



Rheumatoid Arthritis's Yours



Einladung zum Vater-Kind-Workshop am 27. und 28. September 2025 in Asel, Ostfriesland für Väter von Kindern mit Rheuma bzw. chronischen Schmerzen am Bewegungsapparat mit Kindern* ab 6 Jahren (*Kinder mit oder ohne chronische Erkrankung)

Wann? Die eigenständige Anreise erfolgt am Samstag, **27.09.2025** ab 11.00 Uhr und die Abreise am Sonntag, **28.09.2025** um ca. 14 Uhr. Nach dem Bezug der Zimmer im Groothus der JUUBA starten wir um 12.30 Uhr mit einem gemeinsamen Mittagessen.

Was? Wir haben uns ein vielfältiges Programm für die Väter mit den Kindern überlegt. Dabei wird es gemeinsame und getrennte Programmpunkte für die beiden Personengruppen geben.

Programm:

- **„Ein starkes Team“**
In diesem Workshop für Väter und Kinder braucht es Zusammenhalt, Kommunikation, Team-Geist und Vertrauen, damit alle Teilnehmenden gemeinsam und gut den „ostfriesischen Hürdenlauf“ bestehen können.
- **„Wir sitzen alle in einem Boot!“**
Workshop für Väter mit achtsamem Austausch zu Selbsthilfe-Themen von Vätern
- **„Mein Papa ist ein Superheld“**
Workshop für Kinder mit erlebnispädagogischen und kreativen Methoden erforschen die Kinder die Stärken und Talente, die sie bei ihren Vätern und sich selbst wahrnehmen.
- **„Das Chaos-Spiel“ – JUUBA Edition**
Der Name ist Programm, die Vater-Kind-Teams versuchen gleichzeitig möglichst fix alle von ihnen gewürfelten Zahlen und die dazugehörigen Zettel mit Lösungswörtern auf dem JUUBA-Gelände zu finden, die daran geknüpften Aufgaben zu lösen und als erstes Team ins Ziel zu gelangen.
- **„Ebbe und Flut“**
Im Leben von Vätern und Kindern wechseln sich Anspannung und Entspannung ab wie Ebbe und Flut. Gemeinsam wollen wir durch kleine aktive Aktionen und bewusste ruhige Momente den Wechsel von Aktivität und Achtsamkeit direkt am Meeresstrand erleben. Dabei gehen wir der Leitfrage nach: Braucht die Entspannung die Anspannung und andersherum?

➤ „Flaschenpost für Dich“

Jedes Vater-Kind-Pärchen erhält in diesem Workshop die Möglichkeit, die positiven Erfahrungen aus dem Wochenende kreativ in einer Flaschenpost für die restlichen Familienmitglieder und den gemeinsamen Alltag zuhause zu verpacken.

Änderungen vorbehalten

Wo?

JUUBA Jugendherberge und Bildungszentrum
Karl-Schaaf-Weg 3
26409 Asel
Tel.: 0176 / 407 686 80

Kosten?

Dies Angebot kann im Rahmen unseres Selbsthilfeprojekts „Man(n) hilft sich selbst!?“ kostenfrei* angeboten werden.

***bei Abmeldungen ab dem 22.09.2025 erheben wir eine Bearbeitungspauschale von 10€, da dann uns Stornierungsgebühren von Seiten der Unterkunft entstehen, die nicht durch die Projektförderung abgedeckt sind!**

Die An- und Abreise organisieren die Teilnehmenden eigenständig.

Die Fahrtkosten können gegen Vorlage eines ausgefüllten Fahrtkostenantrags (und ggf. der zusätzlichen Vorlage von Originaltickets aus dem ÖPNV) erstattet werden.

Anmeldung?

Für die Anmeldung bitte das Anmeldeformular nutzen, welches u.a. auf unserer Homepage zu finden ist.

Das ausgefüllte Formular bitte bis zum 01.08.2025

per E-Mail senden an: familienbuero@kinderrheuma.com

oder per Post an den

Bundesverband Kinderrheuma e.V.

Familienbüro, Westtor 7, 48324 Sendenhorst

Bitte beachten: Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!