

Monatsprogramm

September
2026



Lebensfreude inklusive



Offene Hilfen der Lebenshilfe Hof

Freizeit – Begegnung – Bildung

Liebe Freundinnen und Freunde der Offenen Hilfen der Lebenshilfe Hof!

Unser Programmheft für **September** ist da.

Es gibt wieder viele Gruppenangebote und Treffs zum Mitmachen. Für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung und ihre Familien. Wir bieten die Möglichkeit, Freizeit sinnvoll zu gestalten. Wir wollen, dass sich Menschen begegnen und kennenlernen.

Besonders freue ich mich auf das Theaterfest – unsere Theatergruppe hat einen Auftritt!

Wir wünschen euch viel Freude bei unseren Angeboten, und freuen uns auf viele gemeinsame Erlebnisse.

Bist Du dabei? Wir freuen uns auf Dich!

Monika Köppel-Meyer und Team!



Monika Köppel-Meyer

Leitung OHL

09281 7847056

0151 46708935

Monika.koeppel-meyer@lebenshilfe-hof.de



Cornelius Kelber

Blechblasen

Inklusiver

Posaunenchor

09281 5959951

0151 12875738

cornelius.kelber@lebenshilfe-hof.de



Isabell Suckrau

Offener Treff,

VHS Projekt

09281 5959950

0151 42065659

isabell.suckrau@lebenshilfe-hof.de



Claudia Schäfer

Ausflüge, Treffs,

Freizeiten

09281 5959950

0151 16630299

Claudia.schaefer@lebenshilfe-hof.de

Verwaltung:

lebensfreude@lebenshilfe-hof.de

09281 7847088



NEU

Statt WhatsApp: Wir benutzen jetzt den Signal-Messenger

Feierabendtreff

(mit Claudia Schäfer und Team)

Für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung.

Wann: Mittwoch von 16:00 Uhr bis 18:30 Uhr

Wo: HW, Schaumbergstr. 4, Hof

Kosten: je 3 € (+ evtl. Fahrtkosten)



02. September Willkommen zurück aus der Sommerpause! Klatsch und Tratsch	09. September Wir sind im Lichthaus
16. September Spaziergang am See	23. September Herbstanfangs-Bastelei
30. September Wir kegeln!	

Offener Treff

Für Jugendliche, Erwachsene und Familien.

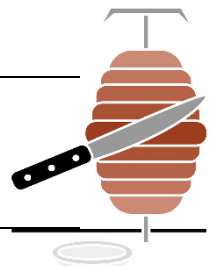
Thema: **Weiter auf Welt-Reise:
Merhaba aus der Türkei**

Wann: **Samstag, 26. September 2026**
14:30 Uhr bis 19:30 Uhr

Wo: Lichthaus, Pfarr 26



Ab 14:30 Uhr	Kaffeeklatsch mit Baklava oder anderen türkischen Leckereien
18:00 Uhr	...wir essen Döner - denn Döner macht schöner 😊
19:30 Uhr	Ende



Die nächsten Termine sind: 17.10. + 21.11. + 12.12.

Frühstücks-Treff

(mit Beate Krantz, Stefan Schmitt und Martin Zschätzsch)

Für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung.

Wann: **Samstag, 19. September 2026**
von 10:00 Uhr bis 11:30 Uhr
Wo: Meinels Bas, Vorstadt 13, Hof
Treffpunkt: Parkplatz Meinels Bas
Kosten: Frühstück: ca. 8,50 € mit Kaffee



Anmeldung erforderlich! Bei Absagen: Bitte einen Tag vorher.

Familientreff/ Stammtisch NAILA

(Birgit Wilfert und Reinhold Singer)

**Für Familien, Menschen mit und ohne
Beeinträchtigung und Interessierte. Vor Allem aus
Naila und dem Frankenwald.**

Wir treffen uns in der **Adelskammer in Carlsgrün** zum
Spielen und Essen.

Wann: **Samstag, 05. September 2026, 18:00 Uhr**
Wo: Adelskammer (Dorfplatz 8, **95138 Bad Steben-
Carlsgrün**)
Kosten: für Essen und Trinken vor Ort



Wir bitten um Anmeldung über das Monatsprogramm.

Stammtisch Münchberg

(mit Sabine Bayreuther & Norbert Opitz)

**Für Familien, Menschen mit und ohne Beeinträchtigung und
Interessierte. Vor Allem aus Münchberg, Helmbrechts und
Umgebung.**

Wann: **Freitag, 18. September 2026, 18:00
Uhr**
Treffpunkt: Gaststätte „Zur Friedenseiche“,
(Wölbersbach 13, 95176 Konradsreuth-
Wölbersbach)
Kosten: für Essen und Trinken vor Ort



Wir bitten um Anmeldung über das Monatsprogramm.

Bowling

(mit Jürgen Martikke und Team)

Gemeinsames Spiel und Spaß für alle!

Wann: **Donnerstag, 03. September 2026**
Donnerstag, 17. September 2026
von 16:00 Uhr bis 18:30 Uhr

Wo: Bowling-Center Strike,
Stelzenhofstr.11, Hof

Kosten: 7,00 € (+ evtl. Fahrtkosten)
Falls ein Essen gewünscht ist:
Ausreichend Taschengeld (ca.15,00€)



Inklusive Kletter-Gruppe

(mit Claudia Schäfer, Beate U. und Verena Kimmel vom DAV)

Für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung.

Klettern in der Kletterhalle Rehau.

Das Angebot richtet sich an jeden Interessierten
ab 14 Jahren, es gibt keine Einschränkungen!



Bitte nimm Dir bequeme, oder Sportkleidung
und etwas zu trinken mit. Schuhe können wir uns dort
ausleihen.

Wann: **Freitag, 18. September 2026**
von 13:00 Uhr bis 15:00 Uhr

Treffpunkt: **OHL Büro Schaumbergstr. 8**

Kosten: 2 € (+ evtl. Fahrtkosten)

Wir bitten um Anmeldung über das Monatsprogramm!

Neuanmeldungen bitte nur mit Rücksprache bei Claudia Schäfer:
09281 5959950 oder 0151 16630299 claudia.schaefer@lebenshilfe-hof.de

Die nächsten Termine sind: noch nicht bekannt!

VHS-Programm in einfacher Sprache

Im September gibt es das neue Programm-Heft in einfacher Sprache mit neuen Kursen!

Du kannst im September an einer Sonnenbeobachtung teilnehmen, das Nähen mit der Nähmaschine lernen, bei einem Tanz-Treff dabei sein und vieles mehr!

Schau doch mal rein!

Bei Fragen oder wenn du dich anmelden willst:

Im September gibt es das neue Heft!



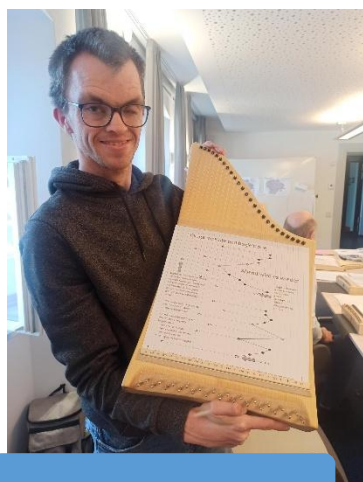
Melde dich bei Isabell Suckrau oder sprich jemanden vom VHS-Beirat an! So erreichst du Isabell Suckrau:

- * **täglich** im OHL-Büro (09281 5959950)
- * immer **donnerstags** in der VHS (Ludwigstraße 7, Hof) von 10 bis 14 Uhr
- * bei **dir in der Werkstatt** am:

Montag, 28.09.2026	Oberkotzau
Dienstag, 15.09.2026	Schaumberg
Dienstag, 22.09.2026	Südring
Dienstag, 08.09.2026	Bauernhof Martinsreuth

Jeweils während der Mittagspause.

Du bist neugierig? Rück-blick: Was war los in der VHS?



Kurs: Veeh-Harfe



Kurs: Bewegung für alle



Kurs: Floristische Oster-Ideen

Inklusive Theater-Gruppe

Komm zum Theater-Sommerfest! Wir treten auf!



Die **inklusive Theater-Gruppe** hat einen Auftritts-Termin:

13.09. um **14.00** beim **Theater-Sommerfest**
Kulmacher Straße 5
95030 Hof

Im Herbst geht die inklusive Theater-Gruppe in eine neue Runde!

Wir treffen uns ab 5. Oktober 2 mal im Monat. Ab Oktober findet die inklusive Theater-Gruppe montags statt.

Wann: ab Montag, 5. Oktober 2026, alle 2 Wochen

von 16.30 bis 18.00 Uhr

Wo: wird noch bekannt gegeben.

Du möchtest dabei sein?

Du musst dich anmelden.

Bitte melde dich über die VHS an!

Bitte melde dich bei Isabell Suckrau!

Wir freuen uns auf dich!

Blechblas-Unterricht

Das Bildungs-Angebot Blechblas-Unterricht findet in Kleingruppen statt.

Die Einteilung organisiert Cornelius Kelber.

Wer nähere Infos möchte, wendet sich bitte direkt an

cornelius.kelber@lebenshilfe-hof.de



Lebensfreude-Chor

(mit Nina Franz und Team)

Für alle die Freude am Singen haben.

Wann: nächste Probe erst im Oktober 2026

von 16:30 Uhr bis 17:45 Uhr

Wo: Schaumbergstr. 4, Hof

Kosten: eventuelle Fahrtkosten



Treffpunkt „Arche“

(mit Carola Gröger und Team)

**Bibel lesen, beten, singen, Gespräche führen
und gemeinsam essen.**

*Wir suchen musikalische Verstärkung
für unser Team!*



Wann: Donnerstag, 03. September 2026

von 16:30 Uhr bis 18:30 Uhr

Wo: HW, Südring 100, 95032 Hof

Kosten: 3,00 € (+ evtl. Fahrtkosten)

Eltern-Café

**Für Eltern und Angehörige, die sich in netter Atmosphäre
bei einer Tasse Kaffee mit anderen austauschen wollen.**

Wann: Mittwoch, 16. September 2026

14:00 Uhr bis 15:30 Uhr

mit Monika Köppel-Meyer

Wo: Wohnanlage Hauptmannsweg 1, Hof

**Thema: Stephanie Kohrhammer (Sozialdienst Wohnen)
informiert über Themen „Gesundheitliche Versorgungsplanung“
und „Ich stehe auf der Liste fürs Wohnen – und nun?“**

Eltern-Café



Redaktions-Team der OHL-Zeitung

(mit Anna Knarr)

**Unser Redaktions-Team trifft sich online
über Videokonferenz.**

Wir suchen Verstärkung.

Du willst dabei sein? Dann melde dich bitte im OHL-Büro!

Redaktions-Team



Wann: Donnerstag, 10. September 2026 ab 18:30 Uhr

Wo: online, der Link wird immer vor dem Treffen versendet

OHL „Save – the – Date“

Konzert mit dem Inklusiven Posaunenchor

Wann: Freitag, 25. September 2026
19:30 Uhr
Wo: Stadtkirche Peter & Paul
in Münchberg

BRASS
United
in Concert

OHL „Save – the – Date“

Gottesdienst in einfacher Sprache

„Vergiss nicht, was er Dir Gutes getan hat“ -
Vergiss-mein-nicht Gottesdienst
in einfacher Sprache, mit allen Sinnen

Wann: Sonntag, 27. September 2026,
09:30 Uhr danach gibt es
noch Kaffee und Kuchen
Wo: St. Michaelis Hof



OHL „Save – the – Date“

Herbstfest der Hochfränkische Werkstätten

Wann: 12. September 2026
13:00 Uhr – 18:00 Uhr
Wo: Südring 100, Hof

Zusatztipp: Isabell ist mit einem Info-Stand für die Offenen Hilfen und die VHS inklusiv dabei! Komm vorbei!

OHL Tipp: Verbraucherzentrale Informiert

In der VHS gibt es Kurse von der Verbraucherzentrale zu wichtigen Themen in einfacher Sprache. Sie finden online statt.

Was: Verträge-welche Rechte und Pflichten habe ich?
Wann: 14. Oktober 2026, 18-19 Uhr

Bitte melde dich über die VHS an! Bei Fragen melde dich bei Isabell Suckrau!

OHL Tipp: Barrierearmer Theaterbesuch

TouchTouren vom Theater Hof

In Kooperation mit den OHL bietet das Theater Hof vor ausgewählten Vorstellungen für blinde und sehbeeinträchtigte Menschen und alle Interessierten Touch Touren an.

Erspüre das Bühnenbild, die Kostüme und die Requisiten, um dir einen Eindruck vor der Aufführung zu machen, und erhalte eine Einführung in die Handlung.

OHL Tipp: Nachrichtenleicht Podcast

Ein Podcast ist wie eine Radiosendung, die man jederzeit im Internet anhören kann. Du kannst nachrichtenleicht als Podcast abonnieren. Das bedeutet: Neue Podcast-Folgen werden automatisch auf Deinem Computer oder Handy geladen. Du kannst dann Nachrichten in Einfacher Sprache hören, wann immer du möchtest. Der nachrichtenleicht-Podcast erscheint montags bis freitags um 19 Uhr.

Mehr Nachrichten in Einfacher Sprache unter: nachrichtenleicht.de – dort kannst Du auch alle Artikel lesen statt hören.

OHL Sprechstunde

Wir kommen zu Euch in die Werkstatt.

Gerne helfen wir bei der Anmeldung und beantworten Deine Fragen.

<u>Südring:</u>	Dienstag, 08. September 2026 12:00 bis 13:00 Uhr Cornelius Kelber
<u>Schaumberg:</u>	Dienstag, 08. September 2026 12:00 bis 13:00 Uhr Claudia Schäfer
<u>Oberkotzau:</u>	Dienstag, 08. September 2026 12:00 bis 13:00 Uhr Monika Köppel-Meyer
<u>Bauernhof:</u>	Dienstag, 08. September 2026 12:00 bis 13:00 Uhr Isabell Suckrau

(auch zu Fragen zum VHS-Programm!)



Bist du schon Mitglied...

...im Verein der Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung Stadt u. Landkreis Hof e.V.? Eine Beitrittserklärung kannst Du Dir in unserem Büro oder in der Lebenshilfe Verwaltung abholen – oder wir schicken sie Dir per E-Mail oder übers Handy zu.



Anmeldung bitte ankreuzen ☑:		
Feierabendtreff	☐ 02.09. ☐ 09.09. ☐ 16.09. ☐ 23.09. ☐ 30.09.	Fahrdienst ab HW ☐ ja  Fahrdienst nach Hause ☐ ja
Offener Treff	☐ 26.09.	
Frühstücks-Treff	☐ 19.09.	
Familientreff/ Stammtisch Naila	☐ 05.09.	
Familientreff / Stammtisch Münchberg	☐ 18.09.	
Bowling	☐ 03.09. ☐ 17.09.	Fahrdienst ab HW ☐ ja  Fahrdienst nach Hause ☐ ja
Inklusive Kletter-Gruppe	☐ 18.09.	Fahrdienst ab HW ☐ ja  Fahrdienst nach Hause ☐ ja
Blechblas-Unterricht	☐ Interesse	
Treffpunkt Arche	☐ 03.09.	Fahrdienst ab HW ☐ ja  Fahrdienst nach Hause ☐ ja
Eltern Café	☐ 16.09.	
Redaktionsteam	☐ 10.09.	

Bitte vollständig ausfüllen:

Name: _____

Adresse: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Südring ☐

Schaumbergstr. ☐

Oberkotzau ☐

TPZ ☐

Gruppenleitung: _____

Pflegegrad: ja ☐ nein ☐

Abrechnung über: Entlastungsleistungen ☐ UVP ☐ privat ☐

Du bist zum Zeitpunkt der Veranstaltung im **Urlaub** oder im **Praktikum**?

Gib uns Bescheid wo wir Dich finden: _____

Ort, Datum

Unterschrift (ggf. gesetzlicher Vertreter)



Anmelden?

Die Teilnahme an allen hier aufgeführten Angeboten ist nur nach vorheriger schriftlicher Anmeldung möglich. Bitte denkt dran uns Änderungen mitzuteilen, wie Urlaub, Praktikum etc.

Abmelden?

Ist die Teilnahme doch nicht möglich, dann bitte mindestens einen Tag vorher im OHL-Büro abmelden!

Krankheit?

Teilnehmende mit Grippe-Symptomen oder Schnupfen dürfen nicht zu den Angeboten kommen. Wir achten weiterhin aufeinander mit Hygiene-Regeln und Abstand.

Fahrdienst – neue Preise, seit Mai!

Für manche der OHL-Angebote bieten wir einen Hol- und Bringdienst.
Kosten: (einfache Fahrt)

Stadt Hof:

Landkreis Hof:

→ 3,00€ ←
→ 6,00€ ←

Betreuungskosten

Anfallende Betreuungskosten können je nach Pflegegrad über die Pflegekasse abgerechnet werden. Falls dies nicht möglich ist, stellen wir eine Privatrechnung.

Kontakt

Monika Köppel-Meyer
(Leitung)

Schaumbergstraße 8

95032 Hof

Tel. 09281 – 7847056

lebensfreude@lebenshilfe-hof.de

NEU

**Statt WhatsApp:
Wir benutzen
jetzt den Signal-
Messenger.**



ohl_lebenshilfe_hof.01