



Einladung zum
Fortbildungs-Wochenende
für Kinder und junge Erwachsene, die an Rheuma oder am Schmerzverstär-
kungssyndrom erkrankt sind und deren Familien
vom 27. – 29. Juni 2025
in der Landvolkshochschule Freckenhorst, Am Hagen 1, 48321 Freckenhorst

Programmplanung

Für Eltern

- „Mutmachendes aus Medizin und Forschung!“ – medizinische Aspekte (aus Praxis und Forschung) für ein selbstbewusstes Leben mit einer chronischen Erkrankung (Impulsreferat & Diskussion/Fragerunde)
- Für Mütter: „Treffsicher“ - Workshop im Bogenschießen zur Selbstwahrnehmung und Selbstwirksamkeit oder „Zeit für mich“ – Workshop in Achtsamkeit im Wald zur Förderung von Selbstwahrnehmung und Entspannung
- Für Väter: „Man(n) hilft sich selbst!?“ – Workshop mit Zeit für Aktivität, Entspannung und gemeinsamen Austausch für Väter
- „Möglichkeiten der Selbsthilfe“ – Mitgliederversammlung

Für Minis (0-8 Jahre)

- „Ich schaff’ das!“ – Bastel- und Geschichtenangebot zum Thema Mutigsein
- „Backen, Basteln, Bauen“ – aktiv und kreativ unterwegs
- „Jetzt wird’s bunt!?“ – kreative und erlebnispädagogische Aktivitäten für eine selbstbewusste Gemeinschaft von Kindern & Jugendlichen

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

- „Alles easy!“ Theaterpädagogischer Workshop zum selbstbewussten Umgang mit der Erkrankung bzw. Herausforderungen in Schule und sozialem Umfeld
- „Mut sieht genau so aus!“ – Kreativ-Workshop mit der Spielzimmercrew
- „Jetzt wird’s bunt!?“ – kreative und erlebnispädagogische Aktivitäten für eine selbstbewusste Gemeinschaft von Kindern & Jugendlichen

Für Jugendliche (ab ca. 16 Jahren):

- „Wie geht mutige Junge Selbsthilfe?“ – Treffen der Jugendgruppe RAY
- „Miteinander Füreinander“ – Workshop im Stand-Up-Paddling beim WSV Warendorf
- „Gib Rheuma (D)ein Gesicht“ – Social Media Projekt für eine mutige Öffentlichkeitsarbeit
- „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)