an.

Tarzan Musical (Big Box)



	Wann	Sonntag, 11.1.2026 von 14:00 – 17:00 Uhr
	Wo	KulturWIRtschaft in der Allgäuhalle Kotternstraße 54, 87435 Kempten
	Wer	Vera Eberheißinger
	Kosten	mit Pflegekasse 15,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 28,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld, Schwerbehindertenausweis Wichtige Regeln der Big-Box: 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	Zusammen schauen wir das Musical Tarzan an. Das Musical erzählt die Geschichte von einem Jungen, der im Dschungel mit Affen groß wird. Er lernt, was es bedeutet, ein Mensch zu sein. Er muss entscheiden, ob er bei den Tieren oder bei den Menschen leben möchte. Es ist in der Big Box Kempten.

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

Winterwanderung zur Alpe Schneidberg



	Wann	Sonntag, 18.1.2026 von 10:00 – 16:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Helga Gröger
	Kosten	mit Pflegekasse 11,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 38,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Feste Wanderschuhe, wettergerechte Kleidung, Getränke, Taschengeld
	Info	<p>Wir erleben den Winter bei einer schönen Wanderung zur Alpe Schneidberg.</p> <p>In der gemütlichen, warmen Stube kehren wir zu Kaffe und Kuchen oder Brotzeit ein.</p>

Wandern 2

Winter-Grillen



	Wann	Sonntag, 22.2.2026 von 10:00 – 16:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Helga Gröger
	Kosten	mit Pflegekasse 9,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 36,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Feste Wanderschuhe, wettergerechte Kleidung, Getränke, Taschengeld
	Info	Wir machen eine besondere Wanderung zum Start ins neue Jahr. Unterwegs stärken wir uns beim Wintergrillen. Es gibt Würstle und Punsch.

Wandern 3



	Wann	Sonntag, 15.3.2026 von 10:00 – 16:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Helga Gröger
	Kosten	mit Pflegekasse 8,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 35,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Feste Wanderschuhe, wettergerechte Kleidung, Brotzeit, Getränke, Taschengeld
	Info	Eine Wanderung vom Winter in den Frühling ☀ Lasst euch überraschen. Eine schöne Einkehr ist auch dabei.

Schwimmen



	Wann	Dienstag, 13.1.2026 Dienstag, 3.2.2026   Dienstag, 3.3.2026 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 

Klettern



	Wann	Montag, 19.1.2026 Montag, 23.3.2026 von 18:00 – 20:30 Uhr
	Wo	Eingang DAV Alpinzentrum swoboda alpin Aybühlweg 69, 87439 Kempten
	Wer	Lea Kreul
	Kosten	mit Pflegekasse 26,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 37,00 € (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.

Bowling



	Wann	Dienstag, 20.1.2026 Dienstag, 24.2.2026 ... Dienstag, 17.3.2026 von 17:30 -20:30 Uhr
	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.

Freizeit-Freunde im Jugendzentrum

Teenie Treff



	Wann	Mittwoch, 21.1.2026 von 15:30 – 18:30 Uhr
	Wo	Jugendzentrum Thingers, Schwalbenweg 69, 87439 Kempten
	Wer	Büro OH
	Kosten	mit Pflegekasse 2,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 15,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)

Das Jugendzentrum Thingers ist eines von drei Häusern der offenen Jugendarbeit des Stadtjugendrings Kempten.

Offene Jugendarbeit heißt, dass jede:r ohne Anmeldung vorbeikommen und mitmachen kann. Das Jugendzentrum ist ein Treffpunkt für alle jungen Menschen, die zwischen **12 und 21 Jahren** alt sind.

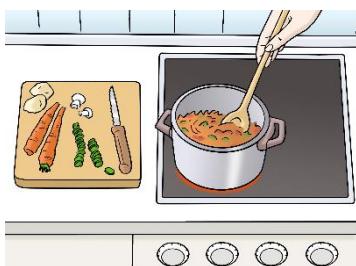
Im Jugendzentrum geht es darum andere Jugendliche kennen zu lernen und gemeinsam Spaß zu haben. Es gibt im Jugendzentrum ein Café, eine Computer-Spiel-Zone, eine Küche, eine Disco, eine Kreativwerkstatt, einen Trainingsraum und ein Tonstudio. Jede:r kann machen, auf was er/sie Lust hat!

Alle Mitarbeiter:innen im Jugendzentrum haben eine pädagogische Ausbildung. Das heißt, das Team besteht aus Sozialpädagog:innen oder Erzieher:innen. Sie sind Ansprechpartner:innen für alle Themen, die die Jugendlichen mitbringen, wie z.B. Schule, Freunde, Hobbies und vieles mehr.

Weitere Infos, Öffnungszeiten und weiteres gibt es bei dem QR-Code.

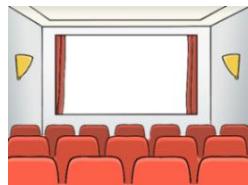


Kochen & Backen



	Wann	Donnerstag, 15.1.2026 Donnerstag, 5.2.2026 Donnerstag, 5.3.2026 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 19,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Schürze, Dose für Reste, Getränk
	Info	Wer hat Lust zu kochen?

Kino



	Wann	Freitag, 16.1.2026 (Alberta) Samstag, 7.2.2026 (Verena)  Sonntag, 8.2.2026 (Alberta) Freitag, 6.3.2026 (Alberta) Uhrzeit: offen
	Wo	Colosseum Kino Kempten (Vordereingang) Königstraße 3, 87435 Kempten
	Wer	Alberta Albrecht, Verena Jetzinger
	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.

Wildtierfütterung Schwangau



	Wann	Samstag, 24.1.2026 von 13:00 – 17:30 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Carina Hierholzer
	Kosten	mit Pflegekasse 10,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 30,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Schwerbehindertenausweis, Taschengeld, Brotzeit und Getränk
	Info	Wir fahren nach Schwangau zur Wildtierfütterung. Dort können wir sehen wie Tiere gefüttert werden. Das wird ein tolles Erlebnis!

Kreatives Malen



	Wann	Freitag, 30.1.2026 von 17:00 – 20:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Carina Hierholzer
	Kosten	mit Pflegekasse 10,00 € ohne Pflegekasse 23,00 € (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 ☺

Neon Minigolf



	Wann	Sonntag, 1.2.2026 von 14:45 – 18:00 Uhr
	Wo	Eingang Code Red Action Park Dieselstraße 45, 87437 Kempten
	Wer	Vera Eberheißinger
	Kosten	mit Pflegekasse 13,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 25,00 (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Schwerbehindertenausweis, Taschengeld, Essen und Getränke, 1,50 € für eine 3D-Brille (wer will), lockere Kleidung, Turnschuhe
	Info	Gemeinsam gehen wir wieder zum Schwarzlicht-Minigolf. Das ist Minigolf, bei dem alles im Dunkeln leuchtet – ein richtig cooles und buntes Abenteuer! Achtung: es gibt dort Lichteffekte

Essen gehen im Times



	Wann	Mittwoch, 4.2.2026 Mittwoch, 25.3.2026 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.

Kaffeeklatsch



	Wann	Freitag, 6.2.2026 von 15:00 – 17:00 Uhr
	Wo	Ratscafe, Rathausplatz 15, 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 ☺

Krapfen backen



	Wann	Samstag, 7.2.2026 von 10:00 – 14:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Helga Gröger
	Kosten	mit Pflegekasse 3,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 22,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Dosen für Reste
	Info	<p>Passend zur Jahreszeit backen wir zusammen wieder leckere Krapfen.</p> <p>Diese essen wir anschließend.</p> <p>Dazu trinken wir gemeinsam Kaffee oder Punsch.</p>

Breitachklamm



	Wann	Sonntag, 8.2.2026 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.
	Bei dieser Aktion werden Fotos gemacht.	

Abendführung Mystisches Kempten



	Wann	Freitag, 13.2.2026 von 16:45 – 18:45 Uhr
	Wo	Eingang der Erasmuskapelle am St.-Mang-Platz, 87435 Kempten
	Wer	Vera Eberheißinger
	Kosten	mit Pflegekasse 12,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 21,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Kuchen und Getränk
		Stimmungsvolle Orte, stille Plätze und dazu gruselige Geschichten und mystische Erzählungen.
	Info	Dieser Rundgang in der Dunkelheit bei Kerzenlicht ist etwas ganz Besonderes. Du wirst erfahren, was in Kempten in der Vergangenheit passiert ist.

Musical Die Päpstin



Aktion wird
durch Spenden unterstützt



	Wann	Sonntag, 22.2.2026 von 12:00 – 18:30 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	Brotzeit, Schwerbehindertenausweis, Getränk, Taschengeld
	Info	<p>Johanna wird 814 als Tochter eines Pfarrers geboren. Schon früh zeigt sie viel Schlauheit und den Wunsch zu lernen. Trotz des strengen Vaters lernt sie heimlich lesen und schreiben. Sie kämpft dafür, auch in schwierigen Zeiten viel Wissen zu erlangen.</p> <p>Wir schauen uns ihre Geschichte als Musical an. Das wird spannend.</p>

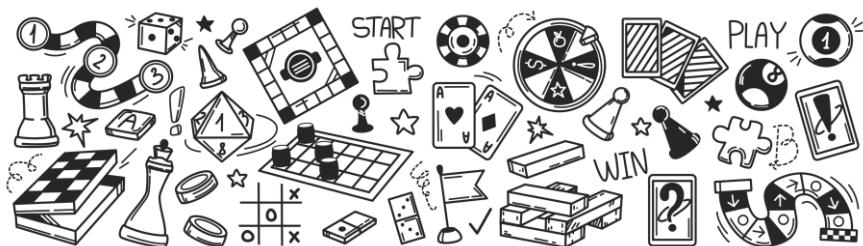
Stammtisch



ehemalige Schüler der TMS, OBA-ler,

	Wann	Mittwoch, 25.2.2026 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, Freizeit-Freund*innen und Interessierte.

Freitagsclub mit Gabi



	Wann	Freitag, 27.2.2026 von 17:00 – 19:30 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	<p>Wir machen uns einen gemütlichen Spiele-Abend..</p> <p>Wir freuen uns schon auf euch 😊</p>

Musikparade (Big Box)



	Wann	Freitag, 6.3.2026 von 18:30 – ca. 22:30 Uhr
	Wo	KulturWIRtschaft in der Allgäuhalle Kotternstraße 54, 87435 Kempten
	Wer	Lea Kreul
	Kosten	mit Pflegekasse 68,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 86,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld, Schwerbehindertenausweis Wichtige Regeln der Big-Box: 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	Europas größte Tournee der Militär- und Blasmusik. Freut Euch auf 400 Musiker und Musikerinnen aus sieben Nationen und musikalische Vielfalt.

Eiskönigin 1&2 (Big Box)



Aktion wird
durch Spenden unterstützt



	Wann	Donnerstag, 12.3.2026 von 18:00 – ca. 22:00 Uhr
	Wo	KulturWIRtschaft in der Allgäuhalle Kotternstraße 54, 87435 Kempten
	Wer	Vera Eberheißinger
	Kosten	mit Pflegekasse 40,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 58,00 € (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!

Singleparty



Aktion wird
durch Spenden unterstützt



	Wann	Freitag, 13.3.2026 von 18:00 – 21:30 Uhr
	Wo	KulturWIRtschaft in der Allgäuhalle Kotternstraße 54, 87435 Kempten
	Wer	Team der Offenen Hilfen
	Kosten	5,00 € Eintritt
	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 aber keine barrierefreie Toilette. Bitte meldet euch, wenn ihr eine benötigt.
	Bei dieser Aktion werden Fotos gemacht.	

Circus Krone



Aktion wird
durch Spenden unterstützt



	Wann	Sonntag, 15.3.2026 von 10:00 – 19:30 Uhr
	Wo	Eingangshalle Hauptbahnhof, Bahnhofplatz 2, 87435 Kempten
	Wer	Alberta Albrecht
	Kosten	mit Pflegekasse 25,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 70,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Geld für Imbiss und Brotzeit und Getränk
	Info	<p>Wir fahren mit dem Zug nach München. Dort besuchen die Vorstellung Circus Krone Farbenspiel. Hier erleben wir eine bunte Show mit tollen Farben und vielen Überraschungen!</p>
<p>Achtung: Die Aktion dauert länger als 8 Stunden. Deshalb wird das Pflegegeld für diesen Tag gekürzt.</p>		

Kaffee und Kuchen im Sissi



	Wann	Sonntag, 22.3.2026 von 14:30 – 17:00 Uhr
	Wo	Hauptverwaltung Lebenshilfe, St.-Mang-Platz 5, 87439 Kempten
	Wer	Vera Eberheißinger
	Kosten	mit Pflegekasse 2,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 13,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Taschengeld für Kuchen und Getränk
	Info	Wir gehen in das Cafe Sissis Zuckerbäckerei. Dort ist fast alles in pink. Bei Kuchen und leckeren Getränken haben wir endlich Zeit zum Reden ☺

Osterbacken



	Wann	Samstag, 28.3.2026 von 14:00 – 17:00 Uhr
	Wo	Tom-Mutters-Schule (Vordereingang) Schwalbenweg 61, 87439 Kempten
	Wer	Verena Jetzinger
	Kosten	mit Pflegekasse 5,00 € (Sachkosten) ohne Pflegekasse 18,00 € (Sach- u. Betreuungskosten)
	Mitbringen	Schürze, Getränk
	Info	Zusammen backen wir passend zu Ostern besondere Leckereien.

Crepes – und Waffelabend



	Wann	Montag, 30.3.2026 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
	Info	Zusammen wollen wir wieder leckere Crepes mit süßer und herzhafter Füllung machen. Mhh wie das duftet ☺

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

TTTTTT

Pixelbrücke



Was ist das?

Die 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 Freizeit-Freunde-Programm.

Es ist ein eigenes Projekt.

Du kannst zur Pixelbrücke kommen, auch wenn du bei den Freizeit-Freunden nicht mitmachst.

Gefördert durch die

AKTION
MENSCH

Offene 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?

Freitag, den 16.1. 13-14:30 Uhr

Freitag, den 20.2. 13-14:30 Uhr

Freitag, den 6.3. 13-14:30 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.

Wir kommen zur Beratung auch in deine Wohngruppe!

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

TTTTT

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?

Freitag, den 9.1. 15-16:30 Uhr

Freitag, den 27.2. 15-16:30 Uhr

Freitag, den 13.3. 15-16:30 Uhr

Zielgruppe: Menschen mit Unterstützungsbedarf in der Lebenshilfe Kempten.

Wir kommen für eine Schulung auch in deine Wohngruppe!

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

TTTTT

Gefördert durch die

Aktion
MENSCH

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.elsässer@lebenshilfe-sonthofen.de)



Mobile Behindertenhilfe der Körperbehinderten Allgäu e.V.:

Hr. Wiedenmayer

(Tel. 0831 51239 350 / Mail: M.Wiedenmayer@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