



- Inklusive Freizeiten im Tandemprinzip -

Außergewöhnliche inklusive Freizeiten für junge und jung gebliebene Erwachsene, egal ob sie geistig, psychisch, körperlich oder sinnesbeeinträchtigt sind oder nicht.

Termine:	20.02. – 23.02.2020	Kurzfreizeit	4 Tage	im Oberallgäu	
	08.06. – 13.06.2020	Freizeit 1	6 Tage	im Nürnberger Land	
	25.07. – 03.08.2020	Freizeit 2	10 Tage	im Harz	
	08.08. – 17.08.2020	Freizeit 3	10 Tage	im bayrischen Oberland	
	29.08. – 07.09.2020	Freizeit 4	10 Tage	im Oberallgäu	

Alle Freizeiten werden in Kooperation mit der Lebenshilfe Ostallgäu durchgeführt.

Kurzfreizeit: Das Allgäu hat mit seiner einzigartigen Landschaft für jeden etwas zu bieten. So wollen wir die vier Tage mit dem Bau einer Flaschenrutsche, Schneeschuhwandern, Schlittenfahren sowie einer Fackelwanderung gemeinsam verbringen. Untergebracht sind wir in einer großzügigen Ferienwohnung, wo wir uns selbst versorgen werden. Beginn am Donnerstag, den 20. Februar um 13:00 Uhr vor Ort (Adresse steht in der Einladung), Abreise am Sonntag, den 23. Februar um 16:00 Uhr. Geeignet ist diese Freizeit für Erwachsene mit entsprechender Mobilität für die Wanderungen und Schlittenfahrten im Gelände, die der alltäglichen Körperhygiene weitestgehend selbst nachkommen können.

Freizeit 1,2 und 3: Je nach Möglichkeiten und Fähigkeiten der TeilnehmerInnen stehen in dieser Freizeit Aktionen wie **Wandern, Baden, Bachbettbegehung, niedere Seilelemente, Naturerfahrung, kooperative Spiele, Höhlenbefahrung und eine Biwaknacht** unter freiem Himmel auf dem Programm.

Das Motto steht bei diesen Aktionen für Grenzen erfahren und Grenzen überschreiten. Wir wollen erfahrbar machen, dass es auch für Menschen mit geistigen, psychischen, körperlichen oder sinnlichen Beeinträchtigungen möglich ist, die oben genannten Aktivitäten anzunehmen und – mit Unterstützung – zu bewältigen. Durch Herausforderung, gegenseitige Anerkennung und den Zusammenhalt der Gruppe eröffnen sich meist ungeahnte Möglichkeiten.

Unser Konzept für diese Freizeiten:

- Zielgruppe: junge und junggebliebene Erwachsene
- Offenheit in Bezug auf die Beeinträchtigungsarten
- Unterschiedliche alpine spiel- und erlebnispädagogische Aktivitäten
- Jede/r Teilnehmer/in hat die Chance, sich selbst und seine/ihre Möglichkeiten neu zu definieren
- Tandem-Prinzip: Die TeilnehmerInnen sind gemeinsam in „Tandems“ unterwegs, das heißt: ein/e nichtbeeinträchtigte/r Teilnehmer/in begleitet jeweils eine/n Teilnehmer/in mit Beeinträchtigung; die Tandems wechseln dabei täglich.



- Zeitansatz: Samstag 17.00 Uhr bis Montag 10.00 Uhr, **also 10 Tage! (Freizeit 2-4)**
- **Ein zusätzlicher Vorbereitungstag (10.00 – 17.00 Uhr vor offiziellem Kursbeginn) für die nicht beeinträchtigten TeilnehmerInnen**

Den natürlichen Lebensraum entdecken und dabei wertvolle und neue Erfahrungen sammeln, gemeinsame Aktionen, Zusammenarbeit und Rücksichtnahme in einer Gruppe – das steht bei uns im Mittelpunkt.

Ort: Unterkunftshaus im Harz, Nürnberger Land und im bayrischen Oberland

Voraussetzungen:

Alpine Vorerfahrungen sind nicht notwendig, die TeilnehmerInnen sollten aber in der Lage sein, über längere Strecken im alpinen Gelände wandern zu können. Eine ausreichende Kondition für mehrstündige Unternehmungen, sowie Selbständigkeit in der täglichen Routine wird vorausgesetzt. Eine Pflege vor Ort kann **nicht** sichergestellt werden.

Freizeit 4: Hüttentrekking im Oberallgäu mit abschließender Höhlenbefahrung 29.08. – 07.09.2020

Diese mobile Freizeit wendet sich an junge und jung gebliebene Erwachsene mit und ohne Beeinträchtigung.

Neue Ideen, neue Herausforderungen, gemeinsam neue Grenzen überwinden - so lautet das Motto für diese inklusive Freizeit, für die alpine Vorerfahrungen nicht unbedingt notwendig sind.

Start- und Endpunkt ist ein Unterkunftshaus im Oberallgäu.

Übernachtet wird jeweils in gemütlichen Alphütten.

Die Voraussetzungen für die Teilnahme sind:

Selbständigkeit in der täglichen Routine (Waschen, Zähne putzen, Toilettengang), neben der körperlichen Fitness ist Ausdauer und Kondition für Gehzeiten bis zu sechs Stunden notwendig.

Die TeilnehmerInnen sind auch hier gemeinsam in „Tandems“ unterwegs (siehe Freizeit 1-3).

Ort: Unterkunftshäuser im Oberallgäu und Vorarlberg, Berg- und Alphütten.

Bitte beachten Sie, dass die Unterbringung in Mehrbettzimmern / Matratzenlagern erfolgt und die Unterkünfte nicht barrierefrei sind.

**Anmeldeschluss für: die Kurzfreizeit ist Montag 21.12.2019
für alle anderen Freizeiten ist Freitag 20.03.2020!**

Eine Ausrüstungsliste wird nach Anmeldung und Rücksendung des Fragebogens zugesandt.

Kosten für Menschen mit Beeinträchtigung:

Kurzfreizeit	420,- €
Freizeit 1	700,- €
Freizeit 2 - 4 jeweils	1.260,- €



Im Preis enthalten sind die Kosten für Vollpension, Trainer, Material- und Transportkosten, sowie eine kombinierte Haftpflicht- und Unfallversicherung für alle TeilnehmerInnen der Freizeit.

Der Abschluss einer Reiserücktrittskostenversicherung wird dringend empfohlen.

Kosten für Menschen ohne Beeinträchtigung:

Kurzfreizeit 120,- €, Freizeit 1 180,- €, Freizeit 2 bis 4 jeweils 300,- € pro Person,
für PraktikantInnen sind Unterkunft und Verpflegung kostenfrei.

Höhlenbefahrungen mit erlebnis integrativ

Wann: Juni / Juli / August / September 2020, jeweils 2,5 Tage
Teilnehmer: mindestens 6 TeilnehmerInnen, maximal 10 TeilnehmerInnen
Trainer: 2
Preis: pro Person 350,- €
für VP, incl. Trainer, Versicherung und Material (Helm, Stirnlampe)

Alpine Vorerfahrungen brauchen Sie nicht, Sie sollten aber in der Lage sein, sich selbständig über längere Strecken in unwegsamem Gelände fortbewegen zu können und ausreichende Kondition für mehrstündige Unternehmungen im Gebirge haben.

Diese Unternehmungen sind für uns auch als inklusive Maßnahmen (für beeinträchtigte und nicht beeinträchtigte Personen) durchführbar, wenn eine entsprechende Anzahl von **nicht** beeinträchtigten Personen, bzw. BetreuerInnen dabei sind.

Die Höhlenbefahrung kann auch als Fortbildung oder Teamtraining für Ihre Einrichtung oder Ihren Betrieb durchgeführt werden – fragen Sie uns – wir werden eine gute Lösung finden.

Ein inklusives Wochenende im Oberallgäu - Bergwandern und Hochseilgarten -

- Schneeschuhgehen und Meditation im Oberallgäu oder bayrisches Oberland -

Leistungen: 1 leichte Bergwanderung, verschiedene Aktionen im Hochseilgarten, je nach Möglichkeiten der TeilnehmerInnen,
Betreuung durch professionelle Erlebnispädagogen
Übernachtung und Vollpension

Durchführungstermine: **auf Anfrage**

Gedachter Zeitplan:

Tag 1 Anreise bis 17.00 Uhr	Zimmerbezug
Tag 2 09.30 – ca. 16.00 Uhr	leichte Bergwanderung, ca. 5 Stunden Gehzeit
Tag 3 09.30 – 17.00 Uhr	Hochseilgarten Abschlusskaffee

oder:

Unterstützt von modernem Equipment genießen wir 2 Tage lang mit Schneeschuhen



die Freiheit in der Natur. Verschiedene Arten der Meditation werden wir zusammen morgens oder abends praktizieren, um die Tage in intensiver Erinnerung nachwirken zu lassen.

Leistungen:

- Morgens oder abends geführte Meditationen, nach Wunsch der TeilnehmerInnen
- Schneeschuhwanderungen
- Übernachtung und Vollpension
- Leihmaterial vor Ort: Schneeschuhe und Skistöcke, LVS-Gerät (nach Bedarf)

Zeitplan:

Tag 1	Anreise bis 17.00 Uhr	Zimmerbezug
Tag 2	09.30 - ca. 16.00 Uhr	Schneeschuhwanderung, Spiele im Schnee
Tag 3	09.30 - 16.00 Uhr	Schneeschuhwanderung, Spiele im Schnee
	16.00 - 17.00 Uhr	Abschlusskaffee / Ende

Preis pro Person für Vollpension, Trainer und Material (2 ½ Tage) 350,- €

Teilnahme: mindestens 6 Personen, incl. Betreuern / nicht behinderten TeilnehmerInnen
 maximal 10 Personen, incl. Betreuern / nicht behinderten TeilnehmerInnen
 Die Unterbringung erfolgt in einem Unterkunftshaus im Oberallgäu / Vorarlberg;
 nach Anmeldung wird eine Ausrüstungsliste zugesandt.

Termine: Dezember 2019 – März 2020, je nach Schneelage, Absprache / Anmeldung

Zum Mitmachen bei uns sind beeinträchtigte und nicht beeinträchtigte Menschen eingeladen, wobei die Art der Beeinträchtigung fast keine Rolle spielt

– für Rollstuhlfahrer sind diese Angebote leider nicht geeignet -.

Bei Rückfragen zu den Angeboten bitten wir Sie um Kontaktaufnahme:

Eberhard Haeuschkel mobil 0171-995 01 54 info@erlebnis-integrativ.de

87527 Sonthofen Altstädter Straße 19 a www.erlebnis-integrativ.de



Franz Ganslmaier mobil 0170-203 22 21 info@sich-erleben.net

83544 Alpbach Haager Straße 2 www.sich-erleben.net



Wir danken den nachstehenden Partnern für die Unterstützung unserer inklusiven Veranstaltungen für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung

