

Hast du Lust kulinarisch und fit
durchzustarten?

Dann melde dich bei uns!



Kaiser-Friedrich-Str. 20-24
Tel.: 0203 / 509494-0
E-Mail: info@sodima.de
Web: www.sodima.de

Gefördert durch:



Aktionsprogramm Kinder- und Jugendschutz 2026



Starkes Wir:
Aktiv & gesund
Inklusiv





Gemeinsam aktiv

Starkes Wir

Du möchtest neue Leute kennenlernen, gemeinsam kochen, leckere Rezepte ausprobieren, aktiv sein und dabei etwas für deine Gesundheit tun?

Dann bist du bei „Starkes Wir: Aktiv & gesund“ genau richtig!

Bei unserem inklusiven Gesundheits- und Bewegungsangebot erwarten dich:

-  gemeinsames Kochen und Ausprobieren gesunder Rezepte
-  Tipps für eine ausgewogene Ernährung und den Alltag
-  abwechslungsreiche Bewegungs- und Fitnessaktionen
-  Austausch, Spaß und neue Freundschaften in einer starken Gruppe

Du entscheidest mit! Rezepte, Bewegungsangebote und Abläufe planen wir gemeinsam. Deine Ideen sind willkommen.

	Jugendlichen und jungen Erwachsenen bis 27 Jahre
	26.06.2026, 02.07.2026 und 17.07.2026
	17:00 – 20:00 Uhr
	Campus Marxloh An der Paulskirche 6 47169 Duisburg
	Kostenbeitrag: 5 € pro Termin
	inkl. Lebensmittel und Getränke

Anmeldefrist: 22.06.2026

Anmelde- und Teilnahmebedingungen

Anmeldung

Bevor wir mit unserer Gruppe starten können, bitten wir dich die beiliegende Anmeldung auszufüllen und bei uns bis zum Ablauf der Anmeldefrist einzureichen. Solltest du noch nicht volljährig sein bitte deine Eltern / Sorgeberechtigten um ihre Unterschrift.

Nach erfolgreicher Anmeldung erhältst du mit einer Bestätigung, sofern die Mindestteilnehmerzahl erreicht wurde, alle wichtigen Informationen zu deiner Teilnahme. Wird die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht, behalten wir uns das Recht vor, das Angebot abzusagen.

Assistenz- & Betreuungsleistungen für Teilnehmer mit Unterstützungsbedarf

Unsere Angebote sind inklusiv. Teilnehmer mit Assistenz- oder Unterstützungsbedarf können eine individuelle Unterstützung erhalten.

Betreuungsschlüssel:

A = leichte Assistenz	Entspricht in etwa 25 % Assistenzleistung, ausgehend von einer Einzelassistenz (1:4)
B = mittlere Assistenz	Entspricht in etwa 50 % Assistenzleistung, ausgehend von einer Einzelassistenz (1:2)
C = Erhöhte Assistenz	Entspricht in etwa 100 % Assistenzleistung (1:1)

Teilnehmer mit einem Pflegegrad und Anspruch auf Pflegeleistungen haben die Möglichkeit anfallende Assistenz- & Betreuungskosten über die Pflegekasse abzurechnen.

Gerne unterstützen wir dich bei der Anmeldung und beraten dich über Kosten und mögliche Finanzierungshilfen.

Anmeldung Starkes Wir

Angaben Teilnehmer

Vorname, Name:			
Liegt eine Behinderung, ein Assistenz- / Betreuungsbedarf vor?	Ja <input type="checkbox"/>	Nein <input type="checkbox"/>	
Geburtsdatum:			
Geschlecht:	M <input type="checkbox"/>	W <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>
Anschrift			

Angaben Sorgeberechtigte

Vorname, Name	
Anschrift, wenn abweichend	
Telefon	
E-Mail	
Mobiltelefon	

Angaben Assistenz- Betreuungsbedarf

Assistenzbedarf*	Abrechnungswunsch**

Mit meiner Unterschrift akzeptiere ich die Anmelde- und Teilnahmebedingungen. Die Informationen zum Datenschutz habe ich gelesen und stimme der Speicherung meiner persönlichen Daten zu.

Datum, Unterschrift volljähriger Teilnehmer / Sorgeberechtigter

*Wir bitten um Angabe des Assistenzbedarfes, wenn aufgrund von Behinderung eine individuelle Unterstützung während der Angebote benötigt wird.

**Wir bitten um Angabe des Abrechnungswunsches, wenn die Rechnung nicht ausschließlich privat übernommen wird, bspw. bei Förderung durch das Bildungs- & Teilhabepaket.