

## Wie gelingen uns die Ziele? – Die Grundpfeiler des Projektes

**Partizipation:** Ein Projekt FÜR Menschen mit geistiger Behinderung? Nein, ein Projekt MIT ihnen! Teilhabe im Projekt ist uns ein wichtiges Anliegen. Die Zielgruppe soll in alle Prozesse einbezogen werden. Denn sie sind Experten in eigener Sache und sollen mitreden und mitgestalten.

**Netzwerkarbeit:** Um mehr Angebote für die Zielgruppe schaffen zu können, bedarf es gemeinsamer Planungen und Überlegungen zwischen Behindertenhilfeträgern und Freizeitangebietern. So können Problematiken im Vorfeld festgestellt und bearbeitet, Umsetzungsideen ausgetauscht und Erfahrungen weiter gegeben werden.

**Beratung und Vermittlung:** Die Beratungsstelle des Projektes bietet der Zielgruppe eine Freizeitberatung an. Mit der Person wird gemeinsam herausgefunden, wo ihre Interessen liegen, welche Fähigkeiten und Ressourcen sie mitbringen und welche Angebote trotz eventuell vorhandener Einschränkungen für sie passend sind. Mit den Ergebnissen des Beratungsgesprächs wird dann nach einem passenden Angebot gesucht. Dazu gehören auch Begleittermine zu Anfang, um einen guten Start gewährleisten zu können.

**Öffentlichkeitsarbeit/Akquise:** Das Projekt bietet eine Internetseite, die es ermöglicht nach Angeboten zu suchen und sie zu filtern. Weiterhin ist Öffentlichkeitsarbeit wichtig für die Bekanntmachung und Verbreitung des Projektes. So kann das Interesse von Freizeitangebietern, Behindertenhilfeträgern und der Zielgruppe geweckt werden.

## Werden Sie Teil des Projektes!

Um unser Vorhaben möglich zu machen, braucht es mehr als eine gute Idee. Wir brauchen offene und interessierte Personen, Träger und Vereine, die mit uns daran arbeiten wollen, der Zielgruppe mehr Möglichkeiten für eine Freizeitgestaltung nach ihren Wünschen und Interessen zu bieten.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann melden Sie sich gerne bei uns oder besuchen Sie unsere Internetseite:

**Kontakt:** Lebenshilfe Bremen für Menschen mit geistiger Behinderung e.V.  
Waller Heerstraße 55, 28217 Bremen

Ansprechpartner:

**Julia Mandos**

**Tel.: 0421-387 77-79**

**mandos@inklusive-freizeit-bremen.de**

Schwerpunkte: Netzwerkarbeit, Akquise, Beratung und Vermittlung, Partizipation, Budgetplanung

**Daniel Hörmann**

**Tel.: 0421 387 77-641**

**hoermann@inklusive-freizeit-bremen.de**

Schwerpunkte: Akquise, Öffentlichkeitsarbeit, Internetauftritt

**Weblinks:**

[www.inklusive-freizeit-bremen.de](http://www.inklusive-freizeit-bremen.de)

[www.lebenshilfe-bremen.de](http://www.lebenshilfe-bremen.de)

[www.facebook.de/inklusivefreizeitbremen](https://www.facebook.de/inklusivefreizeitbremen)

gefördert durch:

**AKTION  
MENSCH**

# Inklusive Freizeit Bremen

Mehr Vielfalt.  
Mehr Miteinander.



 **Lebenshilfe  
Bremen**

## Warum Freizeit so wichtig ist

Freizeit trägt im Sinne von »frei gestaltbarer Zeit« in besonderem Maße zur Zufriedenheit und Ausgeglichenheit in unserem Arbeitsalltag bei.

Während wir im Beruf an Pflichten und Auflagen gebunden sind, können wir in unserer Freizeit das tun, was wir wirklich möchten. Wir können Freizeit zur Erholung, Selbstentfaltung und Persönlichkeitsentwicklung, für kulturelle oder sportliche Aktivitäten oder zur Teilhabe am gesellschaftlichen Leben nutzen. Was wir mit unserer freien Zeit machen bleibt uns überlassen, denn die Auswahlmöglichkeiten sind vielfältig. Aber gilt das wirklich für uns alle?



## Freizeit für Menschen mit geistiger Behinderung



Auch wenn in den letzten Jahren die Zahl inklusiver Angebote im Bremer Raum gestiegen ist, fehlt es weiterhin an umfangreichen Auswahlmöglichkeiten für erwachsene Menschen mit geistiger Behinderung. Freizeit bedeutet für die Zielgruppe auch heute noch: Kompromisse eingehen, Wünsche und Vorstellungen zurückstellen und »das nehmen, was man bekommen kann«.

Auf der Strecke bleibt am Ende das, was Freizeit eigentlich bewirken soll: Erholung, Selbstentfaltung, Aktivität, Selbstbestimmung und besonders Teilhabe am gesellschaftlichen Leben.

## Das Projekt Inklusive Freizeit Bremen

Aus diesem Grund setzt sich das Projekt »Inklusive Freizeit Bremen« für **mehr Vielfalt** und **mehr Miteinander** von erwachsenen Menschen mit und ohne Behinderung ein. Im Bereich Freizeit geht es um Spaß und Gemeinschaftssinn. Ein guter, ungezwungener Kontext, um Inklusion voranzubringen.

Das Projekt fördert die Weiterentwicklung der Angebotslandschaft, um Menschen mit Behinderung ebenso wie Menschen ohne Behinderung die Chance zu geben, in der Freizeit ihre Stärken und Talente und damit auch ihre Persönlichkeit zu entfalten.

Kurse und regelmäßige Veranstaltungen sollen für Menschen mit und ohne Behinderungen frei zugänglich sein und einen neuen Weg ebnen, der mehr Vielfalt im Freizeitbereich zulässt.

