



FREIZEIT UND BILDUNG

Kurse, Einzelveranstaltungen und Ausflüge

02 // 2016



Herzlich willkommen bei „Freizeit und Bildung“!

In diesem Programmheft erscheinen wie gewohnt auf den folgenden Seiten unsere Kursangebote, Einzelveranstaltungen, Tagesausflüge und eine Kurzfreizeit. Sie sind neugierig geworden? Dann wünschen wir schon jetzt viel Spaß beim Lesen dieses Heftchens.

Passend zu jedem Kurs haben wir sowohl die Wahl der KursleiterInnen als auch den Ort und die Zeit gewählt, um so möglichst viele Interessierte anzusprechen.

Bitte beachten Sie, dass Sie sich bis spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn anmelden.

Grundlage eines jeden Kurses ist der Aspekt der Weiterbildung, wobei neben der Ernsthaftigkeit auch die Faktoren Spaß, Kreativität und Entspannung einen hohen Stellenwert haben. Eine gelungene Kombination von Bildung und Erlangung eines stärkeren Selbstbewusstseins ist unser Anliegen. Wir hoffen, den persönlichen Wünschen und Vorstellungen von Menschen mit Behinderung gerecht zu werden. Die Weiterbildungs- und Freizeitangebote erfolgen in Zusammenarbeit mit dem Paritätischen Bildungswerk und dem Bürgerzentrum „HudL“ der Stadt Herford.



Informationen über Termine, Kosten und Ort der Veranstaltungen finden Sie in der jeweiligen Beschreibung des Angebots.

Falls es Fragen gibt, stehe ich Ihnen gern montags und mittwochs in der Zeit von 9:00 bis 13:00 Uhr und donnerstags in der Zeit von 14.00 Uhr bis 19.00 Uhr persönlich oder telefonisch unter 05221 996680 zur Verfügung.

Ihre Ansprechpartnerin von „Freizeit und Bildung“
Monika Dey

➔ Inhalt

Kurzfreizeit Cuxhaven.....	4
Grillfest am Heimathof Leopoldshöhe.....	5
Schachtschleuse Minden.....	6
WDR Studios Bielefeld.....	7
Weihnachtsmarkt Warendorf.....	8
Freizeittreff „Mittendrin“.....	9
Herbstfrühstück/Adventfrühstück.....	10
Nassfilzen/Herbstbasteln.....	11
Gemeinsames Kochen.....	12
Aktionen von Freizeit und Bildung.....	13
Spielen/Kegeln im HudL.....	14
Disco.....	15
Vorschau „HudL“-Termine.....	16-17
Radiokurs „Mittendrin“.....	18
Anmeldung.....	19/20
Bewegung und Ruhe.....	21
Computer-Kurse.....	22
Offenes Atelier/Offenes Malen.....	23
So finden Sie uns.....	24

Zeichenerklärung



Leitung



Ort



Uhrzeit



Termine/Kurse



Herberge/Hotel



Kosten



Teilnehmerzahl



Beschreibung




Wichtiger Hinweis

➔ Kurzfreizeit Cuxhaven




Frei-
zeit

 Monika Dey, Melanie Krüger

 26.09. – 30.09.2016

 350,00€

 7 Personen (max. 1 Rollifahrer)

 **An der schönen Nordseeküste in Cuxhaven wohnen wir im barrierefreien Haus „Stella Maris“, das sich 400 Meter vom Meer entfernt, direkt am Waldrand befindet.**

Dort übernachten wir in Doppelzimmern, bekommen Frühstück und warmes Abendessen.

Die Tage verbringen wir mit Spaziergängen am langen Sandstrand und im Watt. Wir fahren zum Hafen und bestaunen die riesigen Containerschiffe in der Elbmündung.

Der Reisepreis beinhaltet 4 Übernachtungen mit Halbpension, Kurtaxe, Betreuungskosten, Fahrtkosten und die notwendigen Versicherungen. Wir fahren mit dem Bulli und sind dadurch vor Ort mobil.

➔ Grillfest am Heimathof Leopoldshöhe



**Tages-
ausflug**

 Monika Dey, ehrenamtliche Begleitung

 Sonntag, 14.08.2016 / 12:00 Uhr – 17:00 Uhr

 8,00€

 **Der Heimathof Leopoldshöhe bietet uns die Gelegenheit, gemeinsam in großer Runde einen hoffentlich sonnigen Sonntag zu verbringen.**

Nach dem Grillen in der Mittagszeit können wir spazieren gehen, auf der Wiese liegen, Spiele auf dem Rasen spielen und auf der großen Streuobstwiese das aufgesammelte Obst genießen.

Anschließend trinken wir Kaffee und essen leckeren Kuchen dazu. Eine Salat- oder Kuchenspende ist gern gesehen!

Ich bitte darum, Fahrgemeinschaften zu bilden.

Adresse: Zum Heimathof 14, 33818 Leopoldshöhe


➔ Schachtschleuse Minden




**Tages-
ausflug**


 Monika Dey, ehrenamtliche Begleitung

 Samstag, 27.08.2016

 Zeit: 12:30 Uhr am Herforder Bahnhof (Abfahrt 13:08 Uhr)
Rückkehr: 18:50 Uhr am Herforder Bahnhof

 25,00€

 Mind. 10 Personen, max. 15 Personen

 **Und wieder einmal geht es mit der Bahn zu unserem Ziel. In Minden angekommen, machen wir einen ca. 30-minütigen Spaziergang auf die andere Seite der Weser zum Schiffsanleger „Weserpromenade“.**

Von dort aus geht es aufs Schiff. Während der Schleusenfahrt, die knapp zwei Stunden dauert, erleben wir eine Berg- und eine Talschleutung. An Bord bekommen wir zwei Tassen Kaffee oder Tee und ein Stück Torte.

Der Preis beinhaltet die Kosten für die Schleusenfahrt, das Kaffeegedeck und die Betreuung.

➔ Besichtigung der WDR Studios in Bielefeld




© BillionPhotos.com - Fotolia.com

**Tages-
ausflug**

 Monika Dey, ehrenamtliche Begleitung

 Freitag, 07.10.2016

 Treff: 13:00 Uhr Parkplatz Herforder Werkstätten
Rückkehr: 17:30 Uhr Parkplatz Herforder Werkstätten

 5,00€

 Mind. 10 Personen

Wir blicken hinter die Kulissen eines Fernseh- und Hörfunkstudios.

Die Führung durch die WDR Studios findet von 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr statt.

Nach einer Einführung in die Arbeit des WDR werden die Radio- und Fernsehstudios besichtigt. Die Gruppe bekommt Einblick in das Fernsehgeschehen (z. B. wie die „Lokalzeit“ entsteht) und in den Hörfunk.


Der Ausflug wird von ehrenamtlichen HelferInnen begleitet. Die Führung wird von der Paritätischen Akademie NRW in Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe Herford e.V. angeboten.


➔ Weihnachtsmarkt Warendorf




**Tages-
ausflug**


 Monika Dey, Ehrenamtliche Begleitung

 Samstag, 10.12.2016

 Treffpunkt: 10:00 Uhr am Herforder Bahnhof (Abfahrt 10:33 Uhr)
Rückkehr: 17:30 Uhr am Herforder Bahnhof

 20,00€ für Mittagessen und Betreuung

 Max. 10 – 12 Personen

 **Nach unserer Ankunft mit der Bahn kehren wir im Historischen Brauhaus in der Warendorfer Altstadt zum gemeinsamen Mittagessen ein, bevor wir über den Weihnachtsmarkt schlendern.**

Der Warendorfer Marktplatz verwandelt sich alljährlich in der Adventszeit in das Warendorfer Weihnachtswäldchen. Viele kleine Tannen schmücken den Platz, über den der Duft von Glühwein und weihnachtlichen Gewürzen zieht. Den Teilnahmebetrag von 20,00€ sammelt Monika Dey am Bahnhof ein. Es werden davon das Mittagessen im Historischen Brauhaus und die Betreuungskosten bezahlt. Bitte den Ausweis GdB + Begleitschreiben mit gültiger Wertmarke für die Bahn mitnehmen.

Der Ausflug wird von ehrenamtlichen HelferInnen begleitet.

➔ **Freizeittreff „Mittendrin“** *Kaffee und Kuchen, Spiele und Aktivitäten*





© juliasudnitskaya - Fotolia.com



Chris Dorney © 123RF.com

 Heidi Veidt, ehrenamtliche Begleitung

 Freitags, 14:30 Uhr – 17:00 Uhr

 Beratungsstelle der Lebenshilfe,
Tribenstraße 12, 32052 Herford, 05221 996680

 12,00€ pro Monat

Der Freizeittreff am Freitag hat mittlerweile Tradition.

Seit einigen Jahren dient die Beratungsstelle als Ort, an dem man die Arbeitswoche in angenehm ruhiger Atmosphäre ausklingen lassen kann.


Kaffee und Kuchen, Spiele und Aktivitäten außer Haus bieten die Möglichkeit, vom Alltag abzuschalten.

➔ *Wir möchten wieder lecker miteinander frühstücken:*

Herbstfrühstück

 Monika Dey

 Sonntag, 02.10.2016, 11:00 Uhr – 14:00 Uhr

 Haus unter den Linden „HudL“,
Unter den Linden 12 (am Wall), 32052 Herford

 5,00€


 Für die Planung bitte ich um Anmeldung bis spätestens 26.09.2016.



Adventfrühstück

 Monika Dey

 Sonntag, 18.12.2016, 11:00 Uhr – 14:00 Uhr


 Haus unter den Linden „HudL“,
Unter den Linden 12 (am Wall), 32052 Herford


 5,00€


 Für die Planung bitte ich um Anmeldung bis spätestens 26.09.2016.




➔ Kunst des Nassfilzens I und II

 Carola Behring

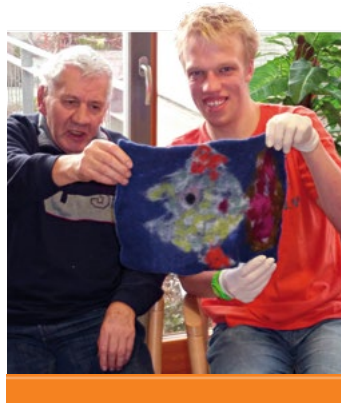
 **Termin Kurs I:**
Freitag, 05.08.2016, 14:00 Uhr – 17:00 Uhr
Termin Kurs II:
Freitag, 23.09.2016, 14:00 Uhr – 17:00 Uhr

 Wittekindshof „Haus Enger“,
Bielefelder Straße 17, 32130 Enger

 8,00€ inkl. Material


 **An diesen Nachmittagen lernen die TeilnehmerInnen die alte Kunst des Nassfilzens. Aus bunter Schafswolle und warmer Seifenlauge entsteht unter Reibung mit den Händen Filz, aus dem dekorative Objekte gemacht werden.**

Im Kurs II werden wir die in Kurs I begonnenen Objekte fertig stellen.




➔ Herbstbasteln


„Bunte Farbe gegen trübe Tage“.

 Carola Behring

 Freitag, 28.10.2016, 17:30 Uhr – 19:00 Uhr

 Beratungsstelle der Lebenshilfe Herford e. V.
Tribenstraße 12, 32052 Herford

 7,00€ inkl. Material

 **Der Sommer sagt ade, die Tage werden kürzer.** Herbstliche Motive aus der Natur geben den trüben Tagen wieder Leben und Farbe. Mit selbst hergestellten Stempeln werden zum Beispiel Geschirrtücher und Stofftaschen individuell bedruckt. Herbstliche Motive werden auf verschiedene Weise verewigt. Wer möchte, bedruckt ein Stück Leinwand und zieht es mit Hilfe der Kursleiterin auf einen Holzrahmen.

Diese Kurse werden von der Paritätischen Akademie NRW in Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe Herford e. V. angeboten.




andreaka © 123RF.com

➔ **Gemeinsames Kochen**


„Typisch bayerischer Abend“.

 Monika Dey

 Freitag, 14.10.2016, 17:30 Uhr – 20:00 Uhr

 Beratungsstelle der Lebenshilfe
Tribenstraße 12, 32052 Herford

 4,00€ (für Essen und Getränke)

 **Wir überschreiten den Weißwurstäquator und feiern wie die Bayern!**
Zu einem zünftigen bayerischen Abend in Blau-Weiß gehört zünftiges Essen. Wir kochen Sauerkraut und Knödel, dazu gibt es Weißwurst mit süßem Senf, Brezen und Radi. Eine Bayerische Crème rundet das Essen ab. Und ... wir suchen den besten Jodler!





Alexander Rath's © 123RF.com

➔ **Gemeinsames Kochen**


„Waffeln – herzhaft und süß“

 Monika Dey

 Freitag, 25.11.2016, 17:30 Uhr – 20:00 Uhr

 Beratungsstelle der Lebenshilfe
Tribenstraße 12, 32052 Herford

 4,00€ (für Essen und Getränke)

 **Waffeln kann man auf unterschiedliche Art backen.** Die verschiedenen Möglichkeiten lernen wir an diesem Kochabend kennen. Wer es süß mag, versucht sich am traditionellen Waffelteig. Wer neugierig ist, rührt Käse, Schinken oder Kräuter unter den Teig und lässt sich überraschen!
Die Veranstaltungen werden von der Paritätischen Akademie NRW in Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe Herford e. V. angeboten.




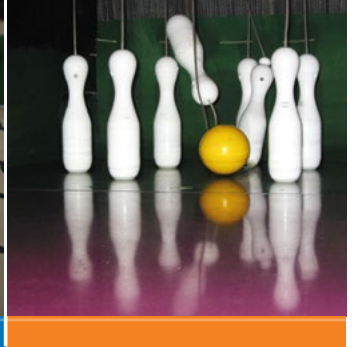
© neondream - Fotolia.com

 **Fotostrecke Sylt**









➔ Inklusive Veranstaltungen im HudL






Die folgenden Freizeitangebote werden in Zusammenarbeit von  , dem Paritätischen und dem HudL angeboten.



Inklusives Kegeln

-  Gerd Schrödter, Monika Dey  Kegelbahn des „HudL“
-  Sonntag, 21.08.2016  14:00 Uhr – 17:00 Uhr
-  Sonntag, 27.11.2016
-  Kostenlos, Kuchen und Getränke für je 1,00€ vom Café

Mensch-Ärgere-Dich-Nicht-Turnier – 5. Offene Stadtmeisterschaften

-  Monika Dey  Café des „HudL“
-  Sonntag, 23.10.2016  14:00 Uhr – 17:00 Uhr
-  Kostenlos, Kuchen und Getränke für je 1,00€ vom Café.
Für die Gewinner gibt es Preise!

Anmeldungen bitte bei Herrn Giebel, Tel. 05221 1891011 oder
Frau Dey, Tel. 05221 996680 oder per Mail: dey@lebenshilfe-herford.de

DISCO



FRIDAY NIGHT FEVER

Am Freitag, den 11.11.2016

ist es soweit –
wir rocken mit DJ Udo Erdbeer,
was das Zeug hält!



Café des

HudL



19:00 Uhr – 22:00 Uhr



Eintritt 2 € / Getränke 1 €
(Chips und Flips gratis).



Bei uns geht die Post ab! Schaut rein, tanzt mit, feiert mit, habt Spaß! Wir freuen uns, das Café des HudL für die Disco nutzen zu dürfen – und auf einen bunten Abend mit ganz vielen Gästen!

➔ Weitere Veranstaltungen des *HudL*

Für folgende Angebote des „HudL“ gibt es keine Betreuung von der Lebenshilfe Herford e. V.

Termine im *HudL*

Feierabendbühne mit den „Old Fellows“

Freitag, 15.07.2016 ab 17:30 Uhr, kostenlos

Grillparty mit Live-Musik von Frank Schlüter

Mittwoch, 20.07.2016 ab 12:00 Uhr

Nachbarschaftsflohmarkt auf dem Wall

Samstag, 23.07.2016 ab 10:00 Uhr

Sonntagstanzparty mit Live-Musik und frischen Waffeln

Sonntag, 07.08.2016 ab 14:00 Uhr

Grillparty mit Live-Musik von Franz-Josef Gehrman

Mittwoch, 17.08.2016 ab 12:00 Uhr

Feierabendbühne mit Hanna Meyerholz

„2 Gitarren – 2 Stimmen“

Freitag, 19.08.2016 ab 17.30 Uhr, kostenlos

Gartenfest Förderverein „HudL“ mit Live-Musik

Samstag, 27.08.2016 ab 16:00 Uhr, Teilnahme kostenlos

Schnupperkurs Rollstuhltanz

Dienstag, 06.09.2016 19:15 Uhr (90 min.)

Schnuppertermin kostenlos

Der Kurs findet 1 x pro Woche statt und kostet 14,00€ pro Monat.

Die Kosten der Angebote des *HudL* bitte bei Herrn Giebel unter 05221 1891011 erfragen.

Nachbarschaftsflohmarkt auf dem Wall

Samstag, 10.09.2016 ab 10:00 Uhr

Zwetschgenparty mit Live-Musik

Mittwoch, 14.09.2016 ab 12:00 Uhr

Feierabendbühne mit Live-Musik von Phil Solo

Akustik Indie Rock

Freitag, 16.09.2016 ab 17:30 Uhr, kostenlos

Konzert mit „HudL“-Chor und Blockflötenensemble

der Musikschule Herford

Sonntag, 25.09.2016 ab 15:00 Uhr

Kabarett der Seniorinas

„Turne bis zur Urne“

Freitag, 30.09.2016 ab 17:30 Uhr

Feierabendbühne mit Roman Möller, Live-Musik

Freitag, 21.10.2016 ab 17:30 Uhr, kostenlos

Kabarettist Rainer Schmidt

Donnerstag, 17.11.2016 ab 19:30 Uhr

Karten im Vorverkauf und an der Abendkasse.

Feierabendbühne mit den Badger's Brothers


Freitag, 18.11.2016 ab 17:30 Uhr, kostenlos


Adventskonzert mit dem „HudL“-Chor


Sonntag, 11.12.2016 ab 15:00 Uhr


➔ Radiokurs „Mittendrin“ „Achtung – Wir gehen auf Sendung!“



 Udo Erber

 Beratungsstelle der Lebenshilfe Herford e. V.
Tribenstraße 12, 32052 Herford

 03.09. – 05.11.2016, 7 Termine à 4 U.-Std.
(inklusive Kaffeepause)

 Samstags, 14:00 Uhr – 17:00 Uhr

 20,00€ pro Kurs

 **Nach mehreren Hörspielen wollen wir uns in diesem Kurs wieder der Interviewtechnik widmen.**

Mit unseren beiden neuen Aufnahmegegeräten werden Menschen mit Behinderungen andere Menschen mit Behinderungen zu ihrer Alltags- und Wohnsituation befragt. Dabei stellen wir den Zuhörern von Radio Herford die vielseitigen Facetten eines Lebens mit einer körperlich und/oder geistigen Beeinträchtigung vor. Neben den Interviews lernen die TeilnehmerInnen die Bedienung unseres neuen O-Töners kennen.

Der Sendetermin wird rechtzeitig bekannt gegeben, der Teilnehmer erhält eine Kopie der Sendung auf CD.

Dieser Kurs wird von der Paritätischen Akademie NRW in Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe Herford e. V. angeboten.

➔ **Anmeldung zu den Kursen:**

Monika Dey

Lebenshilfe Herford e. V.

Beratungsstelle „Freizeit und Bildung“

Tribenstraße 12

32052 Herford

E-Mail-Kontakt: dey@lebenshilfe-herford.de

Tel. 05221 996680 und 05221 281735

Sprechzeiten: Mo., Mi. 9:00 Uhr – 13:00 Uhr, Do. 14:00 Uhr – 19:00 Uhr

Bezeichnung des Angebots

Rolli

Name

Alter

Telefon

Anschrift

Ort und Datum, Unterschrift




















Unterschrift (gesetzliche/r BetreuerIn)

E-Mail-Adresse (falls vorhanden, bitte angeben)

Ich bin mit der Veröffentlichung von Fotos auf der Homepage der Lebenshilfe und im Kursheft einverstanden ja nein

Der Anmeldeschluss ist 14 Tage vor Beginn des jeweiligen Angebotes.
Sie erhalten keine schriftliche Anmeldebestätigung.

➔ Anmeldung *(Bitte Veranstaltung/en ankreuzen!)*
Alle Angebote sind barrierefrei erreichbar!

- Kurzfrequenz Cuxhaven 
- Grillfest am Heimathof Leopoldshöhe 
- Schachtschleuse Minden 
- WDR Studios Bielefeld 
- Weihnachtsmarkt Warendorf 
- Freitagstreff „Mittendrin“ 
- Herbstfrühstück Adventfrühstück 
- Nassfilzen Herbstbasteln 
- Gemeinsames Kochen „Oktoberfest“ 
- Gemeinsames Kochen „Waffeln“ 
- Kegeln 1 Kegeln 2 
- Mensch-Ärgere-Dich-Nicht-Turnier 
- Disco im „HudL“ 
- Radiokurs „Mittendrin“ 
- Bewegung und Ruhe OW Schlosserstr. 7 
- Computerclub HK PC-Corner S7 
- Offenes Atelier 
- Offenes Malen 
- Farbenfroh zeichnen und malen 




➔ Bewegung und Ruhe, Kurs I und II



Kurs 1

 Rainer Sasse

 Wohnheim der Lebenshilfe Herford e. V.
Oetinghauser Weg 54, 32052 Herford

 15.08. – 12.12.2016 (14 Termine à 1 Std.) – montags, 18:15 Uhr – 19:15 Uhr

 4,00€ pro Termin

Kurs 2

 Rainer Sasse

 Wohnhaus der Lebenshilfe Herford e. V., Schlosserstraße 7b, 32051 Herford

 17.08. – 14.12.2016 (14 Termine à 1 Std.) – mittwochs, 18:15 Uhr – 19:15 Uhr

 4,00€ pro Termin

Arbeit kann so anstrengend sein!

In diesem Kurs lernen wir, vom Arbeitstag abzuschalten und durch gezielte, ruhige Dehn- und Atemübungen zu seelischer und körperlicher Entspannung zu gelangen.


Diese Kurse werden von der Paritätischen Akademie NRW in Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe Herford e. V. angeboten.

➔ Computerkurse




© Karamba Production - Fotolia.com


 Rainer Sasse


 **Keine Sorge, hier kann nichts kaputt gehen!** Der Computer bietet viele neue und spannende Möglichkeiten, an die sich die TeilnehmerInnen in kleinen Schritten heranwagen. Angefangen vom Einschalten des Computers über die einzelnen Funktionen der Tasten bis zum Gebrauch von Lernprogrammen für unterschiedliche Niveaus, wird das Basiswissen am PC vermittelt.

Die PC-Kurse werden von der Paritätischen Akademie NRW in Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe Herford e. V. angeboten.

Computerclub


 Wohnheim der Lebenshilfe Herford e. V., Holtkamp 15, 32120 Hiddenhausen

 15.08.2016 – 12.12.2016,
14 Termine à 2 U.-Std.


 Montags, 16:30 Uhr – 18:00 Uhr

 7,00€ pro Termin

Computercorner

 Wohnheim der Lebenshilfe Herford e. V., Schlosserstr. 7b, 32051 Herford

 16.08. – 13.12.2016,
14 Termine à 2 U.-Std

 Dienstags, 16:30 Uhr – 18:00 Uhr

 7,00€ pro Termin


➔ Kreativkurse





 Rainer Sasse

Die folgenden Kreativkurse werden von der Paritätischen Akademie NRW in Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe Herford e. V. angeboten.

Offenes Malen

 Wohnheim der Lebenshilfe e. V.,
Oetinghauser Weg 54,
32051 Herford


 17.08. – 14.12.2016
(14 Termine à 2 U.-Std.)

 Mittwochs, 16:30 Uhr – 18:00 Uhr


 7,00€ pro Termin

 8–10 Personen

Offenes Atelier

 Wittekindshof „Haus Herford“,
Salzufler Straße 3,
32052 Herford


 16.08. – 13.12.2016
(14 Termine à 1 Std.)

 Dienstags, 18:15 Uhr – 19:15 Uhr

 4,00€ pro Termin

 8–10 Personen

Farbenfroh zeichnen und malen

 Wohnhaus Holtkamp der Lebenshilfe Herford,
Holtkamp 15, 32120 Hiddenhausen

 18.08. – 15.12.2016 (14 Termine à 1 Std.)

 Donnerstags, 18:15 Uhr – 19:15 Uhr

 4,00€ pro Termin

 8–10 Personen

**„Kunst wäscht
den Staub des Alltags
von der Seele.“** (Picasso)

*Dies soll auch das Motto sein,
wenn sich die TeilnehmerInnen zum
gemeinsamen Malen treffen. Der
Gebrauch von Farben bewirkt eine
innere Beweglichkeit. Ein Gefühl von
Befreiung und tiefer Entspannung
breitet sich aus.*



Tribenstraße 12 • Herford



FREIZEIT UND BILDUNG

Das Kursangebot wendet sich an alle interessierten Frauen und Männer mit und ohne Behinderungen. Bitte möglichst frühzeitig zu den Kursen und Veranstaltungen anmelden! Die schriftliche Anmeldung ist verbindlich. Kurse finden nur dann statt, wenn genügend TeilnehmerInnen angemeldet sind.

→ Anmeldung zu den Kursen an die:

Beratungsstelle der Lebenshilfe Herford e. V. • Tribenstraße 12 • 32052 Herford
Tel. 05221 996680 und 05221 281735

→ **Bürozeiten:** Mo. + Mi. 9:00–13:00 Uhr / Do. 14:00–19:00 Uhr

→ **Ansprechpartnerin:** Monika Dey • dey@lebenshilfe-herford.de

Irrtümer und Druckfehler vorbehalten.



Lebenshilfe
Herford e. V.