



Rheumatoid Arthritis's Yours



Bundesverband
KINDER RHEUMA e.V.

Einladung zum RAY-Aktiv-und-Geschwister-Austausch-Wochenende für Jugendliche und junge Erwachsene ab ca. 16 Jahren

(die entweder eine rheumatische Erkrankung bzw. chronische Schmerzen haben oder eine Schwester oder einen Bruder mit eben einer dieser chronischen Erkrankungen haben)

Wann? Freitag, **30.08.2024** ab ca. 17.30 Uhr bis Sonntag, **01.09.2024** ca. 14 Uhr

Was? Wir haben uns wieder ein vielfältiges Programm für euch überlegt. Natürlich kommen dabei der Austausch und Spaß nicht zu kurz.

Programm:

- **„Auf die Düne fertig los“**
Bei hoffentlich trockenem Wetter nutzen wir die Sanddüne am Dieksee als Ort, um ganz bewusst in die gemeinsame Zeit und den Austausch starten zu können. Leitfragen werden bei dieser Aktivität u.a. sein:
 - Welche „Düne“ habe ich (heute) schon erklommen, um hierher zu kommen und wo stehe ich jetzt?
 - In welcher „Rolle“ bin ich angereist und welche Erwartungen sind damit vielleicht verbunden?
 - Welche Wünsche habe ich an den Austausch, besonders mit den Teilnehmenden, die in einer anderen „Rolle“ als ich hier sind?
- **„Malen für das Wohlbefinden“**
In diesem Workshop lädt uns Referentin Andrea Elferich, freischaffende Künstlerin, ein, unsere jeweils ganz persönlichen Themen in einer kreativen Form auszudrücken. Mit verschiedenen Techniken, Farben und Formen können so z.B. Gefühle, Sorgen, Fragen, Wünsche eine ganz neue Gestalt annehmen und eine neue Möglichkeit für ein gegenseitiges Verständnis schaffen.
- **„Schlagfertig durch den Alltag“**
In diesem aktiven Workshop erproben wir mit der Referentin Sabine Schardelmann, verbale Deeskalation und Schlagfertigkeit und schauen, wie wir im Alltag, egal ob mit oder ohne chronische Erkrankung, Worte und Gespräche, die an uns herangetragen werden, für uns passend einordnen und hilfreich bewerten können.
- **„Selbsthilfe ist für alle da – egal ob mit oder ohne chronische Erkrankung!?“**
In diesem Workshop wollen wir gemeinsam Ideen entwickeln und erste Pläne schmieden, wie der Austausch zwischen jungen Menschen in der Rolle der Geschwister und den Mitgliedern von RAY nach dem Ende des Geschwisterprojekts aussehen könnte.

Änderungen vorbehalten

Wo?

DJH Jugendherberge Lingen

Lengericher Str. 62
49811 Lingen
Tel: 0591 / 973060

Kosten?

Der Eigenanteil beträgt **30€** für Mitglieder des Bundesverbandes Kinderrheuma e.V. und für Teilnehmende in der Rolle der Geschwister (ggf. ohne Mitgliedschaft im Bundesverband) *(Mitglied zu werden ist jederzeit möglich. Solange du zur Schule gehst, in der Ausbildung oder im Studium steckst, ist das sogar kostenlos. Einen Mitgliedsantrag findest Du auf unserer Homepage oder du bekommst du ihn im Familienbüro.)*

Im Preis enthalten sind die Übernachtungen im Mehrbettzimmer mit Vollverpflegung und die Kosten für Workshops und Eintrittsgelder.

Deine An- und Abreise organisierst Du eigenständig.

Die Fahrtkosten werden gegen Vorlage eines ausgefüllten Fahrtkostenantrags und ggf. der Originaltickets erstattet.

Nach Deiner Anmeldung erhältst Du dann die benötigten Informationen, um Deinen Eigenanteil vor dem Wochenende überweisen zu können.

*In **besonderen Härtefällen** kannst du dich an Jutta Weber im Familienbüro wenden. Unter bestimmten Voraussetzungen erhältst du eine zusätzliche Unterstützung zum Eigenanteil.*

Die Angelegenheit wird selbstverständlich vertraulich behandelt.

Stornierungsbedingungen:

- Bei Abmeldung bis 26.07.2024 werden der komplette Eigenanteil Erstattet - abzüglich 10€ Verwaltungsaufwand.
- Bei Abmeldung vom 27.07. -15.08.2024 betragen die Ausfallgebühren 50 % des Eigenanteils.
- Bei Abmeldungen in der Zeit vom 16.08. - 29.08.2024 betragen die Gebühren 80 % des Eigenanteils.
- ab 30.08.2024 100% des Eigenanteils.

Anmeldung?

Für Deine Anmeldung nutzt Du bitte das Anmeldeformular, welches Du u.a. auf unserer Homepage finden kannst.

Das ausgefüllte Formular sendest Du bitte bis zum 15.07.2024 per E-Mail an: jutta.weber@kinderrheuma.com oder per Post an den Bundesverband Kinderrheuma e.V. Familienbüro, Westtor 7, 48324 Sendenhorst

Bitte beachten: Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

Das RAY-Aktiv-und-Geschwister-Austausch-Wochenende ist ein Angebot innerhalb unseres Projektes "Die Rolle meines Lebens", welches die BARMER im Rahmen der Selbsthilfeförderung nach §20h SGB V finanziert. Gewährleistungs- oder Leistungsansprüche gegenüber den Krankenkassen können daraus nicht erwachsen.
Für die Inhalte und Gestaltung ist der Bundesverband Kinderrheuma e.V. verantwortlich.

BARMER