

Trägergemeinschaft
Offene Behindertenarbeit im
Landkreis Forchheim e.V.

Freizeitprogramm für Erwachsene

Februar bis April 2026

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer, liebe Eltern!

Hurra – das neue OBA-Freizeitheft ist da!

Wir wünschen euch fröhliche Weihnachten und
einen schwungvollen Start ins Jahr 2026.

Auch im neuen Jahr warten viele spannende Aktionen,
Ausflüge und Feste auf euch.

Gemeinsam wollen wir lachen, Spaß haben und
neue Erfahrungen sammeln!

Alle weiteren wichtigen Informationen zu den Freizeiten
erhältst du auf den nächsten Seiten.

Oder auf unserer Homepage:

www.oba-forchheim.de

Nun wünschen wir dir viel Spaß beim Stöbern im neuen Heft!

Das  – Team

Ihre Ansprechpersonen in der OBA



Leitung

Simone Fahmy

s.fahmy@oba-forchheim.de

Telefon: 0 91 91/ 320 60 14



Familienentlastender Dienst

Doris Schäfer

d.schaefer@oba-forchheim.de

Telefon: 0 91 91/ 320 60 16



Freizeit, Bildung und Begegnung

Natalie Zintl

n.zintl@oba-forchheim.de

Telefon: 0 91 91/ 320 60 10



Freizeit, Bildung und Begegnung

Kathrin Marquardt

k.marquardt@oba-forchheim.de

Telefon: 0 91 91/ 320 60 17

Ihre Ansprechpersonen in der OBA

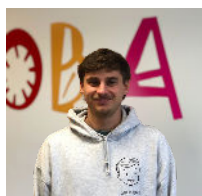


Assistenzdienst

Franziska Hohe

f.hohe@oba-forchheim.de

Telefon: 0 91 91/ 320 60 12



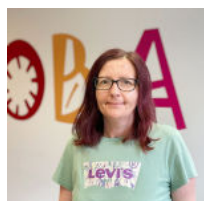
GeschwisterkinderCLUB

Schwimmen und Turnen

David Knauer

d.knauer@oba-forchheim.de

Telefon: 0 91 91/ 320 60 11



Durchführungskraft

Manu Kraus

Diensthandy: 0170 / 96 38 869



Verwaltung

Andrea Hofmann

a.hofmann@oba-forchheim.de

Telefon: 0 91 91/ 320 60 0

Inhaltsverzeichnis

Organisatorisches

- Allgemeine Teilnahmebedingungen 6
- Wie kann ich mich anmelden? 7
- Was passiert nach dem Anmeldeschluss? 8
- Medikamente 8
- Bezahlung der Angebote 9
- Leistungen der Pflegekasse 10
- Ausfallgebühr 11

Gruppenangebote

- Besuchshundegruppe 12
- Bewegungsgruppe 13
- Bowlinggruppe I 14
- Bowlinggruppe II 15
- Café Treff 16
- Entspannung mit Klangschalen 17
- Fitness und Yoga mit Sophie und Susi 18
- Frauengruppe 19
- Fußballgruppe 20
- Gehirnjogging 21
- Handballgruppe 22
- Held des Alltags: Kuchen backen 23
- Held des Alltags: Café Einsatz 24
- Kochgruppe 25
- Singgruppe 26
- Tanzgruppe "Ohne Grenzen" 27
- Theatergruppe 28
- Zauberharfengruppe 29

Ausflüge

- Kirchenbesuch mit Einkehr ----- 30
- Faschingsfeier ----- 31
- Faschingsdisco im E-Werk ----- 32
- Internationaler Abend: ukrainisch Kochen ----- 33
- Spaziergang und Café-Besuch in Ebermannstadt ----- 34
- 80er Party ----- 35
- Konzert zum Weltfrauentag ----- 36
- Besuch im Tierheim ----- 37
- Waldspaziergang und Stockbrot ----- 38
- Trampolinhalle ----- 39
- Osterfeier ----- 40
- Pizza und Kino ----- 41
- Frühlingsbasteln mit Sophie ----- 42
- Schnuppertag Karate ----- 43
- Frühlingsfest im Mehrgenerationenhaus ----- 44
- Punk-Rock Konzert Fürth ----- 45
- Flower Power Party ----- 46

Sonstiges

- Anmeldezettel ----- 47/48

Allgemeine Teilnahmebedingungen

Bei OBA-Freizeiten sind alle Menschen aus der Stadt und dem Landkreis Forchheim herzlich willkommen.

Es ist egal, ob du eine Behinderung hast oder nicht.

Du kannst dich für die Freizeitveranstaltungen anmelden, wenn du über 16 Jahre alt bist.

Nach oben gibt es keine Altersgrenze.

Bei unseren Veranstaltungen herrscht absolutes Alkoholverbot!

Arbeitest du in der Werkstatt der Lebenshilfe Forchheim oder in Weilersbach, dann wirst du zur Freizeit gefahren.

Du musst dich nach der Freizeit abholen lassen.



Bei Fragen, Anregungen und Absagen:

Büro: 09191/ 320 60 10

Mobil: 0170/ 96 38 869 (Diensthandy)

Wie kann ich mich anmelden?

Du kannst den Anmeldezettel auf Seite 47/48 ausfüllen und in den OBA-Briefkasten am OBA-Büro werfen oder ihn uns **per Post** zuschicken.

Das OBA-Büro ist in der Bayreuther Straße 9 in Forchheim.

In der Werkstatt der Lebenshilfe Forchheim gibt es auch einen **OBA-Briefkasten**.

Der OBA-Briefkasten hängt rechts neben der Eingangstür. Dort kannst du den Anmeldezettel auch einwerfen.

Du kannst den Anmeldezettel auch ausfüllen und uns mit dem **Fax** schicken.

Die Faxnummer lautet: 09191/ 320 60 20.

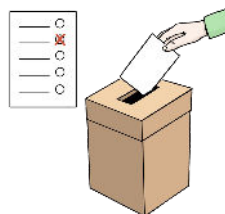
Oder du meldest dich **online über unsere Homepage** an.

Du gehst im Internet auf: www.oba-forchheim.de

Unter dem Menüpunkt "Veranstaltungen" findest du alle Freizeiten, die die OBA anbietet.

Setze alle Freizeiten, die du besuchen magst, auf deinen Merkzettel.

Drücke auf das Kästchen "Merkzettel aufrufen", fülle das Anmeldeformular aus und schicke es an die OBA.



Anmeldeschluss:

09. Januar 2026

Wichtig ist, dass der Anmeldezettel bis zum 09. Januar 2026 bei uns im OBA-Büro sein muss.

Gibst du deinen Anmeldezettel nach dem 09. Januar 2026 ab, sind die Freizeiten vielleicht schon voll.

Was passiert nach dem Anmeldeschluss?

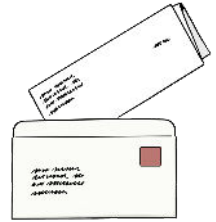
Ein paar Tage nach dem Anmeldeschluss bekommst du einen Brief mit deiner Anmeldebestätigung.

Die Anmeldebestätigung zeigt, bei welchen Freizeiten du dabei bist.

Du kannst nur an diesen Freizeiten teilnehmen.

Wenn du dich noch bei anderen Freizeiten angemeldet hast, die nicht auf der Anmeldebestätigung stehen, hast du bei diesen automatisch einen Platz auf der Warteliste.

Wir rufen dich an, solltest du nachrutschen können.



Medikamente

Wenn du während einer Veranstaltung Medikamente einnimmst, braucht die OBA eine Medikamentenverordnung von dir.

Das betrifft Notfallmedikamente, regelmäßige Medikamente, die während eines Angebots eingenommen werden müssen oder Bedarfsmedikamente wie beispielsweise Schmerztabletten.

Die Medikamentenverordnung muss vom Arzt **und** von deinen Eltern oder gesetzl. Betreuern unterschrieben sein.

Du musst deine Medikamente zur Freizeit mitbringen.

Ohne Medikamente und ohne Medikamentenverordnung kannst du **NICHT** mit zur Freizeit.

Du musst wieder nach Hause gehen.

Gerne schicken wir dir einen Vordruck für den Arzt zu.
Sprich uns einfach an!



Bezahlung der Angebote

Wir haben zwei verschiedene Arten von Kosten:
Veranstaltungskosten und Betreuungskosten.
Du musst beide Kosten zahlen.

Veranstaltungskosten:

Mit den Veranstaltungskosten bezahlen wir
Materialien für die Freizeiten.

Zum Beispiel Material zum Basteln oder zum Spielen.

Mit den Veranstaltungskosten zahlen wir auch Fahrtkosten
und Eintrittskosten.

Die Veranstaltungskosten müssen als Selbstzahler bezahlt werden.

Die Pflegekasse kann diesen Betrag nicht übernehmen.

Du bekommst jeden Monat eine Rechnung.

Bitte überweise das Geld auf das OBA-Konto.



Betreuungskosten:

Die Betreuungskosten können entweder als Selbstzahler bezahlt
werden oder mit der Pflegekasse abgerechnet werden.

Wenn du die Betreuungskosten selbst zahlen möchtest, bekommst
du jeden Monat eine Rechnung über die Selbstzahlerkosten.

Bitte überweise das Geld auf das OBA-Konto.

Wenn die Betreuungskosten über die Pflegekasse abrechnen möchtest,
kostet die Freizeit pro Stunde 16€.

Du bekommst dafür keine Rechnung.

Die Pflegekasse bekommt den Brief mit der Rechnung.

Auf der nächsten Seite erklären wir dir, welche Leistungen der
Pflegekasse dir für die Abrechnung der Betreuungskosten zur
Verfügung stehen.

Leistungen der Pflegekasse

Du kannst die Betreuungskosten über den **Entlastungsbetrag** abrechnen lassen.

Du kannst die Betreuungskosten auch über den **Gemeinsamen Jahresbetrag** abrechnen lassen.

Dieses Budget ist neu.

Wir möchten dir erklären, was dieses Budget bedeutet.

Gemeinsamer Jahresbetrag

Die Budgets Verhinderungspflege und Kurzzeitpflege wurden zu einem **“Gemeinsamen Jahresbetrag”** zusammengelegt.

Voraussetzung ist, dass du mindestens Pflegegrad 2 hast.

Die Höhe des gemeinsamen Jahresbetrages ist 3539,00€ pro Kalenderjahr.

Wichtig ist, dass du uns mitteilst, welchen Betrag du uns aus dem gemeinsamen Jahresbetrag für die Abrechnung der Betreuungskosten zur Verfügung stellst.

Sonderfall Wohnheim

Wenn du in einem Wohnheim stationär wohnst, hast du leider erstmal keinen Anspruch auf die Leistungen der Pflegekasse.

Du kannst nur über die Pflegekasse abrechnen, wenn du nach dem OBA-Angebot bei deinen Angehörigen übernachtet oder das Wochenende zuhause verbringst und zu einem OBA-Angebot kommst.

Dies ist aber eine **Kulanzleistung der Pflegekasse**.

Es kann auch sein, dass die Pflegekasse die Abrechnung ablehnt.

Wichtig:

Bitte informiere uns darüber, wenn noch eine andere Einrichtung über dein Pflegekassenbudget abrechnet!

Ansonsten kann es zu ungewollten Selbstzahlerrechnungen kommen, wenn das Budget schon ausgeschöpft ist.

Ausfallgebühr

Die Anmeldungen für OBA-Freizeiten sind verbindlich.

Das heißt, wir planen dich fest ein.

Wir organisieren Material, Betreuer und Räume für dich.

Wir bestellen Karten vor und reservieren den Bus.

Wenn du dann doch nicht teilnehmen kannst, melde dich bitte spätestens 2 Arbeitstage (Montag bis Freitag) vor der Freizeit bis 12 Uhr ab.

Beispiele:

Freizeit am Sonntag oder Montag – Absage am Donnerstag bis 12 Uhr

Freizeit am Mittwoch – Absage am Montag bis 12 Uhr



Telefonnummern für Absagen:

Büro: 09191/ 320 60 10

Mobil: 0170/ 96 38 869 (Diensthandy)

Sagst du nicht in dieser Zeit ab und kommst trotz Anmeldung nicht zur Freizeit, verlangen wir eine Ausfallgebühr.

Die Ausfallgebühr ist immer der Preis der Veranstaltungskosten + Betreuungskosten für Selbstzahler.

Die Ausfallgebühr kann nicht über die Pflegekasse bezahlt werden.

Die Rechnung mit der Ausfallgebühr schicken wir dir per Post.

Besuchshundegruppe

Die Besuchshunde vom ASB-Besuchshundediens besuchen uns.
Du kannst die Besuchshunde streicheln und mit ihnen spielen.

Wir gehen mit den Hunden spazieren.

Der Besuchshundediens macht das ehrenamtlich und verlangt von der OBA keine Kosten.



Termine:

Freitag, 13. Februar 2026

Freitag, 20. März 2026 →

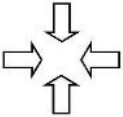
Freitag, 17. April 2026 →

Achtung: parallel
Fußballgruppe



Uhrzeit:

15:00 bis 17:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

ASB Wohnheim,

Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 9, Forchheim

Kosten:

Veranstaltungskosten: 5€

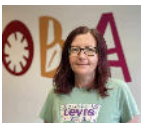
Betreuungskosten Selbstzahler: 20€

oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte ein Getränk mitbringen.



Kursleitung:

Manu Kraus

Bewegungsgruppe

Wir machen gemeinsam Sport und wollen unseren Kreislauf in Schwung bringen.

Bei gemeinsamen Übungen mit dem Ball oder an der frischen Luft haben wir zusammen Spaß am Sport.

Termine:



Mittwoch, 04. Februar 2026

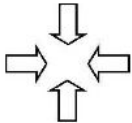
Mittwoch, 04. März 2026

Mittwoch, 01. April 2026



Uhrzeit:

16:00 bis 18:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

Bayerisches Rotes Kreuz,
Henri-Dunant-Straße 1, Forchheim



Kosten:

Veranstaltungskosten: 7€

Betreuungskosten Selbstzahler: 20€
oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte Sportklamotten und ein Getränk mitbringen.



Kursleitung:

Ina Reinmüller-Tölzer

Bowlinggruppe I

Wir treffen uns zum Bowling spielen.

Bowling ist ähnlich wie Kegeln.

Wir haben gemeinsam viel Spaß. Wer wird wohl gewinnen?

Wir haben jetzt 2 Gruppen.

Bitte nur für eine Gruppe anmelden!



Termine:

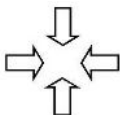
Freitag, 20. Februar 2026

Freitag, 13. März 2026



Uhrzeit:

15:00 bis 18:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

Space Bowling Center,

Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 14, Forchheim



Kosten:

Veranstaltungskosten: 9€

Betreuungskosten Selbstzahler: 18€

oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte Geld für Essen und Getränke mitbringen.

Empfehlung: 15€



Kursleitung:

Manu Kraus

Bowlinggruppe II

Wir treffen uns zum Bowling spielen.

Bowling ist ähnlich wie Kegeln.

Wir haben gemeinsam viel Spaß. Wer wird wohl gewinnen?

Wir haben jetzt 2 Gruppen.

Bitte nur für eine Gruppe anmelden!



Termine:

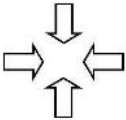
Freitag, 27. Februar 2026

Freitag, 27. März 2026



Uhrzeit:

15:00 bis 18:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

Space Bowling Center,

Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 14, Forchheim



Kosten:

Veranstaltungskosten: 9€

Betreuungskosten Selbstzahler: 18€

oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte Geld für Essen und Getränke mitbringen.

Empfehlung: 15€



Kursleitung:

Michelle Mades

Café Treff

Nach der Arbeit erholen wir uns im Brothaus in Hausen.
Wir gehen gemeinsam Kaffee trinken.
Wir reden und lachen bei Kaffee und Kuchen.



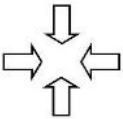
Termine:

Mittwoch, 11. Februar 2026
Mittwoch, 11. März 2026
Mittwoch, 15. April 2026



Uhrzeit:

16:00 bis 18:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

Café Brothaus,
Forchheimerstraße 38, 91353 Hausen



Kosten:

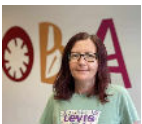
Veranstaltungskosten: 2,50€
Betreuungskosten Selbstzahler: 8€
oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Ausreichend Geld für Essen und Getränke mitbringen.

Empfehlung: 15€



Kursleitung:

Manu Kraus

Entspannung mit Klangschalen

Wir machen es uns gemütlich und lauschen gemeinsam den Tönen der Klangschalen.

Außerdem entspannen wir bei einer schönen Fantasiereise, die uns vorgelesen wird.



Termine:

Donnerstag, 19. Februar 2026

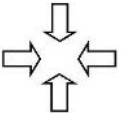
Donnerstag, 19. März 2026

Donnerstag, 23. April 2026



Uhrzeit:

16:00 bis 18:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

ASB Wohnheim – Veranstaltungsraum,
Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 9, Forchheim



Kosten:

Veranstaltungskosten: 12,50€

Betreuungskosten Selbstzahler: 16€

oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte ein Getränk mitbringen.



Kursleitung:

Sibylle Raptis

Kreative Leitung:

Agathe Buchfelder

Fitness und Yoga mit Sophie und Susi

Wir wollen uns körperlich bewegen und unseren Körper fühlen.
Bei Dehnübungen können wir unsere müden Muskeln entspannen.
Bei Kraftübungen stärken wir unsere Muskeln.
Es ist für jeden etwas dabei.



Termine:

Samstag, 07. | 21. Februar 2026

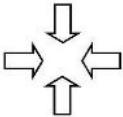
Samstag, 07. | 21. März 2026

Samstag, 18. April 2026



Uhrzeit:

09:30 bis 11:30 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

Herderhalle,
Ruhalmstraße , Forchheim



Kosten:

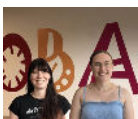
Veranstaltungskosten: 0€

Betreuungskosten Selbstzahler: 16€
oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte bequeme Kleidung und ein Getränk mitbringen.



Kursleitung:

Sophie Wohlpart & Suzanne Bauer

Frauengruppe

Die Gruppe ist nur für Frauen.

Um zu reden und zu lachen oder Ausflüge zu machen.

Um alles zu tun, was Frauen gerne machen.

Im März veranstalten wir einen Naturkosmetik-Nachmittag mit Antonia.

Dabei machen wir zum Beispiel ein Natur-Parfum, Lippen-Balsam, Deo-Spray oder Gesichts-Masken selber.

Zum Abschluss genießen wir eine Entspannung.



Termine:

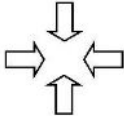
Mittwoch, 18. März 2026

Mittwoch, 22. April 2026



Uhrzeit:

16:00 bis 18:30 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

ASB Wohnheim – Tagesstruktur,
Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 9, Forchheim

Kosten:

Veranstaltungskosten: 7€

Betreuungskosten Selbstzahler: 15€

oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte ein Getränk, ein kleines Taschengeld, Lust auf Reden und Spaß mitbringen.

Empfehlung: 10€



Kursleitung:

Manu Kraus

Fußballgruppe

Tobi Eisgrub von der Fußballschule trainiert mit uns.

Du musst kein Profi im Fußball sein.

Bei unserer Gruppe sind alle willkommen.

Wir lernen die Grundtechniken des Fußballs.

Bei verschiedenen Spielen lernen wir mit dem Fußball umzugehen.



Termine:

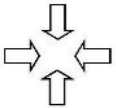
Freitag, 20. März 2026
Freitag, 17. | 24. April 2026

Achtung: parallel
Besuchendegruppe



Uhrzeit:

15:00 bis 17:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

Sportplatz Buckenhofen,
Zur Staustufe 8, Forchheim



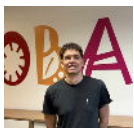
Kosten:

Veranstaltungskosten: 5€
Betreuungskosten Selbstzahler: 20€
oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte ein Getränk, Fußballschuhe und Sportklamotten mitbringen.



Kursleitung:

Andreas Kauer

Gehirnjogging

Wir machen Sport!

Aber nicht mit dem Körper, sondern mit unserem Kopf.
Auf dich warten Aufgaben, Rätsel und Geschichten.



Termine:

Donnerstag, 05. Februar 2026

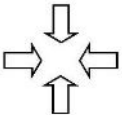
Donnerstag, 05. März 2026

Donnerstag, 09. April 2026



Uhrzeit:

16:00 bis 18:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

ASB Wohnheim – Tagesstruktur,
Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 9, Forchheim



Kosten:

Veranstaltungskosten: 9€

Betreuungskosten Selbstzahler: 16€

oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Gute Laune und Rätsellust nicht vergessen.

Bitte ein Getränk mitbringen.



Kursleitung:

Sibylle Raptis

Handballgruppe (bis 25 Jahre)

Der HC Forchheim ist ein Handballverein und hat eine inklusive Handballgruppe.

Im Handballtraining können wir uns bewegen und Handball spielen!

Um 17:00 Uhr beginnt das Training.

Davor treffen wir uns und entscheiden, was wir machen wollen.

Termine:



Montag, 12. | 26. Januar 2026

Montag, 02. | 09. | 23. Februar 2026

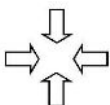
Montag, 02. | 09. | 16. | 23. März 2026

Montag, 13. | 27. April 2026



Uhrzeit:

16:00 bis 18:30 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

Treffpunkt: Lebenshilfe Speisesaal,
John-F.-Kennedy-Ring 27 C, Forchheim

Abholung: Herderhalle,
Ruhalmstraße, Forchheim

Kosten:

Veranstaltungskosten: 2,50€

Betreuungskosten Selbstzahler: 10€

oder Abrechnung über die Pflegekasse

Eine Gebühr für den Handballverein kommt noch hinzu.



Info:

Bitte Sportklamotten, Turnschuhe und ein Getränk mitbringen.



Kursleitung:

Natalie Zintl

Held des Alltags: Kuchen backen

Wir backen gemeinsam Kuchen.

Der Kuchen ist für einen guten Zweck.

Der Kuchen wird im Café Vielfalt am Samstag verkauft.

Termine:



Freitag, 06. Februar 2026

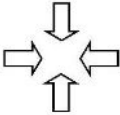
Freitag, 06. März 2026

Im April entfällt der Held des Alltags aufgrund der Osterfeiertage!



Uhrzeit:

15:00 bis 18:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

Mehrgenerationenhaus,
Paul-Keller-Straße 17, Forchheim

Kosten:

Veranstaltungskosten: 7€

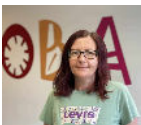
Betreuungskosten Selbstzahler: 24€

oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte ein Getränk mitbringen.



Kursleitung:

Manu Kraus

Held des Alltags: Café Einsatz

Ehrenamtlich im Café Vielfalt helfen.

Das Ehrenamt ist freiwillig. Du bekommst kein Geld.

Aber helfen macht Spaß. Du lernst neue Menschen kennen.

Und verkaufst Kaffee und Kuchen im Café Vielfalt.

Gäste sind ab 14:00 Uhr herzlich willkommen.



Termine:

Samstag, 07. Februar 2026

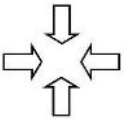
Samstag, 07. März 2026

Im April entfällt der Held des Alltags aufgrund der Osterfeiertage!



Uhrzeit:

13:00 bis 17:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

Mehrgenerationenhaus,
Paul-Keller-Straße 17, Forchheim



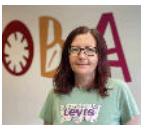
Kosten:

Veranstaltungskosten: 0€

Abrechnung über die Pflegekasse



Info:



Kursleitung:

Manu Kraus

Kochgruppe

Lasst uns gemeinsam kochen!

Wir lernen neue Rezepte kennen, bereiten die Zutaten vor, kochen und essen gemeinsam.



Termine:

Mittwoch, 25. Februar 2026

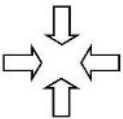
Mittwoch, 25. März 2026

Mittwoch, 29. April 2026



Uhrzeit:

16:00 bis 19:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

ASB Wohnheim – Tagesstruktur,
Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 9, Forchheim



Kosten:

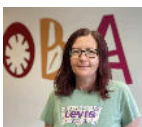
Veranstaltungskosten: 9€

Betreuungskosten Selbstzahler: 24€
oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte ein Getränk mitbringen.



Kursleitung:

Manu Kraus

Singgruppe

Gemeinsam wollen wir Lieder singen.
Ob Volkslieder, Schlager oder aktuelle Lieder.
Alles ist möglich. Du musst auch kein „Profi“ sein.
Wer gerne singt, ist herzlich willkommen.



Termine:

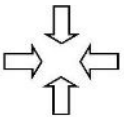
Donnerstag, 26. Februar 2026
Donnerstag, 26. März 2026
Donnerstag, 30. April 2026



Uhrzeit:

16:00 bis 18:00 Uhr

Achtung: an diesem Tag
findet auch die Flower
Power Party statt!



Treffpunkt & Abholung:

ASB Wohnheim – Tagesstruktur,
Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 9, Forchheim



Kosten:

Veranstaltungskosten: 7€
Betreuungskosten Selbstzahler: 16€
oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte ein Getränk und Lust zum Singen und Spaß
mitbringen.



Kursleitung:

Sibylle Raptis

Tanzgruppe „Ohne Grenzen“

Wir werden gemeinsam tanzen.

Wir lernen eine Schrittabfolge für ein ganzes Lied.

Bei der Tanzgruppe sind alle willkommen.



Termine:

Montag, 09. | 23. Februar 2026

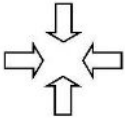
Montag, 09. | 23. März 2026

Montag, 13. | 27. April 2026



Uhrzeit:

16:00 bis 18:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

Bayerisches Rotes Kreuz,

Henri-Dunant-Straße 1, Forchheim



Kosten:

Veranstaltungskosten: 6€

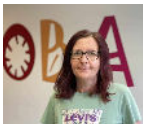
Betreuungskosten Selbstzahler: 16€

oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte ein Getränk mitbringen.



Kursleitung:

Manu Kraus

Theatergruppe

Wir spielen gemeinsam Theater.

Wir lernen verschiedene Schauspieltechniken.

Wir lernen bewusst unseren Körper und unsere Stimmen einzusetzen.

Wir trauen uns vor Publikum zu sprechen.



Termine:

Dienstag, 03. | 24. Februar 2026

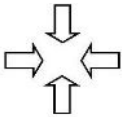
Dienstag, 17. | 24. März 2026

Dienstag, 07. | 14. April 2026



Uhrzeit:

16:00 bis 18:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

Bayerisches Rotes Kreuz,

Henri-Dunant-Straße 1, Forchheim



Kosten:

Veranstaltungskosten: 5€

Betreuungskosten Selbstzahler: 20€

oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte ein Getränk mitbringen.



Kursleitung:

Manu Kraus + Christine Sauerborn

Zauberharfengruppe

Wir spielen gemeinsam Lieder auf der Zauberharfe.
Eine Zauberharfe ist ein Saiteninstrument.
Zauberharfe kann jeder lernen!



Termine:

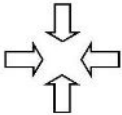
Montag 02. Februar 2026

Montag, 02. | 30. März 2026



Uhrzeit:

16:00 bis 18:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

ASB Wohnheim – Tagesstruktur,
Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 9, Forchheim



Kosten:

Veranstaltungskosten: 6€

Betreuungskosten Selbstzahler: 16€

oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte vergesse nicht, deine Harfe zu stimmen.

Bitte ein Getränk mitbringen.



Kursleitung:

Manu Kraus

Kirchenbesuch mit Einkehr

Wir besuchen den Gottesdienst in der Sankt Johannis Kirche.
Nach der Kirche kehren wir bei der L´Osteria ein und lassen uns ein
leckeres Mittagessen schmecken.



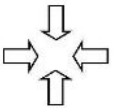
Termin:

Sonntag, 01. Februar 2026



Uhrzeit:

09:45 bis 13:15 Uhr



Treffpunkt:

Sankt Johannis Kirche,
Zweibrückenstraße 40, Forchheim

Abholung:

L´Osteria,
Paradeplatz 22, Forchheim



Kosten:

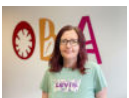
Veranstaltungskosten: 0€
Betreuungskosten Selbstzahler: 21€
oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte Taschengeld für das Mittagessen mitbringen.

Empfehlung: 25€



Kursleitung:

Manu Kraus

Faschingsfeier

Helau – Heute wird gefeiert, getanzt und gelacht!

Komm verkleidet, wie du magst – als Tier, Pirat oder Prinzessin.

Wir machen Spiele, tanzen zu fröhlicher Musik und essen leckere Snacks.

Gemeinsam haben wir einen bunten, fröhlichen Nachmittag bei unserer Faschingsfeier!



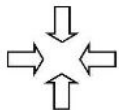
Termin:

Dienstag, 10. Februar 2026



Uhrzeit:

16:00 bis 18:30 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

Gemeindesaal Christuskirche,
Paul-Keller-Straße 19, Forchheim



Kosten:

Veranstaltungskosten: 6€

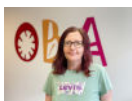
Betreuungskosten Selbstzahler: 15€

oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Wer mag, kann sich gerne verkleiden!



Kursleitung:

Manu Kraus

Faschingsdisco im E-Werk

Wir fahren zur Faschingsdisco ins E-Werk!

Hier heißt es: Lachen, tanzen, Freunde treffen.

Es sind auch jede Menge Leute der anderen OBAs mit am Start!



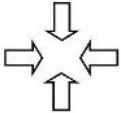
Termin:

Donnerstag, 12. Februar 2026



Uhrzeit:

16:00 bis 20:30 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

ASB Wohnheim,

Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 9, Forchheim



Kosten:

Veranstaltungskosten: 10€

Betreuungskosten Selbstzahler: 27€

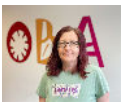
oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Wer mag, kann sich gerne verkleiden!

Bitte eine kleine Spende für den "Eintritt" mitbringen.



Kursleitung:

Manu Kraus

Internationaler Abend: Ukrainisch Kochen

(in Kooperation mit der Caritas und dem Mehrgenerationenhaus)

Heute tauchen wir in die ukrainische Küche ein.

Galina zeigt uns zwei Gerichte: Borschtsch und Syrnyky.

Borschtsch ist eine Suppe mit viel Gemüse.

Syrnyky sind süße Pfannkuchen mit Quark.

Wir bereiten die Zutaten vor, kochen und essen gemeinsam.



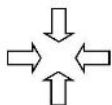
Termin:

Samstag, 21. Februar 2026



Uhrzeit:

16:00 bis 19:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

Mehrgenerationenhaus,
Paul-Keller-Straße 19, Forchheim



Kosten:

Veranstaltungskosten: 10€

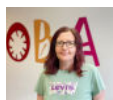
Betreuungskosten Selbstzahler: 18€

oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte ein Getränk, eine Schürze und eine Restedose mitbringen.



Kursleitung:

Manu Kraus

Kreative Leitung:

Galina

Spaziergang und Café-Besuch in Ebermannstadt

Wir gehen eine Runde rund um Ebermannstadt spazieren.

Im Anschluss lassen wir uns Kaffee und Kuchen im Café schmecken.



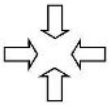
Termin:

Sonntag, 01. März 2026



Uhrzeit:

14:00 bis 17:00 Uhr



Treffpunkt:

Bahnhof Ebermannstadt,
Bahnhofplatz 1, Ebermannstadt

Abholung:

Der Beck – Ebermannstadt,
Breitenbacher Str. 18, Ebermannstadt



Kosten:

Veranstaltungskosten: 0€

Betreuungskosten Selbstzahler: 18€

oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte ein Getränk und Taschengeld für den Café-Besuch mitbringen.

Empfehlung: 10€



Kursleitung:

Manu Kraus

80er Party

Die KUFA Bamberg veranstaltet eine Party mit Liedern aus den 80er Jahren.

Ein DJ wird für gute Stimmung sorgen.

Gemeinsam können wir tanzen, singen und fröhlich sein.



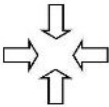
Termin:

Samstag, 07. März 2026



Uhrzeit:

18:30 bis 23:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

ASB Wohnheim,
Friedrich-Ludwig-Jahn-Str. 9, Forchheim



Kosten:

Veranstaltungskosten: 12€

Betreuungskosten Selbstzahler: 27€

oder Abrechnung über die Pflegekasse

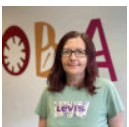


Info:

Bitte Taschengeld für Getränke mitbringen.

Bitte vorher etwas essen!

Empfehlung: 10€



Kursleitung:

Manu Kraus

Konzert zum Weltfrauentag

Der Erlanger Frauenchor „dezibella“ gibt zum Weltfrauentag ein Konzert. Von schlichten Folksongs bis zu rhythmischen Kompositionen ist alles dabei.

Die Moderatorin Barbara Schofer führt das Publikum durch das Programm.

Nach dem Konzert gehen wir noch gemeinsam in der Gaststätte Achhörnla Mittagessen.



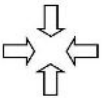
Termin:

Sonntag, 08. März 2026



Uhrzeit:

10:45 bis 14:00 Uhr



Treffpunkt:

Pfalzmuseum Forchheim,
Kapellenstraße 16, Forchheim

Abholung:

Gaststätte Achhörnla,
Bamberger Str. 9, Forchheim



Kosten:

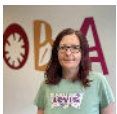
Veranstaltungskosten: 5€
Betreuungskosten Selbstzahler: 20€
oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte Taschengeld für das Mittagessen mitbringen.

Empfehlung: 25€



Kursleitung:

Manu Kraus

Besuch im Tierheim

Wir besuchen das Tierheim in Forchheim.

Dort erfahren wir, welche Aufgaben ein Tierpfleger hat.

Wir lernen die Tiere kennen und können die Katzen streicheln.



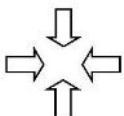
Termin:

Dienstag, 10. März 2026



Uhrzeit:

16:00 bis 18:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

Tierheim Forchheim,
Zur Staustufe 36, Forchheim



Kosten:

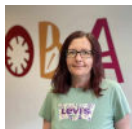
Veranstaltungskosten: 4€

Betreuungskosten Selbstzahler: 16€
oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte ein Getränk mitbringen.



Kursleitung:

Manu Kraus

Waldspaziergang und Stockbrot

Gemeinsam mit Lena machen wir einen gemütlichen, kurzen Waldspaziergang.

Dabei sammeln wir Stöcke für den Stockbrotteig.

Den Abend lassen wir gemütlich am Lagerfeuer ausklingen.



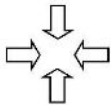
Termin:

Samstag, 14. März 2026



Uhrzeit:

16:00 bis 19:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

Kirche St. Josef Buckenhofen,
St.-Josef-Straße 11, Forchheim-Buckenhofen



Kosten:

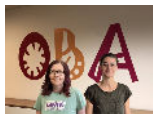
Veranstaltungskosten: 5€

Betreuungskosten Selbstzahler: 18€
oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte ein Getränk mitbringen.



Kursleitung:

Manu Kraus

Kreative Leitung:

Lena Knauer

Trampolinhalle

Wir besuchen die Trampolinhalle in Nürnberg.

Dort erwarten uns verschiedene Möglichkeiten zum Hüpfen und Spaß haben.

Zum Abschluss gehen wir noch bei McDonalds essen.



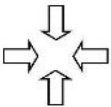
Termin:

Samstag, 28. März 2026



Uhrzeit:

14:00 bis 18:30 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

ASB Wohnheim,
Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 9, Forchheim

Kosten:

Veranstaltungskosten: 20€

Betreuungskosten Selbstzahler: 27€

oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte ein Getränk, Taschengeld und Sportklamotten mitbringen.

Empfehlung: 20€



Kursleitung:

Manu Kraus



Osterfeier

Ostern steht vor der Tür!

Gemeinsam beenden wir die Fastenzeit.

Wir gehen auf Eiersuche und stärken uns mit Osterbrot.



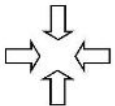
Termin:

Donnerstag, 02. April 2026



Uhrzeit:

16:00 bis 18:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

ASB Wohnheim – Veranstaltungsraum,
Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 9, Forchheim



Kosten:

Veranstaltungskosten: 4€

Betreuungskosten Selbstzahler: 16€

oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte ein Getränk mitbringen.



Kursleitung:

Manu Kraus

Pizza und Kino

Wir wollen wieder lecker Pizza essen gehen.

Wir treffen uns im Restaurant „Pantaleo“.

Anschließend gehen wir zu Fuß zum Kino und schauen uns dort einen Film an.



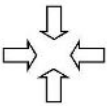
Termin:

Freitag, 10. April 2026



Uhrzeit:

17:30 bis 22:30 Uhr



Treffpunkt:

Restaurant Pantaleo,
Torstraße 6, Forchheim

Abholung:

Kino Forchheim,
Wiesentstraße 39, Forchheim



Kosten:

Veranstaltungskosten: 5€
Betreuungskosten Selbstzahler: 22€
oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte Taschengeld für das Pizza essen, für
Popcorn und ein Getränk im Kino mitbringen.

Empfehlung: 25€



Kursleitung:

Manu Kraus

Frühlingsbasteln mit Sophie

Wir wollen gemeinsam etwas für den Frühling basteln.
Sophie und ihre Mama haben sich etwas Tolles überlegt!
Hier findet jeder etwas Schönes zum Werkeln.



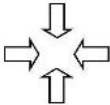
Termin:

Samstag, 11. April 2026



Uhrzeit:

13:00 bis 16:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

Caritas Sozialstation,
Bahnhofsplatz 4, Ebermannstadt



Kosten:

Veranstaltungskosten: 5€

Betreuungskosten Selbstzahler: 24€
oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte ein Getränk mitbringen.



Kursleitung:

Sophie Wohlpart

Schnuppertag Karate

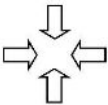
Heute probieren wir gemeinsam Karate aus.
Wir lernen einfache Bewegungen und üben Techniken.
Für die Übungen brauchst du Gleichgewicht und einen relativ festen Stand.
Karate macht stark, mutig und gibt ein gutes Gefühl.



Termin:
Samstag, 18. April 2026



Uhrzeit:
14:00 bis 16:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:
Turnhalle Pretzfeld,
Sportplatzstraße 5, Pretzfeld



Kosten:
Veranstaltungskosten: 5€
Betreuungskosten Selbstzahler: 20€
oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:
Bitte ein Getränk, Sportklamotten und
Hallenturnschuhe mitbringen.



Kursleitung:
Manu Kraus

Frühlingsfest im Mehrgenerationenhaus

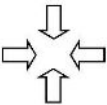
Wir besuchen das Frühlingsfest im Mehrgenerationenhaus Forchheim.
Es gibt viele Leckereien und Aktionen.
Es erwartet uns ein schöner Nachmittag!



Termin:
Sonntag, 19. April 2026



Uhrzeit:
13:45 bis 17:00 Uhr



Treffpunkt & Abholung:
Mehrgenerationenhaus,
Paul-Keller-Straße 17, Forchheim



Kosten:
Veranstaltungskosten: 0€
Betreuungskosten Selbstzahler: 21€
oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:
Bitte Taschengeld für Essen und Getränke mitbringen.
Empfehlung: 15€



Kursleitung:
Manu Kraus

Punk-Rock Konzert Fürth

Die Lebenshilfe Fürth veranstaltet ein Punk-Rock Konzert.

Punk-Rock ist eine Art Musik.

Sie ist laut, schnell und wild.

Punk-Rock bedeutet: anders sein, laut sein und Mut haben!

Es spielen zwei Bands an diesem Abend: " Low Voltage" und „Money left to burn“ .



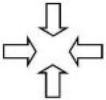
Termin:

Samstag, 25. April 2026



Uhrzeit:

18:45 bis 22:45 Uhr



Treffpunkt & Abholung:

Bahnhof Forchheim – Taxistand



Kosten:

Veranstaltungskosten: 10€

Betreuungskosten Selbstzahler: 29€

oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte den **Behindertenausweis**, die Wertmarke und Taschengeld für Getränke mitbringen.

Bitte vorher etwas essen!

Empfehlung: 15€



Kursleitung:

Manu Kraus

Flower Power Party

Die KUFA Bamberg veranstaltet eine Party mit Liedern aus den 60er und 70er Jahren.

Ein DJ wird für gute Stimmung sorgen.

Gemeinsam können wir tanzen, singen und fröhlich sein.



Termin:

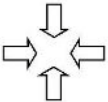
Donnerstag, 30. April 2026



Uhrzeit:

18:30 bis 23:00 Uhr

Achtung: an diesem Tag
findet auch die
Singgruppe statt!



Treffpunkt & Abholung:

ASB Wohnheim,
Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 9, Forchheim



Kosten:

Veranstaltungskosten: 12€

Betreuungskosten Selbstzahler: 27€

oder Abrechnung über die Pflegekasse



Info:

Bitte Taschengeld für Getränke mitbringen.

Bitte vorher etwas essen!

Empfehlung: 10€



Kursleitung:

Manu Kraus

Anmeldezettel für die - Freizeitangebote

Name: _____

Geburtsdatum: _____

Adresse: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Abholungsort

- | | |
|--|--|
| <input type="radio"/> Berufsschulstufe | <input type="radio"/> Tagesstruktur |
| <input type="radio"/> Hauptwerkstatt Forchheim | <input type="radio"/> Berufsbildungsbereich |
| <input type="radio"/> Werkstatt Weilersbach | <input type="radio"/> Ich mache Praktikum vom _____
in folgender Einrichtung _____ |
| <input type="radio"/> Förderstätte Weilersbach | <input type="radio"/> Ich fahre mit den öffentlichen
Verkehrsmitteln
Ich brauche keinen Fahrdienst |
| <input type="radio"/> Schritt für Schritt | |
| <input type="radio"/> Piasten | |

Wichtige Infos

- | | | |
|--|---|--|
| Rollstuhlfahrer/in | <input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein | <input type="radio"/> Im Fahrzeug ohne Rolli |
| Epilepsie | <input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein | <input type="radio"/> Notfallmedikament |
| Medi's während der Freizeit | <input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein | |
| Behindertenausweis | <input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein | <input type="radio"/> Merkzeichen: _____ |
| Wertmarke für Behindertenausweis vorhanden | <input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein | |

Art der Behinderung: _____

Was müssen wir noch wissen?

(Diäten, Allergien, besondere Pflege, besondere Verhaltensweisen, Weglauftendenzen...)

- Bezahlung der Betreuungskosten:
- Abrechnung über Gemeinsamer Jahresbetrag
 - Abrechnung über Entlastungsbetrag
 - Selbstzahler

Hiermit erklären Sie sich einverstanden, dass betreuungsrelevante Daten des Teilnehmers an die Betreuungspersonen weitergegeben werden dürfen.

Ort, Datum

Unterschrift
(gesetzl. Betreuung / Gruppenleitung)



Anmeldezettel

- Besuchshundegruppe (13.02., 20.03., 17.04.)
- Bewegungsgruppe (04.02., 04.03., 01.04.)
- Bowlinggruppe I (20.02., 13.03.)
- Bowlinggruppe II (27.02., 27.03.)
- Café Treff (11.02., 11.03., 15.04.)
- Entspannung mit Klangschalen (19.02., 19.03., 23.04.)
- Fitness und Yoga mit Sophie und Susi (siehe Seite 18)
- Frauengruppe (18.03., 22.04.)
- Fußballgruppe (20.03., 17.04., 24.04.)
- Gehirnjogging (05.02., 05.03., 09.04.)
- Handballgruppe (siehe Seite 22)
- Held des Alltags: Kuchen backen: (06.02., 06.03.)
- Held des Alltags: Café Einsatz (07.02., 07.03.)
- Kochgruppe (25.02., 25.03., 29.04.)
- Singgruppe (26.02., 26.03., 30.04.)
- Tanzgruppe "Ohne Grenzen" (Siehe Seite 27)
- Theatergruppe (siehe Seite 28)
- Zauberharfengruppe (02.02., 02.03., 30.03.)
- Kirchenbesuch mit Einkehr (01.02.)
- Faschingsfeier (10.02.)
- Faschingsdisco E-Werk (12.02.)
- Internationaler Abend: Ukrainisch Kochen (21.02.)
- Spaziergang und Café Besuch in Ebermannstadt (01.03.)
- 80er Party (07.03.)
- Konzert zum Weltfrauentag (08.03.)
- Besuch im Tierheim (10.03.)
- Waldspaziergang und Stockbrot (14.03.)
- Trampolinhalle (28.03.)
- Osterfeier (02.04.)
- Pizza und Kino (10.04.)
- Frühlingsbasteln mit Sophie (11.04.)
- Schnuppertag Karate (18.04.)
- Frühlingsfest im MGH (19.04.)
- Punk Rock Konzert Fürth (25.04.)
- Flower Power Party (30.04.)



Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration

„Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums
für Familie, Arbeit und Soziales und des Bezirk Oberfranken gefördert.“



**Viele der verwendeten Bilder und Symbole unterliegen folgendem
Copyright:**

© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V.,
Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013



Trärgemeinschaft
Offene Behindertenarbeit im Landkreis
Forchheim e.V.
Bayreuther Straße 9
91301 Forchheim

Telefon: 09191/ 320 60 0
Fax: 09191/ 320 60 20
Mobil: 0170/ 96 38 869
E-Mail: info@oba-forchheim.de
Internet: www.oba-forchheim.de

Leitung
Simone Fahmy

Assistenzdienst
Franziska Hohe

GeschwisterkinderCLUB
David Knauer

Familientlastender Dienst
Doris Schäfer

Freizeit, Bildung und Begegnung
Natalie Zintl, Kathrin Marquardt

Durchführungskraft
Manu Kraus

Verwaltung
Andrea Hofmann, Sophia Götz

Bürozeiten:

Montag bis Freitag von 8 - 14 Uhr
Termine nach Vereinbarung