



# Offene Behindertenarbeit

## Geschäftsstelle

Elmer-Fryar-Ring 90, 86391 Stadtbergen

Montag und Freitag: 9:00 - 13:00 Uhr

Tel: 0821/34687-30

Fax: 0821/34687-32

Außerhalb dieser Zeiten können Sie in unserer Geschäftsstelle unter 0821/34687-0 eine Nachricht hinterlassen oder uns eine Email schreiben.

E-Mail: [offene-hilfen@lebenshilfe-augsburg.de](mailto:offene-hilfen@lebenshilfe-augsburg.de)

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



# Programm OBA

Freizeit, Bildung und Begegnung  
für Erwachsene

Februar 2019 - Mai 2019



# Unser neues Programm

---

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,  
sehr geehrte Eltern und gesetzliche Betreuungspersonen!

Wir haben ein tolles und abwechslungsreiches Programm für Sie und Euch zusammen gestellt.  
Hier ist bestimmt für jeden etwas dabei.

Wir starten mit Feuereifer ins neue Jahr und möchten gerne besonders auf unser neues Projekt mit der Volkshochschule hinweisen - nähere Informationen hierzu gibt es auf S. 28/29. Ein weiteres Projekt ist der OBA-Film, den wir gerade drehen - lest doch auf S. 30 mehr darüber...

Für alle, die ein bisschen selbständiger werden wollen, gibt's unseren „Küchenzauber“. Hier geht's um die Zubereitung von einfachen Gerichten, die zuhause selbständig nachgekocht werden können. Wenn die zwei Termine gut laufen, machen wir im Sommer/ Herbst vielleicht einen Kurs daraus.

Bitte denken Sie daran, dass wir für die Abrechnung mit der Pflegekasse für 2019 wieder die Abtretungserklärung bzw. die Bewilligung für Verhinderungspflege benötigen. Ab Seite 31 finden Sie Erläuterungen zu Betreuung, Packlisten, Anmelde-Modalitäten und vieles mehr.

Und jetzt geht's los - durchblättern und anmelden :-)

Wir wünschen einen guten Start ins neue Jahr 2019 und freuen uns auf Eure Anmeldungen. Bis bald!

Liebe Grüße,  
Das Team der Offenen Behindertenarbeit - OBA

# Personal bei den Offenen Hilfen

---

**Sabine Hollstein**  
Leitung Offene Hilfen  
Erzieherin

sabine.hollstein@lebenshilfe-augsburg.de



**Julia Hauser**  
Organisation Freizeitprogramm, Inklusion  
Diplom-Pädagogin

julia.hauser@lebenshilfe-augsburg.de



**Sabine Arnold**  
Organisation Einzel-FED, Leitung Freizeiten  
Erzieherin

sabine.arnold@lebenshilfe-augsburg.de



**Günter Singer**  
Begleitet Kurse und Freizeiten und gehört  
eigentlich schon zum Inventar :-)



**Ulrike Zircher**  
Die gute Fee im Büro und am Telefon  
Verwaltungskraft

offene-hilfen@lebenshilfe-augsburg.de



und viele ehrenamtlicher Betreuer und Betreuerinnen.

## Gefördert durch...

Die Offenen Hilfen der Lebenshilfe Augsburg e.V.  
werden finanziell gefördert durch

den Bezirk Schwaben



Bayerisches Staatsministerium für  
Arbeit und Soziales, Familie und Integration



und das Bayerische Staatsministerium.

Ebenso haben wir viele private Spender.  
Wir möchten uns an dieser Stelle ganz herzlich bei  
Ihnen für Ihre Großzügigkeit bedanken!

Sollten auch Sie die Offenen Hilfen finanziell  
unterstützen wollen, freuen wir uns natürlich sehr.  
Alle Gelder kommen unseren Teilnehmern direkt  
zugute. Bei Interesse wenden Sie sich gerne an uns.

## Inhaltsverzeichnis

<b>Regelmäßige Kurse</b>	
Lern-Werkstatt	4
Ab ins Wochenende	5
Sportkreisel	6-7
Reiten/ Tanzen	8-9
Küchenzauber	10
<b>Abend-Veranstaltungen</b>	
Faschingsball in Aichach	11
Disco-Nächte	11-14
<b>Wochenenden / Mehrtagesfahrten</b>	
Frauen -Wochenende	15
Resturlauberfahrt	16
Augsburg- Wochenende	17
Auf ins Allgäu	18
Langes WE: Christi Himmelfahrt	19
<b>Betreuungswochenenden</b>	20-21
<b>Badefahrten</b>	22-23
<b>Nachmittags-Angebote</b>	24-25
<b>Angebote im Sommer - für Ihre Planung</b>	26-27
<b>Projekt mit der Volkshochschule</b>	28-29
Unser OBA-Film	30
<b>Wichtige Informationen</b>	
Packliste/ Leistungen der OBA	31
Anmeldung - was gibt es zu beachten?	32-33
Kosten	34
Treffpunkte	35
Weitere Angebote der OBA/ Beratung	36-37
Gefördert durch...	38
<b>Personal und Kontakt</b>	39-40

# Lern-Werkstatt

Regelmäßiger Kurs an der VHS

# 1019

Anmeldeschluss  
Fr., 8.2.2019

montags 11 Mal  
von März bis Juni 2019



Lesen und Schreiben...  
Jeder lernt in seinem Tempo.

Was möchtest du üben? Hier wird auf  
jeden einzeln eingegangen...

Neugierig geworden?  
Dann einfach anmelden...  
Der Kurs findet in der Volkshochschule  
Augsburg statt.

Wir gehen zu Fuß von der UWA  
Hanreiweg zusammen dort hin.  
Wer nicht in dieser UWA arbeitet, den  
treffen wir direkt an der VHS.

## Mitbringen

Lust auf Lernen  
Schreibzeug

## Leistung

Abholdienst  
Betreuung  
Begleitung beim Kurs

## Kosten für Kurs

Preis I 22,00€  
Preis II 55,00€

## 11 Termine

11.03. bis 03.06.2019  
(außer Osterferien)

## Beginn

16:00 Uhr UWA Hanreiweg  
16:30 Uhr VHS Augsburg, Willy-Brandt-Platz 3a, 2. Stock

## Ende

18:00 Uhr VHS Augsburg, Willy-Brandt-Platz 3a, 2. Stock  
ca.18:30 Uhr Flannigan´s Post (ehemals Hotel Post)

# Unser Beratungsangebot

Wir sind Ansprechpartner für alle Fragen und Probleme von  
Menschen mit Behinderung und deren Angehörigen und  
gesetzlichen Betreuern.

## Wir beraten und informieren zu folgenden Themen:

- Entlastung für Familien durch Hilfe im familiären Alltag
- Beratung und Vermittlung von Hilfsmöglichkeiten
- Betreuungsrecht
- Pflegegeld, Kindergeld, Grundsicherung
- Verhinderungspflege, zusätzliche Betreuungs-/  
Entlastungsleistungen
- Testament und Erbrecht
- Ämter und Behörden
- Familie und Partnerschaft
- Persönliches Budget
- individuelle Beratung bei pädagogischen, rechtlichen und  
finanziellen Fragen

## Wir beraten Sie gerne ...

... in der Geschäftsstelle der Lebenshilfe.  
... telefonisch.  
... bei Ihnen zu Hause.

Bitte haben Sie keine Scheu und wenden Sie sich mit Ihren  
Anliegen und Fragen an uns.  
Ihre Daten werden selbstverständlich vertraulich behandelt.  
Wir beraten Sie bei Bedarf auch anonym.



# Weitere Angebote der OBA

## Einzelbetreuungen (FED = Familientlastender Dienst)

Zusätzlich zu unseren Gruppenangeboten besteht die Möglichkeit von Einzelbetreuungen.

Sollte Bedarf bestehen, können Sie sich bei uns melden.

Wir werden uns bemühen aus unserer Kartei eine/n

passende/n Betreuer/in zu vermitteln.

Sollten Sie selbst bereits eine geeignete Betreuungsperson kennen, gibt es natürlich die Möglichkeit diese über die Lebenshilfe einzusetzen.

Einzel-Betreuungen sind sowohl bei Ihnen zu Hause, als auch in unseren Räumlichkeiten möglich. Je früher eine Anfrage von Ihnen kommt, desto leichter ist die Planung für uns.

## Beratung

Wir beraten Sie in allen Fragen rund um das Thema „Behinderung“. Kommen Sie gerne auf uns zu.

## Finanzielle Unterstützung

Wir möchten auch Menschen die Teilnahme an unseren Freizeiten und Ausflügen ermöglichen, die finanziell nicht so gut gestellt sind. Mit Hilfe einer Stiftung und einiger Spender können wir jedes Jahr einige Freiplätze anbieten. Bitte haben Sie keine Scheu uns anzusprechen, wenn Sie diese finanzielle Unterstützung in Anspruch nehmen möchten. Alles wird selbstverständlich vertraulich behandelt.

## Homepage [www.lebenshilfe-augsburg.de](http://www.lebenshilfe-augsburg.de)

Unsere aktuellen Programme sind auch auf unserer Homepage [www.lebenshilfe-augsburg.de](http://www.lebenshilfe-augsburg.de) unter Einrichtungen—Offene Hilfen/FED zu finden. Dort finden Sie ebenfalls den Vordruck für unser Medikamentenblatt und den Grundfragebogen.

# Ab ins Wochenende

Regelmäßige Veranstaltung

freitags 4 Mal



Wir starten ins Wochenende!

Wir wollen zusammen Augsburgs Nachtleben erkunden! Wir überlegen uns gemeinsam, was wir unternehmen möchten - Biergarten, Cocktail trinken, Billard ???

Worauf habt ihr Lust?

Bitte Schwerbehindertenausweis und gültige Wertmarke mitbringen, wir fahren mit den Öffentlichen!!

## Beginn

19:00 Uhr

Flannigan´s Post (ehemals Hotel Post)

## Ende

23:00 Uhr

Flannigan´s Post (ehemals Hotel Post)

1119

Anmeldeschluss  
Fr., 11.1.2019

## Mitbringen

Taschengeld  
Schwerbehindertenausweis und gültige Wertmarke

## Leistung

Betreuung  
Gemeinsame Abendgestaltung

## Kosten

Preis I 8,00 €  
Preis II 28,00 €

## 4 Termine

01.02./22.3.  
12.4./24.5.2019

# Sportkreisel Hanreiweg

Regelmäßiger Kurs  
UWA Hanreiweg

mittwochs 7 Mal  
Februar und März 2019

1219

Anmeldeschluss  
Fr., 11.1.2019



Sportkurs für UWA Hochfeld!!

Wir bieten weiterhin unseren Fitness-Kurs (Bodybuilding) an.

Für jede/n Einzelne/n wird ein persönliches Trainingsprogramm erstellt und gezielt trainiert. Das Personal des Sportkreisels unterstützt uns.

Wer möchte, kann nach dem Sport noch gemütlich in die Sauna gehen. Hierfür bitte Sauna-Tuch einpacken!

## Mitbringen

Turnschuhe, Sportkleidung, Handtuch, Waschzeug (bei Bedarf).  
Sauna- Tuch.  
Taschengeld fürs Café.

## Leistung

Abholdienst  
Betreuung  
Begleitung beim Kurs  
Nutzung aller Geräte  
Trainer-Anleitung

## Kosten für Kurs

Preis I 35,00€  
Preis II 70,00€

## 7 Termine

6.2./ 13.2./ 20.2./ 27.2.  
13.3./20.3./27.3.2019

## Beginn

16:00 Uhr UWA Hanreiweg  
16:30 Uhr Sportkreisel

## Ende

18:00 Uhr Sportkreisel  
18:15 Uhr Königsplatz  
ca.18:30 Uhr Alter Postweg (Parkplatz Protestant. Friedhof)

# Treffpunkte

Bitte beachten Sie, dass nur die Treffpunkte angefahren werden, die bei der jeweiligen Ausschreibung angegeben sind.

## Werkstätten—Einstiegsmöglichkeiten nach Arbeitsende (Mo-Do)

- **UWA Memminger Straße**  
Memminger Straße 6, 86159 Augsburg
- **UWA Hanreiweg**, vor dem Pfortnerhaus am LKW-Rolltor  
Hanreiweg 9, 86153 Augsburg
- **UWA Hochfeld**, beim Jourdienst an der Pforte  
Werner-v.-Siemensstr. 12, 86159 Augsburg
- **Schäfflerbachwerkstätte**, Abholung im Sekretariat  
Provinostraße 52, 86153 Augsburg
- **UWA Schwabmünchen**, (Hauptwerkstätte)  
Pforte im Eingangsbereich, Töpferstr. 11, 86830 SMÜ

**Treffpunkt Alter Postweg (Parkplatz Protestantischer Friedhof)**  
Haunstetter Str. 36, 86161 Augsburg  
(mit Möglichkeit Einstieg Straßenbahn 2 und 3: Schertlinstraße)

## Treffpunkt Plärrergelände

Einfahrt Langenmantelstraße, Nähe Straßenbahn-Haltestelle

**Treffpunkt „Hauptbahnhof Augsburg“ - jetziger Haupteingang**  
(links vom ehemaligen Haupteingang)

## Freizeithaus der Lebenshilfe Augsburg,

Elmer-Fryar-Ring 94-96, 86391 Stadtbergen

**Tagesstätte Königsbrunn** (Parkplatz vor den Garagen wegen Schranke), Karwendelstraße 10, 86343 Königsbrunn

**Lebenshilfe Wohnheim** - Bgm.-Rieger-Str. 2, 86179 Augsburg

## NUR als Ausstieg zur Weiterfahrt mit den Öffentlichen

### **Flannigan´s Post (ehemals Hotel Post)**

(Nähe Königsplatz - alle Linien)- Fuggerstr. 5, 86150 Augsburg

# Kosten einer Maßnahme

## Preis I (mit Pflegegrad)

Mit einem Pflegegrad haben Sie Anspruch auf Leistungen der Pflegekasse.

- Die zusätzlichen Betreuungs- und Entlastungsleistungen stehen jedem Menschen mit Pflegegrad zu. (SGB XI, § 45) Dieser Anspruch ist unabhängig von der Wohnsituation (siehe unten).
- Der Anspruch auf Verhinderungspflege besteht, wenn die Pflegeperson, an der Pflege gehindert ist. Gründe können hier z.B. Erholung, Krankheit oder anderes sein.

Bei unseren Maßnahmen zahlen Sie Preis I als Eigenanteil.

Zusätzlich rechnen wir die Kosten für Betreuung und Pflege direkt mit Ihrer Pflegekasse ab.

Die Genehmigung hierfür erteilen Sie uns mit der Anmeldung und dem dort beiliegenden Leistungsnachweis.

## Preis II (ohne Pflegegrad)

Dieser Preis ist für Menschen ohne Pflegegrad .

Da wir bei Menschen ohne Pflegegrad von großer Selbstständigkeit ausgehen, berechnen wir nur einen sehr geringen Anteil für Betreuung.

Bei unseren Maßnahmen zahlen Sie Preis II als Eigenanteil.

In diesem Preis sind die kompletten Leistungen (Verpflegung, Abholung, Betreuung, Eintritte etc.), die bei der Maßnahme angegeben sind, enthalten.

## Information für alle Wohnheim-Bewohner

Alle Menschen mit Pflegegrad haben Anspruch auf Leistungen der Pflegekasse. Dies gilt auch für Bewohner eines Wohnheims, die regelmäßig übers Wochenende noch zuhause sind! Der Anspruch auf zusätzliche „Betreuungs- und Entlastungsleistungen“ wurde 2015 auf alle Pflegebedürftigen ausgeweitet. Bitte informieren Sie sich bei Ihrer zuständigen Pflegekasse. Gerne sind wir bei Fragen behilflich. Rufen Sie uns an!

# Sportkreisel Hochfeld

Regelmäßiger Kurs  
UWA Hochfeld

mittwochs 7 Mal  
April und Mai 2019



Sportkurs für UWA Hochfeld!!

Wir bieten weiterhin unseren Fitness-Kurs (Bodybuilding) an.

Für jede/n Einzelne/n wird ein persönliches Trainingsprogramm erstellt und gezielt trainiert. Das Personal des Sportkreisels unterstützt uns.

Wer möchte, kann nach dem Sport noch gemütlich in die Sauna gehen. Hierfür bitte Sauna-Tuch einpacken!

## Beginn

16:00 Uhr UWA Hochfeld  
16:30 Uhr Sportkreisel

## Ende

18:00 Uhr Sportkreisel  
18:15 Uhr Königsplatz  
ca.18:30 Uhr Alter Postweg (Parkplatz Protestant. Friedhof)

**1319**

Anmeldeschluss  
Fr., 1.3.2019

## Mitbringen

Turnschuhe, Sportkleidung, Handtuch, Waschzeug (bei Bedarf).  
Sauna- Tuch.  
Taschengeld fürs Café.

## Leistung

Abholdienst  
Betreuung  
Begleitung beim Kurs  
Nutzung aller Geräte  
Trainer-Anleitung

## Kosten für Kurs

Preis I 35,00€  
Preis II 70,00€

## 7 Termine

3.4./10.4./17.4./ 24.4./  
8.5./15.5./ 22.5.2019



# Reiten

Regelmäßiger Kurs für die UWAs  
Hanreiweg und Hochfeld

montags 5 Mal  
Von April bis Juni 2019



Das Glück der Erde liegt auf dem  
Rücken der Pferde!

In Reinhartshausen, nahe Bobingen,  
können wir das ausprobieren.

Egal ob Anfänger oder Fortgeschritte-  
ne, egal ob mutig oder zurückhaltend -  
dieses Angebot eignet sich für jeden.  
Unsere Reitlehrerin gibt jedem die  
passende Hilfestellung.

Bei schlechtem Wetter reiten wir in der  
Halle - es findet also in jedem Fall statt.

# 1419

Anmeldeschluss  
Fr., 29.3.2019

## Mitbringen

Bequeme und strapazierfähige Kleidung,  
Regenkleidung,  
feste (!) Schuhe

## Leistung

Abholdienst  
Betreuung  
Begleitung beim Kurs  
Brotzeit  
Reitlehrerin

## Kosten für Kurs

Preis I 30,00€  
Preis II 55,00€

## 5 Termine

29.4./ 6.5./ 13.5./  
20.5./ 3.6.2019

## Beginn

16:00 Uhr UWA Hanreiweg  
16:15 Uhr UWA Hochfeld

## Ende

19:30 Uhr Alter Postweg (Parkplatz Protestant. Friedhof)  
ca.19:40 Uhr Flannigan´s Post (ehemals Hotel Post)

# Anmelde-Modalitäten

## Weitere Anmelde-Formulare

Sollten die beiliegenden Anmelde-Formulare für Sie nicht  
ausreichen, haben Sie die Möglichkeit weitere zu kopieren oder  
diese im Internet unter [www.lebenshilfe-augsburg.de](http://www.lebenshilfe-augsburg.de) herunter-  
zuladen.

Falls Ihnen das nicht möglich ist, rufen Sie uns bitte an.  
Wir senden Ihnen gerne weitere Formulare zu.

## Treffpunkte

Natürlich können Sie sich auch gerne anmelden, wenn Ihre UWA  
für die jeweilige Maßnahme nicht angefahren wird.  
Es gibt immer einen Treffpunkt, zu dem Sie selbständig kommen  
können, um dort zuzusteigen.  
Falls Sie Schwierigkeiten haben, zu einem der Treffpunkte zu  
gelangen, rufen Sie uns an. Wir finden eine Lösung.

## Freizeit-Handy - 0151 - 726 89 551

Unter der Rufnummer 0151-726 89 551 sind wir in dringenden  
Fällen während einer Maßnahme erreichbar. Bei mehrtägigen  
Fahrten ist das Handy 1-2 Stunden vorher und 1 Stunde nachher  
auf Empfang. Sollten Sie uns nicht erreichen, rufen wir zurück.

## Storno-Kosten

Bis zum Anmeldeschluss ist eine Absage kostenfrei.  
Wenn bereits Anmeldebestätigungen verschickt wurden,  
erheben wir bis 2 Wochen vorher eine Stornogebühr von  
5,00 €. Bei kurzfristigeren Absagen erheben wir 10,00 € sowie  
die Kosten für Eintrittskarten, Buchungen etc..

## Rollstuhlfahrer

Unsere Angebote sind für Menschen, die auf einen  
Rollstuhl angewiesen sind, bzw. die im Rollstuhl sitzend  
befördert werden müssen leider nicht geeignet.  
Für diesen Personenkreis gibt es andere Anbieter.  
Rufen Sie uns an, wir vermitteln gerne den Kontakt.

## Taxi

Bitte vermerken Sie auf der Anmeldung „Bitte Taxi rufen“, wenn  
Sie eine Abholung wünschen. Wir kümmern uns darum.

# Anmelde-Modalitäten

## Anmeldungen immer schriftlich

per Fax, als Mail oder mit der Post.

Unsere Kontaktdaten finden Sie auf der Rückseite des Hefts.

## Anmeldeschluss

Bitte halten Sie unbedingt den Anmeldeschluss ein.

Dies ist für die Planung dringend erforderlich.

Anmeldungen nach dem Anmeldeschluss können nur berücksichtigt werden, wenn es freie Plätze gibt und ein Nachrücken organisatorisch noch möglich ist.

## Zu- oder Absage

Bei allen Anmeldungen gibt es eine schriftliche Zu- oder Absage. Nur mit einer schriftlichen Zusage ist auch eine Teilnahme möglich. Sollte diese Zu- oder Absage nicht spätestens eine Woche nach dem Anmeldeschluss (siehe Kalender) bei Ihnen sein, bitten wir um Rückmeldung!

## Medikamentenblatt

Wenn der Teilnehmer/ die Teilnehmerin Medikamente nimmt, benötigen wir in jedem (!) Fall ein aktuelles Medikamentenblatt. Auch wenn die Maßnahme nur wenige Stunden dauert und während der aktuellen Maßnahme selbst keine Medikamente genommen werden müssen.

## Hilfe-/ Unterstützungsbedarf

Um jeden Teilnehmer/ jede Teilnehmerin individuell unterstützen zu können, benötigen wir detaillierte Angaben zum Hilfebedarf. Bitte denken Sie daran, dass wir auch neues Personal haben und nicht gewährleisten können, dass bei jeder Maßnahme Personal eingeteilt wird, das jeden Teilnehmer schon seit Jahren kennt. Deswegen sind wir auf ihre Informationen - sei es im Grundfragebogen oder persönlich - angewiesen.

## Schwerbehindertenausweis

Bitte immer den Schwerbehindertenausweis mitbringen, wenn vorhanden unbedingt mit gültiger Wertmarke.

# Tanzen

Regelmäßiger Kurs

mittwochs 4 Mal  
April 2019

**1519**

Anmeldeschluss  
Fr., 1.3.2019



Let´s dance!

Unter diesem Motto lädt uns Helga Krepis zum Kennenlernen von verschiedenen Tänzen ein. Wir werden zusammen Discotänze und Gruppentänze lernen und einüben. Aber natürlich gibt´s auch heiße Salsa-Rhythmen und vielleicht sogar ein bisschen Zumba.

Der Kurs findet im Freizeithaus statt.

## Mitbringen

Bequeme Kleidung  
Sportschuhe

## Leistung

Abholdienst  
Betreuung  
Begleitung beim Kurs  
Tanz-Lehrerin

## Kosten für Kurs

Preis I 8,00€  
Preis II 28,00€

## 4 Termine

3./ 10./17./ und  
24. April 2019

## Beginn

16:00 Uhr

UWA Hanreiweg/ UWA Hochfeld

16:30 Uhr

Freizeithaus Stadtbergen

## Ende

18:00 Uhr

Freizeithaus Stadtbergen

18:20 Uhr

Alter Postweg (Parkplatz Protestant. Friedhof)

ca.18:30 Uhr

Flannigan´s Post (ehemals Hotel Post)

# Küchenzauber

mittwochs 2 Mal  
März 2019

## 2219

Anmeldeschluss  
Fr., 8.2.2019



Dieser Kurs richtet sich an alle, die ...

...sich wünschen zu Hause selbständig kochen zu können.  
... in eine (ambulante) betreute Wohnform gehen wollen und das dort gut brauchen können.

Wir...  
...lernen einfache Rezepte kennen  
...üben den selbständigen Umgang mit Haushaltsgeräten  
...haben Spaß am gemeinsamen Kochen und Essen.  
...nehmen Rezepte mit nach Hause.

### Mitbringen

1 Schürze

### Leistung

Abholdienst  
Betreuung  
Begleitung beim Kurs  
Abendessen

### Kosten für Kurs

Preis I 6,00€  
Preis II 16,00€

### 2 Termine

13. und  
20. März 2019

### Beginn

16:00 Uhr UWA Hanreiweg/ UWA Hochfeld  
16:30 Uhr Freizeithaus Stadtbergen

### Ende

19:00 Uhr Freizeithaus Stadtbergen  
19:15 Uhr Alter Postweg (Parkplatz Protestant. Friedhof)

# Erklärungen

## Grundausrüstung / Packliste

- Kleidung (bitte mit Namen kennzeichnen!): genug Wechselwäsche (mind. 1 pro Tag), Nachtwäsche, strapazierfähige und witterungsangepasste Kleidung, feste Hose (z.B. Jeans), gemütliche Kleidung ggf. Regenkleidung / Sonnenschutz(Kopfbedeckung), Kleidung zum „Ausgehen“ (Kneipe, Museum, Kirche) Jacke, kleiner Rucksack, feste Schuhe (für Spaziergänge etc.) Hausschuhe und Beutel für Schmutzwäsche
- Handtücher, Waschlappen, Hygieneartikel (Shampoo, Duschgel, Bürste, Zahnputzsachen, Rasierer, Monatshygiene)
- Taschengeld in Geldbeutel (bitte mit Namen versehen)
- Evtl. Hobby-Sachen (Rätselheft, Malbuch, CDs)
- notwendige Medikamente sortiert in Dosette. Aktuelles Medikamentenblatt muss vorliegen.
- Behindertenausweis, wenn vorhanden mit Wertmarke

Bitte achten Sie darauf, dass das Gepäck dem Wetter und dem Programm entspricht!!!

## Betreuungs-Leistungen:

Unser Betreuungspersonal versorgt und unterstützt Sie bei der kompletten Veranstaltung. Bei unserer Unterstützung orientieren wir uns an Ihrem individuellen Hilfebedarf. Dafür benötigen wir genaue Angaben auf dem Grundfragebogen. Natürlich können Sie auch jederzeit vor der Veranstaltung persönlich mit uns Absprachen treffen. Dies erledigen Sie bitte am besten ein paar Tage vor der Veranstaltung telefonisch.

Bei Übernachtungen bieten wir Nachtbereitschaft.



# Unser OBA Film „Was uns verbindet“



Die Offene Behindertenarbeit im Großraum Augsburg dreht einen Kurzfilm. Die Augsburger Panther unterstützen das Projekt und Herr Braun sitzt auch mit in der Jury.

Die Idee: Der Imagefilm der 15 OBAs in Augsburg, Augsburg-Land und Aichach-Friedberg will dazu beitragen, dass wir ein Stück näher an die Verwirklichung von Inklusion kommen.

Herr Braun und das Team des AEV stehen hinter dieser Idee und haben von der ersten Minute an ihre Unterstützung zugesichert. „Dieses schöne Projekt möchten wir aus dem Bauch heraus sehr gerne unterstützen“, so Leonardo Conti vom AEV. Beim Casting zeigt sich sehr schnell, dass auch Herr Braun von Hitradio RT.1 Feuer und Flamme ist.

Im Anschluss an das Casting gab es sogar noch Autogramme auf die Hand – „Die wasche ich jetzt nie wieder“, freut sich eine der Schauspielerinnen mit Down-Syndrom.

Zunächst werden jedoch Schauspieler gecastet: Mit viel Herzblut gibt Schauspielerin Martina Sedlmeier Tipps und Tricks. Alle Beteiligten des Castings sind ehrenamtlich „im Einsatz“. Trotzdem kostet der Film viel Geld.

Sabine Hollstein: „Wir freuen uns daher sehr über die finanzielle Unterstützung durch die Aktion Mensch.“

Für weitere Unterstützung des Projekts ist das Netzwerk der OBA natürlich auch weiterhin sehr dankbar.

Eine inklusive Gesellschaft erkennt die Vielfalt der Menschen als Stärke an. Und genau das ist es, wofür sich die OBAs einsetzen. Diesmal gelingt ihnen das zusammen mit den Filmemachern Marcus Lange und Tobias Atzkern. Die beiden Medienmacher haben die Filmidee entwickelt und das Drehbuch geschrieben.

Weitere Infos zum Film gibt's hier: <https://oba-netzwerk.de/film>

## Faschingsball der Lebenshilfe Aichach-Friedberg

Samstag, 16.2.2019

1619

Anmeldeschluss  
Fr., 18.1.2019



Gänseblümchen - pixelio

Helau...

Heute Abend geht's auf den beliebten Faschingsball nach Aichach. In der gemütlichen Wirtschaft warten gutes Essen, tolle Musik und viele lustige Kostüme auf uns. Hier wird getanzt und gelacht.

Als krönenden Abschluss gibt's noch die Faschings-Garde mit dem Prinzenpaar.

Komm mit und verbringe ein paar schöne Stunden mit uns!

**Mitbringen**  
Kostüm, wenn gewünscht.  
Taschengeld für weitere Getränke (zwei sind inklusiv)

**Leistung**  
Abholdienst  
Betreuung  
Eintritt  
Essen + 2 Getränke

**Kosten**  
Preis I 15,00€  
Preis II 20,00€

### Beginn

18:30 Uhr Alter Postweg (Parkplatz Protestant. Friedhof)

### Ende

24:00 Uhr Alter Postweg (Parkplatz Protestant. Friedhof)

# Disco-Abend

Römerhof/ Freizeithaus

Samstag, 23.3. und 25.5.2019  
1719 2619

1719/1819  
Anmeldeschluss  
Fr., 22.2.2019/  
Fr., 26.4.2019



Hallo liebe Discofreunde,

wir gehen mit Euch wieder in die Disco.  
Einmal zum Arbeiter-Samariter-Bund  
im „Römerhof“, einmal ins Freizeithaus.

Hier wird getanzt, was das Zeug hält.  
Wir sind unter uns und können uns so  
richtig austoben.

Auch für Getränke ist gesorgt. Wer Lust  
auf ein paar Stunden Tanz und Spaß  
hat, meldet sich an.

Getanzt wird von 18:00 – 21:00 Uhr.

**Mitbringen**  
Taschengeld für  
weitere Getränke

**Leistung**  
Abholdienst  
Betreuung  
Eintritt  
1 Getränk  
(im Römerhof)

**Kosten**  
Preis I 5,00€  
Preis II 10,00€

## Beginn

17:45 Uhr

Alter Postweg (Parkplatz Protestant. Friedhof)

18:00 Uhr

Freizeithaus (nur für 25.5.2019)

## Ende

21:00 Uhr

Freizeithaus (nur für 25.5.2019)

21:15 Uhr

Alter Postweg (Parkplatz Protestant. Friedhof)

# Weiterbildung und Kultur

Im weiteren Verlauf sollen auch  
neue Kurs-Angebote geschaffen  
werden.

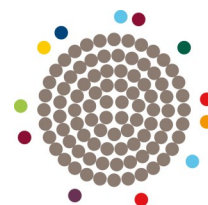
Sabine Hollstein: „Die inklusiven  
Kurse sind speziell auf die  
Bedürfnisse von Menschen mit  
Behinderung ausgerichtet.“

Gefördert durch die  
**Aktion  
MENSCH**

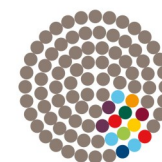
Aber natürlich stehen die Kurse auch allen interessierten  
Menschen ohne Behinderung offen.  
Der Unterschied zum offiziellen Kursprogramm ist, dass die  
Lernschritte langsamer und in einfacher Sprache erfolgen.

Bei der Stadt Augsburg wird die Initiative sehr begrüßt.  
Sozialreferent Dr. Stefan Kiefer bekräftigt: „Menschen mit  
Behinderung haben häufig das Problem, eine geeignete  
Anlaufstelle für ihre spezielle Lebenslage zu finden.  
Umso mehr freut es uns, dass die Lebenshilfe Maßnahmen  
zur Umsetzung einer am Leitgedanken der Inklusion orientierten  
Erwachsenenbildung ergreift.“

Eine dieser Maßnahmen ist die Schaffung eines  
Mitsprache- Organs, das aus Menschen mit und ohne  
Behinderung besteht und das Projekt in allen Belangen  
mitgestalten, beraten und begleiten soll.



Exklusion



Integration



Inklusion

# Unser OBA-Projekt: Inklusion

Menschen mit Behinderung findet man in Augsburg kaum bei herkömmlichen Weiterbildungsträgern, denn bisher ist deren Teilhabe am Erwachsenenbildungsangebot noch nicht üblich. Die Träger haben keine Erfahrung in der Inklusion von Menschen mit Handicap im Weiterbildungs- und Kulturbereich. Jedoch sind auch diese an Kultur und Weiterbildung interessiert.

Hier soll unser Pilotprojekt Abhilfe schaffen.

In Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Augsburg Stadt sollen bereits bestehende Angebote in Weiterbildung und Kultur für ein breiteres Publikum geöffnet und zusätzliche entwickelt werden.

Ziel ist, dass auch Menschen mit Einschränkungen die Möglichkeit bekommen, am örtlichen Erwachsenenbildungsangebot der VHS teilzunehmen.

Es ist ein Modellprojekt für die Stadt Augsburg, das mit finanzieller Unterstützung der Sozial-Lotterie „Aktion Mensch“ ab 1. Januar 2019 an den Start gehen wird. „Dazu haben wir eine neue Stelle geschaffen“, sagt die Leitung der Offenen Behindertenarbeit, Sabine Hollstein.

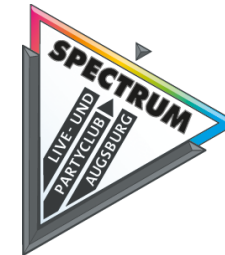
Ein barrierefreier Zugang zum Kursangebot sei jederzeit gewährleistet, beispielsweise durch ein Programmheft in einfacher Sprache, die Möglichkeit Kurse mit einem geschulten Kursbegleiter zu besuchen sowie klare Beschilderungen der Kursräume mit Symbolen der leichten Sprache.

Zunächst sollen vor allem Menschen mit Behinderung, Schulabsolventen und Werkstattgänger von den neuen Angeboten profitieren.

## NDW-Party im Spectrum

Samstag, 27.4.2019

**1919**  
Anmeldeschluss  
Fr., 29.3.2019



Hallo liebe Discofreunde,

wie viele von Euch schon wissen, findet immer am letzten Samstag im Monat eine große NDW und Schlagerparty im Spectrum Club in Augsburg statt. Habt ihr Lust mit uns dorthin zu gehen und kräftig das Tanzbein zu schwingen?

Wenn ja, bitte unbedingt Schwerbehindertenausweis und Wertmarke mitbringen, da wir mit den öffentlichen Verkehrsmitteln fahren.

### Mitbringen

Taschengeld für Getränke

Schwerbehindertenausweis/ Wertmarke

### Leistung

gemeinsame Fahrt  
Betreuung  
Eintritt

### Kosten

Preis I	7,00€
Preis II	12,00€

### Beginn

19:30 Uhr

Plärren

(von dort aus weiter mit den Öffentlichen)

### Ende

23:00 Uhr

Plärren



# Faschings-Disco

im Freizeithaus

Samstag, 23.2.2019

**2119**  
Anmeldeschluss  
Fr., 25.1.2019



S.Hofschläger - pixelio

HELAU!

Wir feiern Fasching -  
mit einer großen Tanzparty.

Gerne kannst du hier zeigen, was du im  
Tanzkurs gelernt hast...

Kommt vorbei und feiert mit.

Gerne auch mit Verkleidung.

Die Teilnehmer vom Augsburg-  
Wochenende sorgen für leckere  
Cocktails und tolle Party-Stimmung...

**Mitbringen**  
Spaß am Tanzen  
Gerne mit Verkleidung

**Leistung**  
Betreuung  
Cocktails/ Knabberien

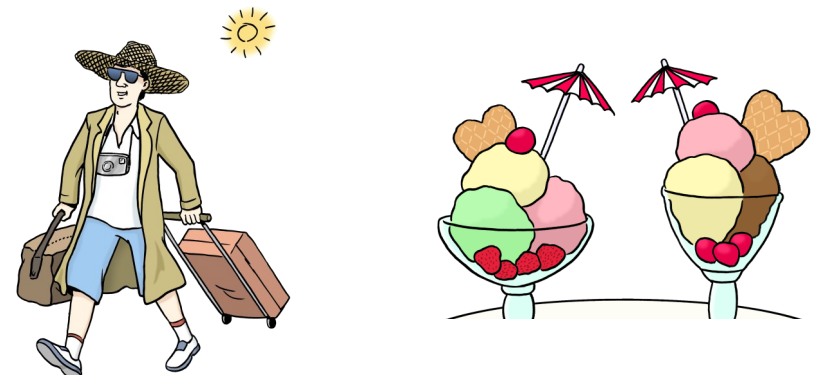
**Kosten**  
Preis I 5,00€  
Preis II 10,00€

**Beginn**  
19:30 Uhr Freizeithaus Stadtbergen

**Ende**  
22:30 Uhr Freizeithaus Stadtbergen

# Termine zum Vormerken

Zur guten Planung für Sie gibt's bereits jetzt einige unverbindliche Termine der Offenen Behindertenarbeit zum Vormerken.



**Sommerfest der Lebenshilfe Augsburg**  
Samstag, 6. Juli 2019  
(Anmeldung mit dem Programm 2/2019)

**Betriebsurlauber-Freizeit extern**  
Montag, 5.-9.8.2019  
(Anmeldung mit dem Programm 2/2019)

**Betreuungswoche im Freizeithaus**  
Montag, 5.-9.8.2019  
(Anmeldung mit dem Programm 2/2019)

**Betriebsurlauber Freizeitwoche im Freizeithaus**  
Montag, 12.-16.8.2019  
(Anmeldung mit dem Programm 2/2019)

## 8 Tage Urlaub

Für Sie zur besseren Planung -  
unsere Urlaubsreisen

**3619**  
**3719**  
Anmeldeschluss  
Fr., 18.1.2019

## Kroatien

Kursnummer **3619**

Wir bieten Euch die Möglichkeit mit uns ans Meer zu fahren. Wie inzwischen schon Tradition wohnen wir bei Familie Devescovi in großen und kleinen Appartements. Wir machen natürlich wieder Rovinj unsicher, hoffen auf bestes Badewetter, fahren mit Schiffen aufs Meer und vieles mehr.

Termin: **29.Juni - 6.Juli 2019**      Anmeldeschluss: **Fr., 18.1.2019**  
Preis I    420,00 €  
Preis II    700,00 €

## Bauernhof

Kursnummer **3719**

Nachdem es uns die letzten Jahre so gut gefallen hat, geht's wieder eine Woche auf den Schorerhof nach Görisried. Wir haben dort viele Möglichkeiten einen unvergesslichen Urlaub zu erleben. Wir können dort viele Tiere sehen und streicheln, Spaziergänge unternehmen und die tolle Landschaft genießen. Selbstverständlich können auch Baden, Stadtbummel sowie leckeres Essen auf unserem Plan stehen.

Termin: **14. - 21.9.2019**      Anmeldeschluss: **Fr., 18.1.2019**  
Preis I    300,00 €  
Preis II    460,00 €

Sie bekommen nach der Anmeldung noch detaillierte Informationen über die jeweilige Reise. Wenn es zu viele Anfragen geben sollte, muss evtl. das Los entscheiden. Wir behalten es uns ebenfalls vor, eine möglichst gut harmonisierende Gruppe zusammen zu stellen.

## Augsburg-Wochenende

Freizeithaus

**2619**  
Anmeldeschluss  
Fr., 11.1.2019

22.-24. Februar 2019



An diesem Wochenende werden wir unsere schöne Stadt genauer unter die Lupe nehmen.

Hier gibt es so viel zu entdecken. Wie viele Brücken hat Augsburg? Wer war eigentlich Jakob Fugger? Wie viele Stadt-Tore gibt es noch? So habt ihr Augsburg noch nie gesehen.

Am Samstag bereiten wir eine Faschings-Disco vor. Dazu laden wir Gäste ein. Wir mixen Cocktails und schmücken den Raum. Natürlich kannst du auch eine Verkleidung mitbringen!

### Mitbringen

Grundausrüstung  
Packliste siehe S. 32

### Leistung

Betreuung  
Unterkunft im DZ  
Bettwäsche  
Voll-Verpflegung  
Material und Eintritte  
Fahrten und Ausflüge

### Kosten Wochenende

Preis I    40,00 €  
Preis II    100,00 €

### Beginn

16:00 - 16:30 Uhr

Freizeithaus Stadtbergen

### Ende

15:30 Uhr  
16:00 Uhr

Freizeithaus Stadtbergen  
Alter Postweg  
(Parkplatz Protestant. Friedhof)

# Resturlauber Fahrt

Freizeit-Woche  
In Gut Aufeld

25.-29. März 2019



Eine Woche Urlaub....

Diesmal geht's nach Ingolstadt.  
In unserer Unterkunft gibt es Billard  
und Kicker, einen Fernsehraum, viele  
Spiele und vor allem - leckeres Essen.

Auch in und um Ingolstadt herum gibt  
es viele Ausflugsziele.  
Langweilig wird es uns bestimmt nicht.

Wir haben viel vor -  
das wird eine spannende Zeit.

## 2419

Anmeldeschluss  
Fr., 25.1.2019

**Mitbringen**  
Grundausrüstung  
Packliste siehe S. 32

**Leistung**  
Betreuung  
Unterkunft im DZ  
Bettwäsche  
Voll-Verpflegung  
Material und Eintritte  
Fahrten und Ausflüge

**Kosten Fahrt**  
Preis I 200,00 €  
Preis II 250,00 €

**Beginn**  
09:30 Uhr Freizeithaus Stadtbergen  
10:00 Uhr Plärrer  
**Ende**  
15:30 Uhr Plärrer  
16:00 Uhr Freizeithaus Stadtbergen

# Minigolf + Biergarten

Für die UWAs Augsburg

Freitag, 26. April 2019



Wir starten gemütlich ins Wochenende.

Gleich nach Feierabend holen wir Euch  
bei der UWA ab und düsen los.

Erst geht's zum Minigolfen. Hier darf  
natürlich ein leckeres Eis nicht fehlen.

Danach wollen wir nach einem Spazier-  
gang noch gemeinsam zu Abend essen.  
Bitte bringt hierfür Taschengeld mit.

## 3519

Anmeldeschluss  
Fr., 29.3.2019

**Mitbringen**  
Taschengeld für  
Abendessen/ Getränke

**Leistungen**  
Abholung  
Eintritt Minigolf  
1 Eis  
Betreuung

**Kosten**  
Preis I 5,00 €  
Preis II 10,00 €

**Beginn**  
13:45 Uhr UWA Hochfeld  
14:00 Uhr UWA Hanreiweg  
**Ende**  
18:45 Uhr Alter Postweg (Parkplatz Protestant. Friedhof)



# Kreativ-Nachmittag

Freizeithaus Stadtbergen

Sonntag, 10. März 2019

3419

Anmeldeschluss  
Fr., 8.2.2019



Hallo ihr Lieben!

Na, wer hat Lust mit uns so richtig kreativ zu sein?

Wir haben verschiedene Materialien da und einige Ideen für Euch vorbereitet.

Wir basteln etwas zu Ostern und auch ein schönes Wandbild.

Wer mag, kann gerne ein Geschenk basteln...

## Mitbringen

Lust zum Basteln  
1 Schürze

## Leistung

Betreuung  
Bastel-Material  
Kaffee und Kuchen

## Kosten

Preis I 10,00 €  
Preis II 15,00 €

## Beginn

13:00 Uhr Freizeithaus Stadtbergen

## Ende

17:30 Uhr Freizeithaus Stadtbergen

# Frauen-Wochenende

im Freizeithaus Stadtbergen

5.-7. April 2019

2319

Anmeldeschluss  
Fr., 15.2.2019



Ein tolles Wochenende wartet auf Dich!

Wir tun etwas für uns und auch für unseren Körper. Ein bisschen Sport, gesundes, leckeres Essen, Maniküre und Gesichtsmasken...

Natürlich machen wir auch Ausflüge. Wir lassen es uns einfach so richtig gut gehen...

Wir freuen uns auf Dich!

## Mitbringen

Grundausrüstung  
Packliste siehe S. 32

## Leistung

Betreuung  
Unterkunft im DZ  
Bettwäsche  
Voll-Verpflegung  
Material und Eintritte  
Fahrten und Ausflüge

## Kosten Wochenende

Preis I 40,00 €  
Preis II 100,00 €

## Beginn

16:00 - 16:30 Uhr Freizeithaus Stadtbergen

## Ende

15:30 Uhr  
16:00 Uhr  
Freizeithaus Stadtbergen  
Alter Postweg  
(Parkplatz Protestant. Friedhof)

# Auf ins Allgäu

Pfronten - Haus Zauberberg

17.-19. Mai 2019

2719

Anmeldeschluss  
Fr., 5.4.2019



An diesem Wochenende möchten wir es sportlich angehen lassen. Wir wohnen im Haus „Zauberberg“.

Nach einer Wanderung am Samstag können wir den Abend mit Kegeln verbringen oder es uns einfach nur gut gehen lassen.

Bitte packt die Badesachen ein. Sollte es am Samstag regnen, werden wir ein Bad besuchen. Natürlich hoffen wir auf ein sonniges Wochenende!

## Mitbringen

Grundausrüstung  
Packliste siehe S. 32

## Leistung

Betreuung  
Unterkunft im DZ  
Bettwäsche  
Voll-Verpflegung  
Material und Eintritte  
Fahrten und Ausflüge

## Kosten Wochenende

Preis I 100,00 €  
Preis II 160,00 €

## Beginn

16:00 Uhr Alter Postweg (Parkplatz Protestant. Friedhof)

## Ende

16:00 Uhr Alter Postweg (Parkplatz Protestant. Friedhof)

# Badefahrt

Titania Neusäß

Samstag, 9. März 2019

3319

Anmeldeschluss  
Fr., 8.2.2019



chocolat01 - pixelio

Die Badewelt des Titania verspricht mit seiner naturgetreuen Felsenlandschaft Spaß und Vergnügen.

Hier gibt es viele Möglichkeiten zum Entspannen. Geheimnisvolle Grotten und ein Aquarium warten darauf von uns entdeckt zu werden.

Für alle, die es etwas rasanter mögen, stehen zwei abenteuerliche Rutschen zur Verfügung.

Mittags werden wir gemeinsam im Restaurant essen.

## Mitbringen

Behindertenausweis  
Badesachen  
Schwimmhilfen  
Getränk  
Taschengeld Mittagessen

## Leistung

Fahrt zum Bad  
Betreuung

## Kosten

Preis I 20,00 €  
Preis II 25,00 €

## Beginn

09:30 Uhr Plärren

## Ende

16:30 Uhr Plärren

# Badefahrt

Donaubad Ulm

3219

Anmeldeschluss  
Fr., 11.1.2019

Samstag, 2. Februar 2019



jens - pixelio

Heute fahren wir zusammen nach Ulm. Hier im Donaubad ist einiges geboten: Wellenbecken, verschiedene Rutschen, Außenbecken mit Strömungskanal, Entspannungsbecken...

Im warmem Thermalwasser warten zwei Becken mit Sprudelliegen und Massagedüsen auf Euch.

Auf der Galerie gibt es zudem noch zwei Tischkicker.

Im Restaurant werden wir gemeinsam zu Mittag essen.

## Mitbringen

Behindertenausweis  
Badesachen  
Schwimmhilfen  
Getränk  
Taschengeld Mittagessen

## Leistung

Fahrt zum Bad  
Betreuung

## Kosten

Preis I 20,00 €  
Preis II 25,00 €

## Beginn

9:00 Uhr Plärrer

## Ende

17:00 Uhr Plärrer

# Langes Wochenende

über Christi Himmelfahrt  
Gut Aufeld

2519

Anmeldeschluss  
Fr., 5.4.2019

30. Mai - 2. Juni 2019



Es geht nochmal nach Gut Aufeld.

Hier gefällt es uns einfach so gut, dass wir auch diese vier Tage in dem schönen Haus verbringen möchten.

Es gibt viele verschiedene Ausflugsziele. Und auch das Haus selbst bietet einiges an Freizeitmöglichkeiten.

Meldet Euch an - das werden tolle Tage.

## Mitbringen

Grundausrüstung S.  
Feste Wanderschuhe  
Rucksack  
Geeignete Kleidung

## Leistung

Betreuung  
Unterkunft im DZ  
Voll-Verpflegung  
Material und Eintritte  
Fahrten und Ausflüge

## Kosten

**langes Wochenende**  
Preis I 160,00 €  
Preis II 240,00 €

## Beginn

10:00 Uhr Freizeithaus Stadtbergen

## Ende

16:00 Uhr Alter Postweg (Parkplatz Protestant. Friedhof)



# Betreuungs-Wochenenden

Diese Wochenenden sollen vor allem dazu dienen, Eltern zu entlasten und ihnen Zeit für sich selbst und die anderen Familienmitglieder zu geben.

Gemeinsam gestalten wir die Tage und nutzen die Möglichkeiten, die uns unser Haus, der schöne Garten und die Umgebung bieten.

In Augsburg gibt es jede Menge zu erleben.: z.B. Zoo-Besuch, Biergarten und vieles mehr.

Diese Tage sind für Erwachsene mit höherem Unterstützungsbedarf gut geeignet.



## Wochenende im Februar

8.-10.2.2019

Kursnummer: **2819** Anmeldeschluss: **Fr, 11.1.2019**

## Wochenende im April

12.-14.4.2018

Kursnummer: **3019** Anmeldeschluss: **Fr, 1.3.2019**

## Wochenende im März

15.-17.3.2019

Kursnummer: **2919** Anmeldeschluss: **Fr, 1.2.2019**

## Wochenende im Mai

10.-12.5.2018

Kursnummer: **3119** Anmeldeschluss: **Fr, 29.3.2019**

### Beginn

16:00 -16:30 Uhr Freizeithaus Stadtbergen

### Ende

15:30 Uhr Freizeithaus Stadtbergen  
16:00 Uhr Alter Postweg  
(Parkplatz Protestant. Friedhof)

### Mitbringen

Grundausrüstung  
Packliste siehe S. 32

### Kosten Wochenende

Preis I 40,00€

### Leistung

Abholdienst  
Betreuung rund um die Uhr  
Unterkunft im DZ/EZ  
Ausflüge  
Vollverpflegung