

Familienentlastender Dienst

Freizeitprogramm 2024

Einbeck - Northeim - Uslar



Impressum

Herausgeber: DRK Soziale Dienste im
Landkreis Northeim gGmbH
Tiedexer Tor 6c
37574 Einbeck
Tel: 05561 31940 – 20
Fax: 05561 31940 – 29
fed-ein@drk-goe-nom.de
www.drk-goe-nom.de

V.i.S.d.P.: Petra Reußner, Geschäftsführerin

Druck: WIRmachenDRUCK GmbH

Sollten Sie keine weitere Werbung/Broschüre von uns wünschen, senden Sie uns bitte an die im Impressum genannte Post- oder E-Mailadresse eine Nachricht, dass Sie der weiteren Verwendung Ihrer Daten zu Werbezwecken widersprechen oder Ihre Einwilligung widerrufen.

Auch wenn wir alle Angaben nach bestem Wissen und Gewissen gemacht haben, können wir nicht gewährleisten, dass alle Inhalte korrekt sind. Ebenso ist es möglich, dass Termine aufgrund unvorhersehbarer Vorkommnisse ausfallen oder verschoben werden müssen.

Impressum	2	Allgemein
Inhaltsverzeichnis	3	
Begrüßung	4	
Eigenanteil Ferienfreizeiten	6	
Informationen zur Finanzierung der FED Angebote	7	
Weitere Anlaufstellen / Kooperationspartner	8	
Treffpunkt Teilhabe (unser neues Angebot für Eltern und Angehörige)	10	
Eure Betreuer	12	
Wochenendgruppe am Freitag	16	Einbeck
Wochenendgruppe am Samstag	17	
Freizeitgruppe für Erwachsene	18	
Schwimmtreff	19	
Fit durchs Jahr - Bewusste Ernährung	20	
Fit durchs Jahr - Nordic Walking und mehr	21	
Ü16-Stammtisch	22	Northheim
Sportgruppe	23	
Die Kochprofis	24	
Walderlebnistage	25	
Rolling Angels	26	
Freizeitgruppe Uslar	27	Uslar
Wir machen Urlaub	28	Freizeiten
Osterfreizeit - Erlebnistage Harz in Hohegeiß	29	
Sommerfreizeit I - Ferienhaus Wieda in Wieda	30	
Sommerfreizeit II - Ferienhaus Wieda in Wieda	31	
Wochenendfreizeit - Kreatives Gestalten im Haus des Jugendrotkreuzes	32	
Herbstfreizeit - Ferienhaus Altenau in Altenau	33	
Meet & Greet bei den Alpakas	34	Tagesaktionen
Theater der Nacht	35	
Einbecker Bierstadtlauf	36	
Münchhausen Museum	37	
Northeimer Stadtlauf	38	

Liebe Teilnehmer*innen unserer Freizeitaktivitäten,

gerade haltet Ihr unser neues Freizeitprogramm für 2024 in der Hand.

Wir freuen uns sehr, dass wir im letzten Jahr gemeinsam mit Euch so viele Aktivitäten unternehmen konnten und diese in 2024 nicht weniger werden.

Es finden wieder viele Gruppenangebote in Einbeck, Northeim und Uslar statt sowie Tagesausflüge, die in Einbeck starten. Zusätzlich findet ihr in Northeim unser neues Angebot „Walderlebnistage“.

Auch unsere beliebten Ferienfreizeiten findet Ihr wieder in dieser Broschüre. Wir haben für Euch bekannte Ziele und Unterkünfte gebucht. Auch neue Unterkünfte, die zum Erkunden und Urlaub machen einladen, sind dabei.

Wir freuen uns auf Eure Anmeldungen und die gemeinsame Zeit mit Euch.

Viele Grüße
Euer Team vom FED



Liebe Eltern und Angehörige,

wir hoffen, dass Sie und Ihre Angehörigen mit unserem Programmheft für 2024 wieder viel Freude haben und passende Angebote finden. Innerhalb des Heftes finden Sie zu den einzelnen Angeboten Hinweise auf die Teilnehmerzahl, die Kosten und den Veranstaltungsort. Weiterhin haben wir Ihnen Vordrucke zum Anmelden beigelegt, mit der Bitte, diese zu verwenden und an uns zurückzusenden. Die Anmeldungen werden der Reihe nach zugeordnet und Sie erhalten eine Bestätigung von uns, erst dann ist die Anmeldung von unserer Seite aus zugesichert. Eine Anmeldefrist ist dem jeweiligen Angebot zu entnehmen.

Wir behalten uns vor, Angebote auch abzusagen, wenn es dafür einen wichtigen Grund (z.B. zu geringe Anmeldungen) gibt.

Für alle Angebote ist unbedingt eine Anmeldung erforderlich.

Bitte haben Sie Verständnis, dass wir ggf. Anmeldungen bei Ferienfreizeiten auch abweisen müssen, wenn Ihr Angehöriger bereits an mehreren Freizeiten teilgenommen hat / angemeldet ist. Wir wollen die Plätze weitgehend gerecht vergeben. Eine Bestätigung für die Teilnahme erhalten Sie sobald es die Planung / Vorbereitungsphase zulässt. Formalitäten entnehmen Sie bitte den Extra-Hinweisen.

Die Gruppengröße für Ferienfreizeiten begrenzen wir auf max. 12 Teilnehmende, damit eine gute Betreuung für Ihr Kind gewährleistet ist und auf individuelle Bedürfnisse noch intensiver eingegangen werden kann. Das Urlaubserlebnis für Ihren Angehörigen steht bei uns im Vordergrund.

Die jeweiligen Eigenanteile für die Ferienfreizeiten decken Unterkunft, Verpflegung und ggf. weitere Kosten, die wir nicht mit einem Kostenträger abrechnen können. Eine gesonderte Rechnung über den Eigenanteil erhalten Sie von uns immer nach den Ferienfreizeiten.

Eine Bitte haben wir noch zum Schluss:

Zur Vereinfachung der Kommunikation und um Kosten und Zeit zu sparen, freuen wir uns, wenn Sie uns eine **E-Mail-Adresse** nennen. Hierüber können dann ggf. auch die Bestätigungen schneller erfolgen. Auch können wir Ihnen so leichter zusätzliche Informationen z.B. zu weiteren Freizeitangeboten zukommen lassen und auch von den jeweiligen Gruppenangeboten, zu denen Sie Ihren Angehörigen anmelden.

Sollten noch Fragen offen sein, stehen wir Ihnen natürlich gerne zur Verfügung! Wir freuen uns auf Ihre Angehörigen, die kommenden Angebote und eine gute Zusammenarbeit mit allen.

Viele Grüße,

Anke Fürsten (Leitung Familienentlastender Dienst)

Eigenanteil Ferienfreizeiten

Allgemein

Sehr geehrte Eltern und Sorgeberechtigten,
der Eigenanteil für die Ferienfreizeiten beim FED dient ausschließlich der Finanzierung von Unterkunft, Verpflegung, Benzinkosten und sonstigen Kosten, die wir nicht aus den Leistungen der Kostenträger finanzieren können. Nach Rücksprache mit den Pflegekassen ist es möglich, den Eigenbetrag aus den monatlich zur Verfügung stehenden Betreuungs- und Entlastungsleistungen geltend zu machen und erstattet zu bekommen.

Einbeck

Auszug aus einem Schreiben der AOK:

Wir erstatten Ihnen monatlich 125,- Euro für zusätzlich ergänzende Betreuungs- und Entlastungsleistungen. Diesen Betrag können Sie nutzen, um Kosten für Unterkunft und Verpflegung, die Investitionskosten sowie Fahr- und Transportkosten in der Kurzzeitpflege zu finanzieren.

Northeim

Sie erhalten von uns eine Privatrechnung über den Eigenanteil für Unterkunft und Verpflegung am jeweiligen Informationsabend und haben die Möglichkeit, die Rechnung mit dem Nachweis, dass diese bereits von Ihnen an den FED bezahlt wurde (Überweisungsvordruck/Kontoauszug) bei der Pflegekasse einzureichen und erstattet zu bekommen, sofern ausreichend Budget vorhanden ist. Bitte denken Sie daran, dass Ihnen dadurch ggf. weniger Stunden für Ihre reguläre Betreuung der Kinder aus diesem Budget zur Verfügung stehen, wenn Sie den Eigenanteil bei den Pflegekassen geltend machen.

Uslar

Freizeiten

Tagesaktionen

Informationen zur Finanzierung der FED Angebote

Möglichkeiten der Finanzierung				
Leistung	Verhinderungspflege	Kurzzeitpflege	Entlastungsbetrag	Eingliederungshilfe
Leistungs-träger	Krankenkasse / Pflegekasse	Krankenkasse / Pflegekasse	Krankenkasse / Pflegekasse	Sozialamt, Jugendamt oder Landschaftsverband
Gesetz	SGB XI § 39 Häusliche Pflege bei Verhinderung der Pflegeperson	SGB XI § 42 Kurzzeitpflege	SGB XI § 45b	SGB XII § 53 Eingliederungshilfe
Voraus-setzungen	Pflegegrad 2-5 seit mindestens 6 Monaten	Pflegegrad 2-5	Pflegegrad 1-5	Für Menschen mit Behinderung
Wofür	Als Ersatzpflege bei Verhinderung der Pflegeperson	Für eine (teil-) tationäre Unterbringung zur Entlastung der pflegenden Person	Für Betreuungs- und Entlastungsleistungen eines als niedrigschwellig anerkannten Anbieters	Für Leistungen zur Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft, Entlastung der Pflegeperson
Leistungs-höhe	1.612,- € und bis zu 6 Wochen im Jahr	max. 1.774,- € für max. 8 Wochen im Jahr	125,00 € im Monat.	nach Bedarf
Bean-tragung	Muss jährlich formlos bei der Krankenkasse beantragt werden	Formlose Beantragung bei der Krankenkasse vor der Inanspruchnahme und für jedes Angebot	Bei Pflegegrad automatischer Anspruch auf den Entlastungsbetrag	Formlose Beantragung zum Anfang jedes Jahres
Besonder-heiten	Bei Inanspruchnahme tageweiser Verhinderungspflege wird das Pflegegeld entsprechend dem Zeitraum hälftig gekürzt.	Normalerweise in Kurzzeitpflegeeinrichtung. Wenn keine geeignete Einrichtung zur Verfügung steht, wird die Kurzzeitpflege auch bei anderen Einrichtungen und Veranstaltern gezahlt.	Übernahme nicht benötigter Betreuungs- und Entlastungsleistungen aus dem Vorjahr sind im Regelfall bis zum 30.06. des Folgejahres möglich.	Eine Beantragung ist sinnvoll, wenn keine Pflegestufe besteht bzw. die Ansprüche auf Leistungen der Pflegekasse (Verhinderungspflege, Kurzzeitpflege und Entlastungsleistungen) für das gesamte Jahr voraussichtlich nicht ausreichen.
Einzelbe-treuung	✓		✓	✓
Gruppen-stunden	✓		✓	✓
Tagesaus-flüge	✓		✓	✓
Ferien-freizeiten	✓	✓	✓	

Sollten Sie o. g. Ansprüche nicht erhalten oder in vollem Umfang ausschöpfen, können Sie gerne auch jederzeit die Leistungen aus Eigenmitteln finanzieren.

Gerne beraten und unterstützen wir Sie bei den oben aufgeführten Möglichkeiten.

Weitere Anlaufstellen

Gefördert durch:



Träger:



Unabhängig beraten, selbstbestimmt teilhaben

Die Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB®) informiert und berät Menschen mit (drohender) Behinderung oder chronischer Erkrankung und deren Angehörige zu allen Fragen von Rehabilitation und Teilhabe. Die Beratung ist vertraulich und kostenlos.

Mögliche Themen:

- Arbeit
- Ausbildung
- Freizeit
- Persönliches Budget
- Schwerbehinderung
- Assistenz
- Finanzielle Sicherung
- Gesundheit
- Schule
- Wohnen



EUTB® Northeim

Alte Poststr. 4 | 37154 Northeim

Telefon: 05551 9962634

eutb.northeim@sovnd-nds.de

www.teilhabeberatung.de

Weitere Anlaufstellen



Wir - *der Verein Pro Inklusion e.V.* - setzen uns für die Verwirklichung der im "Übereinkommen über die Rechte behinderter Menschen" formulierten Menschenrechte behinderter Menschen ein.

Zu unseren vorrangigen Aufgaben gehört es, die Gleichstellung, die Selbstbestimmung und die volle gesellschaftliche Teilhabe von Menschen mit Behinderung voran zu bringen und gegen jegliche Diskriminierung einzutreten.

Dieses geschieht behinderungsübergreifend und ungeachtet des Geschlechts, des Alters, der sexuellen Identität und/oder der Herkunft.

Neben der individuellen Unterstützung setzen wir uns für die inklusive Entwicklung des Gemeinwesens im Landkreis Northeim ein.

Nehmen Sie gerne Kontakt zu uns auf!



Verein zur Förderung der Inklusionsarbeit
im Landkreis Northeim



Treffpunkt Teilhabe für Eltern und andere Angehörige

Eltern und andere Angehörige von Jugendlichen oder jungen Erwachsenen mit Behinderung oder chronischer Erkrankung stehen vor vielen Herausforderungen und Fragen:

- Welche Rechte hat mein erwachsenes Kind mit Behinderung?
- Wie geht es nach Ende der Schulzeit weiter?
- Wie gelingen Erwachsenwerden und Abnabelung?
- Welche Wohnform ist die richtige?
- Was macht unsere Familie stark?
- Wo finde ich Entlastung?
- Wie gelingt die Kommunikation mit den Behörden?

Dies sind nur einige von vielen Fragen, die in der Gruppe thematisiert werden können.



Der Austausch mit anderen Eltern und Angehörigen kann hilfreich sein, um Fragen, Wünsche, Perspektiven und Wege zu klären.

Menschen mit ähnlichen Erfahrungen zu treffen, kann eine gegenseitige Unterstützung entstehen lassen und wirkt dem Gefühl entgegen, mit Problemen allein da zu stehen.

In der offenen Gruppe sind alle Fragen und Anliegen willkommen. Die Teilnehmenden entscheiden über die Themen und die Gestaltung der Treffen.

Im Mittelpunkt stehen Austausch, Gespräch und Klönen der Teilnehmenden, es



Termine:

Erstes Treffen:

Februar: 02.02.

Weitere

Terminvorschläge:

März: 01.03.

April: 26.04.

Juni: 14.06.

August: 16.08.

September: 27.09.

Oktober: 08.11.

kann aber auch darum gehen, sich in Form „teilnehmer-der Beratung“ eine Außensicht der Gruppe für ein individuelles Anliegen einzuholen.

Weiterhin sind gemeinsame Unternehmungen und Aktionen – mit den Familien oder ohne – möglich.

Wir möchten dafür sorgen, dass viele Fragen und Antworten zusammenfinden und dass alle sich einbringen können. Deshalb werden die Treffen vorbereitet und moderiert.

Bei einem Workshop für Angehörige im November 2023 haben Eltern u.a. die Idee entwickelt, den jährlichen Bericht über die gesetzliche Betreuung für das Kind mit einer gemeinsamen Party zu verbinden, bei der Eltern sich beim Ausfüllen und Formulieren gegenseitig unterstützen.

Wer:

Eltern und Angehörige

Wo:

DRK Einbeck, Tiedexer Tor 6c oder DRK Außenstelle Northeim, Medenheimer Straße 1

Wann:

Erstes Treffen Freitag, 2. Februar
von 17:00 bis 19:00 Uhr
Einbeck / Hybridveranstaltung

Weitere Kosten:

keine, Spenden werden aber gerne angenommen.

Ansprechpartner:

Susanne Grebe-Deppe
s.grebe-deppe@drk-goe-nom.de
05561 31940-24

Eure Betreuer

Allgemein

Einbeck

Northheim

Uslar

Freizeit

Tagesaktionen



Freitagsgruppe

unten v.l.n.r.:
Nicole Makowski,
Monika Dudkowiak,
Antje Nienstedt,
Birgit Zellmer,
Ulrike Scheider-Neumann

Samstagsgruppe

v.l.n.r.:
Iris Sievert,
Dieter Kühnemund,
Ulrike Scheider-Neumann



Freizeitgruppe für Erwachsene

v.l.n.r.:
Lars Stünkel,
Martina Barthel,
Christian Barthel

Eure Betreuer



Schwimmtreff

v.l.n.r.:
Andreas Jahn,
Jürgen Schluckebier,
Lena Klose

Fit durchs Jahr - Bewusste Ernährung

v.l.n.r.:
Ulrike Scheider-Neumann,
Nicole Makowski



Fit durchs Jahr - Nordic Walking und mehr...

v.l.n.r.:
Ulrike Scheider-Neumann,
Anke Fürsten,
Nicole Makowski

es fehlt:
Antje Nienstedt

Allgemein

Einbeck

Northheim

Uslar

Freizeiten

Tagesaktionen

Eure Betreuer

Allgemein

Einbeck

Northheim

Uslar

Freizeit

Tagesaktionen



Ü16-Stammtisch

v.l.n.r.:
Anke Fürsten,
Daria Nowak-Czaban

Sportgruppe

v.o.n.u.:
Anke Fürsten,
Christian Scheibe



Die Kochprofis

v.l.n.r.:
Daria Nowak-Czaban,
Corinna Birkholz



Eure Betreuer



Freizeitgruppe Uslar

v.l.n.r.:
Cecilia Sebastiany-Becker,
Anke Fürsten

es fehlt:
Nicole Makowski

Walderlebnistage

v.l.n.r.:
Susanne Grebe-Deppe,
Nicole Makowski,
Daria Nowak-Czaban,
Corinna Birkholz,
Anke Fürsten



Rolling Angels

v.o.n.u.:
Susanne Grebe-Deppe,
Anke Fürsten

Allgemein

Einbeck

Northheim

Uslar

Freizeit

Tagesaaktionen



Wochenendgruppe am Freitag

In der Wochenendgruppe am Freitag möchten wir mit euch gemeinsam verschiedenen Aktionen aktiv erleben. Drinnen basteln, malen, backen oder kochen, Gesellschaftsspiele spielen oder kochen.

Oder wir erkunden die Umgebung, erleben die Natur, manchmal gehen wir auch in die Turnhalle. Für das neue Jahr stehen ein Besuch beim THW oder bei der Bereitschaft des DRK an.

Wir versuchen auch gemeinsam mit euch, eure individuellen Wünsche und Interessen in die Freizeitgruppe einfließen zu lassen.

Die Teilnehmer, die das PTZ besuchen, können von uns dort um 14:00 Uhr abgeholt werden. Bitte sprecht uns dazu extra an.

Termine:

Januar: 12.01.

26.01.

Februar: 09.02.

23.02.

März: 08.03.

April: 05.04.

19.04.

Mai: 03.05.

17.05.

Juni: 07.06.

August: 09.08.

23.08.

September: 06.09.

20.09.

Oktober: 25.10.

November: 22.11.

Wer:

6-12 Plätze

Wo:

DRK-Einbeck, Tiedexer Tor 6c im Gruppenraum im Erdgeschoss

Wann:

2x im Monat Freitag von 14:00 bis 17:00 Uhr, außer in den Ferien.

Abrechnung:

2,5 Stunden über Kostenträger oder privat.

Weitere Kosten:

Eintrittsgelder o.ä. werden gesondert bekannt gegeben. Teilnahmegebühr pro Treffen 2,- Euro.

Ansprechpartner:

Ulrike Scheider-Neumann
u.scheider-neumann@drk-goe-nom.de
05561 31940-25



Termine:

- Januar: 13.01.
- Februar: 09.02.
(Freitag)
- März: 09.03.
- April: 06.04.
- Mai: 18.05.
- Juni: 08.06.
- August: 10.08.
- September: 07.09.
- November: 23.11.

Wochenendgruppe am Samstag

Einmal im Monat treffen wir uns mit euch. In der Regel treffen wir uns am Nachmittag zu unseren Freizeitaktionen. Eure Wünsche lassen wir gern in unsere Planung einfließen.

Es ist fast alles möglich, eine Shoppingtour in die nächst größere Stadt, gemütliche Waldspaziergänge, Gesellschaftsspiele spielen. Oder wir grillen, backen oder kochen uns etwas leckeres. Manchmal treffen wir uns auch mit den FED Gruppen aus Uslar oder Northeim und unternehmen etwas gemeinsam.

Wir freuen uns auf euch und auf eine schöne Zeit zusammen.

Wer:

6-15 Plätze

Wo:

DRK-Einbeck, Tiedexer Tor 6c im Gruppenraum im Erdgeschoss

Wann:

1x im Monat Samstag, genaue Uhrzeiten werden vorher bekannt gegeben

Abrechnung:

2,5 Stunden über Kostenträger oder privat. Bei Tagesausflügen o.ä. fallen höhere Stunden an, diese werden vorher bekannt gegeben.

Weitere Kosten:

Eintrittsgelder o.ä. werden gesondert bekannt gegeben. Teilnahmegebühr pro Treffen 2,- Euro.

Ansprechpartner:

Ulrike Scheider-Neumann
u.scheider-neumann@drk-goe-nom.de
05561 31940-25



Freizeitgruppe für Erwachsene

Die Freizeitgruppe für Erwachsene trifft sich bereits seit über 30 Jahren und ist mittlerweile zu einer großen Familie zusammengewachsen.

Einige Teilnehmer*innen und Betreuer*innen sind von Beginn an dabei, aber auch neue Teilnehmer*innen sind herzlich Willkommen. Bei den regelmäßigen Treffen, die 2-mal im Monat stattfinden, steht das Beisammensein und der Spaß nach der Arbeit im Vordergrund. Dienstags wird gemeinsam gekocht, Gesellschaftsspiele gespielt, ins Kino gegangen, oder Geburtstag zusammen gefeiert. Donnerstags wird in einer naheliegenden Gaststätte gegelt.

Ebenfalls finden zusätzlich gemeinsame Tagesausflüge statt. Die Gruppe freut sich über weitere Teilnehmer*innen, die nach einem anstrengenden Arbeitstag in geselliger Runde zusammenkommen wollen und mit Spaß an den gemeinsamen Aktivitäten dabei sind.

Termine:

Die.:	Do.:
<input type="checkbox"/> 16.01.	<input type="checkbox"/> 04.01.
<input type="checkbox"/> 30.01.	<input type="checkbox"/> 08.02.
<input type="checkbox"/> 20.02.	<input type="checkbox"/> 07.03.
<input type="checkbox"/> 19.03.	<input type="checkbox"/> 04.04.
<input type="checkbox"/> 16.04.	<input type="checkbox"/> 02.05.
<input type="checkbox"/> 14.05.	<input type="checkbox"/> 06.06.
<input type="checkbox"/> 28.05.	<input type="checkbox"/> 04.07.
<input type="checkbox"/> 18.06.	<input type="checkbox"/> 08.08.
<input type="checkbox"/> 16.07.	<input type="checkbox"/> 05.09.
<input type="checkbox"/> 30.07.	<input type="checkbox"/> 10.10.
<input type="checkbox"/> 20.08.	<input type="checkbox"/> 07.11.
<input type="checkbox"/> 17.09.	<input type="checkbox"/> 05.12.
<input type="checkbox"/> 22.10.	
<input type="checkbox"/> 19.11.	
<input type="checkbox"/> 10.12.	
<input type="checkbox"/> 17.12.	

Wer:

6-15 Plätze

Wo:

Dienstags: PTZ Einbeck

Donnerstags: Winkelvoß, Vogelbeck.

Andere Treffpunkte werden vorher bekannt gegeben.

Wann:

2x im Monat Dienstag oder Donnerstag von 18:00 bis 20:00 Uhr

Abrechnung:

1,5 Stunden über Kostenträger oder privat. Eintrittsgelder o.ä. werden gesondert bekannt gegeben.

Weitere Kosten:

Teilnahmegebühr pro Treffen 5,- Euro.

Ansprechpartner:

Anke Fürsten
a.fuersten@drk-goe-nom.de
05561 31940-21



Termine:

- | | |
|---------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 16.01. | <input type="checkbox"/> 11.06. |
| <input type="checkbox"/> 23.01. | <input type="checkbox"/> 13.08. |
| <input type="checkbox"/> 06.02. | <input type="checkbox"/> 20.08. |
| <input type="checkbox"/> 13.02. | <input type="checkbox"/> 27.08. |
| <input type="checkbox"/> 20.02. | <input type="checkbox"/> 03.09. |
| <input type="checkbox"/> 27.02. | <input type="checkbox"/> 10.09. |
| <input type="checkbox"/> 05.03. | <input type="checkbox"/> 17.09. |
| <input type="checkbox"/> 02.04. | <input type="checkbox"/> 24.09. |
| <input type="checkbox"/> 09.04. | <input type="checkbox"/> 22.10. |
| <input type="checkbox"/> 16.04. | <input type="checkbox"/> 29.10. |
| <input type="checkbox"/> 23.04. | <input type="checkbox"/> 05.11. |
| <input type="checkbox"/> 07.05. | <input type="checkbox"/> 12.11. |
| <input type="checkbox"/> 14.05. | <input type="checkbox"/> 19.11. |
| <input type="checkbox"/> 28.05. | <input type="checkbox"/> 26.11. |
| <input type="checkbox"/> 04.06. | |

Schwimmtreff

Wir treffen uns einmal in der Woche (außer in den Ferien) zum Schwimmen im Hallenbad der Geschwister-Scholl-Schule in Einbeck.

In der Trainingszeit erlernen wir unter Anleitung einer Schwimmlehrerin die nötigen Schwimmbewegungen bis hin zum „richtigen“ Schwimmen.

Falls du Interesse an einer Teilnahme hast, freuen wir uns auf deine Anmeldung und stellen den Kontakt zu den Betreuern her. Gerne kannst du auch zu einer „Schnupperstunde“ im Wasser zu uns kommen und schauen, ob dir unsere Gruppe gefällt.

Wer:

Alle Interessierten

Wo:

Hallenbad Geschwister-Scholl-Schule,
Königsberger Str. 53, 37574 Einbeck

Wann:

Jeden Dienstag von 18:00 bis 20:00 Uhr,
außer in den Ferien.

Kosten/Abrechnung:

1,5 Stunden über Kostenträger oder privat.

Weitere Kosten:

Teilnahmegebühr pro Treffen 4,- Euro.

Ansprechpartner:

Anke Fürsten
a.fuersten@drk-goe-nom.de
05561 31940-21



Fit durchs Jahr - Bewusste Ernährung

Zusammen Kochrezepte aussuchen, den Einkauf dazu planen, zusammen schnippeln, braten, rühren und abschmecken. Wir lernen gemeinsam wie das mit den Angaben in den Rezepten funktioniert.

Jeder hilft bei der Zubereitung mit so gut es geht. Anschließend essen wir unsere zubereiteten Köstlichkeiten in gemütlicher Runde.

Nebenbei erfahren wir welches Essen uns gut tut und wovon wir weniger essen sollten und welche Nahrungsmittel uns nicht gut tun.

Wir freuen uns auf gesellige Runden mit euch!

Termine:

Januar: 12.01.

26.01.

Februar: 16.02.

23.02.

März: 08.03.

Wer:

4-8 Plätze

Wo:

DRK-Einbeck, Tiedexer Tor 6c im Gruppenraum im Erdgeschoss

Wann:

Freitags (Januar bis März) 17:00 bis 20:00 Uhr, außer in den Ferien.

Abrechnung:

2,5 Stunden über Kostenträger oder privat

Weitere Kosten:

Teilnahmegebühr pro Treffen 4,- Euro.

Ansprechpartner:

Ulrike Scheider-Neumann
u.scheider-neumann@drk-goe-nom.de
05561 31940-25



Termine:

- April: 05.04.
 12.04.
 19.04.
 26.04.
- Mai: 03.05.

Fit durchs Jahr - Nordic Walking und mehr...

Auch in diesem Jahr wollen wir wieder mit euch zusammen am Bierstadtlauf in Einbeck und am Stadtlauf in Northeim teilnehmen und vorher mit euch trainieren.

Nach dem aufwärmen geht es auf die Strecke. Wir trainieren mit euch auf unterschiedlichem Gelände, mal gehen wir vom FED los, mal fahren wir in den Wald. Ihr braucht gute, feste Walking oder Turnschuhe, eine Trinkflasche und dem Wetter angemessenen Sportkleidung.

An dem Training können auch Menschen im Rollstuhl teilnehmen.

Nach dem Bierstadtlauf möchten wir mit euch für das Sportabzeichen trainieren. Einige waren ja 2023 schon eifrig und erfolgreich dabei. Ihr müsst laufen, springen, werfen und schwimmen. Für manche Disziplinen gibt es Ausweichübungen. Stellt euch, zusammen mit uns, der Herausforderung!

Die Trainingszeiten für das Sportabzeichen werden gesondert bekannt gegeben.

Wer:

6-12 Plätze

Wo:

DRK-Einbeck, Tiedexer Tor 6c im Gruppenraum im Erdgeschoss

Wann:

Freitags (März bis Mai) um 16:00 oder 17:00 Uhr, außer in den Ferien.

Abrechnung:

1 Stunde über Kostenträger oder privat.

Eure Betreuerinnen:

Ulrike Scheider-Neumann & Team

Ansprechpartner:

Ulrike Scheider-Neumann
u.scheider-neumann@drk-goe-nom.de
05561 31940-25



Ü16 Stammtisch

Du möchtest mit Freunden einen schönen Abend in geselliger Runde verbringen oder neue Leute kennenlernen?

Du möchtest Spaß haben, dich gut unterhalten und dabei noch gut essen und trinken, oder etwas neues Erleben?

Dann bist du bei unserem Stammtisch genau richtig! Wir treffen uns in regelmäßigen Abständen in unserem Gruppenraum in Northeim und gehen dann gemeinsam in eine Northeimer Kneipe, ein Restaurant eurer Wahl, oder unternehmen andere schöne Aktivitäten.

Vielleicht hast du auch eigene Ideen, die diese Gruppe bereichern können und was wir gemeinsam unternehmen können? Dann komm unbedingt zu unserem Treffen und lass uns daran teilhaben. Wir freuen uns, wenn du dabei bist.

Termine:

Februar:	<input type="checkbox"/>	09.02.
März:	<input type="checkbox"/>	08.03.
April:	<input type="checkbox"/>	12.04.
Mai:	<input type="checkbox"/>	31.05.
August:	<input type="checkbox"/>	23.08.
September:	<input type="checkbox"/>	13.09.
November:	<input type="checkbox"/>	22.11.

Wer:

4-8 Plätze ab 16 Jahren

Wo:

DRK Außenstelle Northeim,
Medenheimer Str. 1

Wann:

I.d.R. alle 2 Monate Freitag von 17:30
bis 20:30 Uhr, außer in den Ferien.

Abrechnung:

2,5 Stunden über Kostenträger oder
privat.

Weitere Kosten:

Taschengeld nach eigenem Ermessen

Ansprechpartner:

Anke Fürsten
a.fuersten@drk-goe-nom.de
05561 31940-21



Termine:

- | | |
|---------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 17.01. | <input type="checkbox"/> 29.05. |
| <input type="checkbox"/> 24.01. | <input type="checkbox"/> 05.06. |
| <input type="checkbox"/> 07.02. | <input type="checkbox"/> 04.09. |
| <input type="checkbox"/> 14.02. | <input type="checkbox"/> 11.09. |
| <input type="checkbox"/> 21.02. | <input type="checkbox"/> 18.09. |
| <input type="checkbox"/> 28.02. | <input type="checkbox"/> 25.09. |
| <input type="checkbox"/> 10.04. | <input type="checkbox"/> 06.11. |
| <input type="checkbox"/> 17.04. | <input type="checkbox"/> 13.11. |
| <input type="checkbox"/> 24.04. | <input type="checkbox"/> 20.11. |
| <input type="checkbox"/> 15.05. | <input type="checkbox"/> 27.11. |
| <input type="checkbox"/> 22.05. | |

Sportgruppe

Wenn du Lust auf Sport hast, dann bist du hier genau richtig!

Wir trainieren unsere Ausdauer in den Wintermonaten in der Sportschule Haubold an Geräten und auch Übungen zur Kräftigung der Muskulatur stehen in dieser Zeit auf unserem Programm.

Wenn das Wetter wieder besser wird, gehen wir raus und trainieren gemeinsam für den Northeimer Stadtlauf. Dazu gehen wir in der Natur Walken. In den Sommermonaten

sind wir auch häufiger im Freibad in Sudheim zu finden und trainieren im Wasser.

Für die Sportstunden brauchst du Turnschuhe, entsprechende Sportkleidung und etwas zu trinken. Wir freuen uns auf aktive Trainingsstunden mit euch!



In Kooperation mit der Sportschule Haubold.

Wer:

Mindestens 4 Plätze ab 10 Jahren

Wo:

DRK Außenstelle Northeim,
Medenheimer Str. 1

Wann:

Mittwochs von 17:00 bis 19:00 Uhr,
außer in den Ferien.

Abrechnung:

1,5 Stunden über Kostenträger oder privat.

Weitere Kosten:

Teilnahmegebühr pro Treffen 4,- Euro.

Ansprechpartner:

Anke Fürsten
a.fuersten@drk-goe-nom.de
05561 31940-21



Die Kochprofis

In dieser Gruppe wollen wir uns mit einfachen Gerichten eine leckere Mahlzeit zubereiten und beschäftigen uns mit Themen wie:

- Welche Lebensmittel sind eigentlich gesund?
- Wovon sollten wir mehr essen, was sollten wir etwas reduzieren?
- Und wie funktioniert das nochmal mit den Angaben in den Rezepten?

Zu dieser Gruppe gehört nicht nur das gemeinsame Kochen und Essen, auch das vorherige Einkaufen der benötigten Lebensmittel wird geübt. Wir arbeiten in unseren Kochtreffen überwiegend mit Bildrezepten, die gut verständlich sind und wollen so viele praktische Erfahrungen wie möglich sammeln, die euch in der Selbstständigkeit fördern.

Wir freuen uns auf gesellige Runden und gemeinsame „Küchenschlachten“ mit euch.

Termine:

Januar:	<input type="checkbox"/>	26.01.
Februar:	<input type="checkbox"/>	16.02.
März:	<input type="checkbox"/>	01.03.
April:	<input type="checkbox"/>	05.04.
	<input type="checkbox"/>	19.04.
Mai:	<input type="checkbox"/>	03.05.
	<input type="checkbox"/>	24.05.
Juni:	<input type="checkbox"/>	07.06.
August:	<input type="checkbox"/>	30.08.
September:	<input type="checkbox"/>	06.09.
Oktober:	<input type="checkbox"/>	25.10.
November:	<input type="checkbox"/>	15.11.
	<input type="checkbox"/>	29.11.

Wer:

4-8 Plätze

Wo:

DRK Außenstelle Northeim,
Medenheimer Str. 1

Wann:

Freitags von 17:30 bis 20:30 Uhr, außer
in den Ferien.

Abrechnung:

2,5 Stunden über Kostenträger oder
privat

Weitere Kosten:

Beitrag für Lebensmittel 4,00 Euro pro
Treffen

Ansprechpartner:

Anke Fürsten
a.fuersten@drk-goe-nom.de
05561 31940-21



Termine:

Frühling: 02.03.

Sommer: 14.06.

Herbst: 27.09.

Winter: 30.11.

Walderlebnistage

Zu jeder Jahreszeit den Wald erleben. Welche Veränderungen bringen Frühling, Sommer, Herbst und Winter mit sich und wie kann man trotzdem zu jeder Jahreszeit im Wald etwas unternehmen und es sich gut gehen lassen.

All diese Erfahrungen wollen wir mit Euch im Northeimer Wald sammeln.

Wenn du dich fit genug fühlst ein paar Stunden bei Wind und Wetter im Wald zu verbringen, zu wandern oder vielleicht auch einfach nur die Ruhe in der Natur genießen möchtest, dann bist du hier genau richtig.

Du benötigst für diese Gruppe entsprechend der Jahreszeit angepasste Kleidung und Schuhe.

Das Projekt wird aus Mitteln der Sozial- und Sportstiftung des Landkreises Northeim gefördert.



Wer:

Mindestens 4 Plätze ab 10 Jahren

Wo:

Güntenburg 999 in Northeim

Wann:

Freitag von 16:30 bis 20:30 Uhr

Samstag von 13:00 bis 17:00 Uhr

Abrechnung:

3,5 Stunden über Kostenträger oder privat.

Weitere Kosten:

Teilnahmegebühr pro Treffen 4,- Euro.

Ansprechpartner:

Anke Fürsten

a.fuersten@drk-goe-nom.de

05561 31940-21



Rolling Angels

Du willst deine Freizeit gemeinsam mit anderen gestalten, dich austauschen und Spaß haben? Du gehst gern ins Kino, zum Essen aus oder ins Pub? Du willst Dinge unternehmen, die für Menschen mit hohem Unterstützungsbedarf manchmal unerreichbar scheinen? – Dann bist du bei den Rolling Angels genau richtig.

Jüngere Erwachsene, die in ihrer Mobilität erheblich eingeschränkt sind, haben 2021 die Rolling Angels gegründet, um Teilhabe in der Freizeit für sich zu verwirklichen.

In der Gruppe sind auch Partnerinnen und Partner herzlich willkommen. Bei den Treffen und Ausflügen werden die Teilnehmende von ihren Assistenzkräften unterstützt.

Wenn du Lust auf eine gesellige Runde mit Humor und Tiefgang hast, melde dich bei uns! Wir freuen uns auf deine Ideen und Anregungen für gemeinsame Aktionen!

Termine:

Februar:	<input type="checkbox"/>	23.02.
März:	<input type="checkbox"/>	15.03.
April:	<input type="checkbox"/>	20.04.
Mai:	<input type="checkbox"/>	17.05.
Juni:	<input type="checkbox"/>	21.06.
Juli:	<input type="checkbox"/>	19.07.
August:	<input type="checkbox"/>	30.08.
Oktober:	<input type="checkbox"/>	18.10.
November:	<input type="checkbox"/>	22.11.
Dezember	<input type="checkbox"/>	06.12.

Wer:

4-8 erwachsene Teilnehmende (plus Partnerinnen / Partner und Assistenzpersonen)

Wo:

Individuell nach Absprache

Wann:

Einmal im Monat Freitag von 17:30 h bis 20.30 h oder nach Absprache

Abrechnung:

2,5 Stunden über Kostenträger oder privat

Weitere Kosten:

Wird je nach Aktivität vorher bekannt gegeben

Ansprechpartner:

Susanne Grebe-Deppe
s.grebe-deppe@drk-goe-nom.de
05561 31940-24



Termine:

Mittwoch:

10.01.

06.03.

05.06.

21.08.

13.11.

Samstag:

27.01.

24.02.

06.04.

25.05.

10.08.

07.09.

23.11.

Freizeitgruppe Uslar

Die Freizeitgruppe in Uslar trifft sich seit September 2020 in den Räumen der Friedenskirche in Uslar.

Gemeinsam unternehmen wir Ausflüge in der näheren Umgebung, spielen Gesellschaftsspiele, oder beschäftigen uns mit der Zubereitung von kleinen Gerichten.

Auch im Kulturbahnhof in Uslar sind wir ab und zu Gäste und erleben dort immer eine besondere Aktion. Der Spaß steht bei uns im Vordergrund.

Wenn du Lust hast, komm dich einfach dazu. Wir freuen uns auf neue Teilnehmer*innen, die mit uns Zeit in Uslar und Umgebung verbringen möchten.

Wer:

4-10 Plätze

Wo:

Friedenskirche Uslar,
Stiftstr. 7

Wann:

Mittwoch, 15:45 bis 19:00 Uhr
und Samstag, 13:00 bis 16:30 Uhr

Abrechnung:

3 Stunden über Kostenträger oder privat.

Weitere Kosten:

Teilnahmegebühr pro Treffen 4,- Euro.
Eintrittsgelder o.ä. werden gesondert bekannt gegeben.

Ansprechpartner:

Anke Fürsten
a.fuersten@drk-goe-nom.de
05561 31940-21

Wir machen Urlaub...

... und zwar mit Euch zusammen.

Auf den nächsten Seiten findet Ihr unsere Ferienfreizeiten für dieses Jahr. Die Ziele und Häuser sind ganz unterschiedlich, aber immer auch auf Eure Bedürfnisse angepasst. Wir verbringen gemeinsam unvergessliche Tage, erleben viel zusammen und der Spaß steht im Vordergrund.

Vor jeder Freizeit gibt es einen Informationstermin, den wir online durchführen. Hier erhaltet Ihr nochmal alle wichtigen Informationen und Planungen für Eure Urlaubswoche. Wir freuen uns, wenn Ihr in diesem Jahr auch wieder dabei seid und gemeinsam mit uns neue und alt bekannte Ziele erkundet.

Euer Team Ferienfreizeiten

v.l.n.r.:

Monika Dudkowiak, Dieter Kühnemund, Anke Fürsten, Antje Nienstedt, Christian Scheibe, Iris Sievert, Nicole Makowski

es fehlen: Ulrike Scheider-Neumann, Andreas Jahn, Jürgen Schluckebier, Cecilia Sebastiany-Becker, Birgit Zellmer





Wann:

18.03.2024 bis
22.03.2024

Dauer:

5 Tage, Montag bis
Freitag

Abfahrt:

18.03.2024 um 10:00 Uhr
beim DRK in Einbeck

Osterfreizeit Erlebnistage Harz in Hohegeiß

Unsere erste Freizeit in diesem Jahr geht in den Oberharz nach Hohegeiß. Wir sind schon sehr gespannt, ob wir uns im Schnee vergnügen können. Auch zu dieser Jahreszeit werden wir durch die Erlebnispädagogen von Erlebnistage-Harz unterstützt und bekommen viele erlebnispädagogische Angebote präsentiert.

Weiterhin wird zusammen gekocht, gebacken, gespielt und alles was sonst noch Spaß macht.

Die Aktivitäten draußen werden in der Länge und auch in der Intensität dem Wetter angepasst. Bitte bringt deshalb unbedingt warme Sachen und festes Schuhwerk mit.

Wer:

6-10 Plätze

Wo:

Erlebnistage Harz, Schützenplatzweg
7-11, 38700 Braunlage/Hohegeiß

Abrechnung:

550,- Euro Betreuungsleistungen über
den angegebenen Kostenträger oder
privat

Eigenanteil:

350,- Euro für Unterkunft und Verpflegung.

Weitere Kosten:

Freizeitpauschale für Eintrittspreise, etc:
25,- Euro, Taschengeld nach eigenem
Ermessen

Ansprechpartner:

Ulrike Scheider-Neumann
u.scheider-neumann@drk-goe-nom.de
05561 31940-25



Sommerfreizeit 1 Wieda

Unser Feriendomizil in Wieda ist eine komfortable Unterkunft mit Zimmern die sehr gut ausgestattet sind, jedes Zimmer hat ein eigenes Bad.

Es gibt einen großen Freizeitraum mit einem Kicker und einem Dartautomaten, einen Gruppenraum, von dem aus es direkt auf die ebenfalls große Terrasse geht.

Von Wieda aus starten wir zu Unternehmungen in den Harz, z.B. nach Bad Sachsa, Nordhausen oder andere Orte.

Wer:

6-10 Plätze

Wo:

Ferienhaus Wieda , Panoramaweg 25,
37447 Wieda

Abrechnung:

660,- Euro Betreuungsleistungen über den angegebenen Kostenträger oder privat

Eigenanteil:

370,- Euro für Unterkunft und Verpflegung.

Weitere Kosten:

Freizeitpauschale für Eintrittspreise etc: 25,- Euro, Taschengeld nach eigenem Ermessen

Ansprechpartner:

Ulrike Scheider-Neumann
u.scheider-neumann@drk-goe-nom.de
05561 31940-25

Wann:

24.06.2024 bis
29.06.2024

Dauer:

6 Tage, Montag bis
Samstag

Abfahrt:

24.06.2024 um 10:00 Uhr
beim DRK in Einbeck

**Wann:**

01.07.2024 bis
06.07.2024

Dauer:

6 Tage, Montag bis
Samstag

Abfahrt:

01.07.2024 um 10:00 Uhr
beim DRK in Einbeck

Sommerfreizeit 2 Wieda

Wir wollen mit euch zusammen shoppen, Tretboot fahren, die Gegend erkunden, in der Natur unterwegs sein, Mini-golf spielen und alles was sonst noch Spaß macht.

Wir freuen uns auf Deine Ideen um erlebnisreiche Sommerstage in Wieda zu verbringen.

Wer:

6-10 Plätze

Wo:

Ferienhaus Wieda , Panoramaweg 25,
37447 Wieda

Abrechnung:

660,- Euro Betreuungsleistungen über
den angegebenen Kostenträger oder
privat

Eigenanteil:

370,- Euro für Unterkunft und Verpflegung.

Weitere Kosten:

Freizeitpauschale für Eintrittspreise etc:
25,- Euro, Taschengeld nach eigenem
Ermessen

Ansprechpartner:

Ulrike Scheider-Neumann
u.scheider-neumann@drk-goe-nom.de
05561 31940-25

**Wann:**

07.10.2024 bis
11.10.2024

Dauer:

5 Tage, Montag bis
Freitag

Abfahrt:

07.10.2024 um 10:00 Uhr
beim DRK in Einbeck

Herbstfreizeit Ferienhaus Altenau

Unsere Herbstfreizeit verbringen wir in einem ehemaligen Forsthaus in Altenau. Rund um das Haus lockt die Natur zu Entdeckungen, Wandertouren und Erlebnissen im Wald.

Wir wohnen in einem Selbstversorgerhaus am Waldrand, mit viel Platz im Außenbereich, der zu ungestörtem Spiel und Spaß einlädt. Neben einem Fußballplatz und einer Boulebahn, können wir uns auch im Tischtennis spielen ausprobieren. Für die jüngeren Teilnehmer gibt es einen Sandkasten und eine Ritterburg zum Klettern. Am Abend können wir an der Lagerfeuerstelle gemeinsam den nächsten Tag besprechen und es uns mit Stockbrot gemütlich machen. Sollte das Wetter mal nicht so gut sein, gibt es neben den zahlreichen Zimmern und großzügigen Aufenthaltsräumen auch einen Kicker und ein Dartspiel im Haus.

Ausflüge sind natürlich ebenso geplant. Gemeinsam werden wir diese Woche das Freizeitprogramm und auch die Mahlzeiten mit euch besprechen und gestalten. Wir freuen uns auf eure Teilnahme.

Wer:

6-10 Plätze

Wo:

Ferienhaus Altenau, Schultal 27,
38707 Altenau

Abrechnung:

550,- Euro Betreuungsleistungen über
den angegebenen Kostenträger oder
privat

Eigenanteil:

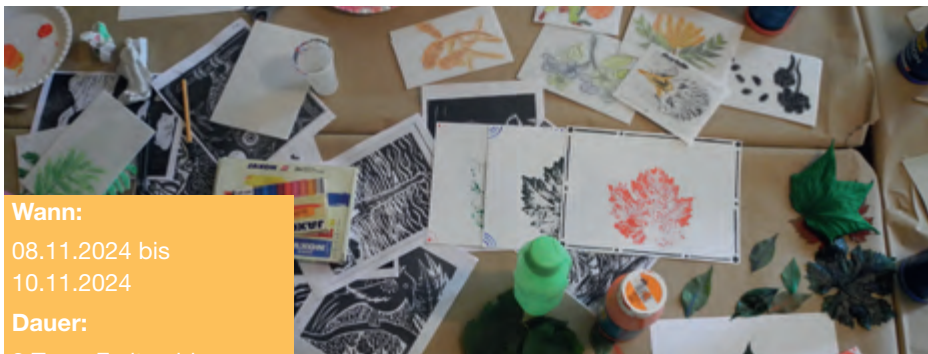
350,- Euro für Unterkunft und Verpflegung.

Weitere Kosten:

Freizeitpauschale für Eintrittspreise, etc:
25,- Euro, Taschengeld nach eigenem
Ermessen

Ansprechpartner:

Ulrike Scheider-Neumann
u.scheider-neumann@drk-goe-nom.de
05561 31940-25

**Wann:**

08.11.2024 bis
10.11.2024

Dauer:

3 Tage, Freitag bis
Sonntag

Treffen:

08.11.2024 um 17:00 Uhr
am Haus des Jugendrot-
kreuzes

Abholung:

10.11.2024 um 11:00 Uhr
am Haus des Jugendrot-
kreuzes

Wochenendfreizeit Kreatives Gestalten

Deine kreative Ader ist gefragt! An diesem Wochenende wollen wir verschiedene Dinge herstellen, bemalen, bekleben, bearbeiten und vielleicht Ideen für ein weiteres Kreativwochenende sammeln.

Wir werden nach draußen gehen um Naturmaterialien, die wir beim Basteln und Gestalten benutzen wollen, zu suchen. Vielleicht bastelt ihr mit den gesammelten Dingen ein Windlicht, vielleicht bearbeitet ihr Speckstein, vielleicht bemalt oder beklebt ihr eine Leinwand. All das bleibt euch überlassen, wir begleiten und helfen dir bei deinem „Projekt“.

Bunt und abwechslungsreich soll unser gemeinsames Wochenende werden, wir wollen gemeinsam kochen, miteinander spielen und Spaß haben.

Wer:

10-20 Plätze

Wo:

Haus des Jugendrotkreuzes, Kohnser
Weg 3a, 37574 Einbeck

Abrechnung:

6 Std./Tag Betreuungsleistungen über
den angegebenen Kostenträger oder
privat

Eigenanteil:

90,- Euro für Unterkunft und Verpfle-
gung.

Ansprechpartner:

Ulrike Scheider-Neumann
u.scheider-neumann@drk-goe-nom.de
05561 31940-25

**Wann:**

17.02.2024

von 10:00 bis 16:00 Uhr

Hinweis:

Der Termin kann sich aufgrund unvorhersehbarer Umstände (Wetter etc.) verschieben.

In diesem Fall geben wir euch vorher Bescheid.

Meet & Greet bei den Alpakas

Alpakas kommen ursprünglich aus den südamerikanischen Anden. Dort werden sie vorwiegend wegen ihrer Wolle gezüchtet. In Seesen leben sie auf einem großen Bauernhof, der auch voll bewirtschaftet wird.

Die Tiere haben ein sanftmütiges Wesen und eine außergewöhnliche Ausstrahlung. Durch ihre Art wirken sie ausgleichend und entspannend, fördern das emotionale Wohlbefinden. Auch wenn sie niedlich aussehen, sind sie keine Kuschtiere. Sie helfen Ängste abzubauen, Vertrauen zu fassen und Selbstwertgefühl zu entwickeln. Sie sind neugierig, können aber auch spucken, allerdings nur aus Futternähe oder um die Rangfolge klarzumachen.

Wir werden uns mit ihnen im Stall treffen, die Tiere kennenlernen und können sie mit Heu füttern. Streicheln ist auch erlaubt, allerdings nur wenn die Alpakas das möchten. Außerdem wird es ein kleines Wissensquiz über die Alpakas geben.

Nach unserem Besuch bei den Alpakas werden wir noch die Stadt Seesen anschauen, ein wenig shoppen und gemeinsam etwas Essen.

Wer:

5-10 Plätze

Treffpunkt:

DRK-Einbeck, Tiedexer Tor 6c,
37574 Einbeck

Abrechnung:

6 Stunden Betreuungsleistungen über den angegebenen Kostenträger oder privat.

Weitere Kosten:

Eintrittsgeld (wird vorher bekanntgegeben) und Taschengeld nach eigenem Ermessen.

Ansprechpartner:

Ulrike Scheider-Neumann
u.scheider-neumann@drk-goe-nom.de
05561 31940-25

**Wann:**

20.04.2024

genaue Uhrzeiten werden vorher bekanntgegeben

Hinweis:

Der Termin kann sich aufgrund unvorhersehbarer Umstände (Wetter etc.) verschieben.

In diesem Fall geben wir euch vorher Bescheid.

Theater der Nacht

Da der Spielplan für das Jahr 2024 bei der Entstehung des Informationsheftes noch nicht veröffentlicht war, stehen Stück und Uhrzeit noch nicht fest.

Geplant ist eine Shopping-Tour, gemütliches Essen und der Besuch im Theater der Nacht.

Da wir die Karten vorbestellen müssen, werden wir das Geld auch schon im Vorfeld einsammeln.

Teilnehmer aus Einbeck haben die Möglichkeit direkt mit uns von Einbeck nach Northeim zu fahren.

Teilnehmer aus Northeim können sich mit uns natürlich direkt dort treffen. Wir verabreden uns dann mit euch in der Stadt oder beim Theater der Nacht.

Wer:

5-10 Plätze

Treffpunkt:

DRK-Einbeck, Tiedexer Tor 6c,
37574 Einbeck

Abrechnung:

6 Stunden Betreuungsleistungen über den angegebenen Kostenträger oder privat.

Weitere Kosten:

Eintrittsgeld (wird vorher bekanntgegeben) und Taschengeld nach eigenem Ermessen.

Ansprechpartner:

Ulrike Scheider-Neumann
u.scheider-neumann@drk-goe-nom.de
05561 31940-25

**Wann:**

04.05.2024

Beginn:

genaue Zeit wird vorher bekanntgegeben

Hinweis:

Der Termin kann sich aufgrund unvorhersehbarer Umstände (Wetter etc.) verschieben.

In diesem Fall geben wir euch vorher Bescheid.

Einbecker Bierstadtlauf

Weil es immer so viel Spaß gemacht hat, wollen wir auch 2024 wieder an den Start und die 5 km Walkingstrecke als größte Mannschaft mit Dir gehen.

Dazu wollen wir mit euch vorher für diese Veranstaltung trainieren. Mehr Informationen zum Training findet ihr in unserem Angebot „Fit durchs Jahr“ auf Seite 21 oder Sportgruppe Northeim auf Seite 23.

Jeder ist herzlich willkommen, auch Menschen im Rollstuhl oder mit einer Körperbehinderung. Wir werden euch bei der Teilnahme unterstützen und trainieren die Strecke auch vorher mit euch.

Für die Teilnahme braucht ihr gute, feste Walking- oder Turnschuhe und Sportkleidung. Nach eingegangener Anmeldung werdet ihr über alles Weitere informiert.

Nordic Walking Stöcke können wir euch zur Verfügung stellen.

Wer:

Je mehr, desto schöner

Treffpunkt:

DRK, Tiedexer Tor 6c, 37574 Einbeck

Abrechnung:

2 Stunden Betreuungsleistungen über den angegebenen Kostenträger oder privat.

Weitere Kosten:

Anmeldegebühr (wird vorher bekanntgegeben).

Ansprechpartner:

Ulrike Scheider-Neumann
u.scheider-neumann@drk-goe-nom.de
05561 31940-25

**Wann:**

17.08.2024

von 10:00 bis 16:00 Uhr

Hinweis:

Der Termin kann sich aufgrund unvorhersehbarer Umstände (Wetter etc.) verschieben.

In diesem Fall geben wir euch vorher Bescheid.

Münchhausen Museum

Kennst du die Geschichten von dem Baron von Münchhausen? Wie er auf einer Kanonenkugel reitend, sein Pferd am Kirchturm befreit hat? Oder sich selbst an den Haaren aus dem Sumpf zieht?

Sein richtiger Name ist Hieronymus Carl Friedrich Freiherr von Münchhausen, er wurde in Bodenwerder geboren. Man nennt ihn, wegen seiner vielen Geschichten, auch den Lügenbaron.

Wir wollen uns seine Geschichten und viele Dinge um ihn herum im Münchhausen-Museum in Bodenwerder anschauen. Anschließend werden wir uns noch die Stadt

anschauen, auch dort gibt es vieles über den Baron von Münchhausen zu entdecken. Wenn das Wetter es zulässt, werden wir ein Picknick an der Weser machen.

Das Eintrittsgeld für das Museum sammeln wir vor Beginn ein.

Wer:

5-10 Plätze

Treffpunkt:

DRK-Einbeck, Tiedexer Tor 6c,
37574 Einbeck

Abrechnung:

6 Stunden Betreuungsleistungen über den angegebenen Kostenträger oder privat.

Weitere Kosten:

Eintrittsgeld (wird vorher bekanntgegeben) und Taschengeld nach eigenem Ermessen.

Ansprechpartner:

Ulrike Scheider-Neumann
u.scheider-neumann@drk-goe-nom.de
05561 31940-25

**Wann:**

29.09.2024

Beginn:

genaue Zeit wird vorher bekanntgegeben

Hinweis:

Der Termin kann sich aufgrund unvorhersehbarer Umstände (Wetter etc.) verschieben.

In diesem Fall geben wir euch vorher Bescheid.

Northeimer Stadtlauf

Im letzten Jahr haben wir schon das zweite Mal mit einer Mannschaft am Northeimer Stadtlauf teilgenommen und die Strecke von 5 km erfolgreich absolviert.

Willst auch du in diesem Jahr dabei sein und die abwechslungsreiche Strecke durch die Northeimer Innenstadt und den nahegelegenen Wald mit uns erobern? Dabei kommt es für uns nicht auf Schnelligkeit an, sondern dass wir alle im Ziel ankommen.

Wenn du dich gerne bewegst, keine Angst vor der Strecke hast und mit uns ein Mannschaftsgefühl erleben möchtest, freuen wir uns auf deine Anmeldung.

Jeder ist herzlich willkommen, auch Menschen im Rollstuhl oder mit einer Körperbehinderung. Wir werden euch bei der Teilnahme unterstützen und trainieren die Strecke auch vorher mit euch. (Siehe Angebote auf Seite 21 und 23.)

Für die Teilnahme braucht ihr gute, feste Turnschuhe und Sportbekleidung. Nordic Walking Stöcke können wir euch zur Verfügung stellen.

Wer:

Je mehr, desto schöner

Treffpunkt:

DRK-Außenstelle Northeim, Medenheimer Str. 1, 37154 Northeim

Abrechnung:

2 Stunden Betreuungsleistungen über den angegebenen Kostenträger oder privat.

Weitere Kosten:

Anmeldegebühr (wird vorher bekanntgegeben).

Ansprechpartner:

Ulrike Scheider-Neumann
u.scheider-neumann@drk-goe-nom.de
05561 31940-25

Eindrücke aus 2023



Eindrücke aus 2023





Eindrücke aus 2023





**DRK Soziale Dienste im
Landkreis Northeim gGmbH**

Tiedexer Tor 6c
37574 Einbeck

Tel. 05561 31940-20
Fax 05561 31940-29
fed-ein@drk-goe-nom.de
www.drk-goe-nom.de