



Inklusive Volkshochschule

Eine Kooperation mit



Volkshochschule
INNSBRUCK

März 2024
bis **Juni** 2024

Da geht
noch **mehr**.

www.tafie.at



Impressum

FreiRaum ist ein Projekt der TAFIE GmbH.

TAFIE heißt: Tiroler Arbeitskreis für Integrative Entwicklung.

Stand: 26. Februar 2024

TAFIE GmbH

Egger-Lienz-Straße 2

6112 Wattens

M +43 699 150 43 711

T +43 5224 556 38

office@tafie.at

www.tafie.at

Neue Adresse ab 1. Mai 2024:

Lindenstraße 1

6112 Wattens

Bildquellen:

Titelbild: Adobe Stock | Cecily Arts

Illustrationen: Lebenshilfe für Menschen mit geistiger
Behinderung Bremen e.V. | Illustrator Stefan Albers

Herzlich willkommen!

FreiRaum ist ein Projekt von TAFIE.

Bei FreiRaum gibt es Kurse, Ausflüge und Treffen.

Wir arbeiten mit der **Volkshochschule Innsbruck** zusammen.

In diesem Info-Blatt siehst du die inklusiven Kurse bei der Volkshochschule Innsbruck.

Wie du dich anmeldest, steht auf Seite 5.

Das ganze Kurs-Programm von FreiRaum findest du hier:

www.tafie.at/freiraum

Du kannst auch diesen Code mit dem Handy scannen:



Wir freuen uns auf dich!

Dein Team bei FreiRaum

und bei der Volkshochschule Innsbruck

Inklusive Volkshochschule

Die Volkshochschule Innsbruck bietet viele Kurse an.
Einige davon sind inklusive Kurse.

Die Kurse sind für alle Menschen offen.
Diese Kurse passen gut für Menschen
mit Behinderungen oder Lernschwierigkeiten.

Bei diesen Kursen ist eine Assistenz von FreiRaum dabei.
Bitte sag bei der Anmeldung, ob du Assistenz brauchst.

Orientalischer Tanz	_____	Seite 6
Gesundheits-Turnen	_____	Seite 8
Gedächtnis-Aktivierung	_____	Seite 10

Anmeldung:

Du kannst dich wie gewohnt bei FreiRaum anmelden:

Telefon: 0699 150 437 11

E-Mail: freiraum@tafie.at

Internet: www.tafie.at

Oder du meldest dich direkt bei der Volkshochschule an.

Zum Beispiel im Internet:

www.vhs-tirol.at/freiraum

Kurs-Kosten:

Du bekommst von der Volkshochschule eine Rechnung.

Mit dem Behinderten-Ausweis sind die Kurse günstiger.

In diesem Info-Blatt stehen die günstigeren Preise.

Absagen:

Wenn du nicht kommen kannst oder krank bist:

Bitte melde dich ab.

Orientalischer Tanz Grundkurs



Entfalte deine Persönlichkeit im Tanz.

Der orientalische Tanz ist wichtig in der arabischen Kultur.

Der Tanz schenkt ein gutes Körpergefühl.

Der Tanz ist gut für die innere Ausgeglichenheit.

Im Kurs erlernen wir die Grundlagen.

Wir haben Spaß und tanzen mit viel Leidenschaft.

Wann & Wo?

Freitag 1. März immer von 19:20 Uhr bis 20:35 Uhr

dann jeden Freitag bis 17. Mai

VHS-Haus, 1. Stock, Raum 1

Marktgraben 10, 6020 Innsbruck

Wer leitet den Kurs?

Karin Sellemond

Die Assistenz macht jemand von FreiRaum.

Was kostet der Kurs?

92,40 Euro

Die Rechnung bekommst du
von der Volkshochschule.

Was soll ich mitbringen?

Bitte ziehe bequeme Kleidung an.

Nimm auch etwas zu trinken mit.

Anmeldung

0699 150 43 711

freiraum@tafie.at

www.tafie.at

Gesundheits-Turnen



Fit und beweglich durch das Leben.

Bewegung und Beweglichkeit ist wichtig für die Gesundheit.

In diesem Kurs lernen wir einfache Übungen dafür.

Der Kurs passt für alle, die beweglicher werden möchten.

Der Kurs passt auch, um die Beweglichkeit zu erhalten.

Wann & Wo?

Donnerstag 29. Feber immer von 11:30 Uhr bis 12:20 Uhr
dann jeden Donnerstag bis 10. Juni
VHS-Haus, 3. Stock, Raum 6 (Saal)
Marktgraben 10, 6020 Innsbruck

Wer leitet den Kurs?

Anastasiia Fominykh und Susanne Sturm
Die Assistenz macht jemand von FreiRaum.

Was kostet der Kurs?

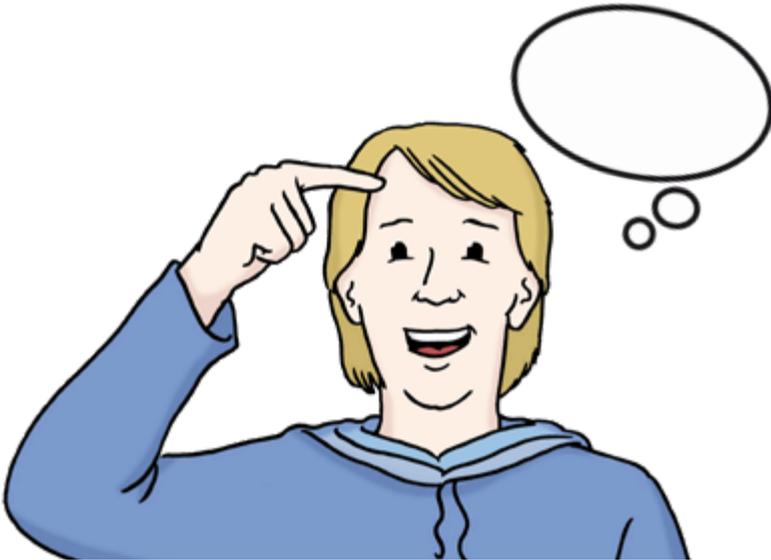
84 Euro
Die Rechnung bekommst du
von der Volkshochschule.

Was soll ich mitbringen?

Bitte ziehe bequeme Kleidung an.
Nimm auch etwas zu trinken mit.



Gedächtnis-Aktivierung nach Montessori



Bringe dein Gehirn in Schwung.

Du wählst selbst, mit welchem Material du arbeitest.

Es gibt Material zu ganz unterschiedlichen Dingen.

Du kannst etwas neues wählen.

Oder du wählst etwas, wo du dich schon auskennst.

Dein Gehirn kommt in Schwung.

Wann & Wo?

Mittwoch 8. Mai
und Mittwoch 15. Mai
und Mittwoch 22. Mai
und Mittwoch 29. Mai
und Mittwoch 5. Juni
VHS-Haus, 1. Stock, Raum 9
Marktgraben 10, 6020 Innsbruck

Wer leitet den Kurs?

Martina Permoser-Wohletz
Die Assistenz macht jemand von FreiRaum.

Was kostet der Kurs?

57,60 Euro
Die Rechnung bekommst du
von der Volkshochschule.

