Lebenshilfe
Mülheim an der Ruhr

Freizeitangebote 2025 – 1. Halbjahr

Unsere Freizeitabteilung erweitert ihr Programm: Neu dabei sind Geocaching und Kegeln, ergänzt durch unsere bewährten, inklusiven Freizeitaktivitäten. Ob Altbewährtes oder Neues – bei uns findet jeder das passende Angebot!

Kochen*
Wir kochen gemeinsam. Das, was Euch schmeckt. Lernt gemeinsam mit anderen neue Gerichte kennen. Lacht und redet miteinander. Am Ende essen wir zusammen.

Wann: dienstags
Uhrzeit: 17:30 – 20:00 Uhr
Termine: 12 Termine: 7 Termine (1.Quartal: 07.01./21.01./04.02./18.02./04.03./18.03./01.04.2025)
5 Termine (2.Quartal: 29.04./13.05./27.05./17.06./01.07.2025)
Wo: Lebenshilfe-Center, Heinrich-Lemberg-Straße 23
Kosten: 336€ Gesamt:
1.Quartal: 196€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 166,60€; Eigenanteil: 29,40€)
2.Quartal: 140€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 119€; Eigenanteil: 21€)
Alter: ab 16 Jahren

Malen*
Wir malen mit Wasserfarben (oder auch Stiften), mischen Farben, malen Bilder nach Vorlage oder auch frei nach unserer Vorstellung. Wir greifen ein Thema auf (z.B. Ostern oder Karneval) und malen, was uns zu diesem Thema einfällt. Unser Skizzenbuch ist immer zur Hand.
An einem Termin malen wir die Skizze, mit der unser T-Shirt dann bedruckt wird. Ausreichend Zeit zum Tee trinken und Quatschen wird es geben.

Wann: samstags
Uhrzeit: 15:00 - 18:00 Uhr
Termine: 5 Termine: 3 Termine (1. Quartal: 25.01./22.02./29.03.2025)
2 Termine (2. Quartal: 17.05./28.06.2025)
Wo: Lebenshilfe-Center, Heinrich-Lemberg-Straße 23
Kosten: 225€ Gesamt:
1.Quartal: 135€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 114,75€; Eigenanteil: 20,25€);
2.Quartal: 90€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 76,50€; Eigenanteil: 13,50€)
Alter: ab 16 Jahren

© Lebenshilfe e.V. • Hänflingstr. 23 • 45472 Mülheim an der Ruhr • Tel.: 0208-409958-0 • Fax: 0208-409958-9

Kaffeeklatsch
Wir treffen uns zum Kaffeetrinken und Kuchen essen. Bereiten alles zusammen vor, um dann gemütlich beisammen zu sein.

Wann: samstags
Uhrzeit: 15:00 – 17:30 Uhr
Termine: 6 Termine: 3 Termine 1. Quartal: (18.01./15.02./22.03.2025);
3 Termine: 2.Quartal (10.05./14.06./05.07.2025)
Wo: Lebenshilfe-Center, Heinrich-Lemberg-Straße 23
Kosten: 162€ Gesamt:
1.Quartal: 81€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 68,85€; Eigenanteil: 12,15€)
2.Quartal: 81€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 68,85€; Eigenanteil: 12,15€)
Alter: ab 30 Jahren

Mädelsabend **NEU!!NEU!!NEU!!NEU!!**
Unser Mädelsabend ist ein liebevoll gestalteter Wohlfühl-Treff. Gemeinsam genießen wir eine wundervolle Zeit beim Nägel stylen, Haare machen, Quatschen, DVD schauen, Schminken und alles, worauf wir sonst noch Lust haben. Getränke und Snacks sind dabei.
Wann: donnerstags,
Uhrzeit: 17:30 - 20:00 Uhr
Termine: 3 Termine: 15.05./12.06./26.06.2025
Wo: Lebenshilfe-Center, Heinrich-Lemberg-Straße 23
Kosten: 90€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 76,50€; Eigenanteil: 13,50€)
Alter: ab 16 Jahren

Kegeln
Einmal im Monat treffen wir uns zum Kegeln. Das gemütliche Zusammensein steht dabei im Vordergrund. Ein Getränk und eine Kleinigkeit zum Essen sind mit eingeplant.

Wann: freitags
Uhrzeit: 17:00 – 19:00 Uhr
Termine: 5 Termine: 3 Termine 1. Quartal: (17.01./28.02./14.03.2025);
2 Termine: 2.Quartal (16.05./13.06.2025)
Wo: Kegelbahn im Restaurant „Zur Post“, Hingbergstr. 349 45472 Mülheim
Kosten: 200€ Gesamt:
1.Quartal: 120€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 102€; Eigenanteil: 18€)
2.Quartal: : 80€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 68€; Eigenanteil: 12€)
Alter: ab 16 Jahren

© Lebenshilfe e.V. • Hänflingstr. 23 • 45472 Mülheim an der Ruhr • Tel.: 0208-409958-0 • Fax: 0208-409958-9

Geocaching – Finde den Schatz! *
Wir lösen zusammen kleine Rätsel, um gemeinsam auf der Spur zum Schatz zu bleiben. Die GPS-Daten eines Handys helfen uns dabei! Ein eigenes Handy muss nicht mitgebracht werden.

Wann: montags
Uhrzeit: 17:00 – 18:30 Uhr
Termine (Einzeltermine): Geocaching I 07.04.2025 (Witthausbusch; Treffpunkt: Eingang Tiergehege am Spielplatz), Geocaching II 05.05.2025 (Treffpunkt: KHTC Parkplatz; Mintarder Str. 39), Geocaching III (02.06.2025) (Treffpunkt: Uhlenhorst; Parkplatz Ganghoferweg)

Wo: Treffpunkt; an verschiedenen Orten je nach Termin (s.o.)
Kosten: 25€ pro Termin (evtl. Übernahme Pflegekasse: 21,25€; Eigenanteil: 3,75€)
Alter: ab 16 Jahren

Gärtnern … am Springweg*
Wir sind draußen und gärtnern zusammen. Wir kümmern uns um alles rund ums Hochbeet: Samen in den Boden bringen, Stecklinge einpflanzen, Unkraut entfernen, gießen … ernten. Wir erledigen alles Weitere, um erfolgreiche Gärtner zu sein.

Wann: mittwochs
Uhrzeit: 17:00 – 19:00 Uhr
Termine: 11 Termine: 30.04./30.04./07.05./14.05./21.05./28.05./
04.06./11.06./18.06./25.06./02.07./09.07.2025

Wo: Wohnstätte „Haus am Springweg“, Springweg 12, 45473 Mülheim
Kosten: 165€ Gesamt (evtl. Übernahme Pflegekasse: 140,25€; Eigenanteil: 24,75€)
Alter: ab 16 Jahren

Kontakt zur Anmeldung und weiteren Informationen:

Telefon: 0208/40 99 58 – 203

Email: bfs@lebenshilfe-muelheim.de

Internet: www.lebenshilfe-muelheim.de

* Diese Veranstaltung wird von der Paritätischen Akademie NRW in Kooperation mit der Lebenshilfe Mülheim e.V. durchgeführt.

© Lebenshilfe e.V. • Hänflingstr. 23 • 45472 Mülheim an der Ruhr • Tel.: 0208-409958-0 • Fax: 0208-409958-9