



# FREIZEIT UND BILDUNG

Kurse, Einzelveranstaltungen und Ausflüge  
2. Halbjahr 2023

02 // 2023



Alle  
Infos im  
Überblick

Künstler: Bruno Peters

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 Kursleiter\*innen 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. und Mi. 11 Uhr–15 Uhr und Do. 9 Uhr–14 Uhr persönlich zur Verfügung oder telefonisch unter 05221-99 66 80. Eine schriftliche Nachricht senden Sie bitte an [dey@lebenshilfe-herford.de](mailto:dey@lebenshilfe-herford.de).

Ihre Ansprechpartnerinnen  
von Freizeit und Bildung

Monika Dey und Silke Albayrak

## Inhalt

Weihnachtsmarkt.....	4
Filmabend .....	5
Freizeittreff Mittendrin .....	6
Herbstbasteln .....	7
Adventbasteln.....	8
Herbst – und Adventfrühstück .....	9
Aktionen von Freizeit und Bildung.....	10 u. 11
Kegeln / Mensch-Ärgere-Dich-Nicht Turnier.....	12
Anmeldung .....	13 u. 14
Musikkurs Schlosserstraße u. Oetinghauser Weg .....	15
Musikkurs Holtkamp .....	16
Montagsmaler .....	17
Dienstagmaler.....	18
17 Jahre FuB.....	19
So finden Sie uns .....	20

### Zeichenerklärung



Leitung



Ort



Uhrzeit



Termine/Kurse



Herberge / Hotel



Kosten



Max. Teilnehmerzahl



Beschreibung



Wichtiger Hinweis

## ➔ Tagesausflug für Resturlauber

Tagesfahrt zum Weihnachtsmarkt „Bad Salzufen“



-  Silke Albayrak
-  Montag, 18.12.2023
-  14:00 Uhr / Rückkehr 18:30 Uhr
-  Treffpunkt: 14:00 Uhr am Herforder Bahnhof  
Rückkehr: 18:27 Uhr am Herforder Bahnhof
-  12,00 € für Imbiss und Betreuung
-  max. 12 Personen
-  Anmeldung bis zum 10.12.2023

Im Preis enthalten sind Würstchen, Pommes und ein warmes Getränk.

Bitte den Ausweis GdB + Begleitschreiben mit gültiger Wertmarke für die Bahn mitnehmen. Der Ausflug wird von ehrenamtlichen Helfer\*innen begleitet.

## ➔ Filmabend



Silke Albayrak



Freitag, 20.10.2023



18:00 Uhr – 20:00 Uhr



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



1,00 € für Kinoknabbereien



Max. 20 Personen



Anmeldung bis zum 13.10.2023

Freut Euch wieder auf einen gemeinsamen und gemütlichen Kinoabend,  
an dem Ihr einen Überraschungsfilm seht!

Wie im richtigen Kino wird es etwas zum Knabbern und Getränke geben.

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



 Christel Lichtsinn und 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.

## „Herbstbasteln“ Kreative Einzelveranstaltungen – Bunte Farbe gegen trübe Tage



 Silke Albayrak

 Samstag, 07.10.2023

 14:00 Uhr – 17:00 Uhr

 Beratungsstelle der Lebenshilfe  
Tribenstraße 12, 32052 Herford

 7,00 € inkl. Material

 7 Personen

 Anmeldung bis 30.09.2023

An diesem Nachmittag werden wir unserer Kreativität freien Lauf lassen und originelle „Hingucker“ aus verschiedenen Materialien gestalten.

*Dieser Kurs wird von der Paritätischen Akademie NRW in Zusammenarbeit mit*

*der  **Lebenshilfe**  
Herford e.V. angeboten.*

## ➔ „Adventbasteln“

Kreative Einzelveranstaltungen – Bunte Farbe gegen trübe Tage



 Silke Albayrak

 Samstag, 02.12.2023

 14:00 Uhr – 17:00 Uhr

 Beratungsstelle der Lebenshilfe  
Tribenstraße 12, 32052 Herford

 7,00 € inkl. Material

 7 Personen

 Anmeldung bis 24.11.2023

Malen, Schneiden, Bedrucken, Kleben – es gibt so viele Möglichkeiten, sich kreativ auszudrücken und dabei mit unterschiedlichsten Materialien zu arbeiten.

Wir werden hübsche, weihnachtliche Deko für unsere eigenen vier Wände gestalten, dabei klönen, Kekse essen und Kaffee trinken.

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

## Wir möchten wieder lecker miteinander frühstücken:

### ➔ Herbstfrühstück

👤 Silke Albayrak

📅 Samstag, 14.10.2023

🕒 11:00 Uhr – 14:00 Uhr

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

€ 6,00 €

👥 max. 20 Personen

📄 Für die Planung bitte ich um Anmeldung bis spätestens 07.10.2023



### ➔ Adventfrühstück

👤 Silke Albayrak

📅 Samstag, 09.12.2023

🕒 11:00 Uhr – 14:00 Uhr

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

€ 6,00 €

👥 max. 20 Personen

📄 Für die Planung bitte ich um Anmeldung bis spätestens 02.12.2023



Malgruppe des Wohnhauses Oetinghauser  
Weg bei der Ausstellungsöffnung  
im „Elsbachhaus“ am  
18. Februar 2023





## Inklusive Veranstaltungen im „Haus unter den Linden“

Die folgenden Freizeitangebote werden in Zusammenarbeit von



, dem Paritätischen und dem HudL angeboten.

### ➔ Inklusives Kegeln

 Gerd Schrödter und Silke Albayrak

 Sonntag, 24.09.2023

 14:00 Uhr – 17:00 Uhr

 Kegelbahn des „HudL“

 kostenlos

 Anmeldung bis 18.09.2023

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



### ➔ Mensch-Ärgere-Dich-Nicht Turnier

#### 8. Offene Stadtmeisterschaften

 Silke Albayrak

 Sonntag, 29.10.2023

 14:00 Uhr – 17:00 Uhr

 Café des „HudL“

 kostenlos

Kuchen und Getränke gibt es vom Ehrenamts-Kulturcafé zu günstigen Preisen

 Anmeldung bis 23.10.2023

Für die Gewinner gibt es wieder tolle Preise!

Anmeldung bitte bei Frau Stallner, Tel. 05221-1891011 oder

Frau Dey, Tel. 05221-996680 oder per Mail: [dey@lebenshilfe-herford.de](mailto:dey@lebenshilfe-herford.de)



## **Anmeldung an:**

Monika Dey / Silke Albayrak

Lebenshilfe Herford e. V.

Beratungsstelle „Freizeit und Bildung“

Tribenstraße 12

32052 Herford

E-Mail-Kontakt: [dey@lebenshilfe-herford.de](mailto: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: 14 Tage vor Beginn des jeweiligen Kurses.**

Sie erhalten keine schriftliche Anmeldebestätigung.

**Angebote bitte umseitig ankreuzen.**



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

- Weihnachtsmarkt  
- Filmabend  
- Freizeittreff  
- Herbstbasteln  
- Adventbasteln  
- Herbstfrühstück  
- Adventfrühstück  
- Mensch-Ärgere-Dich-Nicht Turnier  
- Musikkurs Schlosserstraße  
- Musikkurs Oetinghauser Weg  
- Musikkurs Holtkamp  
- Montagsmaler  
- Dienstmaler  



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

👤 Elke Eisenburger

📅 12.07. – 20.12.2023 / 12 Termine à 1 Std.

🕒 mittwochs, 16:30 Uhr – 17:30 Uhr (vierzehntägig)

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

€ 4,00 € pro Stunde

📋 Anmeldeschluss für den Kurs ist der 05.07.2023.



## ➔ Neues Musikangebot im Wohnhaus Oetinghauser Weg

👤 Elke Eisenburger

📅 13.07. – 21.12.2023 / 12 Termine à 1 Std.

🕒 donnerstags, 16:30 Uhr – 17:30 Uhr  
(vierzehntägig)

🏠 Wohnhaus der Lebenshilfe Herford,  
Oetinghauser Weg 54, 32051 Herford

€ 4,00 € pro Stunde

Anmeldeschluss für den Kurs ist der 06.07.2023.

📋 Musik macht Spaß!

Wir klatschen, trommeln, stampfen und singen durch das Jahr! Jede/r Teilnehmer\*in nimmt 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.

## ➔ „Musik liegt in der Luft“ Musikkurs im Wohnhaus Holtkamp



 Sebastian Hinz

 21.07. – 15.12.2023 / 17 Zeitstunden

 16:00 Uhr – 17:00 Uhr

 Wohnhaus der Lebenshilfe, Holtkamp 15, 32120 Hiddenhausen

 4,00 € pro Stunde

 Anmeldeschluss für den Kurs ist der 14.07.2023.

Im Haus Holtkamp findet am ersten Freitag im Monat aufgrund einer Andacht kein Musikkurs statt.

### „Die voll gute Musikstunde“

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

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

## ➔ Malkurs im Wohnhaus Finkenbusch „Die Montagsmaler“



 Kirsten Serowski

 montags, 15:00 Uhr – 18:00 Uhr (vierzehntägig)

 10.07. – 11.12.2023 / 10 Termine

 10,00 € pro Termin

 Anmeldeschluss für den Kurs ist der 03.07.2023.

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.*

## ➔ Malen im Wohnhaus Oetinghauser Weg „Die Dienstagmaler“



 Martina Brüne

 dienstags, 16:30 Uhr – 18:00 Uhr (vierzehntägig)

 11.07. – 12.12.2023 / 11 Termine

 7,00 € pro Termin

 Anmeldeschluss für den Kurs ist der 04.07.2023.

Mit der Künstlerin Martina Brüne erleben die Teilnehmer\*innen einen bunten und kreativen Feierabend, der Alltag und Berufsleben vergessen lässt.

Die Teilnehmer\*innen können sich in Form und Farbe auf dem Papier frei entfalten und sich auf Wunsch professionell unterstützen lassen.

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

## Es geht weiter mit Freizeit und Bildung

Nach 17 Jahren „Freizeit und Bildung“ gehe ich am 1. September 2023 in den Ruhestand und übergebe den Bereich an meine Nachfolgerin Silke Albayrak.

Ich habe meine Arbeit sehr gern gemacht und bin allen dankbar, die mich auf ihre Art mit Rat und Tat unterstützt haben.

Ich bin dankbar für das tolle Team und die entspannte und herzliche Atmosphäre in unserer Bürogemeinschaft!

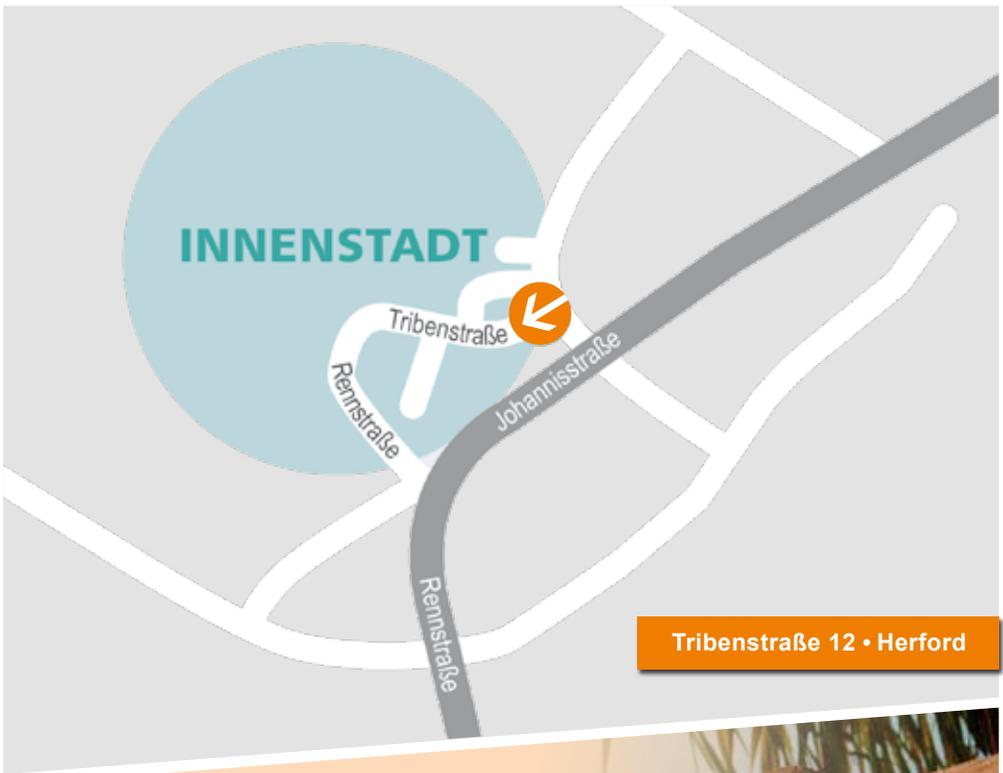
Ich bin dankbar, dass ich meine Ideen frei entfalten durfte und bei vielen Veranstaltungen auf die Unterstützung meiner treuen Ehrenamtlerinnen zählen konnte.

Ohne ihr Engagement hätte vieles nicht stattfinden können!

Ich freue mich, durch die Reisen mit den Beschäftigten so manchen schönen Ort kennengelernt zu haben und werde den Bereich der Reiseplanung und die Begleitung weiterhin übernehmen.

**Eure Monika**





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.

Freizeit und Bildung

→ **Anmeldung zu den Kursen an die:**

**Beratungsstelle der Lebenshilfe Herford e. V.**

Tribenstr. 12 • 32052 Herford • Tel. 05221 996680 • E-Mail: [dey@lebenshilfe-herford.de](mailto:dey@lebenshilfe-herford.de)

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

→ **Ansprechpartnerinnen:** Monika Dey / Silke Albayrak

Irrtümer und Druckfehler vorbehalten.



**Lebenshilfe**  
Herford e. V.