

Freizeit - Begegnung - Bildung



Offene Hilfen der Lebenshilfe Hof

Lebensfreude inklusive

März 2023

Angebote für

Kinder - Jugendliche - Erwachsene

Familien - Eltern - Interessierte

Jetzt auch bei WhatsApp unter:

09281 - 78 47 055



Tages-Ausflug:

(Schnee-Schuh)-

Wanderung

im Frankenwald

Tages-Ausflug



Samstag, 04. März 2023

von 9:30 bis 14:30 Uhr

Vorschau April

Einweihung des Osterbrunnens
am Hofer Rathaus

Samstag, 01. April 2023

um 10:00 Uhr

u.a. mit dem
Inklusiven Posaunenchor
der Lebenshilfe Hof



Bitte beachten:



Schaumbergstraße 4, 95032 Hof
Tel: 09281 7847055
lebensfreude@lebenshilfe-hof.de

Anmelden?

Die Teilnahme an allen hier aufgeführten Angeboten ist **nur nach vorheriger schriftlicher Anmeldung möglich.**

Abmelden?

Ist die Teilnahme doch nicht möglich, dann **bitte mindestens einen Tag vorher im OHL-Büro abmelden!**

Krankheit?

Teilnehmende mit **Grippe-Symptomen oder Schnupfen dürfen nicht zu den Angeboten kommen.**

Wir achten weiterhin aufeinander mit **Hygiene-Regeln und Abstand.**

Für unsere OHL-Angebote bieten wir einen Hol- und Bringdienst

Kosten: (einfache Fahrt)

Stadtbereich	2,00€
Naher Umkreis	3,00€
Landkreis	5,00€

Kontakt:

Monika Köppel-Meyer

[monika.koepfel-meyer\(a\)lebenshilfe-hof.de](mailto:monika.koepfel-meyer(a)lebenshilfe-hof.de)

Durchwahl:

09281 - 7847056

Unsere Büroräume:

Schaumbergstraße 4
95032 Hof

Tel. 09281 - 7847055

Fax: 09281 - 7847088

lebensfreude@lebenshilfe-hof.de



Jetzt
auch
bei
WhatsApp

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Arbeit und Soziales, Familie und Integration gefördert.

www.lebenshilfe-hof.de/offene-hilfen



Feierabend-Treff

(mit Renate Marynissen und Team)
für Jugendliche und Erwachsene, die gerne den
Feierabend mit Action, Spaß aber auch
Gemütlichkeit verbringen wollen.

Wann: Mittwoch, von 16:00 bis 18:30 Uhr

01. März 2023

Abend-Spaziergang mit Fackel-Licht

15. März 2023

Liebe geht durch den Magen - Wir kochen

29. März 2023

Wir schmücken den Osterbrunnen mit unseren Kunst-Werken!

Treffpunkt: HW, Schaumbergstr. 4, 95032 Hof

Kosten: je 3 € (+ evtl. Fahrtkosten)



Eltern-Café

(mit Monika Köppel-Meyer oder Nina Franz)
für Eltern und Angehörige, die sich in netter
Atmosphäre bei einer Tasse Kaffee mit anderen
austauschen wollen.

Wann: Mittwoch, von 09:00 bis 10:30 Uhr

01. März 2023, mit Nina Franz

im Café Vetter, Biengäßchen 2 in Hof

15. März 2023, mit Monika Köppel-Meyer

in der Meinels Bas, Vorstadt 13 in Hof



OHL-Empfehlung: Konzert mit Text und Musik - **Eintritt frei**

Kraft(w)orte: Die Psalmen neu formuliert, neu vertont

Prof. Dr. Reiner Knieling, Texte
Cornelius Kelber, Flügelhorn und Trompete
KMD Georg Stanek. Orgel

Wann: Sonntag, 12. März 2023, um 17.00 Uhr

Wo: St. Michaeliskirche, Kirchplatz/Maxplatz in Hof

Stamm-Tisch: inklusive spielen

(mit N. Opitz und S. Bayreuther)

für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung
aus Münchberg und Umgebung zum **inkluisiven Spielen**

Wann: Freitag, 10. März 2023, 18:00 Uhr

Wo: Hopfenhäusla in Münchberg (Schützenstr. 22)!!

Anmeldung erwünscht! - Bei Absagen: Bitte einen Tag vorher!



Frühstücks-Treff

(mit Sue, Beate und Martin)

Wann: Samstag, 11. März 2023

von 10:00 bis 11:30 Uhr

Wo: Meinels Bas, Vorstadt 13, Hof

Treffpunkt: Parkplatz Meinels Bas

Kosten: Frühstück: ca. 8,50 € mit Kaffee

Anmeldung erforderlich! - Bei Absagen: Bitte einen Tag vorher!



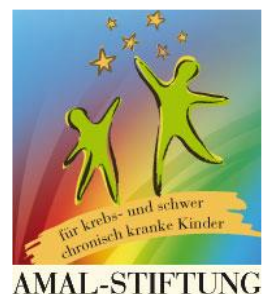
Amal-Stiftung

(mit Ursula Schneider und Monika Köppel-Meyer)

Wir arbeiten zusammen mit der Amal-Stiftung, der
Stiftung für krebs- und schwer chronisch kranke
Kinder in Hochfranken.

→ Bei Interesse: Informationen bei Ursula Schneider

09281-8339320, [u.schneider\(a\)kinderkrebshilfe-hochfranken.de](mailto:u.schneider@kinderkrebshilfe-hochfranken.de)



Redaktions-Team der OHL-Zeitung

(mit Anna Knarr)

Unser Redaktions-Team trifft sich **online** über
Videokonferenz. Willst du auch Teil vom Redaktions-
Team werden? Dann melde dich bitte im OHL-Büro!

Wann: Dienstag, 14. März ab 18:30 Uhr



Offener Treff

(mit Cornelius Kelber und Team in Kooperation mit EJW/CVJM)
für Jugendliche, Erwachsene und Familien

Thema: **Frühling kommt!**

Programm:

14:30 Uhr Kaffeetrinken

15:30 Uhr Leseratten

18:00 Uhr Abendessen

19:00 Uhr Spiele, Spiele. Spiele

Wann: **Samstag, 18. März 2023**
von **14:30** bis **20:30 Uhr**

Wo: **Lichthaus, Pfarr 26, Hof**



Tagesausflug: (Schnee-Schuh)- Wanderung im Frankenwald

(mit Renate Marynissen)

für Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Familien



Bitte **Extra-Ausschreibung** beachten und
das **Extra-Anmelde-Formular** an uns zurück!

Im OHL-Büro erhältlich!

Wir machen eine Schneeschuh-Wanderung. Wenn kein Schnee liegt, wandern wir am Döbra-Berg. Wir laufen ca. 1 Stunde. Du brauchst wasser-feste Schuhe. Danach gehen wir gemeinsam Mittag-Essen.

Wann: **Samstag, 04. März 2023, von 09:30 bis 14:30 Uhr**

Wo: **OHL-Büro für alle mit Fahrdienst**

Oder: **Wer selbständig kommt, 10:00 Uhr vor Ort**

Parkplatz (Skulpturen-rundweg), Schützenstraße 30,
95131 Schwarzenbach am Wald

Kosten: **8,00 € für Fahrtkosten ab OHL-Büro und zurück**
zuzüglich 25,-€ Taschengeld für Mittag-Essen

Anmeldeschluss mit Zahlung der Kosten ist Dienstag der **28.02.2023**
Danach ist keine kostenfreie Stornierung mehr möglich.

Treffpunkt „Arche“

(mit Carola Gröger und Team)

Bibel lesen, beten, singen,
Gespräche führen und gemeinsam essen

Wann: Donnerstag, 09. und 23. März 2023
von 16:30 bis 18:30 Uhr

Wo: HW, Südring 100, 95032 Hof

Kosten: 2,50 € + evtl. Fahrdienst

Treffpunkt Arche



Lebensfreude-Chor

(mit Nina Franz)

für alle die Freude am Singen haben.

Wann: Donnerstag, 02. und 16. März 2023
von 16:30 Uhr bis 18:00 Uhr

Wo: OHL-Büro, Schaumbergstr. 4

Wir bitten um **Anmeldung über das Monatsprogramm!**

Lebensfreude Chor



Blechblas-Unterricht

Das Bildungs-Angebot Blechblas-Unterricht
findet in Kleingruppen statt. Die Einteilung
organisiert Cornelius Kelber. Wer nähere
Infos möchte, wendet sich bitte direkt an
[cornelius.kelber\(a\)lebenshilfe-hof.de](mailto:cornelius.kelber(a)lebenshilfe-hof.de)

Inklusiver Posaunenchor



Bowling

(mit Jürgen Martikke)

Gemeinsames Spiel, gemeinsamer Spaß für alle!

Wann: Donnerstag, 09. und 23. März 2023
von 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Wo: Bowling-Center Strike, Stelzenhofstr. 11, Hof

Kosten: 5,00 € + evtl. Fahrtkosten

Fahrdienst: Abholung ab HW nach Absprache möglich

Bowling



Kids-Day

(Renate Marynissen und Team)

**Für Schulkinder von 6 bis 14 Jahren
mit und ohne Beeinträchtigung**

Wir basteln für Ostern. Es gibt freie Zeit zum Spielen. Es gibt gemeinsames Mittag-essen. Bei schönem Wetter gehen wir auch raus!
Bitte warm anziehen.

Thema: **Bunter Vormittag!**

Wann: Samstag, 11. März 2023 von 10:00 bis 13:30 Uhr

Wo: TPZ, Am Lindenbühl 10 Hof

Kosten: 7 € für Material und Essen

für Kinder o. Pflegegrad: +10,00 € Betreuungskosten

Bitte **Extra-Ausschreibung** beachten und
das **Extra-Anmelde-Formular** an uns zurück!

Im OHL-Büro erhältlich!



Bewegungs-Treff

(mit Renate Marynissen)

für alle Sport-Freunde (Anfänger und
Fortgeschrittene)

Gemeinsame Bewegungs-Spiele und Dehnungs- und
Entspannungs-Übungen. Im Sitzen oder Stehen.

Danach genießen wir einen und warmen Tee und ein ‚Sportler-Brot‘.

Wann: Freitag, 10. März 2023 von 13:30 bis 15:00 Uhr

Wo: OHL-Büro, Schaumbergstr. 4

Kosten: 3,00 € für Essen und Trinken + evtl. Fahrtkosten

Bitte: bequeme Kleidung anziehen. Du sollst dich gut bewegen können!



August 2023: Sommer-Freizeit in Bad Tölz

Ausgebucht - Warteliste möglich

So., 06.08 bis Fr., 11.08.2023



Zieht euch warm an!

Wir empfehlen OHL-Hoodie und Loop:





März 2023



Offene Hilfen der Lebenshilfe Hof
Schaumbergstraße 4, 95032 Hof
Tel: 09281 7847055
lebensfreude@lebenshilfe-hof.de

Anmeldung

Bitte ankreuzen :

<input type="checkbox"/> Eltern-Café 01.03. ○ / 15.03. ○	<input type="checkbox"/> Tages-Ausflug 04.03.23	<input type="checkbox"/> Stamm-Tisch 10.03.2023
<input type="checkbox"/> Bewegungs-Treff 10.03.23		<input type="checkbox"/> Offener Treff 18.03.2023
<input type="checkbox"/> Frühstücks-Treff 11.03.2023		<input type="checkbox"/> Bowling 09.03. ○ / 23.03. ○ Bitte mit Fahrdienst ○
<input type="checkbox"/> Feierabend-Treff 01.○ / 08.○ / 15.○ / 22.○ Bitte mit Fahrdienst ○	<input type="checkbox"/> Lebensfreude-Chor 02.03. ○ / 16.03. ○ Bitte mit Fahrdienst ○	<input type="checkbox"/> Treffpunkt Arche 09.03. ○ / 23.03. ○ Bitte mit Fahrdienst ○
<input type="checkbox"/> Kids-Day 11.03.2023	<input type="checkbox"/> Redaktions-Team Online 14.03.2023	<input type="checkbox"/> Interesse am Blechblas-Unterricht

Per Post an die Offenen Hilfen der Lebenshilfe Hof,
Schaumbergstr. 4, 95032 Hof, E-Mail ([lebensfreude\(a\)lebenshilfe-hof.de](mailto:lebensfreude(a)lebenshilfe-hof.de)), oder Fax: 09281-847088

Name: _____

geb.: _____

Adresse: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Ich möchte das OHL-Monats-Programm erhalten per:

WhatsApp E-Mail Druck-Version

Meine Gruppe in HW oder TPZ: _____

Pflegegrad: ja nein

Abrechnung über: Entlastungsleistungen UVP privat

Ich kann die **aktuellen Hygiene-Regeln** einhalten.

Ich bin **vollständig geimpft** gegen Corona / oder davon **genesen**.

Ich bin **nicht geimpft** gegen Corona.

Ort, Datum

Unterschrift (ggf. gesetzlicher Vertreter)

