



Familienentlastender und –unterstützender Dienst Freizeit- und Bildungsangebote



Lebenshilfe Kreisvereinigung Saalfeld-Rudolstadt e.V

Liebe Teilnehmer, liebe Angehörige, liebe Betreuer,

Sie halten unser neues Veranstaltungsheft in den Händen. Wir haben versucht ein buntes Angebot zu finden, damit Sie Ihre Freizeit aktiv gestalten können, ganz nach Ihren persönlichen Wünschen und Interessen.

Die Kurzbeschreibungen erleichtern Ihnen die Auswahl der Veranstaltungen. Weitere Informationen und Beratung erhalten Sie von unseren Mitarbeiter/innen.

Herzlichst der Vorstand und das FED Team
des Lebenshilfe Kreisvereinigung Saalfeld-Rudolstadt e.V.

Legende



Wir fahren mit einem Bus/Auto.



Angebot ist für Rollstuhlfahrer geeignet.



Angebot ist nicht für Rollstuhlfahrer geeignet.



Angebot ist für Menschen mit Gehbehinderung möglich.



Aktivität im Wasser



Aktivität in der Natur



Angebot in den FED-Räumen

Inhaltsverzeichnis

Veranstaltungen

V01	Gymnastik.....	4
V02	Wassergymnastik.....	5
V03	Freizeit- und Erlebnisbad.....	6
V04	Yoga.....	7
V05	Kegeln.....	8
V06	Bewegte Füße.....	9
V07	Körperwahrnehmung/ Entspannung.....	10
V08	Mandalas zum Entspannen.....	11
V09	Wanderungen in der nahen Umgebung/Natur erleben.....	12
V10	Kochen.....	13
V11	Backen.....	14
V12	Gesellschaftsspiele.....	15
V13	Kreatives Gestalten.....	16
V14	Musik erleben.....	17
V15	Lesen.....	18
V16	Gemütliches Beisammensein.....	19
V17	Disco.....	20
V18	Grillparty.....	21
V19	Kinobesuch.....	22
V20	Weihnachtsfeier.....	23
V21	Tierheimbesuch.....	24

Tagesfahrten

T01	Erlebnispark Meeresaquarium Zella-Mehlis.....	25
T02	Exkursion ins DDR-Museum.....	25
T03	Besuch im Bienen-Museum.....	25
T04	Tagesfahrten verschiedener Art.....	25

Allgemeine Geschäftsbedingungen.....	26
--------------------------------------	----



V-01

Gymnastik mit Schwerpunkt auf Balance und Kraft zur Sturzprävention

Wann: 2 - 3 mal im Monat
15:00 - 18:00 Uhr

Wo: Rudolstadt,
Turnhalle der „Anton-Sommer Grundschule“
Am Neumarkt/Im Freien

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Wir werden sportlich aktiv. Die Übungen kräftigen unseren Körper. Wir üben mit unterschiedlichen sportlichen Geräten. Spiele und Bewegungsfolgen bringen uns neue körperliche Energie.

Gewonnene Erfahrungen stärken die körperliche Sicherheit als auch das Selbstvertrauen.





V-02

Wassergymnastik

Wann: 2mal im Monat
15:00 - 18:00 Uhr

Wo: Bad Blankenburg, Sportschule
Saalfeld, Bergfried

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Wassergymnastik ist ein spezielles Bewegungstraining im Wasser für den gesamten Körper. Die Übungen schonen die Gelenke und kräftigen die Muskulatur. Dabei sollen Freude und Spaß im Vordergrund stehen.

Wassergymnastik ist besonders für Nichtschwimmer geeignet.





V-03

Freizeit- und Erlebnisbad Saalemaxx

- Wann:** 1mal im Monat
15:00 - 18:00 Uhr
- Wo:** Rudolstadt,
Saalemaxx
- Kosten:** laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Wir wollen im Saalemaxx eine Zeit der Entspannung im Badehaus und eine Zeit mit Spaß im Bereich des Erlebnis- Wellenbecken mit Strömungskanal und Familienrutsche erleben.

Wir erleben schöne Stunden für Körper, Geist und Seele.





V-04

Yoga

Wann: 2mal im Monat
15:00 - 18:00 Uhr

Wo: Rudolstadt,
Am Neumarkt 2

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Yoga ist ein sehr altes, ganzheitliches Übungssystem aus Indien. Die Übungen werden abgestimmt auf die Teilnehmer und helfen Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht zu bringen.

Neue Kleingeräte für die Yogaübungen erleichtern die Bewegungen.





V-05

Kegeln

Wann: 2mal im Monat
15:00 - 17:00 Uhr

Wo: Schwarza,
Sportlerheim

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Einer der beliebtesten Veranstaltungen ist das Kegeln. Auf den modernen Bahnen im Sportlerheim können sich die Teilnehmer sportlich betätigen und mit Freunden messen.

Am Ende erhalten alle Sportler eine Urkunde.





V-06

Bewegte Füße

Wann: 1mal im Monat
15:00 - 17:00 Uhr

Wo: Rudolstadt,
Am Neumarkt 2

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Unsere Füße tragen uns ein Leben lang durch die Welt, deshalb sollten wir ihnen genügend Aufmerksamkeit in der Beweglichkeit und Kräftigung schenken. Unsere Füße tragen entscheidend zu einer guten Haltung bei.

Durch eine besondere Fußgymnastik und Fußmassage entspannen und verwöhnen wir unsere Füße.





V-07

Körperwahrnehmung/ Entspannung

Wann: 1mal im Monat
15:00 - 17:00 Uhr

Wo: Rudolstadt,
Am Neumarkt 2

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Körperwahrnehmung/Entspannung steht für eine Entlastung der Muskulatur.

In angenehmer Atmosphäre nehmen wir unseren Körper durch verschiedene Übungen bewusster wahr und entspannen dabei.

Wir lernen unseren Körper besser kennen.





V-08

Mandalas zum Entspannen

Wann: 1mal im Monat
15:00 - 17:00 Uhr

Wo: Rudolstadt,
Am Neumarkt 2

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Mandala?

Bedeutet „vom Zentrum ausgehend“. Wir malen und legen Bilder.

Das Ausmalen von Mandalas hat eine entspannende Wirkung auf unseren Körper und den Geist, fördert unsere Konzentration und Kreativität und hilft beim Stressabbau.





V-09

Wanderungen in der nahen Umgebung/ Natur erleben

Wann: 2-3mal im Monat
15:00 - 17:00 Uhr

Wo: Rudolstadt,
Saalfeld,
Bad Blankenburg

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Wir erleben, beobachten und verstehen die schöne Natur auf vielfältige Weise. Im Park, im Wald und auf der Wiese entdecken wir Bäume, Pflanzen und Tiere.

Wir sind unterwegs in unserer Heimat.





V-10

Kochen

Wann: 1-2mal im Monat
15:00 - 17:00 Uhr

Wo: Rudolstadt,
Am Neumarkt 2

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Zusammen kochen und anschließend gemeinsam essen macht Spaß, entspannt und verbindet. Wir probieren verschiedene leckere Gerichte aus.

Wir kochen nach Rezepten und lernen viel über gesunde Ernährung.





V-11

Backen

Wann: 1mal im Monat
15:00 - 17:00 Uhr

Wo: Rudolstadt,
Am Neumarkt 2

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Wir backen leckeren Kuchen und bunte Plätzchen. Wir backen nach einfachen Rezepten aus unserer Heimat.

Natürlich wird das Naschen Spaß machen.





V-12

Gesellschaftsspiele

Wann: 1mal im Monat
15:00 - 17:00 Uhr

Wo: Rudolstadt,
Am Neumarkt 2

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Wir spielen zusammen bekannte und neue Spiele.

Egal ob es das beliebte „Mensch ärgere dich nicht“, der Wackelturm oder ein anderes Spiel ist, gemeinsam macht das Spielen besonders viel Freude.





V-13

Kreatives Gestalten

Wann: 1mal im Quartal
15:00 - 17:00 Uhr

Wo: Rudolstadt,
Am Neumarkt 2

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Wir gestalten kleine, auf die Jahreszeit bzw. Festlichkeit bezogene Arbeiten. Wir arbeiten mit unterschiedlichen Materialien. Dabei entstehen vielfältige Dekorationen.

Jeder lässt sein persönliches Kunstwerk entstehen.





V-14

Musik erleben

Wann: 1mal im Monat
15:00 - 17:00 Uhr

Wo: Rudolstadt,
Am Neumarkt 2

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Musik erleben ist ein Miteinander singen und musizieren.

Wir singen gemeinsam bekannte und neue Lieder. Wir genießen das Spiel mit kleinen Instrumenten, z.B. mit Glöckchen, Trommeln und Rhythmikhölzern.





V-15

Lesen

Wann: 1mal im Monat
15:00 - 17:00 Uhr

Wo: Rudolstadt,
Am Neumarkt 2

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Wir lesen Gedichte und kleine Geschichten aus Büchern und Zeitschriften. Vorlesen fördert die Ausdauer zuzuhören.

Gerne können eigene Lieblingsgedichte und Geschichten mitgebracht werden.





V-16

Gemütliches Beisammensein

Wann: 1mal im Monat
15:00 - 17:00 Uhr

Wo: Rudolstadt,
Am Neumarkt 2

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Wir sitzen gemütlich in kleiner Runde zusammen. Bei Kaffee und Kuchen in schöner Atmosphäre entwickelt sich so manches tolle Gespräch.

Miteinander reden und lachen verbindet.





V-17

Disco

Wann: 1mal im Quartal
15:00 - 18:00 Uhr

Wo: Rudolstadt,
Am Neumarkt 2

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Schlagermusik, Rock oder Pop -

Tanzen und Bewegen nach toller Musik macht Spaß. Wir entfliehen dem Alltag und haben Freude miteinander. Zur Stärkung gibt es immer einen kleinen Imbiss.





V-18

Grillparty

Wann: Termin wird kurzfristig bekannt gegeben
15:00 - 18:00 Uhr

Wo: Rudolstadt,
Am Neumarkt 2

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Der Innenhof im Neumarkt ist für die Grillparty ein idealer Ort.

Gemüse, Dips und die leckeren Thüringer Bratwürste schmecken besonders gut. Kleine Spiele lassen die Wartezeit auf das Essen schnell vergehen.





V-19

Kinobesuch

Wann: 1mal im Monat
15:00 - ca. 19:00 Uhr

Wo: Rudolstadt,
Cineplex

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Im Kino erfreuen wir uns an aktuellen Filmen für Groß und Klein. Das Programm wird einen Tag vor der Veranstaltung vom Cineplex bekannt gegeben. Wir wählen gemeinsam einen Film aus.





V-20

Weihnachtsfeier

- Wann:** Dezember
15:00 - 18:00 Uhr
- Wo:** Rudolstadt,
Am Neumarkt 2
- Kosten:** laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Wir feiern in gemütlicher, weihnachtlicher Atmosphäre unsere Weihnachtsfeier.

Bei Stollen, Plätzchen und Kaffee, wunderschönen Weihnachtsliedern und weihnachtlichen Gedichten werden wir die Zeit, bis der Weihnachtsmann kommt, genießen.





V-21

Tierheimbesuch

Wann: 1-2mal im Quartal
15:00 - 17:00 Uhr

Wo: Rudolstadt,
Pflanzwirbach

Kosten: laut Gebührenordnung

Beschreibung:

Wir erfahren im Tierheim sehr viel von der tiergeschützten sozialen Arbeit und dem großen Engagement der Helfer zum Tierschutz.

Die Möglichkeit den Tieren ganz nah zu sein, ihre Einschränkungen zu erleben und von ihren Schicksalen zu erfahren ist eine neue Erfahrung und ein großes Erlebnis. Wir bringen den Tieren Futter mit.





Wir möchten folgende **Ausstellungen bzw. Museen** besuchen. Die Termine werden kurzfristig bekannt gegeben und erscheinen in der monatlichen Übersicht, da auf Grund der Ausbreitung des Coronavirus SARS-CoV-2 die Einrichtungen geschlossen bzw. nur bedingt geöffnet haben.

- Roccoco en miniature
- Senfmühle
- Bauernhäuser/Bauernmuseum/Freilichtmuseum Hohenfelden
- Leuchtenburg
- JenTower

Des Weiteren behalten wir uns vor monatlich kurzfristig gewünschte Veranstaltungen anzubieten.

Tagesfahrten

- T01 Erlebnispark Meeresaquarium Zella-Mehlis
- T02 Exkursion ins DDR-Museum, Apolda
- T03 Besuch im Bienen-Museum, Weimar
- T04 Tagesfahrten verschiedener Art



Allgemeine Geschäftsbedingungen

1. Teilnehmeranmeldung

Unser neues Veranstaltungsheft beinhaltet eine Übersicht über geplante Veranstaltungen. Um Ihre persönlichen Wünsche optimal berücksichtigen zu können, ist es erforderlich, dass Sie die Rückmeldung gewissenhaft ausfüllen. Sie bekommen einmal monatlich ein Formular dafür.

Können abgesprochene Termine von Ihnen nicht eingehalten oder die Teilnahme an einer angemeldeten Gruppenveranstaltung nicht wahrgenommen werden, ist eine rechtzeitige Abmeldung (einen Tag vorher) dringend notwendig. Erfolgt die Abmeldung nicht termingemäß, werden Ihnen die Kosten in Rechnung gestellt.

2. Veranstaltungsort

Die Veranstaltungen werden entsprechend der unterschiedlichen Inhalte an verschiedenen Orten durchgeführt.

3. Datenschutz (gemäß Artikel 13 DSGVO)

Personenbezogene Daten werden durch den Lebenshilfe Kreisvereinigung Saalfeld-Rudolstadt e.V. zum Zweck und zur Erfüllung der vertraglichen Pflichten erhoben, verarbeitet und gespeichert.

Eine Weitergabe der Daten erfolgt an die Mitarbeiter der Veranstaltungen, um eine optimale Unterstützung, Versorgung und Betreuung zu gewährleisten. Sie haben das Recht auf Auskunft über Ihre gespeicherten Daten sowie ein Recht auf Berichtigung, Sperrung und Löschung der Daten. Die Daten werden gelöscht, sobald sie nicht mehr für den Zweck ihrer Erhebung erforderlich sind. Mit der Unterschrift auf dem Rückmeldeformular erklären Sie sich einverstanden, dass Ihre dort angegebenen Daten zum oben genannten Zweck verarbeitet werden.

4. Gebühren

Für die Angebote des FED werden Entgelte nach der jeweils gültigen und vom Vorstand beschlossenen Gebührenordnung erhoben. Die Finanzierung der Leistungen erfolgt im Einzelfall durch unterschiedliche Kostenträger.

Abrechnung über die jeweilige Pflegekasse der Krankenkasse
(Betrifft nicht die Bewohner der Wohnstätten)

4.1. Leistungen nach SGB XI § 45 a und b Zusätzliche Betreuungs- und Entlastungsleistungen

Anspruch auf Zusätzliche Betreuungs- und Entlastungsleistungen haben Pflegebedürftige mit dem Pflegegrad 1 – 5.

125,00 € monatlich

4.2. Leistungen nach SGB XI § 39 Verhinderungspflege

Gilt für Personen, die Pflegeleistungen im ambulanten Bereich erhalten und für die eine private Pflegeperson tätig ist.

Anspruch haben Pflegebedürftige mit dem Pflegegrad 2 – 5.

Die Pflegekasse übernimmt die Kosten für max. 42 Tage also 6 Wochen im Kalenderjahr, bis zu **1612,00 €**.

Verhinderungs- und Kurzzeitpflege können auch kombiniert werden. Kurzzeitpflege kann für max. 56 Tage im Jahr in Anspruch genommen werden.

Verhinderungspflege **1612,00 € + 806,00 €** (50% aus der Kurzzeitpflege) ergeben **2418,00 €** im Jahr.

Abrechnung über Landesrichtlinie/Selbstzahler



Unser Träger

Lebenshilfe Kreisvereinigung Saalfeld-Rudolstadt e.V.

Ihre Ansprechpartnerin:

Simone Büchner

Tel.: 01733918607

E-Mail: fed@lebenshilfe-saru.de
buechner@lebenshilfe-saru.de

Geschäftsstelle:

Am Bernhardsgraben 1
07318 Saalfeld

Tel.: 03671 45635-10

Fax: 03671 45635-21

E-Mail: info@lebenshilfe-saru.de

Web: www.lebenshilfe-kvsaru.de