

## Selbstbestimmte Freizeitangebote

Alle Veranstaltungen sind barrierefrei  
und werden von qualifizierten  
MitarbeiterInnen begleitet.



**Beratung:**  
**040 - 46 63 25 81**

**Tel.: 040 - 46 63 25 81**

**Fax: 040 - 46 63 25 83**

*(Sprechzeiten 9:00 - 15:00)*



Freundeskreis - Menschen individuell begleiten  
und betreuen gUG (haftungsbeschränkt)

Luruper Hauptstr. 163 • 22547 Hamburg

**E-Mail:** [kontakt@freundeskreis-mibb.de](mailto:kontakt@freundeskreis-mibb.de)  
**Web:** [www.freundeskreis-mibb.de](http://www.freundeskreis-mibb.de)

**Bank:** HypoVereinsbank  
**IBAN :** DE63 2003 0000 0359 670429  
**BIC:** HUYE DE33 300



# Freundeskreis

**Menschen** - individuell begleiten und betreuen

## Mittwochskreis Programm

Januar bis Dezember

# 2023

**Inklusive**  
Reisen & Ausflüge



[www.freundeskreis-mibb.de](http://www.freundeskreis-mibb.de)

Freundeskreis - Mibb • Luruper Hauptstr. 163 • 22547 Hamburg • Tel.: 040 - 46 63 25 81 • [kontakt@freundeskreis-mibb.de](mailto:kontakt@freundeskreis-mibb.de)

## **Liebe Freunde!**

Der Freundeskreis - Menschen individuell begleiten und betreuen, ist ein in Hamburg und im Kreis Pinneberg behördlich sowie von der Hamburger Pflege-Engagement Verordnung anerkannter Träger, für Angebote zur Entlastung/Unterstützung im Alltag nach §45b SGB XI.

**Wir engagieren uns für Menschen mit Behinderung und sind im Rahmen pädagogischer Einzel- und Gruppenbetreuung tätig.** Mit einem Team pädagogisch professionell ausgebildeter und ehrenamtlich engagierter Menschen begleiten und betreuen wir Menschen individuell und bieten Euch die Möglichkeit Eure Kompetenzen zu erweitern und auch Eure Freizeit mit anderen selbstbestimmt zu gestalten.

Der Freundeskreis stellt hier das von allen Teilnehmern und Teilnehmerinnen **selbstbestimmte Freizeitprogramm der Montagskreise** vor. Neben den wöchentlich stattfindenden Montagskreistreffen bieten wir Euch auch zahlreiche **Ausflüge und Reisen** an. In diesem Rahmen laden wir Euch ein, Neues auszuprobieren, eure Fähigkeiten weiter zu entwickeln, neue Freundschaften zu finden und alte zu vertiefen.

Die für alle Interessierten offene Freundeskreisgruppe trifft sich mittwochs, in der Zeit von 17 - 20 Uhr, im barrierefreien Jugendraum in der Luruper Hauptstraße 155, in 22547 Hamburg. Regelmäßig finden auch samstags unsere **Ausflüge** statt und wir veranstalten mehrmals im Jahr **pädagogisch begleitete Erholungsreisen**.

Im Rahmen unserer **Erholungsreisen** fahren wir viele unterschiedliche Ziele an. Wir bieten im Sommer Reisen nach Föhr, Sylt, Kalifornien an der Ostsee und Dänemark an. Hinzu kommen zwei weitere Reisen auf einen Reiterhof. Darüber hinaus wird es erstmals eine Städtereise nach Prag geben.

Die Termine für die Reisen und Ausflüge findet ihr am Ende dieses Heftes. Weitere Informationen findet Ihr außerdem in unserem separaten **Programmheft für Reisen und Ausflüge**.

Zusätzlich zu unseren Freizeitangeboten und Reisen bieten wir im Rahmen **pädagogischer Einzelbetreuung** allen die Möglichkeit einer individuellen und professionellen pädagogischen Unterstützung an. Außerdem stehen wir Euch und Euren Eltern beratend zur Seite.

Unsere aktuellen Angebote findet Ihr in unseren Programmen und auf unserer Internetseite unter [www.freundeskreis-mibb.de](http://www.freundeskreis-mibb.de). Dort könnt Ihr Euch auch Videos und Fotos von bisherigen Ausflügen und Reisen des Freundeskreises anschauen.

Bei Interesse könnt Ihr uns gern ansprechen oder Euch auf unserer Homepage über die Inhalte der unterschiedlichen Betreuungs- und Beratungsangebote informieren. Bitte habt Verständnis dafür, dass Reisen oder auch Ausflüge aufgrund der schwierig abzuschätzenden Corona-Lage im kommenden Jahr kurzfristig ausfallen können. Wir hoffen, dass alles stattfinden kann, aber wir können es leider nicht versprechen. Ihr könnt auch gerne im Büro nachfragen, wenn ihr sicher gehen wollt.

Wir freuen uns auf eine schöne und intensive Zeit mit Euch!

Der **Jahresbeitrag** für die Freizeitangebote des Freundeskreises beträgt 65 €. Bitte überweisen Sie den Betrag auf das auf der Rückseite des Programmhefts angegebene Konto.

Über weitere Spenden und Ihre Unterstützung in dieser schwierigen Zeit freuen wir uns sehr. Der Freundeskreis ist als **gemeinnützige und mildtätige Einrichtung** anerkannt. **Spendenbescheinigungen** können ausgestellt werden.

**Euer Freundeskreis-Team**

## Hygiene-Regeln

Auch das Jahr 2023 wird nicht von der Corona-Pandemie verschont bleiben. Damit wir uns bestmöglich schützen können und dennoch nicht auf unsere Kreise verzichten müssen, gelten folgende Hygieneregeln für die Montags- und Mittwochsreise:

- Wenn du Husten, Schnupfen oder Fieber hast, bleibe bitte zu Hause.
- Vor dem Betreten der Räumlichkeiten setzt du dir bitte einen Mund- Nasenschutz auf. Diesen trägst du bitte die gesamte Zeit.
- Wenn du die Räumlichkeiten betrittst, wäscht du dir 30 Sekunden lang die Hände mit Seife. Solltest du die Räumlichkeiten verlassen und wieder reinkommen, wasche deine Hände bitte nochmal.
- Trage dich in die Anwesenheitsliste ein. Mit deiner Unterschrift akzeptierst du die geltenden Hygienemaßnahmen.
- Wenn du deine Freunde triffst, halte zu ihnen 1,5 Abstand. Umarme sie bitte nicht.
- Essen und Trinken ist nur an einem festen Platz erlaubt.
- Wir müssen regelmäßig lüften. Achte daher auf wettergerechte Kleidung, damit du nicht frierst.

**Gemeinsam schaffen wir das!**



## Neujahrsparty



- Datum:** 11.01.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir gemeinsam den Beginn des neuen Jahres feiern! Bei guter Musik können wir klönen, tanzen und gemeinsam lachen. Bitte bringt eure Lieblings CDs mit.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.
- 

## Bingo spielen



- Datum:** 18.01.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir gemeinsam Bingo spielen. Wer die richtigen Zahlen hat, wird von der Glücksfee mit einer Kleinigkeit belohnt. Auch für weitere Spiele ist genügend Zeit da.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.



## Philadelphia Torte



- Datum:** 25.01.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute backen wir gemeinsam eine leckere Philadelphia Torte. Ein einfaches Rezept führt uns zu einem leckeren Tortengenuss.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.
- 

## Kreativnachmittag



- Datum:** 01.02.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute können wir unserer Kreativität freien Lauf lassen, gemeinsam basteln, malen und dabei klönen.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.



## Spiele-Olympiade



- Datum:** 08.02.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute erwartet euch eine großartige Spiele-Olympiade, bei der es auch etwas Schönes zu gewinnen gibt.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.
- 

## Faschings-Party



- Datum:** 15.02.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir gemeinsam Fasching feiern. Kommt gerne verkleidet zur Party, denn am Ende wird abgestimmt, wer am schönsten verkleidet ist.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.



## Kicker und Billard



- Datum:** 22.02.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Jugendgemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute geht es im Freundeskreis wieder rund. In kleinen Teams werden wir Spaß und Spannung miteinander vereinen und herausfinden, welches Team beim Kicker Turnier die meisten Tore erzielt und welche Mannschaft beim Billard gewinnt.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.
- 

## Burger



- Datum:** 01.03.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir gemeinsam einkaufen gehen und leckere Burger zubereiten, welche wir im Anschluss in geselliger Runde verspeisen werden.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.



## Fensterbilder gestalten



- Datum:** 08.03.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir schöne bunte Fensterbilder gestalten. Hierfür steht Window-Color und Bastelmaterialien zur Verfügung. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro
- 

## DVD-Abend



- Datum:** 15.03.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir ein Kinoerlebnis in den Freundeskreis zaubern. Ein von euch ausgesuchter Film wird auf die Leinwand übertragen. Knabbereien runden das Angebot ab.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro



## Puzzeln



- Datum:** 22.03.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute werden unterschiedliche Puzzle mit verschiedenen Motiven zusammengesetzt. Wer lieber spielt als puzzelt, findet auch hierfür Mitspieler. Es wird gemütlich bei Kaffee und Keksen ein geselliger Nachmittag verbracht.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.
- 

## Ostereier bemalen



- Datum:** 29.03.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir gemeinsam Eier bemalen und verschönern. Ob für Ostern oder als Dekoration für zu Hause, hier könnt ihr eurer Kreativität freien Lauf lassen.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro



## Hefezopf backen



- Datum:** 05.04.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Zusammen wollen wir einen leckeren Hefezopf backen. Während der Hefezopf im Ofen ist, können wir gemeinsam Spiele spielen und klönen. Bringt bitte Brotdosen zum Mitnehmen der Leckerei mit.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr
- Beitrag:** 3 Euro.
- 

## Osterfeier

- Datum:** 12.04.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Jugendgemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir gemeinsam mit dem Montagskreis Ostern feiern. Es gibt ein kleines Osterbuffet, welches wir zusammen genießen werden.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr
- Beitrag:** 3 Euro.





## Frühjahrsputz



- Datum:** 19.04.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir gemeinsam den Materialraum vom Freundeskreis aufräumen und schauen, welche Materialien noch benötigt werden. Nach getaner Arbeit können wir uns mit Kaffee, Tee und Keksen in netter Runde belohnen.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro
- 

## Tanz in den Mai



- Datum:** 26.04.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir gemeinsam in den Mai feiern. Bringe gerne deine Lieblingsmusik und jede Menge gute Laune mit.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro



## Abendessen



- Datum:** 03.05.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Jugendgemeindehaus Luruper Hauptstraße 155
- Aktion:** Heute wollen wir gemeinsam mit dem Montagskreis ein leckeres Abendbrot, bestehend aus Schnittchen und Salat zubereiten und in großer Runde gemeinsam genießen.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.
- 

## Suppe kochen



- Datum:** 10.05.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Jugendgemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute gehen wir wieder gemeinsam einkaufen, um dann eine leckere Suppe zuzubereiten, die wir uns im Anschluss schmecken lassen.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.



## Shakes zubereiten



- Datum:** 17.05.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir leckere Shakes zubereiten. Ob mit Kokosnuss-Konfekt oder aus Bananen. Wir lassen uns die Shakes in gemütlicher Runde schmecken.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.
- 

## Karaoke



- Datum:** 24.05.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir Karaoke singen wie in deiner Lieblingsbar. Es spielt keine Rolle, ob du singen kannst. Es geht um den gemeinsamen Spaß am Singen.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.



## Flirt Party



- Datum:** 31.05.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Bei dieser Party hast du die Chance jemand neue Kontakte zu knüpfen und Bekanntschaften zu vertiefen. Paare und glückliche Singles sind ebenfalls willkommen.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.
- 

## Picknick im Park



- Datum:** 07.06.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir in einem nahegelegenen Park ein schönes Picknick veranstalten. Am schönen See gibt es alles, was wir zuvor eingekauft haben.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.



## Smoothies zubereiten



- Datum:** 14.06.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir gemeinsam leckere Fruchtshakes mit eurem Lieblingsobst herstellen und gemeinsam genießen.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.
- 

## Kreativangebot



- Datum:** 21.06.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute könnt ihr entscheiden welche Kreativtechnik ihr heute anwenden möchtet. Zur Auswahl stehen unter anderem Serviettentechnik, Mandala anmalen, Window-Color, freies Malen oder Zeichnen.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.



## Eiskaffee



- Datum:** 28.06.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Für einen leckeren Eiscafé brauchst du heute kein Café zu besuchen. In einfachen Schritten lässt sich ein Eiskaffee selbst zubereiten. Vielleicht nimmst du das Rezept für zu Hause mit.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.
- 

## Spiele im Freien



- Datum:** 05.07.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir den Sommer ausnutzen und Zeit im Garten hinter dem Gemeindehaus verbringen. Es gibt verschiedene Spiele, die für draußen geeignet sind.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen um 20 Uhr
- Beitrag:** 3 Euro.



## Schoko Fondue



- Datum:** 12.07.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Mit unseren Lieblingsfrüchten und unserer Lieblingsschokolade wollen wir heute ein leckeres Schokofondue zaubern. Freut euch auf die süße Versuchung.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.
- 

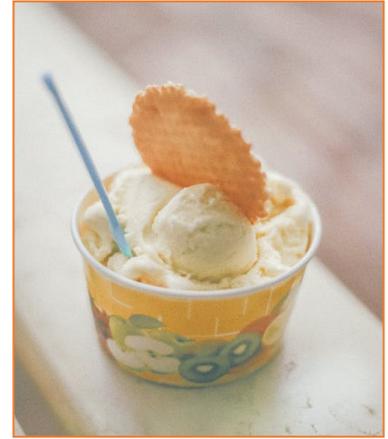
## Krocket



- Datum:** 19.07.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wird das (hoffentlich) gute Wetter für ein besonderes Ballspiel genutzt. Beim Krocket wird mit Hilfe eines Schlägers ein Ball durch Hürden geschlagen.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro.



## Eis Essen



**Datum:** 26.07.2023

**Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.

**Treffpunkt:** Im Garten hinter dem Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.

**Aktion:** Im Garten ist dieses Mal der Treffpunkt für Geselligkeit bei leckerem Eis.

**Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.

**Beitrag:** 3 Euro.

---

## Sommerpause

Der Montags- und Mittwochskreis geht in eine dreiwöchige Sommerpause.

Vom 31.7-20.8.23 haben wir geschlossen.

Wir wünschen euch eine schöne Zeit und freuen uns euch nach der Pause wieder begrüßen zu dürfen.



## Vorbereitung auf das Sommerfest



- Datum:** 23.08.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Jugendgemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Zusammen wollen wir das Sommerfest vorbereiten. Wir wollen eine Dekoration basteln und für die Musik sorgen.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro
- 

## Sommerfest



- Datum:** 30.08.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Jugendgemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir gemeinsam mit allen Mitgliedern, Freunden und Mitarbeitern des Freundeskreises ein rauschendes Sommerfest veranstalten. Zusammen wollen wir lachen, spielen, tanzen, Leckereien vom Grill genießen und alte und neue Freunde treffen.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro



## Wellnessnachmittag



- Datum:** 06.09.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute ist es Zeit für Wellness und Erholung. Mit Massagen, Gesichtsmasken und Phantasiereisen kannst du abzuschalten und dich ganz auf den Moment konzentrieren.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro
- 

## Fotos anschauen



- Datum:** 13.09.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Auf der großen Leinwand werden heute Fotos von den Reisen, Ausflügen und Kreisen gezeigt. Freut euch darauf gute Erinnerungen hervorzuholen.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro



## Kalender basteln



- Datum:** 20.09.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Für das neue Jahr werden wir heute schöne Kalender basteln, die ihr wie immer mit nach Hause nehmen könnt. Wir haben Postkarten und Motive vor Ort. Wenn ihr Fotos verwenden möchtet, müssen diese selbst mitgebracht werden.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro

---

## Musik



- Datum:** 27.09.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute geht es um die Musik. Wir versuchen Lieder zu erraten. Bringt dafür gerne eure Lieblingsmusik mit. Der Gewinner bekommt auch einen kleinen Preis.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro



## Oktoberfest



- Datum:** 04.10.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir gemeinsam das Oktoberfest feiern. Es gibt alkoholfreies Bier, Brezeln und Würstchen. Wenn ihr habt, kommt gerne in Lederhose oder Dirndl.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro
- 

## Serviettentechnik



- Datum:** 11.10.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir gemeinsam kreativ sein und Motive von Servietten auf unterschiedliche Gegenstände übertragen. Bringt bitte mit was ihr verschönern möchtet (z.B. Blumentopf, Holzschachtel, Vasen, Gläser)
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro



## Bratapfel Essen



- Datum:** 18.10.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Auch dieses Jahr wollen wir wieder leckere Bratäpfel zaubern. Die Äpfel werden mit Zutaten wie Marzipan, Schokolade und Nüssen bestückt und im Ofen gebacken.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro
- 

## Lichterdeko



- Datum:** 25.10.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Für eine gemütliche Stimmung wollen wir heute gemeinsam verschiedene beleuchtete Deko-Objekte herstellen. Bringt dafür bitte leere Glasbehälter mit.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro



## Halloween



- Datum:** 01.11.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Jugendgemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir gemeinsam mit dem Montagskreis ein rauschendes, gruseliges Halloween-Fest feiern. Kommt gerne in euren Kostümen. Es findet eine Abstimmung statt, wer die gruseligste Verkleidung hat.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro
- 

## Spiele



- Datum:** 08.11.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wird in gemütlicher Runde gelacht, gespielt und Kekse gegessen.  
Wir freuen uns auf euch!
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro



## Lasagne Bolognese



- Datum:** 15.11.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir gemeinsam eine leckere Lasagne Bolognese zubereiten. Es wird auch eine vegetarische Version geben. Bringt neben guter Laune auch Hunger mit.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro
- 

## Lebkuchen



- Datum:** 22.11.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Passend zur Weihnachtszeit wollen wir heute Lebkuchen backen. Diese können direkt verzehrt werden oder ihr kommt zum Mittwochskreis und gestaltet daraus ein dekoratives Lebkuchenhaus.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro



## Herbstspaziergang



- Datum:** 29.11.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute findet ein schöner Spaziergang statt. Im Anschluss werden wir und uns bei Kakao und Spielen wieder aufwärmen.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro

---

## DVD



- Datum:** 06.12.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Gemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wollen wir wieder im Gemeindehaus einen spannenden Kinonachmittag erleben. Bei Popcorn und Knabberkram fiebern wir mit unseren Filmhelden mit.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro



## Programmhefte



- Datum:** 13.12.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Jugendgemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Heute wird es spannend, denn ihr bekommt die Möglichkeit in die Programmhefte zu blicken. Wir werden diese aus den Vordrucken gemeinsam herstellen. Es bleibt auch genügend Zeit zum Spielen.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro
- 

## Gemeinsame Weihnachtsfeier



- Datum:** 20.12.2023
- Beginn:** Wir treffen uns heute um 17 Uhr.
- Treffpunkt:** Im Jugendgemeindehaus Luruper Hauptstraße 155.
- Aktion:** Die heutige Weihnachtsfeier findet mit Besuchern vom Montagskreis statt. Wir wollen bei leckerem Gebäck, Punch und Weihnachtsliedern einen weihnachtlichen Nachmittag verbringen.  
Bringt bitte ein kleines Geschenk zum Wichteln mit.
- Ende:** Wir beenden unser heutiges Treffen gegen 20 Uhr.
- Beitrag:** 3 Euro

Das Team vom Freundeskreis wünscht euch eine schöne Weihnachtszeit und einen guten Rutsch ins neue Jahr.  
Wir sehen uns am 08.01.2024 oder 10.01.24 wieder!



## Unser Betreuungsangebot:

### **Qualifizierte persönliche Assistenz (QPA)**

Der Freundeskreis bietet für volljährige Menschen mit Behinderung und für Menschen, die von einer Behinderung bedroht sind, pädagogische Betreuung im eigenen Wohnraum an. Mit unserer professionellen und auf ihren individuellen Bedarf ausgerichteten Förderung, möchten wir Sie dabei unterstützen, selbstständig in der eigenen Wohnung zu leben oder in eine eigene Wohnung ziehen zu können. Ziel der QPA ist für uns die Anleitung zur Selbsthilfe und Selbstständigkeit.

### **Einfache Assistenz (EA)**

Im Rahmen der einfachen Assistenz bietet der Freundeskreis in Hamburg für volljährige Menschen mit Behinderung praktische Hilfe an, um selbstständig in der eigenen Wohnung zu leben und den Alltag bewältigen zu können.

### **Hilfen für Familien mit behindertem Kind (HFbK)**

Der Freundeskreis bietet in Hamburg im Rahmen der Familienentlastenden Angebote (HFbK) Kindern, Jugendlichen und im Besonderen auch der Familie professionelle, auf ihren individuellen Bedarf ausgerichtete Hilfe und Unterstützung an.

Unsere Förderung soll sicherstellen, dass die Kinder und Jugendlichen sich individuell, entsprechend ihrer Fähigkeiten optimal entwickeln, ihren Alltag bewältigen und am Leben in der Familie und der Gesellschaft teilnehmen können. Dabei soll im Besonderen auch die Familie in der Betreuung unterstützt werden.

### **Unsere Betreuungsangebote nach § 45 a/b SGB XI**

Der Freundeskreis ist als Einrichtung für qualitätsgesicherte **Betreuungs- und Entlastungsangebote nach § 45 a/b SGB XI** anerkannt.

Zusätzliche Betreuungs- und Entlastungsleistungen können Menschen mit einem Pflegegrad von 1-5 in Anspruch nehmen.



Anmeldebogen für Ausflüge

E-Mail: [reisen@freundeskreis-mibb.de](mailto:reisen@freundeskreis-mibb.de)

Fax: 040 46632583

**Freundeskreis – Mibb  
Luruper Hauptstr. 163  
22547 Hamburg**

**BITTE VOLLSTÄNDIG AUSFÜLLEN!!!**

Name: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Straße/Hausnummer: \_\_\_\_\_

Postleitzahl und Stadt: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_

Information zur eigenen Person

Schwerbehindertenausweis: Ja  Nein

Ausweisnummer: \_\_\_\_\_

Ist ein B vorhanden Ja  Nein

Wertmarke Ja  Nein

Ist ein H vorhanden Ja  Nein

Rollstuhl / Gehhilfe Ja  Nein

Diabetes Ja  Nein

Bekannte Allergien / Unverträglichkeiten:  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Ist ein Pflegegrad vorhanden: Ja  Nein

Welcher Pflegegrad? \_\_\_\_\_

Aktuelle Wohnsituation:  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Sonstiges: \_\_\_\_\_

- |                       |                              |            |
|-----------------------|------------------------------|------------|
| <input type="radio"/> | Holstentherme                | 14.01.2023 |
| <input type="radio"/> | Spielzeugmuseum Soltau       | 11.02.2023 |
| <input type="radio"/> | Multimar Wattforum           | 11.03.2023 |
| <input type="radio"/> | Museumsdorf Kiekeberg        | 08.04.2023 |
| <input type="radio"/> | Zoo Neumünster               | 20.05.2023 |
| <input type="radio"/> | Strandtag Travemünde         | 10.06.2023 |
| <input type="radio"/> | Karl-May-Festspiele          | 08.07.2023 |
| <input type="radio"/> | Kutschfahrt Lüneburger Heide | 12.08.2023 |
| <input type="radio"/> | Friedrichstadt               | 09.09.2023 |
| <input type="radio"/> | Holstentherme                | 14.10.2023 |
| <input type="radio"/> | Universum Bremen             | 11.11.2023 |
| <input type="radio"/> | Weihnachtsmarkt Tönning      | 16.12.2023 |

Mit meiner Unterschrift melde ich mich verbindlich für die angekreuzten Reisen an und erkenne die allgemeinen Geschäftsbedingungen und die Datenschutzerklärung des Freundeskreis - Mibb an. Beides einzusehen unter [www.freundeskreis-mibb.de](http://www.freundeskreis-mibb.de).

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift des Teilnehmers

\_\_\_\_\_  
Unterschrift gesetzliche Betreuung

\_\_\_\_\_  
Adresse gesetzliche Betreuung

Anmeldebogen für Reise

E-Mail: reisen@freundeskreis-mibb.de

Fax: 040 46632583

**Freundeskreis – Mibb  
Luruper Hauptstr. 163  
22547 Hamburg**

**BITTE VOLLSTÄNDIG AUSFÜLLEN!!!**

Name: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Straße/Hausnummer: \_\_\_\_\_

Postleitzahl und Stadt: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_

Information zur eigenen Person

Schwerbehindertenausweis: Ja  Nein

Ausweisnummer: \_\_\_\_\_

Ist ein B vorhanden Ja  Nein

Wertmarke Ja  Nein

Ist ein H vorhanden Ja  Nein

Rollstuhl / Gehhilfe Ja  Nein

Diabetes Ja  Nein

Bekannte Allergien / Unverträglichkeiten:  
\_\_\_\_\_

Ist ein Pflegegrad vorhanden: Ja  Nein

Welcher Pflegegrad? \_\_\_\_\_

Aktuelle Wohnsituation:  
\_\_\_\_\_

Sonstiges: \_\_\_\_\_

- |                       |                                     |                   |
|-----------------------|-------------------------------------|-------------------|
| <input type="radio"/> | Workshop Sexualität für Frauen      | 20.03.-24.03.2023 |
| <input type="radio"/> | Sankt Peter Ording - Frühlingsreise | 17.04.-21.04.2023 |
| <input type="radio"/> | Natur- und Reitfreizeit             | 04.05.-11.05.2023 |
| <input type="radio"/> | Städtereise Prag                    | 25.05.-31.05.2023 |
| <input type="radio"/> | Dänemark                            | 03.06.-10.06.2023 |
| <input type="radio"/> | Kalifornien (Ostsee)                | 14.06.-22.06.2023 |
| <input type="radio"/> | Föhr Erholungsreise                 | 28.06.-06.07.2023 |
| <input type="radio"/> | Sylt                                | 18.07.-26.07.2023 |
| <input type="radio"/> | Sankt Peter Ording - Sommerreise    | 18.08.-26.08.2023 |
| <input type="radio"/> | Natur- und Reitfreizeit             | 01.09.-08.09.2023 |
| <input type="radio"/> | Föhr Spätsommerreise                | 12.09.-20.09.2023 |
| <input type="radio"/> | Workshop Sexualität für Männer      | 09.10.-13.10.2023 |
| <input type="radio"/> | Natur- und Kochworkshop auf Föhr    | 16.10.-20.10.2023 |
| <input type="radio"/> | Center Parcs                        | 06.11.-10.11.2023 |

Mit meiner Unterschrift melde ich mich verbindlich für die angekreuzten Reisen an und erkenne die allgemeinen Geschäftsbedingungen und die Datenschutzerklärung des Freundeskreis - Mibb an. Beides einzusehen unter [www.freundeskreis-mibb.de](http://www.freundeskreis-mibb.de).

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift gesetzliche Betreuung

\_\_\_\_\_  
Unterschrift des Teilnehmers

\_\_\_\_\_  
Adresse gesetzliche Betreuung