



**Einladung zum
Fortbildungs-Wochenende
für Kinder und junge Erwachsene, die an Rheuma oder an
chronischen Schmerzen am Bewegungsapparat erkrankt sind
und deren Familien
vom 12. – 14. Juni 2026**

in der DJH Nottuln, St.-Amand-Montrond-Str. 6, 48301 Nottuln

Programmplanung

Für Eltern

- „Medizinische Aspekte zum Schulalltag“ – medizinische Aspekte (aus Praxis und Forschung) und „Rechtliche Grundlagen und Nachteilsausgleiche bei chronischer Erkrankung“ für einen gelungenen Schulbesuch mit einer chronischen Erkrankung (Impulsreferat & Diskussion/Fragerunde)
- „Unsere Erfahrungen in der Schule - Tipps und Tricks“ Selbstbetroffene junge Menschen berichten im Plenum und stehen den Eltern für Fragen zur Verfügung
- „Unter uns“ - Workshop zur Krankheitsbewältigung und zum gemeinsamen Austausch für Mütter und Väter in getrennten Gruppen
- „Möglichkeiten der Selbsthilfe“ – Mitgliederversammlung

Für Minis (0-8 Jahre)

- „Aktiv mit Köpfchen“- Schnitzeljagd zur Stärkung von Teamarbeit und Selbstbehauptung
- „Backen, Basteln, Bauen“ – aktiv und kreativ unterwegs
- „Bewegung ohne Belastung“- erlebnispädagogischer Ausflug zum Waldspielplatz mit gemeinsamen Aktivitäten zur Stärkung von Teamgeist und Selbstbewusstsein

Für Kinder und Teens (ab 9 bis ca. 15 Jahre)

- Kreativprojekt: „Ein kreativer Raum für meine Geschichte“
- „Fit for Fun“ - gelenkschonende Bewegung zur Entlastung im Schulalltag
- „Bewegung ohne Belastung“ - erlebnispädagogischer Ausflug zum Waldspielplatz mit gemeinsamen Aktivitäten zur Stärkung von Teamgeist und Selbstbewusstsein

Für Jugendliche (ab ca. 16 Jahren):

- „Wie geht mutige Junge Selbsthilfe?“ – Treffen der Jugendgruppe RAY
- „Kreativ-Entspannt“- Kreative Entspannungstechniken für Schule, Ausbildung/Studium und im Beruf
- „Unsere Erfahrungen in der Schule - Tipps und Tricks“ Selbstbetroffene junge Menschen berichten im Plenum
- „Walk & Talk“ – gemeinsam unterwegs mit stärkenden Gesprächen
- „Möglichkeiten der Selbsthilfe“ – Mitgliederversammlung

Darüber hinaus gibt es viel Zeit für Erfahrungsaustausch, Gespräche und gemütliches Beisammensein. Parallel zu den Workshops für Eltern findet an allen drei Tagen eine Kinderbetreuung mit den oben genannten Programmpunkten statt.

(Änderungen vorbehalten)