

## ➤ Juni

Fr., 07.06. SeHT – sozial engagiert:

**Basteln** mit Papier für ein soziales Projekt  
Leitung: Andrea Hinz

Sa., 15.06. SeHT - für alle:

**Landesgartenschau** Kaiserslautern

Mo., 17.06. – Mo., 24.06. SeHT-Aktiv:

**Sommerfreizeit** im Odenwald  
in einem Selbstversorgerhaus (1. Freizeit)  
Apfelbaumhof Lützelbach

## ➤ Weitere Aktivitäten und Projekte

Im aktuellen monatlichen **Newsletter** werden für die folgenden besonderen Projekte alle notwendigen zusätzlichen Termine sowie alle kurzfristigen Änderungen bekannt gegeben.

**Meine Geschichte:** Leitung: Werner Fröhlich  
Interessantes aus den Lebensläufen  
von Mitgliedern aus verschiedenen  
Generationen

**SeHT digital genial:** besondere digitale Angebote mit  
Sigrid, Gertrud, Heidi und vielen mehr  
über dieses Jahresprogramm hinaus

## SeHT-Aktiv und SeHT-Fun

Je nach Thema finden die Aktivitäten im  
Mehrgenerationenhaus MGH Speyer, Weißdornweg 3,  
statt oder außerhalb.

Die Anmeldungen sowie die jeweiligen  
Abfahrtszeiten und Treffpunkte müssen mit  
Andrea Reiner (SeHT-Aktiv) und mit Elina Adam  
(SeHT-Fun) verabredet werden.

## ➤ Kegel – Gruppe

Die Gruppe trifft sich alle zwei Wochen (in den  
geraden Kalenderwochen, Beginn 12.01.24),  
insgesamt **über 20 x pro Jahr**.

## ➤ Eltern – Gruppe

Jeweils **am letzten Donnerstag im Monat** finden die  
regelmäßigen Gesprächskreise um 18.30 Uhr im MGH  
Speyer-Nord statt und einmal im Jahr gibt es das  
jährliche Eltern-Wochenende, für das es jedes Mal ein  
spezielles Thema gibt und ein eigenes Programm.  
In diesem Jahr am **02. / 03.Nov. 2024**.

## Anmeldungen:

Bei Andrea, Elina und Karl **bitte anmelden** über

E-Mail: [a.d.reiner@web.de](mailto:a.d.reiner@web.de)

Tel.: 0163 – 9 76 63 10

E-Mail: [Elina.Adam@web.de](mailto:Elina.Adam@web.de)

E-Mail: [Karl.Gajewski@gmx.de](mailto:Karl.Gajewski@gmx.de)

Tel.: 0176 – 75 00 55 26

Die Anmeldungen sind wichtig, um zu erreichen,  
dass Terminänderungen mitgeteilt werden  
und dass ggf. genug Material besorgt wird usw..

## Mit einer Spende helfen Sie uns!

Überweisungen bitte an:

SeHT-Landesvereinigung Rheinland-Pfalz

**DE 58 5455 0010 0380 0180 93**

Sparkasse Vorderpfalz

**Herzlichen Dank!**



**SeHT**  
SeLBSTÄNDIGKEITS-  
HILFE BEI  
TEILLEISTUNGS-  
SCHWÄCHEN E.V.

**Landesvereinigung  
Rheinland-Pfalz**

## Jahresprogramm 2024

für Erwachsene  
mit Teilleistungsschwächen  
der SeHT-Landesvereinigung

### 1.Halbjahr



Bei Bedarf können Terminänderungen nötig sein.



**SeHT**  
Selbstständigkeits-  
hilfe bei  
Teilleistungs-  
schwächen e.V.

Landesvereinigung  
Rheinland-Pfalz

## ➤ Januar 2024

Fr., 12.01. **Kegeln**  
(ab jetzt alle zwei Wochen)  
Leitung: Andreas Seeger

Fr., 19.01. **SeHT-Aktiv:** im MGH  
**Spielen**, essen, reden, .....  
und das **Jahresprogramm** 2024 besprechen  
Leitung: Andrea Reiner

So., 21.01. **SeHT-Fun:**  
**Neujahrslagerfeuer** mit Stockbrot  
Leitung: Elina Adam

## ➤ Februar

Fr., 02.02. **SeHT-Aktiv:**  
**Bowling** im Felix-Bowling-Center in LU  
Leitung: Andrea Reiner

So., 11.02. **SeHT – Fun:** ...  
**Eislaufen** mit gemeinsamer Verpflegung  
Leitung: Elina Adam

Fr., 16.02. **SeHT-Aktiv:** im JudoMAXX  
**Tanzen:** Line Dance, Western, ...  
Leitung: Lena Rödl + Johanna

## ➤ März

Fr., 01.03. **SeHT-Aktiv:**  
**Malen** mit Frau Woopen  
Leitung: Karl Gajewski

Sa., 02.03. **SeHT-Aktiv:**  
Führung durch den **Vogelpark Schifferstadt**  
Eltern und Angehörige sind eingeladen!  
Leitung: Karl Gajewski

Fr., 15.03. **SeHT-Aktiv:**  
**Staatsphilharmonie** Ludwigshafen / Rh.  
Besichtigung und Instrumentenkunde  
Leitung: Karl Gajewski

So., 17.03. **SeHT-Fun:**  
**Fahrradtour** entlang des Rheins  
Leitung: Elina Adam

## ➤ April

Fr., 05.04. **SeHT-RLP** insgesamt:  
**Mitgliederversammlung**  
in Schifferstadt

So., 14.04. **SeHT-Aktiv:**  
**Holz und Blech** - mit was Opa gespielt hat  
Besichtigung vom Spielzeugmuseum  
Freinsheim mit Führung  
Leitung: Andrea Reiner

So., 21.04. **SeHT-Fun:**  
**Waldwanderung** - mit Waldbingo  
Leitung: Elina Adam

Fr., 26.04. - So., 28.04. **SeHT-Aktiv:**

*Was ist nur in der Seele los?  
Bei den anderen? Bei mir?*  
Anzeichen für psych. Erkrankungen erkennen  
und psych. Gesundheit aktiv stärken  
(Resilienz Teil 2)  
**Seminar** am Wochenende  
in Falkenstein  
Leitung: Andrea Reiner

## ➤ Mai

Sa., 04.05. für alle, inkl. Eltern und Freunde:  
**"Neustadter - berühmt und berüchtigt."**  
Führung an historische Orte  
Leitung: Werner Fröhlich

So., 05.05. **SeHT-LU lädt uns ein:**  
**Spielenachmittag**  
auf dem Gelände des VfSK Oppau

Sa., 11.05. **SeHT-Aktiv:**  
**Zirkus** – Vorführung  
der Waldorf-Schule in Frankenthal  
Leitung: Lena Rödl

Sa., 18.05. **SeHT-für alle:**  
Info-Stand und Glücksrad  
beim **INKLUSIONSFEST** in Schifferstadt  
Leitung: Karl Gajewski

Fr., 24.05. für alle: **Mein Leben als Blinder:**  
Ein Mitglied, von  
Geburt aus blind, macht seine Lebenswelt  
für uns praktisch erfahrbar (Teil 2)  
Leitung: Karl Gajewski

Sa., 25.05. **SeHT-Aktiv:**  
**Pfalzmuseum** in DÜW mit Führung  
Eltern und Angehörige willkommen  
Leitung: Andrea Reiner