

# „Miteinander Erleben“

## Bildungs- und Freizeitprogramm der Offenen Hilfen Ingolstadt und Neuburg

Juli bis Dezember 2019

Liebe Leserinnen und Leser,

mit dem vorliegenden Programm der Offenen Hilfen haben wir diesmal für Sie vielfältige Themen aus Bildung, Freizeit- und Begegnungsveranstaltungen zusammengestellt.

Wir wollen Ihnen ganz besonders den Vortrag „Wie uns „gesundes“ Essen krank machen“ kann empfehlen. Initiator für diesen Vortrag ist Herr Wilhelm Back vom Sarkoidose-Netzwerk e.V. Neueste Erkenntnisse aus der aktuellen Ernährungsforschung werden verständlich und praktisch umsetzbar dargestellt.

Neben unseren Klassikern wie der inklusiven Tanzgruppe und dem Schwimmtreff bieten wir 2019 weiterhin das Theater zum Mitmachen und das Sonntagscafé Klatsch an. Das Theater „Mitgemacht“ startet wieder dienstags um die gewohnte Zeit. Wir planen eine Aufführung. Den Termin geben wir extra bekannt. Jeder kann bei uns Schauspieler sein. Probieren Sie es aus!

Aufgrund der damaligen hohen Nachfrage, gibt es den Kurs „Du bist schön“ mit Eva Sindram. Um baldige Anmeldung wird gebeten.

Unsere Ausflüge sind immer rollstuhlgeeignet und führen Sie zu abwechslungsreichen Zielen in die nähere und weitere Umgebung.

Die Durchführung erfolgt durch Fachkräfte bzw. angeleitete Hilfskräfte der Offenen Hilfen. Bei Bedarf sind auch Einzelbetreuungen möglich. Detaillierte Informationen finden Sie auf den nachfolgenden Seiten.

Wir freuen uns, wenn Sie gerne und zahlreich an unseren Veranstaltungen teilnehmen.

Ihr Team der Offenen Hilfen

### Begegnung und Freizeit



#### **Vortrag: Wie uns „gesundes“ Essen krank machen kann...**

Eine neue Betrachtungsweise des Herzchirurgen Dr. Steven Gundry aus den USA gibt Einblick in einen bislang unbekanntem Aspekt pflanzlicher Nahrung. Es geht u.a. um das sogenannte Lektin.

Für eine ausgewogene Vielfalt der täglichen Nahrung sollte man wissen, welche Obst- und Gemüsesorten sich positiv auf dem menschlichen Organismus auswirken. Ein Ernährungsprogramm, das für Vegetarier und Veganer ebenso geeignet ist, wie für Menschen die Fleisch essen mit einfachen Rezepten und Zubereitungstipps, den es kommt entscheidend auf die Zubereitung an.

**Termin:** Dienstag, 09.07.2019, 18:00 bis ca. 19.30 Uhr

**Ort:** Hollerhaus, Bei der Hollerstaude 17, 85049 Ingolstadt

**Referentin:** Ulrike Metzler, Dipl.Ing.(FH) für Ernährung, Heilpraktikerin

**Anmeldung:** erbeten bis 03.07.2019 bei Anja Hanke

#### **Vortrag: Vererben zugunsten von Menschen mit Einschränkungen**

Ist das sogenannte „Behindertentestament“ nur ein Privileg für Begüterte?

Nein, in erster Linie geht es darum, verantwortungsvoll Sicherheit für das eigene Kind zu schaffen. Wir möchten Sie dazu ermutigen, sich rechtzeitig mit diesem wichtigen Thema zu beschäftigen. Herr Friedrich Ritzer, Fachanwalt für Erbrecht und Familienrecht aus Ingolstadt gibt Ihnen Entscheidungshilfen an die Hand, die für Sie oder Ihre Angehörigen ausschlaggebend sein können. Im Anschluss an den Vortrag, steht Herr RA Ritzer für Fragen zur Verfügung.

**Termin:** Mittwoch, 23.10.2019, 18:00 bis ca. 19.30 Uhr

**Ort:** Hollerhaus, Bei der Hollerstaude 17, 85049 Ingolstadt

**Referent:** Friedrich Ritzer, Rechtsanwalt, Fachanwalt für Erbrecht und Familienrecht

**Anmeldung:** erforderlich (Teilnehmerbegrenzung) bis 21.10.2019 bei Anja Hanke

**VORTRÄGE**

Miteinander  
(Er)Leben



## Begegnung und Freizeit



## Begegnung und Freizeit



## Ausflüge

Anmeldungen telefonisch unter:  
0841-138049-400 oder 0841-49313-0  
oder per Mail an: [offenehilfen@hollerhaus-in.de](mailto:offenehilfen@hollerhaus-in.de)

### Mensch- ärgere-dich-nicht Turnier

Geselliges Zusammensein in Turnier-Atmosphäre. Genießen Sie Spaß und gute Laune!

**Termin:** Freitag, 08.11.2019, 18.30 bis 20.30 Uhr  
**Ort:** IWO „Inklusives Wohnen“ Gemeinschaftsraum, Gaimersheimer Str. 73a, 85057 Ingolstadt  
**Anmeldung** bis 06.11.2019 bei Anja Hanke

### Offener Treff: Sonntags-Café-Klatsch

Das Sonntags-Café-Klatsch ist eine Begegnungsstätte, für Menschen mit und ohne Behinderung.

**Termine:** Sonntag, 20.10.2019, 15:00 bis 17:00 Uhr  
Sonntag, 17.11.2019, 15:00 bis 17:00 Uhr  
**Ort:** Hollerhaus, Eingangshalle und Café Klatsch  
**Kosten:** Spende vor Ort erwünscht für Kaffee und Kuchen  
**Anmeldung** nicht erforderlich

### Schwimmtreff

Voraussetzung für die Teilnahme ist, dass Sie von einer Betreuungsperson (Angehörige, Freunde, ...) begleitet werden, die beim Umziehen und im Wasserbecken unterstützt. Je nach Anzahl der Anmeldungen werden mehrere Gruppen gebildet. Die Termine werden entsprechend im Wechsel stattfinden.

**Termine:** Donnerstag, 10.10.2019, 16.30 bis 18.00 Uhr  
weitere Termine: 24.10., 07.11., 21.11., 05.12., 19.12.  
**Treffpunkt:** Johann-Nepomuk-von-Kurz-Schule, Elbrachtstr. 20, 85049 Ingolstadt  
**Kosten:** 12,50 € /pro Teilnahme (Begleitperson ist frei)  
**Anmeldung:** erforderlich bei Andrea Scheiblhuber oder Elke Schindler

### Inklusive Tanzgruppe

**Termine:** Mittwoch, 18.09.2019, 16.30 bis 17.30 Uhr  
**weitere Termine:** 02.10.2019, 06.11.2019, 27.11.2019, 04.12.2019, 11.12.2019, 18.12.2019,  
**Ort:** Hollerhaus, Eingangshalle  
**Gruppenleitung:** Katharina Kramer (die ersten 3 Termine werden von Rebekka Werth und Tamara Glasl geleitet)  
**Kosten:** 20,00 € / gesamter Kurs  
**Anmeldung:** erforderlich bei Andrea Scheiblhuber oder Elke Schindler

### Theatergruppe - Mitgemacht

Unser bewährtes Theater zum Improvisieren, Probieren und Experimentieren. Neue Teilnehmer sind immer herzlich willkommen! Mitzubringen sind bequeme Kleidung und gute Laune. Wir planen eine Aufführung, Den Termin geben wir extra bekannt. Jeder kann bei uns Schauspieler sein. Probieren Sie es aus!

**Termine:** Dienstags, 16:30 bis 18:00 Uhr  
08.10.19 / 22.10.19 / 12.11.19 /26.11.19/  
10.12.19 / Aussicht: 07.01 und 21.01.2020  
**Ort:** Hollerhaus, Oval Office  
**Leitung:** Anja Lingen-Porsch, Theaterpädagogin  
**Anmeldung** bei Anja Hanke

### Kurs „Du bist schön“

Wir laden zu einem Schönheitsabend ein. In einer entspannten Atmosphäre können Ideen und Wünsche besprochen und gleich umgesetzt werden. Unterstützung gibt es durch eine Friseurin. Lassen Sie sich überraschen, was wir für Sie vorbereiten.

**Termin:** Freitag, 15.11.2019, 15.00 bis 18.00 Uhr  
**Ort:** IWO „Inklusives Wohnen“ Gemeinschaftsraum Gaimersheimer Straße 73a, 85057 Ingolstadt  
**Anmeldung** erforderlich (Teilnehmerbegrenzung) bis 04.11.2019 bei Anja Hanke

### Offener Nähtreff

Im Offenen Nähtreff können sich Menschen mit und ohne Beeinträchtigung treffen und gemeinsam Ihre Freude am Nähen bzw. Textilen Gestalten teilen. Das Programm ist ausgelegt für Anfänger und Fortgeschrittene mit Grundkenntnissen. Alle nötigen Materialien sind vor Ort. Gerne dürfen auch eigene Projekte mitgebracht und bearbeitet werden. Nähmaschinen sind vorhanden, können aber auch gern mitgebracht werden!

**Termine:** Freitags 1x im Monat, 14:30 bis 16:30 Uhr  
20.09.2019 / 18.10.2019 / 22.11.2019 / 13.12.2019  
**Ort:** Hollerhaus, Oval Office  
**Teilnehmer:** max. 6 Teilnehmer (Begleitperson notwendig für Menschen mit Beeinträchtigung)  
**Leitung:** Julia Greb, Modedesignerin  
**Kosten:** kostenlos; Spende für Materialien vor Ort möglich  
**Anmeldung** bitte bis 2 Tage vor dem jeweiligen Termin, bei Elke Schindler oder Annette Voß

### In Neuburg: Musik-, Spiel-, und Tanz-Nachmittag

Die eigene Bewegungssprache wird erforscht und mit Hilfe von rhythmischen Bewegungsspielen und kleinen Übungen aus dem Theater der Fantasie in Schwung gebracht. Teilnehmen können alle unabhängig von körperlichen und geistigen Einschränkungen.

**Termin:** Sonntag, 15.12.2019; 14:00 bis 15:30 Uhr

Wer möchte kann anschließend über den Historischen Weihnachtsmarkt bummeln.

**Leitung** Katharina Kramer (Tanzpädagogin)  
**Ort:** Bürgerhaus „Ostend“, Berliner Str. 164, 86633 Neuburg an der Donau  
**Anmeldung** erforderlich bis spätestens 03.12.2019 bei Elke Schindler

### Adventsmeditation

Familie Schürmann-Slaby lädt ein zur gemeinsamen Adventsandacht unter dem Motto: „Advent – Zeit des Ankommens“

Es erwartet Sie eine stimmungsvolle und besinnliche Andacht in Zusammenarbeit mit Herrn Pfarrer Brenner (Pfarrei St. Christophorus in Ingolstadt-Friedrichshofen). Die Ortsgruppe Friedrichshofen des Katholischen Deutschen Frauenbundes übernimmt die festliche Dekoration.

**Termin:** Sonntag, 08.12.2019 um 17.00 Uhr  
**Ort:** Hollerhaus, Eingangshalle  
**Anmeldung:** nicht erforderlich

## Familienunterstützender Dienst (FuD) Ingolstadt und Neuburg



### Wir bieten Ihnen und Ihren Angehörigen:

- Unterstützung und Hilfestellung im Alltag
- flexibel und am individuellen Bedarf ausgerichtet
- stunden- oder tageweise, auch am Abend und am Wochenende
- gemeinsame Freizeitaktivitäten
- inklusive Ferienbetreuung in den Oster-, Pfingst- und Sommerferien

### Haben Sie Fragen? Wir helfen.



Rufen Sie uns an unter:  
0841-138049-400



Besuchen Sie unsere Homepage:  
[www.hollerhaus-in.de](http://www.hollerhaus-in.de)

### Open Air im Klenzepark „Sommernachts-traum“ im Rahmen der Audi Sommerkonzerte

**Termin:** Samstag, 13.07.2019  
**Ablauf:** Treffpunkt und Abfahrt 17:00 Uhr Hollerhaus, Essen gehen in Ingolstadt, dann zum Open Air ca. 23:30 Uhr Ankunft Hollerhaus  
**Kosten:** 10,00 €  
**Anmeldung** bis spätestens 02.07.2019 bei Elke Schindler  
**Teilnehmerzahl** max. 4 Personen

### Schiffahrt Donaudurchbruch und Kloster Weltenburg

**Termin:** Sonntag, 22.09.2019  
**Ablauf:** Treffpunkt und Abfahrt 09.30 Uhr, Hollerhaus ca. 16.00 Uhr Ankunft Ingolstadt  
**Kosten:** 25,00 €  
**Anmeldung** bis spätestens 06.09.2019 bei Elke Schindler

### Besuch des Volksfestes in Mainburg (Gallimarkt)

**Termin:** Sonntag, 13.10.2019  
**Ablauf:** Treffpunkt und Abfahrt 11:00 Uhr, Hollerhaus ca. 16:00 Uhr Ankunft Ingolstadt  
**Kosten:** 11,00 €  
**Anmeldung** bis spätestens 27.09.2019 bei Elke Schindler

### Weihnachtsmarkt Kuchlbauer Turm, Abensberg

**Termin:** Samstag, 30.11.2019  
**Ablauf:** Treffpunkt und Abfahrt 10:30 Uhr, Hollerhaus Rückkehr ca. 16:00 Uhr Ankunft Hollerhaus  
**Kosten:** 11,00 €  
**Anmeldung** bis spätestens 15.11.2019 bei Elke Schindler





## Allgemeine Informationen und Organisatorisches

### Anmelde- und Teilnahmebedingungen

Die Anmeldung kann schriftlich, telefonisch, persönlich oder per Email erfolgen. Bitte beachten Sie eine evtl. angegebene Anmeldefrist.

- Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Die Platzvergabe erfolgt nach Eintreffen der schriftlichen Anmeldungen.
- Über die Ausflugskosten erhalten Sie nach Durchführung eine Rechnung. Gerne beraten wir Sie über Zuschussmöglichkeiten.
- Sie erhalten vor jedem Ausflugstermin eine telefonische Anmeldebestätigung. Hierbei klären wir mit Ihnen auch die individuellen Teilnahmebedingungen (Rollstuhl, Medikamentengabe usw.)
- Sofern keine Einzelbetreuung vereinbart wurde (Kostenübernahme durch den Teilnehmer), erfolgt die Teilnahme in eigener Verantwortung.
- Die Offenen Hilfen behalten sich das Recht vor, Veranstaltungen und Ausflüge kurzfristig abzusagen.
- Stornierungen Ihrerseits sind bis zu einer Woche vor Ausflugsstermin kostenlos möglich. Danach fallen 60 % der Kosten an. Bei Nichterscheinen ohne Abmeldung wird Ihnen die volle Teilnehmergebühr in Rechnung gestellt.

### Organisatorisches

- Die Ausflüge werden von einer Durchführungskraft und angeleiteten Hilfskräften betreut.
- Gerne organisieren wir auch eine Betreuungsperson für Sie. Bitte beachten Sie, dass dabei zusätzliche Kosten in Höhe von 6,00 €/Stunde anfallen. Eine Abrechnung über die Pflegekasse ist oft möglich. Bitte informieren Sie uns bei der Anmeldung, wenn Sie diese Betreuung wünschen.
- Die Abholung von zu Hause kann separat gebucht werden. Die Kosten dafür, in Höhe von 0,65 € / km, sind vom Teilnehmer zu tragen.
- Die Verpflegung ist nicht mit inbegriffen.
- Sofern Sie einen Schwerbehinderten- oder/und Parkausweis besitzen, nehmen Sie diesen bitte mit.

**Den Anmeldebogen schicken wir Ihnen gerne per Mail oder per Post zu. Gerne können Sie sich auch persönlich bei uns anmelden.**

**Anmeldungen bitte per Mail an [offenehilfen@hollerhaus-in.de](mailto:offenehilfen@hollerhaus-in.de) oder Anruf: 0841-138049-400 oder 0841-49313-0**

### Unsere Öffnungszeiten

**Montag bis Donnerstag: 8.30 bis 16.00 Uhr, Freitag: 8.30 bis 15.00 Uhr**

**NEUE ADRESSE der Büroräume: Sie finden uns im Medi-In Park (3. OG), Am Westpark 1, 85057 Ingolstadt**



## Ansprechpartner Offene Hilfen



**Annette Voß**  
Bereichsleitung



**Elke Schindler**  
Freizeitangebote und  
Familienunterstützender Dienst IN & ND



**Rebekka Werth**  
Mitarbeiterin bei Freizeitangeboten



**Tamara Glasl**  
Mitarbeiterin bei Freizeitangeboten



**Anja Hanke**  
Beratung und Bildungsangebote



**Luise Schellstede**  
Individual- und Schulbegleitung



**Karin Meier**  
Individual- und Schulbegleitung



**Andrea Scheiblhuber**  
Freizeitangebote