

Freizeitangebote 2025 – 2. Halbjahr

Unsere Freizeitabteilung erweitert ihr Programm!

Neu im Angebot sind: **Disco-Besuch „Grenzenlos“ / Halloween-Party**

Natürlich bleiben auch unsere bewährten, **inklusive Freizeitaktivitäten** weiterhin bestehen.

Hinweis: Wenn keine anderen Altersangaben gemacht werden, gelten die Angebote **ab 16 Jahren**.

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: 17:00 – 19:30 Uhr

Termine: 7 Termine: 3 Termine (3.Quartal: 09.09./23.09./07.10.2025

4 Termine (4.Quartal: 28.10./11.11./25.11./09.12.2025)

Wo: Lebenshilfe-Center, Heinrich-Lemberg-Straße 23

Kosten: 196 Gesamt:

3.Quartal: 84€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 71,40€; Eigenanteil: 12,60€)

4.Quartal: 112€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 95,20€; Eigenanteil: 16,80€)

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. Herbst und Weihnachten) und malen, was uns zu diesem Thema einfällt. Unser Skizzenbuch ist immer zur Hand.

An einem Termin malen wir die Skizze, mit der unsere Tasse 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 (3. Quartal: 30.08./ 27.09./ 11.10.2025)

2 Termine (4. Quartal: 29.11./20.12.2025)

Wo: Lebenshilfe-Center, Heinrich-Lemberg-Straße 23

Kosten: 225€ Gesamt:

3.Quartal: 135€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 114,75€; Eigenanteil: 20,25€);

4.Quartal: 90€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 76,50€; Eigenanteil: 13,50€)



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: 4 Termine: 2 Termine 3. Quartal: (20.09./18.10.2025);

2 Termine: 4.Quartal: (15.11./13.12.2025)

Wo: Lebenshilfe-Center, Heinrich-Lemberg-Straße 23

Kosten: 108€ Gesamt:

1.Quartal: 54€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 45,90€; Eigenanteil: 8,10€)

2.Quartal: 54€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 45,90€; Eigenanteil: 8,10€)

Alter: ab 30 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: 4 Termine: 2 Termine 3. Quartal: (05.09./10.10.2025);

2 Termine: 4.Quartal (07.11/19.12.2025)

Wo: Kegelbahn im „Sport Treff“ Hardenbergstr. 71, 45472 Mülheim a. d. Ruhr

Kosten: 160€ Gesamt:

3.Quartal: 80€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 68€; Eigenanteil: 12€)

4.Quartal: 80€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 68€; Eigenanteil: 12€)

Disco „Grenzenlos“

Verbring mit uns eine tolle Zeit in der Disco „Grenzenlos“ Dieser Abend ist für Menschen mit Behinderung und ihre Begleitungen gemacht, um zusammen zu feiern, zu tanzen und einfach Spaß zu haben.

Geld für Getränke muss mitgebracht werden.

Wann: freitags

Uhrzeit: 19:00 – 21:30 Uhr

Termine: (Einzeltermine): 26.09./24.10./28.11./19.12.2025

Wo: Treffpunkt vor Ringlokschuppen Am Schloß Broich 38 45479 Mülheim an der Ruhr

Kosten: 35€ pro Termin (evtl. Übernahme Pflegekasse: 29,75€; Eigenanteil: 5,25€)



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. Unsere ausgewählten Wege sind rollstuhlgerecht, sodass jeder mitmachen kann. Ob du aktiv auf Schatzsuche gehen möchtest oder einfach nur die frische Luft bei einem gemütlichen Spaziergang genießen willst – dieser Kurs ist für alle, die Spaß an kleinen Abenteuern im Freien haben!

Wann: montags

Uhrzeit: 17:00 – 18:30 Uhr

Termine (Einzeltermine):

Geocaching I 08.09.2025 Witthausbusch; Treffpunkt: Eingang Tiergehege am Spielplatz,

Geocaching II 22.09.2025 Treffpunkt: KHTC Parkplatz; Mintarder Str. 39,

Geocaching III 06.10.2025 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€)

Halloween-Party

Mit oder ohne Verkleidung treffen wir uns zu einer kleinen Halloween-Party – mit dem „Mädelsabend“ (s.u.) zusammen. Mit kleinen Snacks, leckeren Getränken, schöner Musik verbringen wir einen schönen Abend zusammen.

Wann: donnerstags

Uhrzeit: 17:30 – 20:00 Uhr

Termin: 30.10.2025

Wo: Lebenshilfe-Center, Heinrich-Lemberg-Straße 23, 45472 Mülheim

Kosten: 30€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 25,50€; Eigenanteil: 4,50€)

Mädelsabend

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: 5 Termine: 2 Termine (3. Quartal: 28.08./09.10.2025)

3 Termine (4. Quartal: 30.10./13.11./27.11.2025)

Wo: Lebenshilfe-Center, Heinrich-Lemberg-Straße 23, 45472 Mülheim

Kosten: 150€ Gesamt:

3.Quartal: 60€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 51€; Eigenanteil: 9€);

4.Quartal: 90€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 76,50€; Eigenanteil: 13,50€)



Adventsangebote

Adventsbacken

Mit vielen leckeren Zutaten wollen wir kleine Backwaren für die Weihnachtszeit herstellen, die am Ende der Kurszeit mit nach Hause genommen werden. Naschen ist währenddessen erlaubt!

Wann: Samstag,

Uhrzeit: 10:00 – 13:00 Uhr

Wo: Lebenshilfe-Center, Heinrich-Lemberg-Straße 23

Kosten: 50€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 42,50€; Eigenanteil: 7,50€)

Für Kinder

Termin: 13.12.2025, Alter: 6 – 15 Jahren

Für Erwachsene*

Termin: 06.12.2025, Alter: ab 16 Jahren

Adventsbasteln* „Wir basteln ein Adventsgesteck“

Advent, Advent, ein Lichtlein brennt! Aus verschiedenen Materialien basteln wir ein Adventsgesteck mit Kerze. Verziere und dekoriere es ganz nach deinem Geschmack.

Wann: Samstag,

Uhrzeit: 15:00 – 17:30 Uhr

Termin: 22.11.2025

Wo: Lebenshilfe-Center, Heinrich-Lemberg-Straße 23

Kosten: 50€ (evtl. Übernahme Pflegekasse: 42,50€; Eigenanteil: 7,50€)

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



Ferienspiele Herbstferien 2025

In den Herbstferien bieten wir eine abwechslungsreiche Betreuung für Kinder und Jugendliche an.

Der Tag beginnt mit einem gemeinsamen Frühstück. Anschließend startet das Programm: Je nach Wetterlage finden die Ausflüge und Aktivitäten drinnen oder draußen statt.

Ein besonderes Highlight ist der geplante Ausflug zur Feuerwache in Mülheim-Heißen. Zwischendurch gibt es einen kleinen Snack mit Butterbrot, Getränken, Obst und weiteren Leckereien.

Zeitraum: 1. Woche: Montag, 13.10.2025 - Freitag, 17.10.2025 (5 Tage)

2. Woche: Montag, 20.10.2025 - Freitag, 24.10.2025 (5 Tage)

Betreuungszeit: 8:00 – 14:00 Uhr

Alter: 6-18 Jahren

Wo: Lebenshilfe-Center, Heinrich-Lemberg-Straße 23

Kosten: 475€ pro Woche (evtl. Übernahme Pflegekasse: 403,75€ Eigenanteil: 71,25€)

Kontakt zur Anmeldung, Beratung zur Refinanzierung und für weitere Informationen:

Telefon: 0208/40 99 58 – 203

Email: bfs@lebenshilfe-muelheim.de

Internet: www.lebenshilfe-muelheim.de