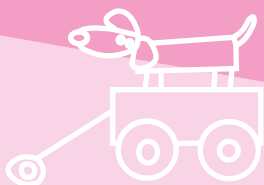


FuD

PROGRAMM 2022



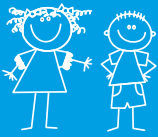
Angebot des
Familienunterstützenden Dienst der



Lebenshilfe
Unterer Niederrhein

PROGRAMMÜBERSICHT

Yoga mit Anca	Seite 4
Workout mit July (online)	Seite 6
Inklusiv-Band	Seite 8
Disco & Tanz	Seite 10
Lila-Pause-Disco	Seite 12
Kochen für Kinder und Jugendliche	Seite 14
Kochen für Erwachsene	Seite 16
Mädels-Treff	Seite 18
Bowling	Seite 20
Foto-Club	Seite 22
Schwimmgruppe	Seite 24
Raymund's Bastel-Stube	Seite 26
Turnen / Parcours	Seite 28
Langer Samstag	Seite 30
Stadtfeste und Festivals	Seite 32
Monsterlärm	Seite 34
Selbstverteidigung	Seite 36
Ferienbetreuungen	Seite 38
Individuelle Angebote	Seite 40
Kontakt und Anmeldung	Seite 42



LIEBE FAMILIEN,

mit unserem

Jahresprogramm bieten wir Ihnen und Ihrer Familie die Möglichkeit, den Alltag zu entfliehen und sich ganz individuell auf andere Prioritäten zu konzentrieren. Unsere geschulten Einsatzkräfte ermöglichen ein abwechslungsreiches und spannendes Freizeit-Angebot für Gruppen und Einzelpersonen.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Ihr FuD.





YOGA MIT ANCA (online)



jeden Sonntag



jeweils 11 - 11.45 Uhr

Wir treffen uns online,
erlernen Yogatechniken
und haben Spaß am
gemeinsamen Bewegen.

Etwas für Jungs und
Mädchen!

- ausgebildete YOGA-Lehrerin
- über kostenlose JITSU-APP
(keine Registrierung erforderlich -
Link wird nach Anmeldung bekannt gegeben)
- Anmeldung bis 1 Woche vor
Angebotsbeginn möglich

9 EURO PRO TERMIN





WORKOUT MIT JULY (online*)



jeden Sonntag



jeweils 11 - 11.45 Uhr

Wir treffen uns
online, erlernen
Bewegungstechniken
und haben Spaß am
gemeinsamen Sport.

Etwas für Jungs und
Mädchen!

- Ausgebildete
Bokwa- Fitnesstrainerin
- über kostenlose JITSU-APP
(keine Registrierung erforderlich -
Link wird nach Anmeldung bekannt gegeben)
- Anmeldung bis 1 Woche vor
Angebotsbeginn möglich

9 EURO PRO TERMIN





INKLUSIVE BAND



jeden Mittwoch*



jeweils 17 - 17.45 Uhr

*außer in den Ferien
und an Feiertagen

Vielleicht kannst du ein
Instrument spielen oder
singen?

Oder du möchtest ein
Instrument erlernen?

Dann melde dich gerne!



Jugendzentrum Karo
Herzogenring 10
46483 Wesel

Bandleitung: Mathias Schüller

12 EURO PRO TERMIN



DISCO UND TANZ



jeden letzten
Freitag im Monat



jeweils 17 - 19 Uhr

Wir hören Musik und tanzen
dazu.

Alleine oder mit einem
Partner.

Oder mit der ganzen
Gruppe.



Lebenshilfe Center Rees
Fallstraße 25
46459 Rees

24 EURO
BETREUUNGSKOSTEN



A close-up photograph of a DJ's hands on a turntable, illuminated by blue light. The DJ is adjusting a knob on the mixer. The background is dark and out of focus.

LILA PAUSE DISCO



Werden noch
bekannt gegeben



Rees 16.30 - 19.30 Uhr
Wesel 16 - 20 Uhr

Wir fahren in die Disco nach
Kleve.

Da tanzen wir.

Alleine oder mit einem
Partner.

Oder mit der ganzen
Gruppe.



Lebenshilfe Center Wesel
Pergamentstraße 9
46483 Wesel

ODER

Lebenshilfe Center Rees
Fallstraße 25
46459 Rees

REES 41 EURO
WESEL 53 EURO
(INKL. FAHRTKOSTEN)





KOCHEN FÜR KINDER UND JUGENDLICHE



jeden 1. Freitag im Monat



jeweils 16 - 19 Uhr

Wir entdecken das Essen
und kochen selbst.

Wir essen zusammen und
lassen es uns richtig gut
gehen.

Manchmal gehen wir auch
essen.



Lebenshilfe Center Rees
Fallstraße 25
46459 Rees

Lebenshilfe Center Wesel
Pergamentstraße 9
46483 Wesel

Lebenshilfe Center Xanten
Josef-Steiner-Straße 1
46509 Xanten

36 EURO
BETREUUNGSKOSTEN
(ZZGL. 4 EURO MATERIALGELD)





KOCHEN FÜR ERWACHSENE



2.4. / 7.5. / 4.6. / 20.8. /
3.9. / 22.10. / 5.11. / 3.12.



jeweils 13 - 16 Uhr

Wir entdecken das Essen
und kochen selbst.

Wir essen zusammen und
lassen es uns richtig gut
gehen.



Lebenshilfe Center Wesel
Pergamentstraße 9
46483 Wesel

ODER

Lebenshilfe Center Xanten
Josef-Steiner-Straße 1
46509 Xanten

**36 EURO
BETREUUNGSKOSTEN**
(ZZGL. 5 EURO MATERIALGELD)



ock
images

iSt
by Gett



MÄDELS-TREFF



jeden 2. Samstag im Monat



jeweils 11 - 16 Uhr

Jungs verboten!

Hier treffen sich nur
Mädchen und wer sich so
fühlt.

Wir reden über Mädchen-
Themen, unternehmen
Ausflüge, kochen,
schminken uns oder gehen
Essen.



Lebenshilfe Center Wesel
Pergamentstraße 9
46483 Wesel

**60 EURO
BETREUUNGSKOSTEN**
(ZZGL. 6 EURO F. MATERIAL UND
VERPFLEGUNG)





BOWLING



29.5. / 15.6. / 13.8.



verschiedene Zeiten

Wir gehen Bowlen in allen Variationen (mit Brunch, Pasta oder Disco).



Lebenshilfe Center Wesel
Pergamentstraße 9
46483 Wesel

**50 – 70 EURO
BETREUUNGSKOSTEN**
(ZZGL. 6 EURO F. MATERIAL UND
VERPFLEGUNG)





FOTO-CLUB



jeden 2. Dienstag
im Monat



jeweils 17 - 18 Uhr

Instagram, TikTok, Facebook.
Hier lernst du den Umgang
und findest das richtige
Motiv.

Wir fotografieren und
filmen.

Wir besuchen schöne Orte.



Lebenshilfe Center Rees
Fallstraße 25
46459 Rees

ODER

Lebenshilfe Center Wesel
Pergamentstraße 9
46483 Wesel

**12 EURO
BETREUUNGSKOSTEN**
(ZZGL. 2 EURO MATERIALGELD)





SCHWIMMGRUPPE



1x pro Woche (ab April)



jeweils 17.30 - 19.15 Uhr

Wasser, Wasser, Wasser.
Hier wirst du nass.
Wir lernen uns sicher im
Wasser zu bewegen
und haben viel Spaß dabei.



Stadtbad Rees
Grüttweg 26
46459 Rees

21 EURO
BETREUUNGSKOSTEN
(ZZGL. 3 EURO MATERIALGELD)



ock
images™

iSt
by Gett

iStock
by Getty Images

RAYMONDS BASTELSTUBE



ab April 2022



www.LHUN.de/fud

Wir bauen Vogelhäuser,
Türschilder,
Musikinstrumente,
alles was aus Holz
hergestellt werden kann.
Eure Wünsche und Ideen
sind willkommen.



Wird noch bekannt
gegeben

**24 EURO
BETREUUNGSKOSTEN**
(ZZGL. 10 EURO MATERIALGELD)



iStock
by Getty Images

TURNEN / PARCOURS



1x pro Woche (ab April 2022)



jeweils 17.30 - 18.30 Uhr

Wir lernen Geschicklichkeit
und überwinden
Hindernisse.
Auch mit deinem Rollstuhl.
Und keine Angst! Wir wollen
vor allem Spaß haben.



Realschul-Sport-Halle Rees
Westring 4
46459 Rees

ODER

Kita „Hand in Hand“
Empeler Str. 71
46459 Rees

**12 EURO
BETREUUNGSKOSTEN**
(ZZGL. 2 EURO MATERIALGELD)





LANGE SAMSTAGE 2022



siehe Termine



www.LHUN.de/fud

Unsere Ausflüge 2022

- 21.5. Anholter Schweiz
- 11.6. Wasserspielplatz Duisburg
- 20.8. Wildpark Kleve
- 27.8. Irland Kevelaer
- 24.9. Ponyhof Leiting
- 19.11. Indoor Spielplatz Oberhausen
- 18.12. Weihnachtsmarkt Centro Oberhausen

Vor-Ort-Spaßangebote

- 07.5. / 25.6. / 3.9. / 17.12. (Plätzchen backen)



Kita Kartäuserweg
Kartäuserweg 1
46483 Wesel

ODER

Lebenshilfe Center Rees
Fallstraße 25
46459 Rees

**72 BIS 80 EURO
BETREUUNGSKOSTEN**
(ZZGL. TAGESGELD)





STADTFESTE & FESTIVALS



Termine geben wir noch bekannt



www.LHUN.de/fud

Wir gehen auf die Kirmes,
auf den Trödelmarkt oder
ein Festival. Der Spaß ist
garantiert.

- 27.5. - 28.5. Esel Rock
Festival Wesel
- 11.6. Tag der Begegnung
Köln
- 5. - 7.8. PPP-Tage Wesel
- 26.8. - 28.8. DIN-Tage
Dinslaken
- Kürbisfest Hof Schäfer
Hamminkeln



Lebenshilfe Center Rees
Fallstraße 25
46459 Rees

ODER

Lebenshilfe Center Wesel
Pergamentstraße 9
46483 Wesel





MONSTERLÄRM



1x im Monat



auf Anfrage

Monster aufgepasst!

Wir bauen unsere
eigenen Instrumente.

Dann machen wir Lärm und
Musik. So vertreiben wir alle
Monster.

Und wer weiß, vielleicht
freunden wir uns auch mit
ihnen an.



Wird nach der Anmeldung
und bei Interesse bekannt
gegeben

**18 EURO
BETREUUNGSKOSTEN**
(ZZGL. 3 EURO MATERIALGELD)





iStock
by Getty Images

SELBSTVERTEIDIGUNG



2x im Monat



auf Anfrage

Stopp! Nein! Ich will das nicht!

Hier lernst du Grenzen zu ziehen.

In einem Kampfsportverein lernst du zusätzlich innere Stärke und Selbstbewusstsein.



Wird nach der Anmeldung und bei Interesse bekannt gegeben

**KOSTEN FÜR
BETREUUNG UND
MITGLIEDSCHAFT**





FERIENBETREUUNG 2022



Ostern / Sommer / Herbst



Rees 8.30 bis 16 Uhr
Wesel 9 bis 15.30 Uhr

Wir unternehmen Ausflüge,
sind kreativ und gehen Essen.

Osterferien

11.4. - 14.4.

19.4. - 22.4.

Sommerferien

27.6. - 1.7.

25.7. - 29.7.

1.8. - 5.8.

Herbstferien

4.10. - 14.10.



Lebenshilfe Center Rees
Fallstraße 25
46459 Rees

Lebenshilfe Center Wesel
Pergamentstraße 9
46483 Wesel

Lebenshilfe Center Xanten
Josef-Steiner-Straße 1
46509 Xanten

REES 450 EURO
WESEL AB 317 EURO
PRO WOCHE
(ZZGL. MATERIALGELD)





INDIVIDUELLE FuD-ANGEBOTE

Die Kosten für unsere *individuellen FuD-Angebote* können von verschiedenen Kostenträgern übernommen werden. Sprechen Sie uns dazu gerne an. Wir unterstützen Sie bei der Antragsstellung und Abrechnung.



Wir bieten Ihnen weitere individuelle Betreuungs- und Beratungsangebote, die sich - auch kurzfristig - nach Ihrem Bedarf und Ihrer familiären Situation richten:

- Einzel- und Kurzzeitbetreuung (auch im Notfall)
- Elterntreff (kostenlos) für den Austausch und Netzwerkaufbau von Familien.

KONTAKT UND ANMELDUNG



WWW.LHUN.DE / FUD

Rees-Emmerich

Fallstraße 25 • 46459 Rees

Thomas Schmidt

0176 10003511

thomas.schmidt@LHUN.de

Wesel-Xanten

Pergamentstraße 9 • 46483 Wesel

Iris Lal

0281 16495061

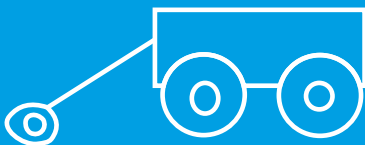
iris.lal@LHUN.de

Alle Freizeitangebote werden unter der Gewährleistung der aktuellen behördlichen Hygienevorschriften durchgeführt.

Alle Angebote werden so gestaltet, dass Jede und Jeder teilnehmen kann. Um dies und die Sicherheit aller Beteiligten sicherzustellen, benötigen wir Ihre Unterstützung und Zusammenarbeit.



WWW.LHUN.DE/FUD



Lebenshilfe
Unterer Niederrhein

Groiner Allee 10 • 46459 Rees
02851 920 • info@LHUN.de