



FREIZEIT UND BILDUNG

Kurse, Einzelveranstaltungen und Ausflüge
1. Halbjahr 2022

01 // 2022



Malerin Sylvia Hebrock

Alle
Infos im
Überblick



Herzlich willkommen bei „**Freizeit und Bildung**“,

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

Grundlage eines jeden Kurses ist der Aspekt der Weiterbildung, wobei neben der Ernsthaftigkeit die Faktoren Spaß, Kreativität und Entspannung einen hohen Stellenwert haben. Eine gelungene Kombination von Bildung und Erlangung stärkeren Selbstbewusstseins ist unser Anliegen und wir hoffen, den persönlichen Wünschen und Vorstellungen von Menschen mit einer Behinderung gerecht zu werden.

Die Weiterbildungs- und Freizeitangebote erfolgen in Zusammenarbeit mit der Paritätischen Akademie NRW und dem Bürgerzentrum Haus unter den Linden der Stadt Herford (HudL).

Wir möchten darauf hinweisen, dass die Teilnahmegebühr für Freizeitangebote bezahlt werden muss, falls die angemeldete Person zu dem Termin nicht erscheint.

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



„Im Hinblick auf die unterschiedlichen Facetten von Barrierefreiheit eines Bildungsangebotes bemühen wir uns um bestmögliche Zugänglichkeit. Bitte melden Sie sich bei, wenn Sie besondere Bedarfe haben.“

Falls es Fragen gibt, stehe ich Ihnen gern mo. u. mi. 11:00 Uhr – 15:00 Uhr und do. 09:00 Uhr – 14:00 Uhr persönlich zur Verfügung oder telefonisch unter 05221-99 66 80.

Ihre Ansprechpartnerin von Freizeit und Bildung
Monika Dey

Inhalt

Dänemark Marielyst.....	4
Dänemark Römö	5
Tagesfahrt mit Jürgen Kiel.....	6
Tagesausflug Duftgarten.....	7
Freizeittreff Mittendrin.....	8
Korbflechten / Osterbasteln	9
Töpferkurs / Filmabend.....	10
Osterfrühstück	11
Grillfest	12
Stadtführung.....	13
Aktionen von Freizeit und Bildung	14-15
Kochen – leicht gemacht	16
Montagsmaler.....	17
Kegeln im HudL.....	18
Vorschau HudL-Termine	19
Musik Holtkamp und Oetinghauser Weg	20
Anmeldung	21-22
Musik Schlosserstraße	23
So finden Sie uns	24

Zeichenerklärung



Leitung



Ort



Uhrzeit



Termine/Kurse



Herberge / Hotel



Kosten



Max. Teilnehmerzahl



Beschreibung



Wichtiger Hinweis

➔ 1 Woche Dänemark

Auf der Ostseeinsel Falster



Freizeit

 Monika Dey, Manuela Niehaus

 Samstag, 21.05. – Samstag, 28.05.2022

 560,00 €

 7 Personen

 **Wir wohnen in einem wunderschönen Ferienhaus im nordischen Stil im Ort Marielyst auf der dänischen Ostseeinsel Falster. Nach wenigen Gehminuten erreichen wir den gemütlichen Ortskern und den Sandstrand.**

Der Reisepreis beinhaltet 8 Tage, bzw. 7 Übernachtungen mit Vollverpflegung im Selbstversorgerhaus sowie Betreuung, Fahrtkosten für Bulli und Fähre und die notwendigen Versicherungen.

Wir fahren mit dem Bulli der Bunsenstraße.

Ein Vortreffen zu der Fahrt findet am Samstag, 30.04.2022 um 16:00 Uhr in der Beratungsstelle der Lebenshilfe e.V., Tribenstr. 12, 32052 Herford statt.

➔ 1 Woche Dänemark

auf der Nordseeinsel Römö



Freizeit



Monika Dey,

Begleitung: Aneta Proszek, Udo Erber, Hartmut Dey



Samstag, 18.06. – Samstag, 25.06.2022



500,00 €



14 Personen (max. 1 Rollifahrer)

Unsere Reise führt uns auf die südlichste dänische Nordseeinsel Römö.

Hier verbringen wir in einer großen Gruppe eine Woche im größten Selbstversorgerhaus der Insel. Extrem breite und weiße Sandstrände, Heidelandschaft und gemütliche kleine Orte bestimmen das Bild der Insel.

Der Reisepreis beinhaltet 7 Übernachtungen in Einzel- und Doppelzimmern, mit Vollpension, Betreuungskosten, Fahrtkosten, sowie die notwendigen Versicherungen.

Wir fahren mit zwei Bullis.

Ein Vortreffen zu der Fahrt findet am Donnerstag, 02.06.2022 um 18:00 Uhr in der Beratungsstelle der Lebenshilfe e.V., Tribenstr.12, 32052 Herford statt.

➔ „Mobil mit Jürgen Kiel“ – ein Ausflug nach Minden



Tages-
ausflug

 Jürgen Kiel und Meike Gießelmann

 Samstag, 23.04.2022

 10:00 Uhr / Rückkehr 17:00 Uhr

 Parkplatz der Herforder Werkstätten

 20,00 €

 7 Personen (max. 1 Rollfahrer*in)

 Unser Ziel ist das schöne Städtchen Minden. Nachdem wir dort die Schleuse besichtigt haben, geht unsere Tour weiter Richtung Mindener Altstadt. In der gemütlichen „Schiffmühle“ kehren wir zum Mittagessen ein und schlendern anschließend durch die Gassen der Altstadt.

Der Reisepreis beinhaltet die Fahrt- und Betreuungskosten, sowie das Mittagessen.

Wir fahren mit einem Bulli.

➔ „Taoasis“ Duftgarten



**Tages-
ausflug**

 Monika Dey und ehrenamtliche Betreuung

 Samstag, 07.05.2022

 Treff: 9:15 Uhr am Herforder Bahnhof (Abfahrt 9:50 Uhr)
Rückkehr: 18:06 Uhr

 20,00 €

 max. 8 Personen

 Wir besuchen den botanischen Duftgarten in Lage und lassen uns dort von einer Aroma-Expertin durch die Heil- und Kräuterwelt führen.

Anschließend durchstöbern wir den Duftshop!

Zurück am Bahnhof in Lage stärken wir noch mit einem kleinen Imbiss, bevor es mit der Bahn wieder nach Hause geht.

Freizeittreff „Mittendrin“ Kaffee und Kuchen, Spiele und Aktivitäten



 Heidi Veidt, ehrenamtliche Begleitung

 freitags, 14:30 Uhr – 17:00 Uhr

 Beratungsstelle der Lebenshilfe
Tribenstraße 12, 32052 Herford,
Tel. 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 Kekse, Spiele und Aktivitäten außer Haus bieten die Möglichkeit vom Alltag abzuschalten.

➔ Bastelnachmittag „Korbflechten“

 Hartmut Dey

 Samstag, 19.02.2022

 14:00 Uhr – 17:00 Uhr

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

 8,00 € inkl. Material

 7 Personen max.

 Das Flechthandwerk ist eines der ältesten Handwerkskünste der Menschheit.

An diesem Nachmittag lernen wir Schritt für Schritt, unter fachlicher Anleitung, selbstständig ein Körbchen aus Peddigrohr zu flechten, das wir anschließend mit nach Hause nehmen.



➔ Osterbasteln „Der Frühling kann kommen“

 Monika Dey

 Samstag, 19.03.2022

 14:00 Uhr – 17:00 Uhr

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

 7,00 € (inkl. Material)

 7 Personen max.

 Aus verschiedenen Materialien basteln wir uns wunderschöne Osterdekoration für unsere eigenen vier Wände.



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

➔ „Töpfern macht Freude!“

 Carola Behring

 Termin 1: Samstag, 26.03.2022 / 14:00 Uhr – 17:00 Uhr
Termin 2: Samstag, 02.04.2022 / 14:00 Uhr – 17:00 Uhr

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

 5,00 € für beide Termine

 8 Personen max.

 An zwei aufeinanderfolgenden Samstagen wollen wir in liebevoller Handarbeit ein individuelles Türschild aus Ton fertigen. Wenn dieses fertig ist, können wir nach Lust und Laune weiterkneten und schöne Dinge formen. An dem zweiten Samstag bekommen wir unsere gebrannten Tonarbeiten zurück und können sie dann glasieren.

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



➔ Filmabend

 Monika Dey

 Samstag, 05.03.2022

 18:00 Uhr – 20:00 Uhr

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

 1,00 € für Chips und Getränke

 15 Personen max.

 **Freut euch wieder einmal auf einen gemeinsamen Abend, an dem ein Überraschungsfilm gezeigt wird und fühlt euch wie im echten Kino!**

Zum Film gibt es Knabbergebäck und Getränke.



➔ Osterfrühstück

Wir möchten wieder lecker miteinander frühstücken und grillen



 Monika Dey

 Samstag, 09.04.2022

 11:00 Uhr – 14:00 Uhr

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

 5,00 €

 max. 20 Personen

 Für die Planung bitte ich um Anmeldung bis spätestens 02.04.2022

Grillfest



 Monika Dey

 Samstag, 11.06.2022

 16:00 Uhr – 19:00 Uhr

 Garten der Familie Kleemeier,
Ahmserstr.180, 32052 Herford

 5,00 € (für 2 Würstchen, Salat und Getränke)

 Nach zwei Jahren coronabedingter Pause lädt uns Familie Kleemeier wieder in ihren wunderschönen Garten samt Partyhütte ein.

Mit Musik und guter Laune wollen wir einen sommerlichen Nachmittag mit Bratwurst und leckeren Salaten verbringen.

Wir freuen uns immer über selbstgemachte Salate!

Für die Planung bitte ich um Anmeldung bis spätestens 07.06.2022

➔ Lustige Stadtführung durch Herford mit Mathias Polster



 Mathias Polster

 Samstag, 30.04.2022

 14:00 Uhr

 Gänsebrunnen auf dem Gänsemarkt

 2,00 €

 max. 20 Personen

 Diese sicher sehr humorvolle Stadtführung findet in leichter Sprache statt.

Die Teilnehmer*innen erwarten spannende und lustige Geschichten über das alte und das neue Herford.

Anmeldung bitte bis zum 25.04.2022!

Dieses Angebot wird von der Paritätischen Akademie NRW in Zusammenarbeit mit der  **Lebenshilfe**
Herford e.V. angeboten.

➔ Dänemark



 **Bildermix**



➔ Kochkurs in der Beratungsstelle

Kochen – leicht gemacht



 Monika Dey

 Freitag, 21.01., 25.02., 25.03., 29.04., 10.06.2022

 17:30 Uhr – 20:00 Uhr

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

 5,00 € zu jedem Termin (für Essen und Getränke)

 In unserer Kochgruppe lernen die Teilnehmer*innen Lebensmittel zu verarbeiten. Wir kochen einfache, leckere Gerichte und essen anschließend gemeinsam.

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

➔ „Die Montagsmaler“



 Kirsten Serowski

 montags, 10.01. – 27.06.2022 (vierzehntägig)

 15:00 Uhr – 18:00 Uhr

 10,00 € pro Termin

 Kirsten Serowski ist eine renommierte, großartige Herforder Künstlerin, die den Teilnehmer*innen in ihrer kreativen Entfaltung hilfreich zur Seite steht.

In ihren Werken haben die Maler*innen die Möglichkeit aus ihrem Herzen heraus ihre Wünsche, Träume und Bedürfnisse auszudrücken.

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

Inklusive Veranstaltungen im „Haus unter den Linden“

Die folgenden Freizeitangebote werden in Zusammenarbeit von



und dem **HudL** angeboten und von dem Paritätischen und der Westfalen-Weser Energie unterstützt.

➔ Inklusives Kegeln



 Gerd Schrödter, Monika Dey

 Termin1: Sonntag, 30.01.2022
Termin2: Sonntag, 13.03.2022

 Kegeln von 14:00 Uhr – 16:30 Uhr

 Kegelbahn des „HudL“

 kostenlos

 **Das Ehrenamtskulturcafé serviert Kaffee, Tee oder Kaltgetränke und Kuchen zu günstigen Preisen.**

Mit der speziellen Kegelschiene ist es für Rollstuhlfahrer ganz einfach mitzukegeln!

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

Weitere Veranstaltungen des HudL:

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

Feierabendbühne im Café des HudL mit Live-Musik



Freitag ab 17:30 Uhr,

Termine:

21.01.2022 TBA

18.02.2022 Phil Seeboth

18.03.2022 Blue Temptation

08.04.2022 Blue Sky Company

13.05.2022 The Acoustics

17.06.2022 Two in One

Indoor-Flohmarkt im HudL



Samstag ab 11:00 Uhr

Termine: noch nicht bekannt

Nachbarschaftsflohmarkt (auf dem Wall)



Samstag ab 13:00 Uhr

Termine: Noch nicht bekannt

Flohmarktstände können bei
Frau Stallner telefonisch unter
05221-1891011 gebucht werden.

➔ **Musikkurs** Die voll gute Musikstunde



 Sebastian Hinz

 13.01. – 23.06.2022 / 20 Termine à 1 Std.

 donnerstags, 16:30 Uhr – 17:30 Uhr (Präsenzkurs)

 Wohnhaus der Lebenshilfe, Oetinghauser Weg 54, 32051 Herford

 4,00 € pro Stunde

 14.01. – 24.06.2022 / 20 Termine à 1 Std.

 freitags, 16:00 Uhr – 17:00 Uhr (online per Skype)

 Wohnhaus der Lebenshilfe, Holtkamp 15, 32120 Hiddenhausen

 4,00 € pro Stunde

 "In meiner Musikstunde singen wir tolle Lieder, trommeln, klatschen und machen Stimmung. Ihr müsst nichts mitbringen, außer Lust auf Musik machen – und jeder, der lieber zuhören möchte, ist natürlich auch herzlich willkommen. Kommt vorbei, ich freue mich auf Euch!" Sebastian Hinz

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

Anmeldung an:

Monika Dey

Lebenshilfe Herford e. V.

Beratungsstelle „Freizeit und Bildung“

Tribenstraße 12

32052 Herford

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

Tel. 05221 996680

Sprechzeiten: Mo., Mi.: 11:00 Uhr – 15:00 Uhr, Do.: 9:00 Uhr – 14:00 Uhr

Bezeichnung des Angebots

Name

Alter

Rolli

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 Heft von Freizeit und Bildung einverstanden.**

Anmeldeschluss: 7 Tage vor Beginn des jeweiligen Kurses.

Sie erhalten keine schriftliche Anmeldebestätigung.

Angebote bitte umseitig ankreuzen.

➔ **Anmeldung** (Bitte Veranstaltung/en ankreuzen!)

- Marielyst 
- Römö
- Tagesausflug Minden 
- Taoasis Kräutergarten 
- Freizeittreff „Mittendrin“ 
- Kochen – leicht gemacht in der VHS 
- Kegeln 
- Korbflechten Osterbasteln 
- Töpferkurs Filmabend 
- Osterfrühstück 
- Grillfest 
- Stadtführung 
- Kochen – leicht gemacht in der VHS 
- Montagsmaler 
- Kegeln 
- Musikkurs OW 
- Musik HK 
- Musik Schlosserstr. 7b 



➔ „Wir bleiben im Rhythmus“ Neues Musikangebot im Wohnhaus Schlosserstraße



 Sabine Althoff

 dienstags, 16:30 Uhr – 17:30 Uhr (vierzehntägig)

 11.01. – 28.06.2021 / 10 Termine à 1 Std.

 Wohnhaus der Lebenshilfe Herford,
Schlosserstr. 7b, 32051 Herford

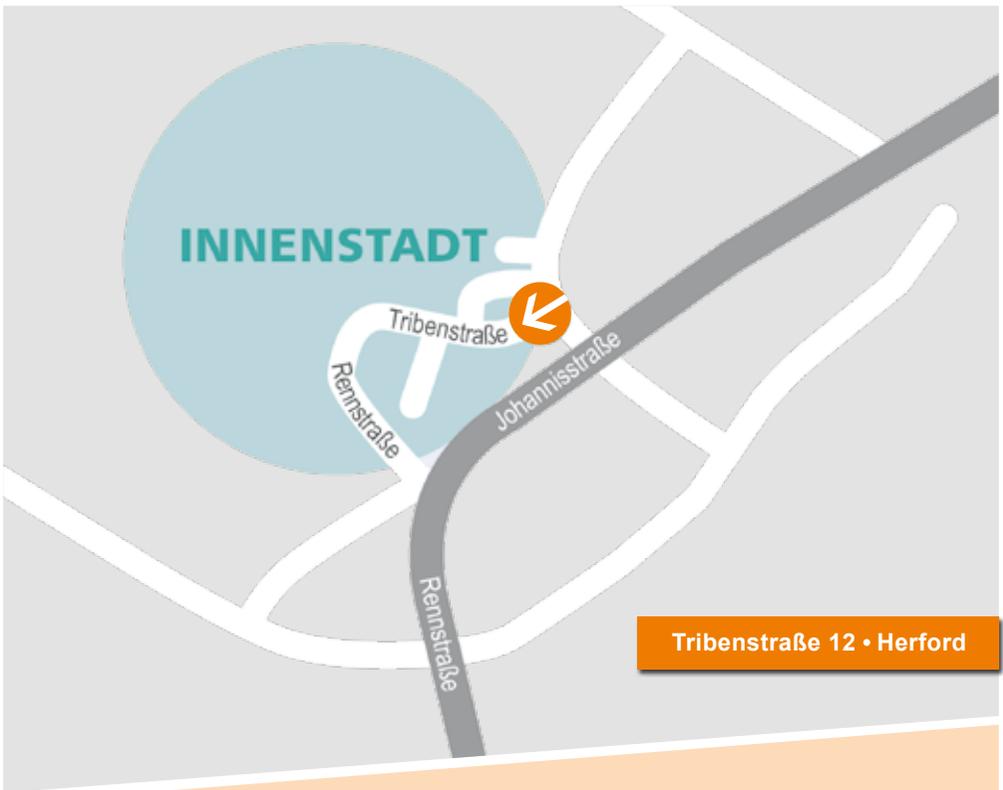
 4,00 € pro Stunde

 Musik macht Spaß!

Wir klatschen, trommeln, stampfen und singen durch das Jahr!

Jede/r Teilnehmer*in nimmt je nach Bewegungs- und Ausdrucksvermögen am Musikkurs teil. Das mag sehr unterschiedlich sein, die Freude am Musizieren allerdings ist bei allen gleichermaßen zu spüren!

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



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. Angebote 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

→ **Bürozeiten:** Mo. + Mi. 11:00–15:00 Uhr, Do. 9:00–14:00 Uhr

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

Irrtümer und Druckfehler vorbehalten.