

Broschüre zu Freizeitaktivitäten für Menschen mit Beeinträchtigung

Zusammengestellt von:



Eltern beraten Eltern von Kindern mit und ohne Behinderung e.V. ist ein Familiennetzwerk, das sich für den Abbau der gesellschaftlichen Isolation der Familien mit Kindern mit Beeinträchtigung und für die gesellschaftlichen Teilhabe von Kindern und jungen Menschen mit Beeinträchtigung einsetzt.

Idee und Recherche:

Satz und Layout für die Onlineausgabe: Valentina Ignat

Aktualisiert: Jutta Rogge-Strang

Stand 03/2010

Kontakt:

Gritznerstr. 18-20

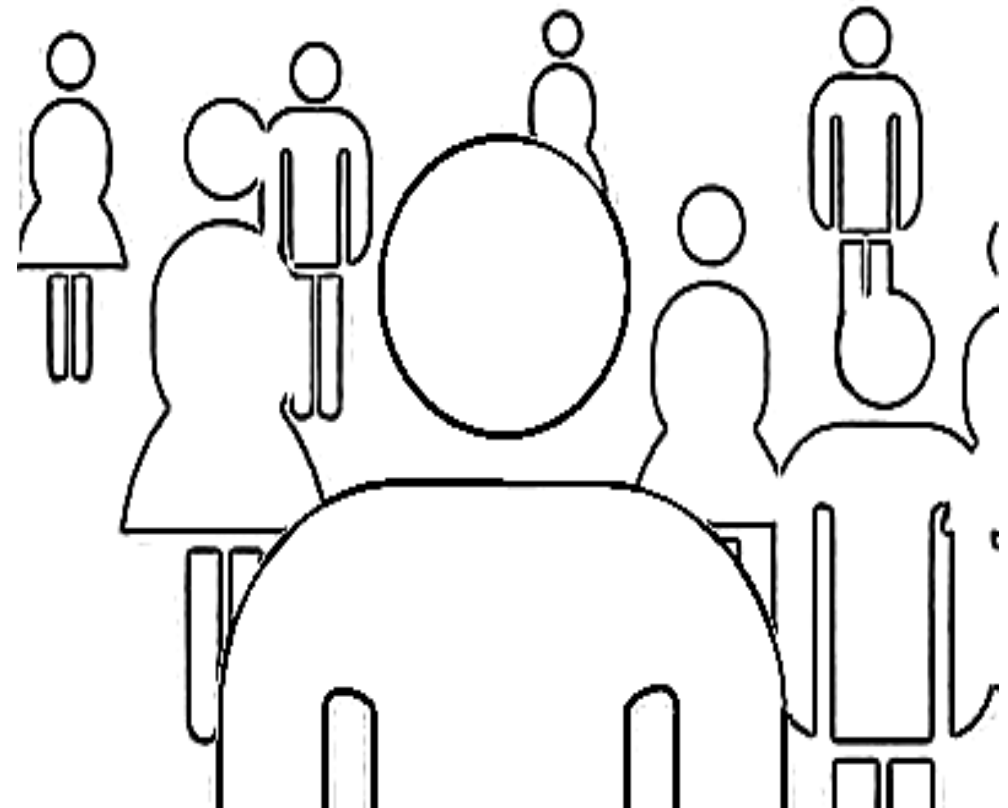
12163 Berlin

Tel. 030 - 821 67 11

Fax 030 - 89 74 78 34

www.eltern-beraten-eltern.de

mail@eltern-beraten-eltern.de



Liebe Leserinnen, liebe Leser

Dieses Heftchen soll Euch weiterhelfen, wenn ihr mal nicht wisst, was ihr mit eurer Freizeit anfangen könnt.

Ihr findet zu jedem Bezirk verschiedene Angebote und könnt ganz nach Lust und Laune nachschauen, wonach Euch so ist.

Ich habe viele Angebote herausgefunden, die ich in die drei Kategorien Kunst & Kultur, Freizeitangebote und sportliche Aktivitäten geordnet habe.

Berlin ist eine große Stadt und bestimmt habe ich den einen oder anderen Verein vergessen. Wenn Ihr noch gute Tipps habt, wo Ihr gerne Eure Zeit verbringt und andere davon wissen sollen, dann meldet Euch bei Eltern beraten Eltern von Kindern mit und ohne Behinderung e.V. (Kontakt auf der Rückseite) und wir nehmen Eure Ideen mit auf.

Leider gibt es in Berlin noch immer wenige Jugendclubs, in denen auch Menschen mit Beeinträchtigung selbstverständlich willkommen sind. Also wenn Ihr dazu noch Vorschläge habt, dann schnell anrufen.

Viel Spaß beim Durchblättern und raus in die Stadt mit Euch.
Alleine zu Hause rumhängen ist doch langweilig, oder?

Saskia Perthel

(ehemalige Praktikantin bei Eltern beraten Eltern)
aktualisiert von Jutta Rogge-Strang, Stand Februar 2010

Habt ihr noch Tipps oder Infos zu tollen Freizeitangeboten in Berlin, die wir noch nicht entdeckt haben?

Dann ruft uns an unter 030 – 821 67 11 oder schickt uns eine Email:
mail@eltern-beraten-eltern.de

INHALTSVERZEICHNIS

Kunst & Kultur	3
Freizeitangebote	7
Sportliche Aktivitäten	17

KUNST & KULTUR

Farbklang - Atelier für Kinder und Jugendliche (Mitte)

Auguststr. 21, 10117 Berlin
Tel.: 030/ 288 84 431 (9-15 Uhr)

www.farbklang-berlin.de

Das Atelier versteht sich als außerschulische Jugendbildung, bei der auch Menschen mit Beeinträchtigung willkommen sind. Angeboten werden Bildhauerei, Plastisches Gestalten, Druck, Malen und Zeichnen. Termine nach Vereinbarung.

Lichtenberger Kulturverein e. V. (Lichtenberg)

Sewanstr. 43, 10319 Berlin
Tel.: 030/ 510 69 640

www.lichtenberger-kulturverein.de

Kunst- und Kulturprojekt für alle Altersstufen und alle die Lust haben auf Künstlerisches Gestalten, Holzwerkstatt, Keramik, Metallwerkstatt.

Theater- Werkstatt Thikwa (Kreuzberg)

Oranienstr. 185, 10999 Berlin
Tel.: 030/ 614 64 67

www.thikwa.de

Künstlerisches Experiment mit behinderten und nichtbehinderten Künstlern. Alle Thikwa-Inszenierungen werden von Schauspielern mit und ohne Behinderung gemeinsam erarbeitet und auf die Bühne gebracht.

KUNST & KULTUR

Sonnenuhr e.V. (Prenzlauer Berg)

Schönhauser Allee 36-39, 10405 Berlin
Tel.: 030/ 440 490 44/45

www.theater-rambazamba.de

Werkstatt der Künste für Menschen mit geistiger Behinderung und Andere. Eine Adresse, wo regelmäßig Theater und Zirkus gespielt wird, Kunstateliers, eine Keramikwerkstatt, eine Textilwerkstatt, ein Fotoatelier und zwischendrin Räume für Musik vorhanden sind.

Künstlerische Bildung für Menschen mit Behinderung

Projekt der Sonnenuhr ab Herbst 2009

Junge Menschen im Alter von 14-27 Jahren, können sich in den Medien Malerei, Keramik, Fotografie und in experimentellen Klangerfahrungen ausprobieren.

Infos und Anmeldungen unter Tel.: 030/ 440 490 44

Wiesenzirkus Bunterhund (Rüdersdorf)

Zirkuszelt, Strasse der Jugend, Rüdersdorf
Tel.: 0171 55 66 440

www.bunterhund.net

Versteht Integration von Menschen mit Beeinträchtigung, als Plattform für "Normale", "Andersartige" und "Verrückte". Angebote: Freizeitangeboten für Familien (Keramik, Malerei, Installation und Theater); integrativer und generationsübergreifender Theater- und Zirkusgruppen; Luftakrobatik (Trapez, Vertikal-Tuch); Stelzentheater

KUNST & KULTUR

Dynamis e.V.

Kreativwerkstatt

Oldenburgerstr. 11, 10551 Berlin

Tel.: 030/ 395 02 159

Fax: 030/ 395 02 161

info@dynamis-berlin.de

www.dynamis-berlin.de

Hier können Menschen mit Beeinträchtigung die Möglichkeiten nutzen, ihre eigene Kreativität zu entfalten.

Immer freitags von 15:30-18 Uhr

Schreibwerkstatt

Unter Anleitung einer Literaturwissenschaftlerin mit langjähriger Erfahrung in der Arbeit mit Menschen mit Beeinträchtigung können Erwachsene, aber auch interessierte Jugendliche mit Beeinträchtigung an eigenen Text arbeiten, lernen und damit viel Spaß haben.

Für weitere Informationen oder Anmeldungen wenden sie sich bitte direkt an Conny Smolny

Tel.: 0163 261 42 77

Musikschulen

(in versch. Bezirken)

www.musikschulen.de

Seit 2000 „Empfehlung für die Arbeit mit Menschen mit Behinderung an Musikschulen“. Individuelle Angebote entsprechend dem gesuchten Bezirk erfragen.

z.B. **Leo Kerstenberg Musikschule** (Mariendorf)

Wolfsburger Weg 13-19, 12107 Berlin

Tel.: 030/ 756 06 96

FREIZEITANGEBOTE

Freizeitstätte „Der Blankenburger“

(Blankenburg)

Gernroder Str. 6, 13126 Berlin

Tel.: 030/ 474 27 72

www.der-blankenburger.de

Zielgruppe sind behinderte Menschen, Jugendliche, Kinder und SchülerInnen in der Altersstufe von 10 bis 18 Jahren. Zu den Freizeitangeboten zählen Umweltprojekte, Sport, kreative Angebote, Kurse, Hausaufgabenhilfe, Projektarbeit u. v. m.

Öffnungszeiten:

Mo/ Do/ Fr 13-20:30 Uhr

Di/ Mi 10-18 Uhr

Jugendclub Trabacher

(Weißensee)

Trabacher Str. 23, 13088 Berlin

Tel.: 030/ 925 02 06

www.jc-trabacher.de

Die Angebote richten sich an Jugendliche und Erwachsene mit Behinderung, die in ihrer Freizeit Kickertisch, Tischtennis, den Computerbereich, Dart und/ oder verschiedene Kurse nutzen möchten. Zu den Kursen zählen Graffiti, Djing und Beatbox, Bewegung und Entspannung, Musikzirkel sowie Darstellendes Spiel.

Öffnungszeiten:

So - Do 15-22 Uhr

FREIZEITANGEBOTE

Integratives Kinder- und Jugendfreizeitheim Flipper (Friedenau)

Ebersstr. 68, 10827 Berlin
Tel.: 030/ 787 46 63

www.kinderhaus-friedenau.de

Der Verein ist Träger einer Integrationstagesstätte und eines integrativen Kinder- und Jugendfreizeitheim. Ziel des Vereins ist die gemeinsame Erziehung von Kindern und Jugendlichen mit und ohne Behinderung. Angeboten werden künstlerische Aktionen, Breakdance, Filmnachmittage, Holzwerkstatt, Schularbeitshilfe u.v.m.
Öffnungszeiten:
Mo-Fr 12-18 Uhr

Integrationsprojekt vom Bund Deutscher PfadfinderInnen (Mitte)

Axel- Springer- Str. 40/41, 10969 Berlin
Tel.: 030/ 252 14 51

<http://integrationsprojekt.org>

Ein Ort sozialer Begegnungen für Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderung. Es findet ein tägliches Programm mit diversen Angeboten statt, u.a. Hausaufgabenhilfe, Kochen und gemeinsame Ausflüge.

Öffnungszeiten:

Mo 16-18 Uhr

Di/ Mi/ Do 15-19 Uhr

Fr 14-19 Uhr

Sa/ So 13-17 Uhr

FREIZEITANGEBOTE

Freizeitclub Aktion Weitblick (Steglitz)

Treischkestr. 16, 2163 Berlin
Tel.: 030/ 792 92 42

www.aktion-weitblick.de

Der **Freizeitclub** ist ein Treffpunkt für Menschen mit geistiger und psychischer Behinderung von 17-70 Jahren. Es gibt Beratung, Freizeitangebote und tagesstrukturierende Maßnahmen.

Öffnungszeiten:

Mo - Fr 11-13 Uhr

sowie tägl. Gruppen am Nachmittag

Die **Internetseite für Menschen mit Lernschwierigkeiten** in Berlin www.kugelfisch-berlin.de wurde vom Freizeitclub entwickelt. Es gibt viele Möglichkeiten im Redaktionsteam des Kugelfisches mitzumachen: Geschichten schreiben, im Gästebuch und im Forum schreiben. Schaut euch die Seite an, es lohnt sich!

Treffpunkt Thomasstraße (Neukölln)

Thomasstraße 69, 12053 Berlin
Tel.: 030/ 625 40 66

www.awo-suedost.de

Der Treffpunkt Thomasstraße ist eine rollstuhlgerechte Freizeiteinrichtung für Menschen mit und ohne Behinderung ab 15 Jahre. Die Besucher sollen selbst bestimmen, wie sie ihre Zeit im Treffpunkt verbringen möchten. Die Angebote möchten Anregungen bieten und einen Ausgleich zur Arbeit und zum Alltag schaffen.

FREIZEITANGEBOTE

Spastikerhilfe e. V. Berlin (in versch. Bezirken)

Lindenstr. 20-25, 10969 Berlin
Tel.: 030/ 259 37 562

www.spastikerhilfe.de

Freizeitaktivitäten für Menschen mit mehrfachen Behinderungen von 30-60 Jahren. In 13 Freizeitclubs können die Besucher ihre freie Zeit mit Unterstützung von ausgebildeten Betreuern selbst gestalten. Zu den Angeboten zählen Ausflüge zu Kulturveranstaltungen, Restaurantbesuche, Musikgruppen, Theaterprojekte sowie ein offenes Treffen am Samstag im Café Charlottchen.

Integral (Friedrichshain)

Marchlewskistr. 25c, 10243 Berlin
Tel.: 030/ 296 09 68

www.integral.de

Das Integral- Begegnungszentrum ist eine Kultur- und Freizeiteinrichtung für Menschen jeden Alters mit und ohne Behinderung, die gerne ihre Freizeit aktiv verbringen, sich künstlerisch ausprobieren wollen oder andere Gäste des Hauses treffen möchten.

Kursangebote: Backen/Kochen, Computer; Foto, Video, Handwerken/ Mosaik, Seidenmalerei, Entspannung, Keyboard/Gitarre. Jeden letzten Freitag im Monat findet eine Disco statt.

Öffnungszeiten:
Mo – Fr 9-20 Uhr

FREIZEITANGEBOTE

Freizeitclub Archenholdstraße (Lichtenberg)

Archenholdstr. 102, 10315 Berlin
Tel.: 030/ 525 21 23

www.rbo-info.de

Treffpunkt für Besucher mit und ohne Behinderung ab dem 18. Lebensjahr. Angebote: Computerspiele, Kreatives Arbeiten, Billard, Dart, Tanzen, Musiknachmittage u. v. m.

Öffnungszeiten:

Mo/ Do/ Fr. 12-18 Uhr

Di/ Mi. 9-12 Uhr und 14-16 Uhr

Zukunftssicherung e.V. (Zehlendorf)

Onkel-Tom-Str. 80, 14169 Berlin
Tel.: 030/ 813 40 31

www.zukunftssicherung-ev.de

Die Freizeitgruppen sind Angebote für Jugendliche und Erwachsene mit geistiger Behinderung. Sie bieten Möglichkeiten für Erholung, Entspannung und Spaß und finden in der Cauerstr. 34, 10587 Berlin statt. Di. 15:30-19:00

Angebote: Seidenmalen, Volkstanz, Theater- Musikgruppe und Samstagsschule.

Öffnungszeiten:

Fr. 15-19 Uhr

Sa. 11-15 Uhr

FREIZEITANGEBOTE

Fürst Donnersmarck Stiftung

Schädestr. 9-13, 14165 Berlin
Tel.: 030/ 847 18 723 (Bereichsleiterin Frau Kähnen- Hurlin)

www.fdst.de

Mit dem Ziel, Kreativität zu entfalten sowie Fähigkeiten und Visionen aufzugreifen, bietet die Fürst Donnersmarck- Stiftung vielfältige Freizeitangebote an zwei Standorten:

Blisse 14 (Wilmerdorf)

Blissestr. 12, 10713 Berlin
Tel.: 030/ 847 18 750

www.blisse14.de

Wiedereröffnung von Cafe- und Restaurantbesuch voraussichtlich am Mai 2009. Ein Besuch lohnt sich bestimmt.

Villa Donnersmarck (Zehlendorf)

Schädestr. 9-13, 14165 Berlin
Tel.: 030/ 847 18 7-0 (Sekretariat)

An jedem Tag treffen sich Menschen zu gemeinsamen Ausflügen, Gesprächen, Spiel und Spaß und um nette Leute kennenzulernen. Zusätzlich werden versch. Kurse angeboten, z.B.: Kreistänze, Theatergruppen und Bastel Workshops.

Halbjährlich erscheint ein Veranstaltungsprogramm mit unterschiedlichen Möglichkeiten für gemeinsame Ausflüge und vieles mehr.

FREIZEITANGEBOTE

Kinder- und Jugendclub Sinneswandel (Kreuzberg)

Friedrichstr. 12, 10969 Berlin

Tel.: 030/ 848 57 021

www.sinneswandel-berlin.de

Das Jugendzentrum für gehörlose und hörbehinderte Jugendliche, sowie deren hörende Geschwister und Freunde, bietet Räumlichkeiten zur Erholung, zur Pflege von Kontakten und vieles mehr. Zu den Angeboten zählen Hausaufgabenhilfe, Unterstützung in allen Lebenslagen der Jugendlichen, sowie Beratung. Im Vordergrund steht die Förderung der Kommunikation in Gebärdensprache.

Öffnungszeiten:

Di/ Mi/ Do 15-20:30 Uhr

Fr 16:30- 22 Uhr

Spatzennest (Treptow)

Ortolfstr. 182-184, 12524 Berlin

Tel.: 0178/ 692 59 85

Diese Jugendfreizeitstätte bietet eine offene Freizeitgestaltung für junge Menschen mit überwiegend geistiger Behinderung. Die Räume stehen als Begegnungsstätte zur Verfügung und neben dem offenem Bereich werden eine Theatergruppe und versch. Kurse angeboten.

Öffnungszeiten:

Sa 14-20 Uhr

So 11-17 Uhr

FREIZEITANGEBOTE

Jugendfreizeiteinrichtung „eastside“ (Lichtenberg)

Volkradstr. 4, 10319 Berlin
Tel.: 030/ 525 15 18

www.eastsideclub-lichtenberg.de/

Die Freizeiteinrichtung bietet für Kinder und Jugendliche von 12 bis 21 Jahren offene Freizeitangebote, künstlerisches Gestalten, Sport und viele Spielmöglichkeiten (Dart, Kicker, Billard).

Menschen mit Behinderung gehören ebenfalls zur Zielgruppe.

Öffnungszeiten:

Mo - Fr: 11:30-20:00 Uhr

Cocas e.V. (Neukölln)

Friedrichsbrunner Str. 9, 12347 Berlin
Tel.: 030/ 62 57 318

Angebote: Gesprächskreise, Vorträge, gemeinsame Ausflüge

Öffnungszeiten:

Mo 14-tägig 10-16 Uhr und jeden Fr 10-21 Uhr

VFJ Freizeitclub- Vereinigung für Jugendliche Berlin (Neukölln)

Grenzallee 53, 12057 Berlin
Tel.: 030/ 682 81 520

www.vfj.de

Freizeitgestaltung nach Feierabend und an den Wochenenden. Dazu gehören Unterhaltung, Austausch, gemeinsame Spiele, Tanz, Filme und Vorträge über Wissenswertes wie Gesundheit, Umwelt, Politik.

Öffnungszeiten:

Di 18:30-20:30 Uhr und Mi 15.45-17:45 Uhr

FREIZEITANGEBOTE

Dynamis e.V. (Reiseangebote)

Oldenburger Str. 11, 10551 Berlin
Tel. 030/ 395 02 159

www.dynamis-berlin.de

Die Angebote sollen die soziale Integration und Teilhabe am gesellschaftlichen Leben fördern. Weiterhin bieten wir Eltern die Möglichkeit, neue Kraft zu schöpfen, indem wir ihre Kinder auf Reisen oder perspektivisch auch in den Ferien in Berlin betreuen.

Sterntal e.V.

Sterntal Disko im Pinellodrom

Dominicusstraße 5-9, 10823 Berlin-Schöneberg
Tel 030/ 782 67 35

www.sterntal.de/disco.html

Für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit und ohne Behinderungen. Treffen an jedem zweiten Donnerstag von 16 bis 20 Uhr. Lassen wir es ebenso schön krachen wie bisher: Laute Musik – Tanzen – Spaß haben! Wir freuen uns auf euch und sind wie immer offen für Wünsche und Ideen!

Eintritt: 1 EURO

Sterntal Reisen

Lefèvrestr. 20, 12161 Berlin
Claudia Bruckmann und Barbara Kunze
Tel 030/ 851 020 53

www.sterntal.de

Sterntal bietet Reisen an, die Menschen mit Beeinträchtigung Erholung, Spaß und Abenteuer versprechen – unabhängig vom Pflege- oder Betreuungsbedarf des Einzelnen.

FREIZEITANGEBOTE

Freiraum — Treff für Mädchen und junge Frauen

Mahlerstr. 4, 13088 Berlin-Weißensee
Tel. 949 00 18

Die ehemaligen Teilnehmerinnen des Comic-Projekts vom Netzwerk behinderte Frauen Berlin e.V. über den Alltag von Mädchen und jungen Frauen mit Behinderungen treffen sich auch weiterhin in Pankow.

Neue Mädchen und junge Frauen sind herzlich willkommen.
Termine: Mi.: 15.30 -17.30 Uhr (außer in den Ferien)

Ausblicke e.V. (Hohenschönhausen)

Am Hechtgraben 1, 13051 Berlin
Tel.: 030/ 986 39 315

Freizeitclub für behinderte Jugendliche mit folgenden Angeboten:
Kraftsport, Tischspiele, Computerraum, Basteln und Bowling

Preddöhl International

Dorfstr. 4, OT Preddöhl, 16945 Küssernitztal
Tel.: 033986 - 50445

www.preddoehl-international.de

Angebote: Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse, Aktivitäten mit Tieren und mit den Schlittenhunden, Reiten. Kurse für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit und ohne Behinderung in geschlechtergetrennten Gruppen (wenn die Teilnehmenden älter als 10 Jahre sind und der Themenschwerpunkt dies erfordert). Alle Kurse werden von erfahrenen Trainerinnen mit einer Lizenz im Rehabilitationssport geleitet.

FREIZEITANGEBOTE

Willkommen im Fuchsbau Für junge Menschen mit Handikap (Reinickendorf)

Seit vielen Jahren verbringen junge Menschen mit Handikap ihre **Ferien** im Haus der Jugend dem Fuchsbau. Diese familienentlastende Maßnahme wird von der „Lebenshilfe Berlin“ für Menschen mit geistiger Behinderung organisiert und in Kooperation mit dem Fuchsbau durchgeführt.

Die Teilnehmer/innen können sich bei verschiedenen Beschäftigungen im Haus die Zeit vertreiben und Spaß und Spiel mit ihren Freunden und Bekannten haben. Damit ergeben sich Begegnungen mit Besucherinnen und Besuchern des Fuchsbau, die für alle hilfreich sind.

Am jeweils letzten Freitag eines Monats findet von 18 - 20 Uhr eine **Disco** für Menschen mit Handikap statt. Die Disco ist ein beliebter und inzwischen bekannter Treffpunkt. Musik und Tanz sorgen für eine gute Stimmung. Als Eintritt erwartet der Fuchsbau nur gute Laune aller Besucher und Besucherinnen!

Haus der Jugend /Fuchsbau
Thurgauer Str. 66
13407 Berlin
Tel. 49859940
E-Mail: info@berlin-fuchsbau.de
Website: www.berlin-fuchsbau.de

SPORTLICHE AKTIVITÄTEN

ReitTherapieZentrum Berlin GbR (Wannsee)

Don-Bosco-Steig 14, 14109 Berlin
Tel.: 030/ 805 87 518

www.reitherapiezentrum.de

Das Reittherapiezentrum bietet eine vielfältige Palette von Angeboten rund ums Pferd mit dem Schwerpunkt „Therapeutisches Reiten“. Zu den Angeboten zählen z. B. Heilpädagogisches Voltigieren und Reiten, sowie Reiten als Sport für Menschen mit und ohne Behinderung.

Integrative Judo-Freizeitgruppe (Wilmsdorf)

Grundschule am Rüdeshheimer Platz
Rüdeshheimer Str. 30, 14197 Berlin
Ansprechpartner: Sebastian Lengert
Tel. 0176/-81 00 89 01

Für Menschen mit Beeinträchtigung ab 15 Jahren bietet das Dojo des Polizei-Sport-Vereins Berlin e.V. eine integrative Judo-Freizeitgruppe an.

Wichtig zu beachten:

Aus versicherungstechnischen Gründen ist bei bestimmten Beeinträchtigungen (z.B. Herzklappenfehler, Diabetes, Asthma) ein Attest von der Fachärztin / vom Facharzt vorzulegen, das die Teilnahme befürwortet. Eine Bescheinigung der Hausärztin /des Hausarztes genügt nicht.

Trainingszeit:

Di 19:30 bis 21:00 Uhr

SPORTLICHE AKTIVITÄTEN

Rollstuhltanzverein „Wheels in Motion“ (Mitte)

Trainingsort:

Gymnastikhalle Strahlsunder Str. 44, 13355 Berlin

Tel.: 030/ 856 05 664

www.wheels-in-motion.de

Vermittlung von Spaß und Freude am Tanzen für Menschen mit und ohne Behinderung. Das Selbstbewusstsein sowie die Kreativität sollen gefördert werden. Durch Auftritte und Präsentationen wird der Rollstuhltanz einer breiten Öffentlichkeit vorgestellt.

Trainingszeit:

Fr 18-20 Uhr

Rollstuhltanzgruppe „Rock & Wheels“ (Lichtenberg)

Trainingsort:

Sporthalle der Schule „Carl von Linne“

Paul-Junius-Str. 15, 10317 Berlin

Tel.: 030/ 501 08 012

www.rollstuhltanz.de

Angeboten werden das Erlernen von Tanzelementen, Übungen für Rhythmus und Taktgefühl, Einstudieren von Tänzen und gesamten Choreographien.

Trainingszeit:

Mo 18-20 Uhr

SPORTLICHE AKTIVITÄTEN

Aqua Integrale (in versch. Bezirken)

Granatenstr. 1, 13409 Berlin

Tel.: 030/ 452 11 58

Bürozeiten:

Di. 9-12 Uhr und Fr. 16-20 Uhr

www.berliner-wasserratten.de

Projekt des Behinderten- Sportverbandes e.V. in Kooperation mit den Berliner Wasserratten für Kinder und Jugendliche mit Beeinträchtigungen als Fortsetzung des bisherigen Präventionschwimmens.

Berliner Behinderten Sportverein (in verschied. Bezirken)

Hanns-Braun-Str./Friesenhaus 1, 14053 Berlin

Tel.: 030/ 300 99 675

www.bsberlin.de

Die Angebote des BSB teilen sich in die Bereiche Leistungssport, Rehabilitationssport, Jugendsport und Mädchen-, Frauensport. Im Programm enthalten sind die verschiedensten Sportarten von Badminton bis Yoga. Es gibt die Möglichkeit, einzelne Kurse zu besuchen, sowie einem Verein beizutreten.

SPORTLICHE AKTIVITÄTEN

Sportverein Pfefferwerk e.V. (Prenzlauer Berg)

Fehrbelliner Str.92, 10119 Berlin

Tel.: 030/ 673 00 160

(nur AB, E-Mail Kontakt wird empfohlen)

www.pfeffersport.de

Angeboten werden „Rollisport“ und „integrativer Kindersport“:

Trainingsort: Sporthalle der Schule „Carl von Linne“

Paul-Junius-Str. 15, 10367 Berlin

Tel.: 030/ 501 08 012

Rollisport: Neben verschiedensten Spielen in der Gruppe (Mädchen und Jungen zwischen 4-14 Jahren) wird der sichere Umgang mit dem Rollstuhl in einer Art Mobilitätstraining geübt.

Integrativer Kindersport: verschiedene Bewegungsangebote für verschiedene Altersgruppen, z.B. „Bewegungsgarten“, Ballwechsel, Spielen, Rangeln, Raufen u. v. m.

Capoeira - Grupo Menino do Curuzu (Friedrichshain)

Trainingsort:

kleine Sporthalle der Emanuel-Lasker-Oberschule Modersohnstraße
Ecke Corinthstraße

Tel.: 0151/ 186 80 176

www.myspace.com/ Menino do Curuzu e.V

Capoeirakurs für Menschen mit und ohne Behinderung

Trainingszeit:

Mo 18-20 Uhr

SPORTLICHE AKTIVITÄTEN

USE – Sozialpädagogischer Wassersport e.V. (Köpenick)

Wassersportallee 2, 12527 Berlin
Tel.: 030/ 677 880-13

www.union-sozialer-einrichtungen.de

Angeboten werden Ruder- und Segelsport, wobei die Teilnahme für Menschen mit Behinderung kostenfrei ist.

Freizeit - Tauchschule – Schwerelos in Berlin (Köpenick)

Müggelseedamm 70, 12587 Berlin
Tel.: 030/ 640 94 592

www.freizeit-tauchschule.de

Taucherausbildung nach den Richtlinien der Handicapped Scuba Assoziation (HSA), der weltweit spezialisierten Vereinigung für Behinderten- Tauchsport.

Sportklub Aktion Weitblick

Tel.: 685 977 00 bei Frank-Dieter Zielke

www.aktion-weitblick.de/unsere-angebote/sportclub/

Die aktion weitblick bietet verschiedene sportliche Freizeitaktivitäten an: **Fußball:** Carl-von-Ossietzky-Oberschule, Blücher Str. 46, 10961 Berlin-Kreuzberg; Fr 17 – 19 Uhr

Badminton: Kurt-Schuhmacher-Grundschule, Puttkamerstrasse 19, 10969 Berlin-Kreuzberg, Do 17 -19 Uhr

Nordic Walking: Columbiadam, Eingang Hasenheide, Columbiadam 111, 10965 Berlin, Fr um 13.30 Uhr (1. Gruppe) und 15.00 Uhr (2. Gruppe)

SPORTLICHE AKTIVITÄTEN

Förderverein Mensch und Tier e.V. (Potsdam/Teltow)

Schlossstraße 44a, 12165 Berlin
Tel.: 030/ 805 82 180

www.pferdeprojekt.de

Das Pferdeprojekt im Landschaftsschutzgebiet Teltow bietet gruppentherapeutische Angebote mit dem Medium Pferd im geschützten Rahmen. Zielgruppe sind Kinder mit geistigen und mehrfach Behinderungen, sowie Kinder mit traumatischen Erlebnissen. Ziel ist die Förderung der sozialen Kompetenz und der Fähigkeit der Kontaktaufnahme.

Hochschulsport - Technische Universität Berlin (Tiergarten)

Straße des 17. Juni 135, 10623 Berlin
Tel.: 030/ 314 22 948

www.tu-sport.de/index.php?id=118&period=0

Das gemeinsame Sporttreiben von Menschen mit und ohne Behinderungen, Spaß an der Bewegung und eine gute Kommunikation der Sporttreibenden untereinander sind wichtige Ziele der Kurse. Angebote im Integrationssport: Aqua-Fitness, Rollstuhlbasketball, Tischtennis.

Verein für Sport und Jugendsozialarbeit (Hohenschönhausen)

Barther Str. 29, 13051 Berlin
Tel.: 030/ 929 60 52

Fitness-und Bewegungsraum/Kletterturm für geistig behinderte Jugendliche und junge Erwachsene.

SPORTLICHE AKTIVITÄTEN

Das Segelprojekt (Wedding)

Bund zur Förderung Sehbehinderter
Gawanstr. 41, 13465 Berlin
Bootshaus: Schwarzer Weg 25, 13505 Berlin
Tel.: 030/ 406 36 704
www.bfs.de

Das Segelprojekt hat das Ziel, sehbehinderte Kinder und Jugendliche an den Segelsport heranzuführen.
Die Kurse finden vierzehntägig an einem Samstag statt und gemeinsam mit 15-20 Gleichaltrigen kann man bei Wind und Wellen Neues an und auf dem Wasser erleben.

Teilnahmebedingungen:
Besitz des Schwimmzeugnisses in Bronze
Teilnehmerbetrag von ca. 100 € pro Saison
Beitritt zum BFS (Jahresbeitrag 15 €)

Frauensport und Kampfkunst e.V.

Trainingsorte:
Amendestraße 79, 13409 Berlin Reinickendorf
Bosestr. 6, Kinderclub, in Tempelhof
Tel.: 030/ 4 95 08 82
www.shuri-ryu.de/frameset.htm

Training von Selbstverteidigung, Selbstbehauptung und Karate für Mädchen und Frauen mit und ohne Beeinträchtigung. Shuri-Ryu Karate ist gemeinsames Training von behinderten und nichtbehinderten Frauen und Mädchen.

SPORTLICHE AKTIVITÄTEN

Hochschulsport - Freie Universität Berlin (verschiedene Bezirke)

Behinderten und Integrationssport
Beratung/Auskünfte: Birgit Thieme
Tel.: 030/ 838 567 40
www.hs-sport.fu-berlin.de

Für Behinderte und chronisch Kranke besteht die Möglichkeit der Teilnahme an den Kursen der FU Hochschulsport. Aufgrund der bisherigen Erfahrungen eignen sich einige Angebote unseres Sportprogrammes besonders gut für eine sportliche Betätigung des betroffenen Personenkreises.

Dies sind im folgenden: Autogenes Training, Bogenschießen, Kajak (nur im Sommersemester), QiGong, Rollstuhlbasketball, Rollstuhltanz, Rudern (nur im Sommersemester), Segeln (nur im Sommersemester), Skilanglauf (nur im Wintersemester), Tai Chi Chuan, Windsurfen (nur im Sommersemester), Yoga (Hatha Yoga)
Die Teilnahme ist nicht an einen Studenten-Status gebunden.

SPORTLICHE AKTIVITÄTEN

Sportclub Lebenshilfe (verschiedene Bezirke)

Das aktuelle Sportprogramm beinhaltet zahlreiche Sportangebote für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Behinderung: Bewegung und Spaß bei vielen unterschiedlichen Sportarten. Bei einem Schnupperbesuch können Sie die Gruppe Ihrer Wahl kennen lernen. Der SCL berät auch zu Möglichkeiten der Finanzierung.

Das Sportangebot umfasst u.a.:

- Schwimmen
- Reiten
- Tanzen
- Kraftsport
- Lauftraining
- Ballsport
- Sport-/ Bewegungsgruppen

Sportclub Lebenshilfe Berlin e.V.
Hippelstrasse 25
12347 Berlin
030 - 60 00 00 -0

E-Mail: scl@lebenshilfe-berlin.de
www.sportclub-lebenshilfe-berlin.de

SPORTLICHE AKTIVITÄTEN

Info-Center für Behindertensport (verschiedene Bezirke)

Das Info-Center für Behindertensport bietet Ihnen Informationen rund um Sportarten wie

- Handbike
- Rollstuhlтанz
- Schwimmen
- Tennis
- Gymnastik
- Skilauf mit Behinderung
- Gesundheitssport

und vieles mehr.

Das Info-Center für Behindertensport in Deutschland sammelt und verteilt Informationen aller Art rund um den Sport von Menschen mit Behinderungen. Dazu gehören insbesondere Adressen von Gruppen und Vereinen in ganz Deutschland. Die Seite bietet einen guten Überblick für die Angebote in Berlin, nach Bezirk und Sportart sortiert. Gerne können Sie sich mit Ihrer Frage an u.a. Adresse wenden. Dieser Service ist für Sie selbstverständlich kostenlos.

Informationsstelle für den Sport behinderter Menschen
Erika Schmidt-Gotz, Bernd Reitemeyer
Fabeckstraße 69
14195 Berlin

Telefon: 030 - 838 - 513 03 oder 838 - 525 94
E-Mail: behindertensport@gmx.de

Eine Übersicht über die Angebote der verschiedenen Bezirke erhalten Sie hier:

www.info-behindertensport.de/bulaender/berlin.html

DIVERSE AKTIVITÄTEN

Lebenshilfe Berlin (verschiedene Bezirke)

Lebenshilfe-Reisen
SCL Sportclub Lebenshilfe Berlin e.V.
Familienentlastende Dienste
Hippelstr. 25
12347 Berlin
www.lebenshilfe-berlin.de/de/unsere-angebote/freizeit-sport-reisen.html

Sonja Kolb
Gerd Heinrichs
Fon 030/ 60 00 00 0
E-Mail: fed@lebenshilfe-berlin.de

Sie finden hier aktuelle Angebote

- zu Lebenshilfe-Reisen
- zur Ferienbetreuung
- zur Freizeit-Gestaltung
- zu Disco und Tanztee
- und aus dem Sportprogramm

Das aktuelle Sportprogramm für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Behinderung bietet Bewegung und Spaß bei vielen unterschiedlichen Sportarten.

Bei einem Schnupperbesuch können Sie die Gruppe Ihrer Wahl kennen lernen.

COMPUTER-KURS

VHS & Lebenshilfe Berlin (Mitte)

Einen Computer zu bedienen, ist gar nicht so schwer. Dieser Kurs zeigt Ihnen, wie Sie mit dem Computer richtig umgehen. Sie lernen den Umgang mit der Maus und der Tastatur. Wir schreiben einfache Texte und gestalten sie.

Schwerpunkte:

Wie funktioniert ein Computer?
Wie schreibe ich einen Text?
Wie kann ich meinen Text schön gestalten?
Wie füge ich Bilder ein?

Termin: 14.04. - 19.05.2010
6 Termine, jeweils mittwochs von 10.00 – 12.20 Uhr
Kurs-Nummer: Mi500-703S
Ort: VHS Mitte, Haus Antonstr. 37, 13347 Berlin
Dozentin: Ruth Kerst
Kosten: 6 Euro
Tel.: 030 - 901 83 74 74

www.lebenshilfe-berlin.de