



# Programmheft Lebenshilfe Center Arnsberg

Januar 2023

Februar 2023

März 2023



**Lebenshilfe**

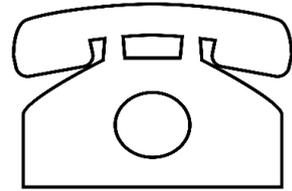
Nordrhein-Westfalen

Teilhabe  
statt Ausgrenzung

# Ihr Kontakt zu uns

In diesem Programmheft  
sind unsere **Angebote**.

Sie haben eine **Frage**?  
Sie haben einen **Wunsch**?  
Sie können uns gerne anrufen!  
Oder Sie können uns schreiben.



Unsere **Telefon-Nummer** ist:  
0 29 31 / 78 69 88 0

Unsere **E-Mail-Adresse** ist:  
lhc-arnsberg@lebenshilfe-nrw.de



**Unsere Adresse ist:**  
Lebenshilfe Center Arnsberg  
Gutenbergplatz 32  
59821 Arnsberg



Sie können uns Anrufen und einen Termin für ein persönliches  
Gespräch vereinbaren.

# Ihre AnsprechpartnerInnen

## Matthias Müller

Leitung Lebenshilfe Center Arnsberg

Seine Telefon-Nummer ist:

01 71 / 92 51 25 8

Seine E-Mail-Adresse ist:

mueller.matthias@lebenshilfe-nrw.de



## Volker Bartsch

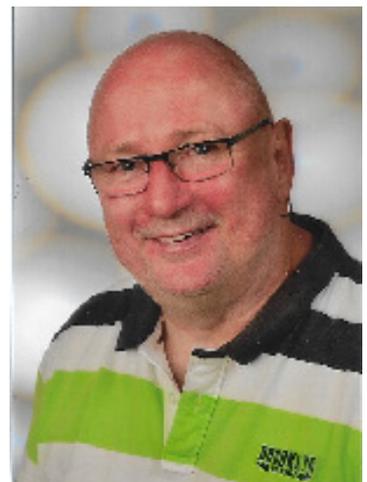
Teamleitung Ambulant unterstütztes Wohnen

Seine Telefon-Nummer ist:

01 51 / 11 31 59 04

Seine E-Mail-Adresse ist:

bartsch.volker@lebenshile-nrw.de



## Jana Freund

Koordination Familienunterstützender Dienst  
und Freizeit

Ihre Telefon-Nummer ist:

01 51 / 18 03 47 25

Ihre E-Mail-Adresse ist:

freund.jana@lebenshilfe-nrw.de



# Ihre AnsprechpartnerInnen

## Corinna Schäfer

Case-Management

Betreutes Wohnen in Gastfamilien

Ihre Telefon-Nummer ist:

01 63 / 20 07 47 8

Ihre E-Mail-Adresse ist:

[schaefer.corinna@lebenshilfe-nrw.de](mailto:schaefer.corinna@lebenshilfe-nrw.de)



## Gisela Wiese

Case-Management

Ihre Telefon-Nummer ist:

0 1 51 / 18 03 47 26

Ihre E-Mail-Adresse ist:

[wiese.gisela@lebenshilfe-nrw.de](mailto:wiese.gisela@lebenshilfe-nrw.de)



# Liebe Leserinnen Liebe Leser!

Wir sind weiter für Sie da!  
Auch wenn Corona immer noch da ist  
wollen wir zusammen die Freizeit gestalten.

Wir passen aufeinander auf und halten uns  
immer an die Corona-Regeln.

Was wir wieder mit dabei haben:

- [Stamm-Tisch](#)
- [Disco im Center](#)
- [Restaurant-Besuche](#)
- [Kochen und Backen](#)
- [... und vieles mehr](#)

Viel Spaß beim Durchstöbern!

Wenn Sie neue Ideen haben,  
melden Sie sich gerne bei uns.  
Darüber freuen wir uns immer!

Sie sind neugierig?  
Sie möchten sich anmelden?  
Dann lesen Sie unsere Regeln  
auf der nächsten Seite



# Anmeldung

Sie wollen sich für ein Angebot anmelden?  
Sie finden hinten im Heft den **Anmelde-Bogen**  
Und eine Übersicht über die Angebote.

Füllen Sie den Anmelde-Bogen aus.  
Und kreuzen Sie an, wenn wir sie Abholen und  
Nach Hause bringen sollen.

Sie können den Anmelde-Bogen  
im **Lebenshilfe Center Arnsberg** abgeben.  
Oder Sie schicken ihn mit der **Post**.  
Oder Sie schicken ihn als **E-Mail**.



Die Adresse für die Anmeldung ist:

Lebenshilfe Center Arnsberg  
Gutenbergplatz 32  
59821 Arnsberg

Die **Telefon-Nummer** für die Anmeldung ist:

Büro: 02 93 1 / 78 69 88 0  
Handy: 01 51 / 18 03 47 25

Die E-Mail-Adresse für die Anmeldung ist:

[lhc-arnsberg@lebenshilfe-nrw.de](mailto:lhc-arnsberg@lebenshilfe-nrw.de)

# Regeln für die Anmeldung

## Regel 1:

Melden Sie sich **2 Wochen** vor der Veranstaltung an.

## Regel 2:

Sagen Sie bitte ab, wenn Sie nicht kommen können.

Wenn Sie nicht **mindestens 1 Tag vorher absagen**, müssen Sie für die Veranstaltung trotzdem bezahlen.

## Regel 3:

Kreuzen Sie an, wenn wir Sie abholen und nach Hause bringen sollen.

## Regel 4:

Unsere Veranstaltungen **kosten Geld**.

Sie können am Tag der Veranstaltung bezahlen.



## Regel 5:

Wir machen auch Ausflüge.

Planen Sie dafür **extra Geld** ein. Zum Beispiel für Essen und Trinken oder für Eintrittsgelder.

## Regel 6:

Sagen Sie uns Bescheid, wenn Sie umfangreiche Assistenz oder Begleitung brauchen. Dann können wir besser planen.

## Regel 7:

Es kann immer **kurzfristig zu Änderungen** im Programm oder zu **Absagen** von Veranstaltungen kommen.

## Regel 8:

Wir achten auf einander und **beachten die Corona-Regeln**.

# Was kostet eine Veranstaltung?

Sie müssen eine Teilnehmer-Gebühr bezahlen.

Die Gebühr muss von jedem Teilnehmer zu der Veranstaltung mitgebracht werden.



Bei jeder Veranstaltung entstehen auch individuelle Betreuungs-Kosten.

Das bedeutet:

Die Unterstützung durch Assistenten kostet Geld.

Manche Veranstaltungen kosten Eintritt.

Zum Beispiel das Kino.

Dann steht im Heft:

Individuelle Betreuungs-Kosten plus Eintritt.

Das heißt:

Sie müssen den Eintritt bezahlen.



# Das Pflege-Gesetz

Wenn Sie einen Pflege-Grad haben,  
bekommen Sie Unterstützung  
von ihrer Pflege-Kasse.  
Sie bekommen Pflege-Geld  
oder Pflege-Sachleistungen.



Damit können Sie einen  
Pflege-Dienst beauftragen.

Sie bekommen auch Entlastungs-Leistungen.  
Das sind 125 Euro im Monat.  
Diese 125 Euro können Sie zum Beispiel  
für unsere Veranstaltungen und  
Fahrt-Kosten nutzen.



Wir beraten Sie gerne!



# Beratung in allen Lebens-Lagen

Menschen mit Behinderung  
und ihre Angehörigen haben viele Fragen.

Manchmal wissen Sie nicht,  
welche Hilfen Sie bekommen können.

Wir erklären Ihnen gerne,  
welche Hilfen es gibt.  
Und wie man sie bekommt.



Oft muss man dafür Papiere ausfüllen.  
Sie müssen einen Antrag stellen.  
Dabei helfen wir Ihnen.

Sie können einen Schwer-Behinderten-Ausweis bekommen.  
Sie können Geld oder Betreuungs-Stunden  
von der Pflege-Kasse bekommen.

Sie können Hilfe vom Jugend-Amt  
oder vom Sozial-Amt bekommen.

Rufen Sie uns an!  
Dann machen wir einen Termin.

Und haben viel Zeit für Fragen.

# Programm für die Monate

Januar 2023

Februar 2023

März 2023

# Disco im Center

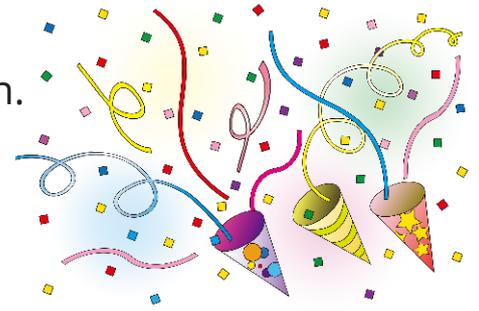
Lange ist es her, dass wir eine Disco gemacht haben.

Jetzt ist unser Center renoviert.

Deswegen möchten wir eine Einweihungsfeier machen und zusammen feiern.

Es gibt Musik, Tanz, Essen und Getränke.

Wir freuen uns darauf, mit euch zu feiern!



## Wann?

Freitag, 24.03.2023

16:30 Uhr bis 20:00 Uhr

## Wo?

Lebenshilfe Center Arnsberg

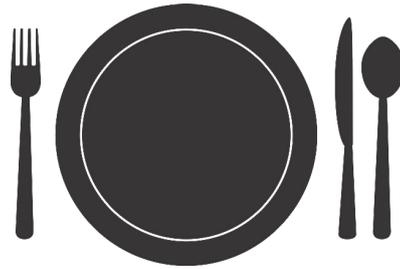
## Kosten?

individuelle Betreuungs-Kosten plus **5€** für Getränke und Essen



# Stamm-Tisch

Wir treffen uns im Center der Lebenshilfe.

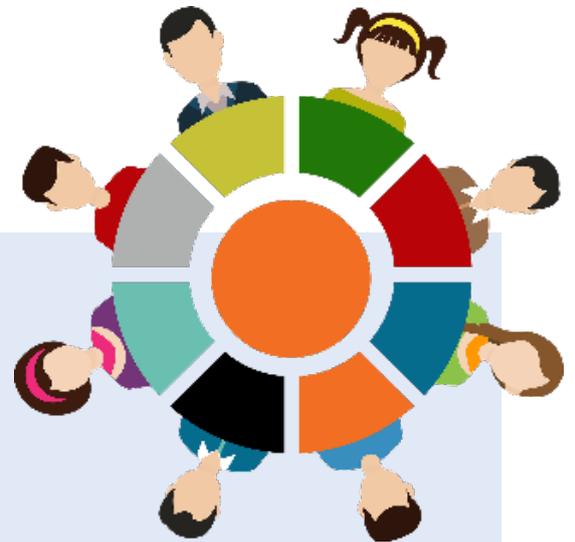


Hier können wir Zusammen sitzen.

Hier können wir Reden.

Hier können wir Lachen und Spaß haben

Und wir können gemeinsam Essen und Trinken.



## Wann?

Mittwoch, 11.01.2023

Mittwoch, 18.01.2023

Mittwoch, 01.02.2023

Mittwoch, 08.02.2023

Mittwoch, 15.02.2023

Mittwoch, 01.03.2023

Mittwoch, 08.03.2023

Mittwoch, 15.03.2023

Mittwoch, 22.03.2023

17:00 Uhr bis 18:30 Uhr

## Wo?

Lebenshilfe Center Arnsberg

## Kosten?

individuelle Betreuungs-Kosten  
plus **2€** für Getränke und Essen

# Wir backen!

Heute gibt es frisches Gebäck!

Ob Kuchen, Waffeln oder Muffins...

Ganz egal.

Backen macht Spaß.

Wir verbringen einen schönen  
Nachmittag und lassen es  
uns schmecken.



## **Wann?**

Donnerstag, 19.01.2023

Donnerstag, 16.03.2023

17:00 Uhr bis 19:00 Uhr

## **Wo?**

Lebenshilfe Center Arnsberg

## **Kosten?**

individuelle Betreuungs-Kosten  
plus ungefähr **5€** für Zutaten und Getränke

# Restaurant Besuch

Wir gehen in ein Restaurant und möchten zusammen Essen.

Wir sitzen zusammen und können ganz viel reden, lachen und viel Spaß haben!

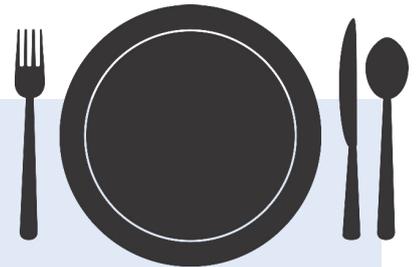
Das **La Vita** ist in Arnsberg.

Hier gibt es verschiedene Speisen wie zum Beispiel Pizza oder Nudeln.

Das Restaurant **Dynastie (Mengu)** ist in Neheim.

Hier gibt es ein chinesisches-mongolisches Buffet, man kann sich selbst etwas aussuchen und frisch zubereiten lassen!

Das **Gambrinus** ist am Gutenbergplatz in der Nähe vom Lebenshilfe Center. Hier kann jugoslawisch essen oder auch zum Beispiel Schnitzel oder Steaks essen.



## Wann? Wo?

### **La Vita**

Freitag, 27.01.2023  
ab 17:00 Uhr bis ca. 19:00 Uhr

### **Dynastie (Mengu)**

Freitag, 24.02.2023  
ab 17:30 Uhr bis ca. 20:00 Uhr

### **Gambrinus**

Freitag, 31.03.2023  
ab 17:00 Uhr bis ca. 19:00 Uhr

## Kosten?

individuelle Betreuungs-Kosten  
plus Geld für Essen und Getränke

# Kochen

Hier bekommen Sie **Tipps** und **Ideen!**

Wir lernen zusammen:  
Wie man leckeres Essen macht.  
Ohne viel Geld zu bezahlen.

Wir kochen gemeinsam.  
Und **essen** zusammen.



## Wann?

Montag, 23.01.2023

Dienstag, 14.02.2023

Dienstag, 14.03.2023

17:00 Uhr bis ca. 19:00 Uhr

## Wo?

Lebenshilfe Center Arnberg

## Kosten?

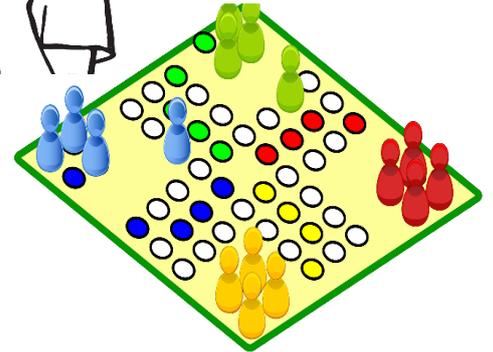
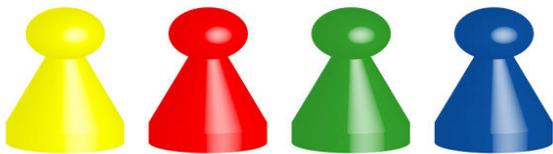
individuelle Betreuungs-Kosten  
plus ungefähr **5€** für Zutaten und Getränke

# Wir spielen verschiedene Spiele

Am **25.01.2023**: Freie Spiel-Auswahl



Am **22.02.2023**: Rätsel Nachmittag



Am **29.03.2023**: Mensch Ärgere Dich Nicht Turnier

**Wann?** Mittwoch, 25.01.2023  
Mittwoch, 22.02.2023  
Mittwoch, 29.03.2023  
17:00 Uhr bis 18:30 Uhr

**Wo?** Lebenshilfe Center Arnberg

**Kosten?** individuelle Betreuungs-Kosten  
plus **2€** für Getränke und Essen

# Kickern und Kicker-Turnier

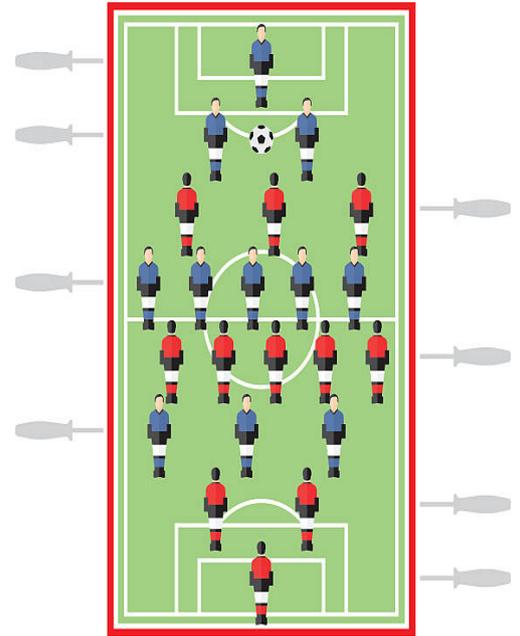
Das Runde muss ins Eckige!

Spaß ist garantiert.

Am **13.01.2023** kickern wir.  
Heute können wir Üben.

Am **11.02.2023** und am **11.03.2023**  
veranstalten wir ein Kicker-Turnier.

Wir bestellen uns Essen. Zum Beispiel Pizza.  
Getränke und Snacks werden vorher eingekauft.  
Getränke kaufen wir vorher ein.



<b>Wann?</b>	Freitag, 13.01.2023, 16:00 Uhr - 18:00 Uhr Samstag, 11.02.2023, 12:00 Uhr - 16:00 Uhr Samstag, 11.03.2023, 12:00 Uhr - 16:00 Uhr
<b>Wo?</b>	Lebenshilfe Center Arnsberg
<b>Kosten?</b>	individuelle Betreuungs-Kosten plus <b>2€</b> für Getränke plus <b>Geld für Pizza</b> bestellen

# Technik Workshop

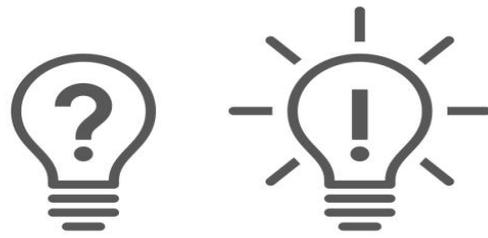
Wir lernen Technik kennen

Sie haben Fragen zu Technik?

Dann sind Sie hier richtig!

Wir sprechen über den richtigen Umgang mit der Technik.

Und wir sprechen über einen sicheren Umgang mit dem Internet.



**Wann?** Nach Absprache

**Wo?** Nach Absprache

**Kosten?** individuelle Betreuungs-Kosten



# Karnevals-Bastelei

Wir basteln was schönes für Karneval.

Ob Deko, Schmuck oder Masken zum Verkleiden.

Alles ist möglich.

Haben Sie einen Wunsch?

Teilen Sie uns diesen gerne im Vorfeld mit.



## Wann?

Donnerstag, 09.02.2023

17:00 Uhr - 19:00 Uhr

## Wo?

Lebenshilfe Center Arnsberg

## Kosten?

individuelle Betreuungs-Kosten  
plus ca. 8€ für Material, Essen und Getränke

# Karnevals-Umzug in Arnsberg

Für alle, die Karneval lieben! Heute gehen wir gemeinsam auf den Steinweg in Arnsberg und schauen uns den Karnevals-Umzug an.

Wir können uns lustig verkleiden und eine Menge Spaß haben.



## **Wann?**

Sonntag, 19.02.2023

Die Uhrzeit wird noch bekannt gegeben

## **Wo?**

ab Lebenshilfe Center Arnsberg

## **Kosten?**

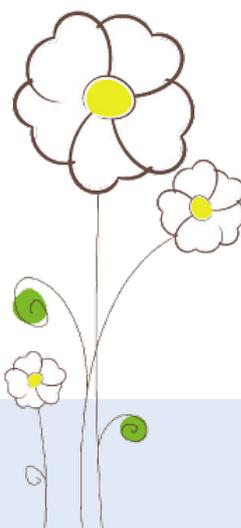
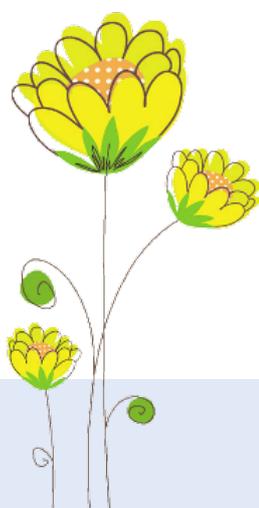
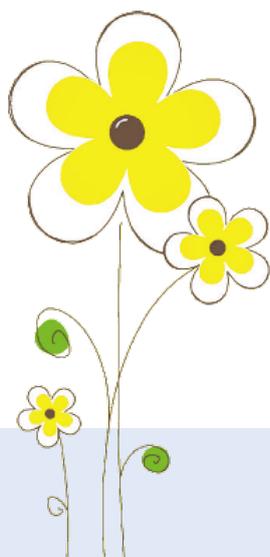
individuelle Betreuungs-Kosten  
plus Geld für Essen und Getränke am Steinweg

# Frühlings-Deko

Der Frühling kommt  
und bald ist Ostern.

Wir basteln schöne Deko für Ostern  
und Deko für den Frühling.

Gerne können Sie uns vorab Ihre Ideen sagen.



## **Wann?**

Donnerstag, 30.03.2023

17:00 Uhr - 19:00 Uhr

## **Wo?**

Lebenshilfe Center Arnsberg

## **Kosten?**

individuelle Betreuungskosten  
plus ca. 8€ für Material, Essen und Getränke

# Veranstaltungskalender für die Monate

Januar 2023

Februar 2023

März 2023

# Veranstaltungen: Januar 2023

1	Sonntag	Neujahr
2	Montag	
3	Dienstag	
4	Mittwoch	
5	Donnerstag	
6	Freitag	Heilige 3 Könige
7	Samstag	
8	Sonntag	
9	Montag	
10	Dienstag	
11	Mittwoch	Stammtisch
12	Donnerstag	
13	Freitag	Kickern
14	Samstag	
15	Sonntag	
16	Montag	
17	Dienstag	
18	Mittwoch	Stammtisch
19	Donnerstag	Backen
20	Freitag	
21	Samstag	
22	Sonntag	
23	Montag	Kochen
24	Dienstag	
25	Mittwoch	Spiele - Freie Spiel-Auswahl
26	Donnerstag	
27	Freitag	La Vita
28	Samstag	
29	Sonntag	
30	Montag	
31	Dienstag	

# Veranstaltungen: Februar 2023

1	Mittwoch	Stammtisch
2	Donnerstag	
3	Freitag	
4	Samstag	
5	Sonntag	
6	Montag	
7	Dienstag	
8	Mittwoch	Stammtisch
9	Donnerstag	Karnevals-Bastelei
10	Freitag	
11	Samstag	Kicker-Turnier
12	Sonntag	
13	Montag	
14	Dienstag	Kochen
15	Mittwoch	Stammtisch
16	Donnerstag	Backen
17	Freitag	
18	Samstag	
19	Sonntag	Karnevals-Umzug
20	Montag	Rosenmontag
21	Dienstag	
22	Mittwoch	Spiele - Rätsel Nachmittag
23	Donnerstag	
24	Freitag	Dynastie (Mengu)
25	Samstag	
26	Sonntag	
27	Montag	
28	Dienstag	

# Veranstaltungen: März 2023

1	Mittwoch	Stammtisch
2	Donnerstag	
3	Freitag	
4	Samstag	
5	Sonntag	
6	Montag	
7	Dienstag	
8	Mittwoch	Stammtisch
9	Donnerstag	
10	Freitag	
11	Samstag	Kicker-Turnier
12	Sonntag	
13	Montag	
14	Dienstag	Kochen
15	Mittwoch	Stammtisch
16	Donnerstag	Backen
17	Freitag	
18	Samstag	
19	Sonntag	
20	Montag	
21	Dienstag	
22	Mittwoch	Stammtisch
23	Donnerstag	
24	Freitag	Disco im Center
25	Samstag	
26	Sonntag	Beginn der Sommerzeit
27	Montag	
28	Dienstag	
29	Mittwoch	Spiele - Mensch Ärgere Dich Nicht Turnier
30	Donnerstag	Basteln - Frühlings-Deko
31	Freitag	Gambrinus





# Programmheft Lebenshilfe Center Arnsberg

Januar 2023

Februar 2023

März 2023

