

FREIZEITPROGRAMM FÜR ERWACHSENE

SEPTEMBER - DEZEMBER

2026

OFFENE HILFEN

OFFENE BEHINDERTENARBEIT (OBA)

FAMILIENENTLASTENDER DIENST (FED)

INKLUSIVE KINDER- U. JUGENDARBEIT (INKA)



**Liebe OBA-ler/Innen,
Liebe Eltern und Freunde der OBA,**



hier kommt das neue Freizeitprogramm – Heft der OBA.
Es gibt wieder ganz viele Termine für euch.
Also meldet euch gleich an, bevor euer Lieblings-Freizeitclub ausgebucht ist.

Eine Neuerung werdet ihr in diesem Programmheft finden: Bei jedem Freizeitclub steht die Betreuungszeit dabei. D.h. wie viele Stunden wir für die Betreuung mit der Pflegekasse abrechnen.

Im Oktober geht ´s wieder nach Spiegelau zum “Rock im Herbst” der Lebenshilfe Grafenau. Dort hat es uns im letzten Jahr supergut gefallen.

Im Dezember finden auch wieder unsere Weihnachtsfeiern in den einzelnen Clubs statt.

Außerdem findet im Herbst noch unsere OBA Beiratswahl als Briefwahl statt.
Alle Informationen dazu bekommt ihr noch von uns.

Unsere Programme findet ihr auch auf der Homepage der Lebenshilfe Regen :
www.lebenshilfe-regen.de. Schaut doch mal rein!

Ihr könnt euch auch gerne per e-Mail anmelden, unter fed@lebenshilfe-regen.de
Außerdem gibt es jetzt immer aktuelle Neuigkeiten der Lebenshilfe Regen auf Instagram und Facebook!

Wir freuen uns schon auf zahlreiche Anmeldungen von Euch und viele gemeinsame Stunden mit Euch!



Bis bald

Euer **OBA-TEAM**

Öffnungszeiten Büro der Offenen Hilfen:

Mo, Di, Mi, Do, Fr 8.30 Uhr – 12.00 Uhr

Mi 14.30 Uhr – 17.00 Uhr

Telefon-Nr.: 0 99 21 / 970 600 0

e-Mail: fed@lebenshilfe-regen.de

Handynr.: 0151/22785870

Alle aktuellen Programme findet ihr auch unter
www.lebenshilfe-regen.de

gefördert durch:



BEZIRK
NIEDERBAYERN



Was muss ich tun???

1. Anmeldung:

Schnell die Anmeldung ausfüllen und beim Sozialdienst der WfbM oder direkt bei uns im Büro der Offenen Hilfen, Abt-Gubitz-Str. 4, 94209 Regen abgeben. Oder anrufen unter 09921/ 970 600 0.

Ihr könnt euch auch per e-Mail anmelden: fed@lebenshilfe-regen.de
Ihr bekommt immer ca. 1 Woche vor der Veranstaltung eine Anmeldebestätigung, das heißt, dass ihr sicher teilnehmen könnt.

2. Gruppe:

Bei manchen Freizeit-Clubs kann nur eine bestimmte Anzahl von Personen mitmachen.

3. Treffpunkt

Ihr werdet meist nach der Arbeit von den Werkstätten abgeholt.
Weitere Treffpunkte schreiben wir auf die Anmeldebestätigung.

► Ihr werdet **immer** von uns nach Hause gebracht!

4. Hygienemaßnahmen einhalten

Es ist wichtig sich die Hände zu waschen oder zu desinfizieren.

Wir helfen euch dabei!

WICHTIG: Es darf keiner krank zu unseren Treffs kommen!

5. Abmelden

Wenn du nicht kommen kannst, dann bitte im Büro Bescheid geben. Der Anrufbeantworter ist immer im Dienst.

Du kannst uns auch eine Nachricht auf´s Handy schicken.

6. Abrechnung

Bei allen Veranstaltungen findet ihr nun die ungefähren Betreuungsstunden angegeben.

Diese Stunden werden wir mit der Pflegekasse abrechnen.

Ihr könnt so besser planen, wie viele Stunden ihr verbraucht.

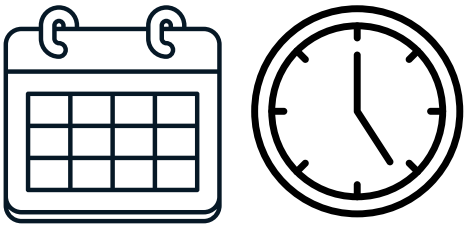
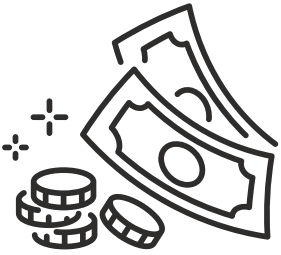
Die Sicherheit Ihrer Daten hat für die Lebenshilfe Regen e.V. oberste Priorität. Selbstverständlich werden ihre personenbezogenen Daten unter Einhaltung der gesetzlichen Anforderungen verarbeitet. Ausführliche Hinweise zum Datenschutz finden Sie unter:

<https://www.lebenshilfe-regen.de/kontakt/datenschutzerklaerung.html>

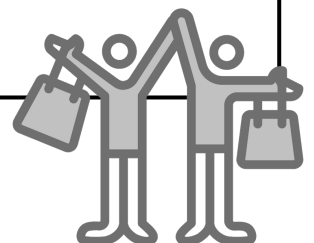
Freizeitclub “Strawanzer”



Alle Einkaufs- und Städtebummler, Sehenswürdigkeitsjäger und Abenteurer treffen sich immer an einem Donnerstag um dann gemeinsam die Gegend unsicher zu machen.

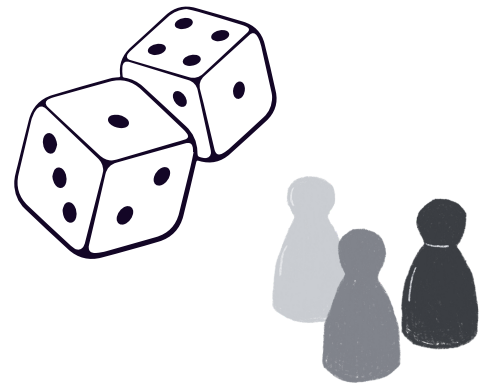
	Donnerstag von 16.15 Uhr – ca. 20.00 Uhr ca. 5 Betreuungsstunden
	• 16.15 Uhr WfbM Regen • 16.15 Uhr WfbM Teisnach
	• 5 € Fahrgeld • 5 € Betreuungskosten (für Nichtpflegebedürftige) • ca. 35 € Taschengeld für Essen und Getränke
	• geeignet für Rollstuhlfahrer

Teilnehmerbeschränkung:
15 Teilnehmer

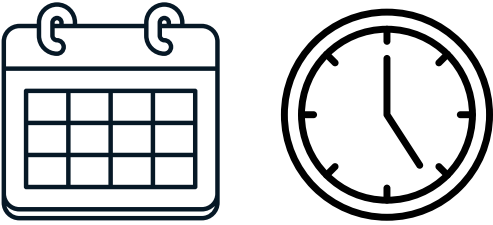


Freizeitclub “Spiele”

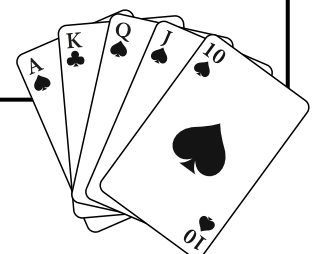
... mit Conny



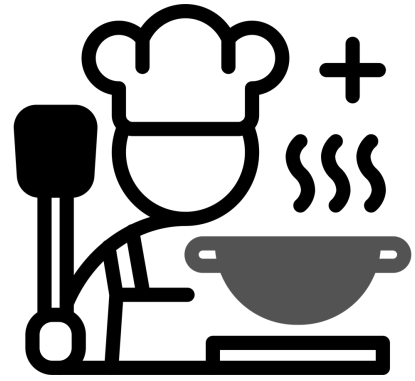
Alle Brettspiele-, Kartenspiele-, Puzzle und Co - Fans treffen sich immer an einem
Mittwoch in der Abt-Gubitz-Str. 4

	Mittwoch von 16.15 Uhr – ca. 20.00 Uhr ca. 5 Betreuungsstunden
	• 16.15 Uhr WfbM Regen • 16.15 Uhr WfbM Teisnach • 16.30 Uhr OH-Haus, Abt-Gubitz-Str. 4
	• 5 € Fahrgeld • 5 € Betreuungskosten (für Nichtpflegebedürftige) • 10 € Verpflegungskosten
	• geeignet für Rollstuhlfahrer

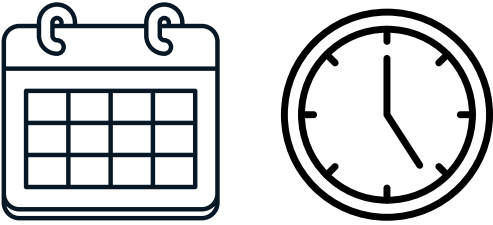
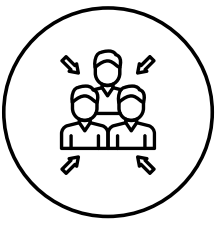
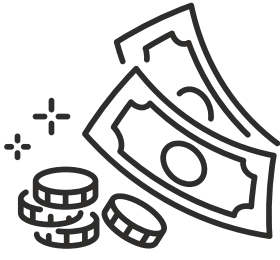
**Teilnehmerbeschränkung:
15 Teilnehmer**



Freizeitclub “Kochen”



Alle Hobbyköche und Feinschmecker treffen sich immer an einem **DIENSTAG** zum gemeinsamen Kochen und Essen im OH-Haus

	Dienstag von 16.15 Uhr – ca. 20.00 Uhr ca. 5 Betreuungsstunden
	• 16.15 Uhr WfbM Regen • 16.15 Uhr WfbM Teisnach • 16.30 Uhr OH -Haus, Abt-Gubitz-Str. 4
	• 5 € Fahrgeld • 5 € Betreuungskosten (für Nichtpflegebedürftige) • 8 € Verpflegungskosten
	• geeignet für Rollstuhlfahrer

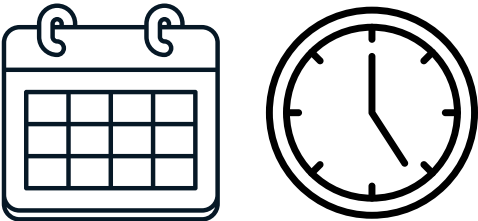
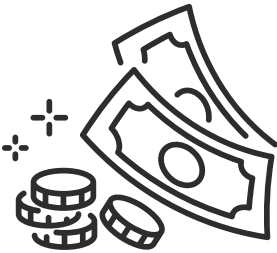
Teilnehmerbeschränkung:
12 Teilnehmer



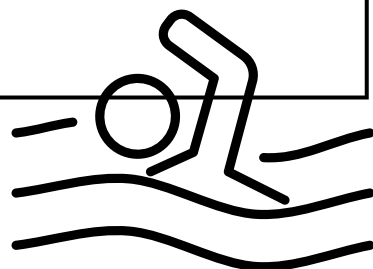
Freizeitclub “Sport & Fitness”



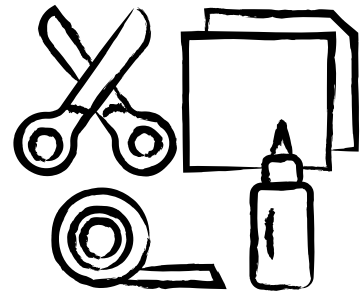
Walken, Basketball, Zirkeltraining, Schwimmen und vieles mehr....
Alle, die fit werden und fit bleiben wollen, treffen sich immer an einem
MITTWOCH.

	Mittwoch von 16.15 Uhr – ca. 20.00 Uhr ca. 5 Betreuungsstunden
	• 16.15 Uhr WfbM Regen • 16.15 Uhr WfbM Teisnach
	• 5 € Fahrgeld • 5 € Betreuungskosten (für Nichtpflegebedürftige) • 5 € Verpflegungskosten
	• nicht geeignet für Rollstuhlfahrer

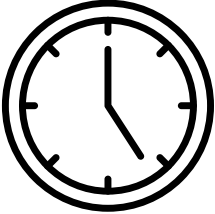
Teilnehmerbeschränkung:
15 Teilnehmer



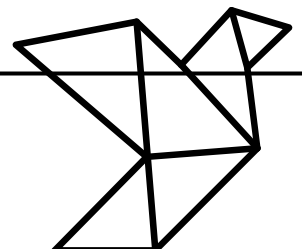
Freizeitclub “Kreativ”



Alle die sich gerne kreativ und handwerklich betätigen wollen, treffen sich immer an einem **MITTWOCH** bei uns im OH-Haus.

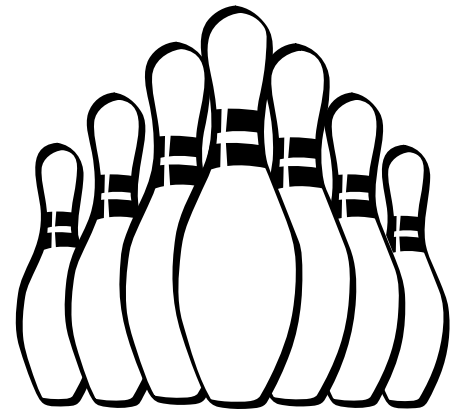
 	Mittwoch von 16.15 Uhr – ca. 20.00 Uhr ca. 5 Betreuungsstunden
	• 16.15 Uhr WfbM Regen • 16.15 Uhr WfbM Teisnach • 16.30 Uhr OH-Haus Abt-Gubitz-Str. 4
	• 5 € Fahrgeld • 5 € Betreuungskosten (für Nichtpflegebedürftige) • 8 € Verpflegungskosten • 5 € Materialkosten
	• geeignet für Rollstuhlfahrer

Teilnehmerbeschränkung:
12 Teilnehmer

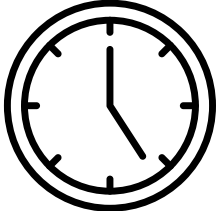
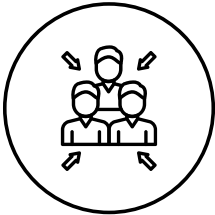
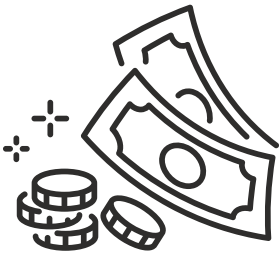


Freizeitclub “Crazy Bowler”

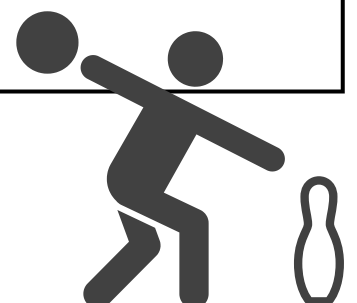
... mit Gerhard



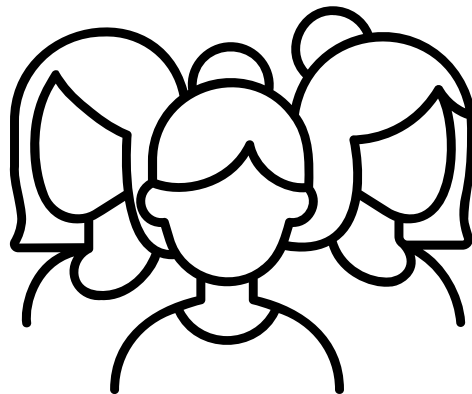
Die fleißigen Kegler der Mannschaft “Crazy Bowler” trainieren immer an einem
DONNERSTAG im Gasthaus Gierl in Kammersdorf

 	Donnerstag von 16.15 Uhr – ca. 20.00 Uhr ca. 5 Betreuungsstunden
	• 16.15 Uhr WfbM Regen • 16.15 Uhr WfbM Teisnach
	• 5 € Fahrgeld • 5 € Betreuungskosten (für Nichtpflegebedürftige) • 25 € Verpflegungskosten • 3 € Kegelbahngebühr
	• geeignet für Rollstuhlfahrer

Teilnehmerbeschränkung:
15 Teilnehmer

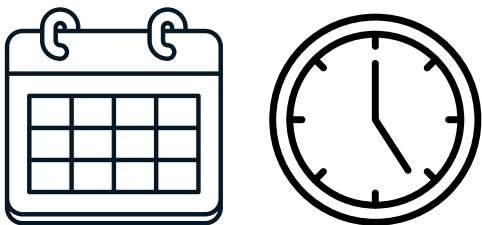
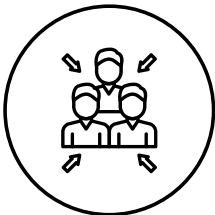
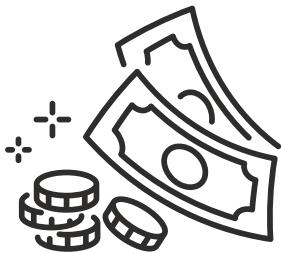


Freizeitclub “Frauengruppe”

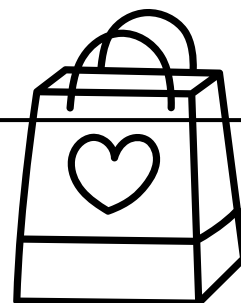


Wer sich gerne mit anderen trifft, um gemeinsam zu ratschen, Probleme zu diskutieren, etwas zu unternehmen und vieles mehr, der ist hier richtig. Was wir unternehmen, besprechen wir gemeinsam. Wir treffen uns immer an einem

DIENSTAG.

	Dienstag von 16.15 Uhr – ca. 20.00 Uhr ca. 5 Betreuungsstunden
	• 16.15 Uhr WfbM Regen • 16.15 Uhr WfbM Teisnach
	• 5 € Fahrgeld • 5 € Betreuungskosten (für Nichtpflegebedürftige) • 30 € Verpflegungskosten
	• geeignet für Rollstuhlfahrer

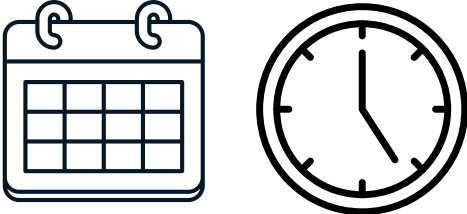
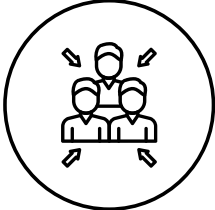
**Teilnehmerbeschränkung:
15 Teilnehmer**



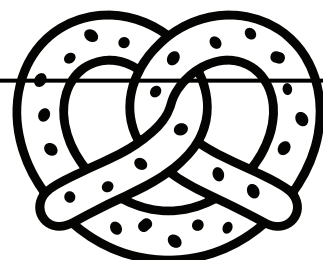
Freizeitclub “Männer- stammtisch”



Alle “gstandenen Mannsbilder” treffen sich immer an einem **DONNERSTAG** zum gemütlichen Beisammensein in verschiedenen Wirtshäusern.

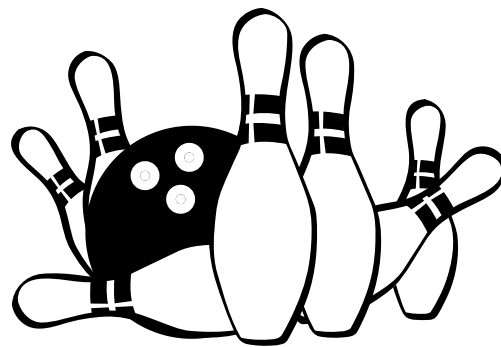
	Donnerstag von 16.15 Uhr – ca. 20.00 Uhr ca. 5 Betreuungsstunden
	• 16.15 Uhr WfbM Regen • 16.15 Uhr WfbM Teisnach
	• 5 € Fahrgeld • 5 € Betreuungskosten (für Nichtpflegebedürftige) • 35 € Verpflegungskosten
	• geeignet für Rollstuhlfahrer

Teilnehmerbeschränkung:
15 Teilnehmer

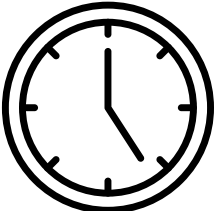


Freizeitclub “Alle Neune”

... mit Martina



Die fleißigen Kegler der Mannschaft “Alle Neune” trainieren immer an einem
DIENSTAG im Gasthaus Gierl in Kammersdorf

 	Dienstag von 16.15 Uhr – ca. 20.00 Uhr ca. 5 Betreuungsstunden
	• 16.15 Uhr WfbM Regen • 16.15 Uhr WfbM Teisnach
	• 5 € Fahrgeld • 5 € Betreuungskosten (für Nichtpflegebedürftige) • 25 € Verpflegungskosten • 3 € Kegelbahngebühr
	• geeignet für Rollstuhlfahrer

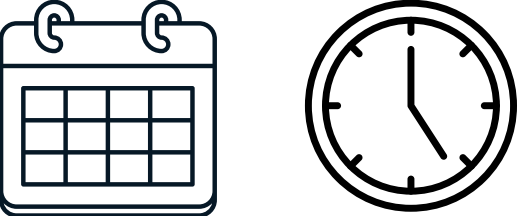
Teilnehmerbeschränkung:
15 Teilnehmer



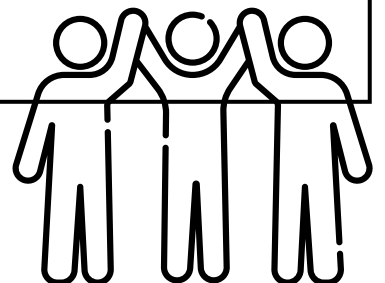
Freizeitclub “Rennbesen”



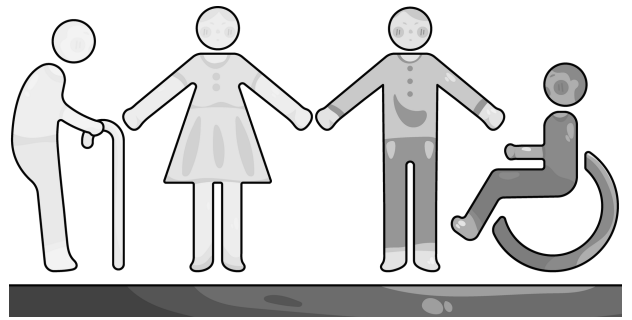
Die “Rennbesen” entscheiden gemeinsam mit der Teamleitung, was unternommen wird. Wünsche und Vorschläge sind willkommen. Unterwegs sind die “Rennbesen” immer am **SAMSTAG**. Man kann wählen, ob man lieber tagsüber unterwegs ist, oder lieber abends weggeht.

	Samstag Tag: ca. 10.00 - 15.00 Uhr Abend: ca. 17.00 - 22.00 Uhr ca. 5 - 6 Betreuungsstunden
	• Zwiesel, Bahnhof • Regen, OH- Haus Abt-Gubitz-Str. 4 • Patersdorf, Pendlerparkplatz • Viechtach, Wendeplatte
	• 5 € Fahrgeld • 5 € Betreuungskosten (für Nichtpflegebedürftige) • 35 € Verpflegungskosten
	• geeignet für Rollstuhlfahrer

Teilnehmerbeschränkung:
15 Teilnehmer



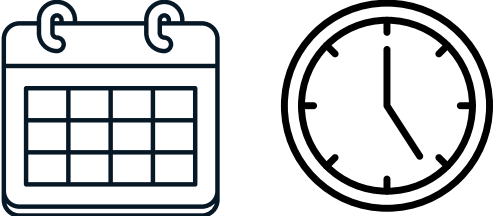
OBA Viechtach



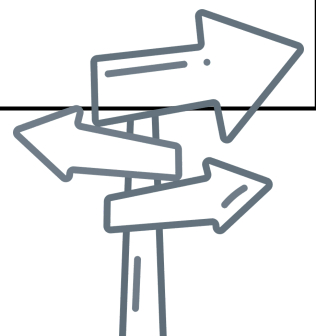
Für alle aus **Viechtach** und Umgebung, die gerne mit Anderen zusammen etwas unternehmen.

Was ihr unternehmen wollt, bestimmt ihr gemeinsam als Gruppe.

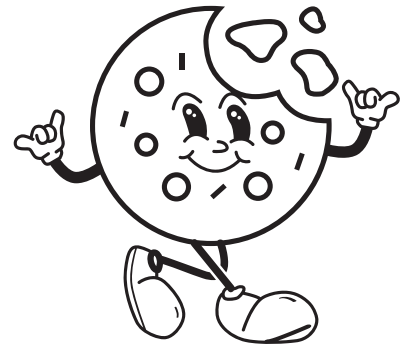
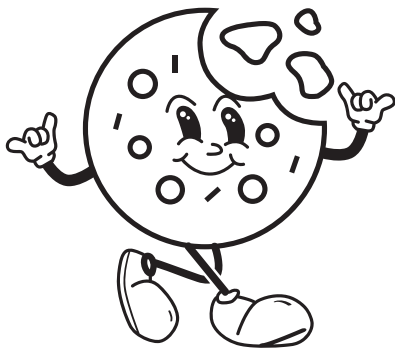
Wir starten immer an einem **FREITAG** von Viechtach aus.

	Freitag von ca. 16.00 - 20.00 Uhr ca. 4-5 Betreuungsstunden
	• Förderstätte Viechtach • Pendlerparkplatz Patersdorf
	• 5 € Fahrgeld • 5 € Betreuungskosten (für Nichtpflegebedürftige) • ca. 35 € Verpflegungskosten
	• geeignet für Rollstuhlfahrer

Teilnehmerbeschränkung:
15 Teilnehmer



“Scherzkekse”

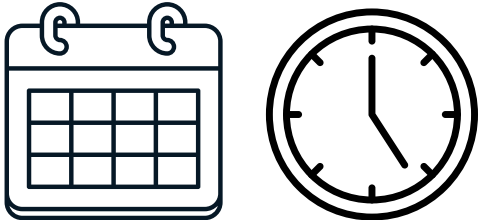
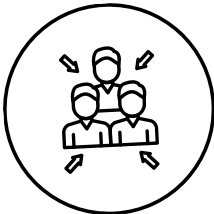
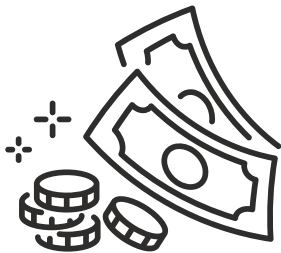


Für alle **Jugendlichen** und für alle **Junggebliebenen**...

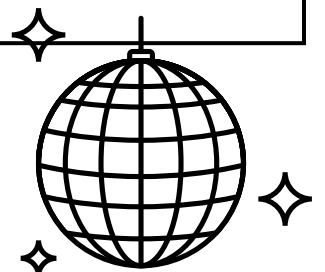
Du willst Freunde treffen, Billard spielen oder kickern?

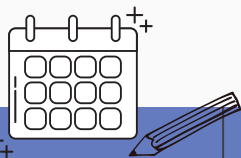
Auch Ausflüge, Kino oder Disco sind beliebt. Kommt doch einfach in den Erlebnispark Geiersthal.

Wir treffen uns dort immer an einem **Freitag**.

	Freitag, von ca. 16.00 - 20.00 Uhr ca. 4-5 Betreuungsstunden
	• 16.00 Uhr Geiersthal, Erlebnispark
	• 5 € Fahrgeld • 5 € Betreuungskosten (für Nichtpflegebedürftige) • ca. 35 € Verpflegungskosten
	• geeignet für Rollstuhlfahrer

Teilnehmerbeschränkung:
15 Teilnehmer





Meine Termine:

	September	Oktober	November	Dezember
Rennbesen	☐ 12.09.26 ABEND	☐ 17.10.26 TAG	☐ 07.11.26 ABEND	☐ 05.12.26 TAG + ABEND
“Crazy ‘Bowler”	☐ 10.09.26	☐ 15.10.26	☐ 12.11.26	☐ 10.12.26
“Alle Neune”	☐ 29.09.26	☐ 27.10.26	☐ 26.11.26 Donnerstag	☐ 15.12.26
Spiele-Club	☐ 09.09.26	☐ 07.10.26	☐ 04.11.26	☐ 02.12.26
“Strawanzer”	☐ 17.09.26	☐ 08.10.26	☐ 05.11.26	☐ 03.12.26
Koch-Club	☐ 08.09.26	☐ 06.10.26	☐ 10.11.26	☐ 01.12.26
Kreativ-Club	☐ 30.09.26	☐ 28.10.26	☐ 25.11.26	☐ 16.12.26
Sport&Fitness Club	☐ 23.09.26	☐ 14.10.26	☐ 11.11.26	☐ 09.12.26
Frauengruppe	☐ 08.09.26	☐ 20.10.26	☐ 17.11.26	☐ 08.12.26
Männer- Stammtisch	☐ 24.09.26	☐ 22.10.26	☐ 19.11.26	☐ 17.12.26
OBA Viechtach	☐ 25.09.26	☐ 23.10.26	☐ 27.11.26	
“Scherzkekse”	☐ 18.09.26	☐ 09.10.26	☐ 13.11.26	☐ 04.12.26
“Rock im Herbst” OBA Grafenau		☐ 10.10.26 17 - 22 Uhr		

Bitte die Anmeldung so bald wie möglich beim Sozialdienst der Werkstätten
abgeben
oder



im **Büro der Offenen Hilfen**

Abt-Gubitz-Str. 4
94209 Regensburg

Email: fed@lebenshilfe-regen.de