

WORKSHOPS

Ihr bleibt die ganze Zeit in einem Workshop. Bitte sucht euch aber auch eine Alternative aus, falls der Erstwunsch nicht klappt.

1: „Mein Leben ist der Wahnsinn!“ – Leben mit 24-Stunden-Assistenz

Ihr erfahrt in dem Workshop, was eine 24-Stunden-Assistenz ist, wie man sie bekommt und wie das Leben mit ihr ist. Ich freue mich auf euch und eure Fragen!

PALOMA OLSZOWKA

2: „Wir bleiben in Kontakt!“ – Soziale Netzwerke im Internet

Mit alten Freunden und Bekannten in Kontakt zu bleiben, ist nicht immer leicht. Soziale Netzwerke im Internet können uns dabei helfen. In diesem Workshop lernen wir, uns über Facebook zu verbinden. Auch Youtube oder Twitter könnt ihr kennenlernen.

TIM NEUMANN & MONIKA KNIEPER (PIKSL LABOR DÜSSELDORF)

3: Selbstbehauptung und Selbstverteidigung

Hier lernst du Strategien kennen, um Gefahren zu erkennen, diese einzuschätzen, ihnen auszuweichen und ihnen zu begegnen. Wir sprechen aber auch über Ängste und persönliche Erfahrungen. Wir arbeiten mit der Stimme, dem Körper und mit dem Verstand. Es wird anstrengend und manchmal laut! Sportkleidung nicht vergessen.

MARKO GEORGI

4: Barrierefrei Reisen

Reist ihr gern? Hier gibt es Informationen über die Finanzierung, Barrierefreiheit, Assistenz, den gesetzlichen Rahmen und vieles mehr. Ihr könnt Fragen stellen, damit wir eure Erfahrungen und Ideen besprechen können. Euch wird auch gezeigt, welche Anbieter sich auf Reisen für Menschen mit Beeinträchtigung spezialisiert haben und wo ihr im Internet gute Reisen findet.

CHRISTOPHER BUNDT

5: Film-Clip

Als Film-Team begleiten wir die Veranstaltung vor und hinter der Kamera! Es gibt eine Einführung, wie man mit einer Filmkamera umgeht, wir üben, wie man ein Interview führt und vieles mehr. Herzlich willkommen!

CHRISTIAN MEYER (MEDIENPROJEKT WUPPERTAL)

6: Wohnen: So, wie ich es will!

Wir überlegen:
Welche Ideen habe ich zum Wohnen?
Was ist mein Wohn-Traum?
Wie will ich in Zukunft leben?
Wer kann mich auf dem Weg unterstützen?
Was ist mein erster Schritt?
Wie finde ich einen Weg für mich?
Das schreiben wir auf. Mit Worten oder Bildern.

ANDREA AUNER & MATHIAS RIES

7: Stimme, Singen: You are the voice

Wir singen gemeinsam 2 Songs aus der Popmusik – und zwar auf unsere Art, so dass jede und jeder die Songs mitgestalten kann. „You are the voice“: Ihr seid die Stimme!

ANJA LERCH

8: Wir tanzen Zumba!

Zumba „geht“ auch im Rollstuhl und ist nicht nur was für Frauen! Wir tanzen Zumba und haben Spaß. Die Freude an der Bewegung ist das Wichtigste. Und Tanzen ist gut für Körper und Geist. Den Workshop leitet die erste offizielle im Rollstuhl sitzende Zumba-Trainerin Deutschlands.

CONNY RUNGE (REHABILITÄT LINDLAR)

9: Jede, jeder kann Kunst

Wir sind kreativ mit Pinsel, Acrylfarben, Bleistiften, Tonpapier und mehr! Schablonen aus Papier (Tasse, Teller, Vase, Löffel, Kanne) werden schichtweise auf einen bemalten Untergrund geklebt. Diese Technik ist für alle Menschen geeignet – auch für diejenigen, die meinen, nicht malen zu können!

KRISTYNA HATZKE (STUDIO 111)

10: Federleicht ins Wochenende

Das Leben schreibt schöne Geschichten! Wir fassen sie in Worte. Gemeinsam entwickeln wir die neue Fritz & Frida. Das ist die Zeitschrift des bvkm von und für Frauen und Männer mit Behinderung.

ANJA REETZ

Für Teilnehmende und Begleitpersonen:

11: Das Bundes-Teilhabe-Gesetz in Einfacher Sprache

Durch das Bundes-Teilhabe-Gesetz ist vieles neu. Es soll die Teilhabe von Menschen mit Behinderung verbessern.

Es gibt zum Beispiel neue Regeln zum Geld. Oder für das Wohnen und Arbeiten.

KILIAN KRÄMER (UNSIKER, OB ES STATTFINDET)

12: Inklusive Kleinspiele und Rollstuhlparcours

Hier erlebt ihr Spiel, Sport, Spaß und Bewegung durch kleine sportliche Spiele. Durch die Veränderung von bekannten Sportarten erscheinen diese in einem ganz neuen Licht! Tischtennis und Volleyball kann man zum Beispiel mit großen Bällen oder Luftballons spielen.

Der Rolliparcours gibt durch Hindernisse mit verschiedensten Schweregraden einen Einblick in den täglichen Umgang mit dem Rolli. Hier kann man seine Fähigkeiten testen oder erste Erfahrungen im Rollstuhl machen. Ein Workshop für Teilnehmende und Begleitpersonen.

KIJU-TEAM (BRSNW)

Entschleunigung & Entspannung

Mal kurz zur Ruhe kommen, eine Idee bekommen, den Alltag zu entschleunigen: Für eine Stunde kann man hier durch Phantasiereisen oder meditative Angebote Entspannung erleben. Diese Zeiten stehen zur Auswahl:

Freitag 16:30 Uhr

Samstag 11 Uhr und 14 Uhr

Sonntag 9:30 Uhr

ANNA BARTSCH & PASCAL SCHORTMANN

BegleiterInnen-Café

Mal mit anderen Begleitpersonen oder AssistentInnen bei einem Kaffee über alles sprechen, was den Betreuungs-Alltag betrifft oder einfach nur Zeitung lesen, chillen, Menschen kennenlernen? Vorbeikommen, genießen, Themen einbringen!

CLUBS UND GRUPPEN

» **Jahrestreffen in Duisburg**
13. bis 15. September 2019



Foto: Lucien Aeris/Pixabay

**VIEL ERLEBEN –
VIELFALT LEBEN!**

VIEL ERLEBEN – VIELFALT LEBEN!

Alle zwei Jahre findet die Jahresversammlung der Clubs und Gruppen im bvkm statt. Gruppen aus verschiedenen Städten in Deutschland treffen in Duisburg aufeinander, besuchen Workshops, präsentieren, was sie gelernt und entwickelt haben, feiern mit Sängerin Anja und DJ Yallo eine Wahlparty. Denn: In diesem Jahr wird die neue Bundesvertretung der Clubs und Gruppen gewählt! Es stehen schon einige Kandidatinnen und Kandidaten bereit (bewerben kann man sich übrigens noch bis zum 20.7.2019).

Auch für die Begleitpersonen ist gesorgt – wer nicht oder nur zeitweise als Assistenz im Workshop benötigt wird, kann sich selbst für einen Workshop anmelden, das BegleiterInnen-Café besuchen oder eine kleine Auszeit im Entspannungskurs nehmen.

PROGRAMM

Freitag, 13. September 2019

- » 16:00 Uhr Begrüßung, Einführung in das Programm, Offene Angebote
- » ab 17:30 Uhr Abendessen
- » 19:00 Uhr Wer ist da, was steht an?
Rückblick und Ausblick:
2-Jahres-Programm
Vorstellung der Kandidaten und Kandidatinnen für die neue Bundesvertretung der Clubs und Gruppen
- » 21:30 Uhr Gemeinsamer Abend

Samstag, 14. September 2019

- » ab 7:30 Uhr Frühstück
- » 9:30 Uhr Start in den Tag,
Gemeinsamer Gang zu den Workshops
- » 10:00 Uhr Workshops / Gruppen
inkl. Kaffeepause
- » 12:30 Uhr Mittagessen & Pause
- » 15:00 Uhr Workshops / Gruppen
inkl. Kaffeepause

- » 18:00 Uhr Abendessen
- » 19:30 Uhr Wahl der neuen Bundesvertretung
- » anschl. Singabend mit Anja Lerch
Wahlparty mit DJ Yallo

Sonntag, 15. September 2019

- » ab 7:30 Uhr Frühstück
- » 9:00 Uhr Workshops / Generalprobe
- » 11.00 Uhr Abschlusstreffen mit Präsentationen aus den Workshops
- » 13.00 Uhr Lunchpakete + Ende
Zusammenkommen der neu gewählten Bundesvertretung

ORGANISATION

Termin

13. bis 15. September 2019

Ort

Sportschule Wedau des FVN e.V.
Friedrich-Alfred-Str. 15, 47055 Duisburg
Telefon: 0203/7780-0

Unterbringung und Verpflegung

Die Unterbringung erfolgt in der Sport-

schule Wedau (Verpflegung inklusive), in der Regel im Doppelzimmer, es gibt aber auch Mehrbett- und Einzelzimmer, bitte Wünsche angeben.

Die erforderliche Assistenz muss von den Teilnehmenden selbst sichergestellt werden.

Kosten

im Doppel- / Mehrbettzimmer: 90 Euro
im Einzelzimmer: 110 Euro
ohne Übernachtung: 50 Euro
Der Preis gilt auch für Begleitpersonen. Bei Absagen nach dem 15.8. können wir nur Geld erstatten, wenn der Platz anders vergeben werden kann.

Zielgruppe

Jugendliche und Erwachsene mit Behinderung und ihre Begleitpersonen (Clubs & Gruppen und Einzelpersonen).

Anreise

Eine Anreisebeschreibung folgt mit der Bestätigung. Bei dringendem Bedarf kann für die Fahrt vom Hauptbahnhof zur Sportschule Wedau und zurück ein Fahrdienst organisiert werden. RollstuhlfahrerInnen sollten ab dem Hbf

Duisburg den Niederflerbus nutzen, denn die S-Bahn-Haltestelle am Veranstaltungsort ist nicht barrierefrei.

Anmeldung:

Bitte für jede Person eine Anmeldung ausfüllen!

Das Formular gibt es auf:

www.bvkm.de → Über uns →
Veranstaltungen

Die Anmeldebestätigung versenden wir zwei Wochen nach dem Anmeldeschluss.

Anmeldeschluss: 31. Juli 2019

» KONTAKT

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstraße 5-7, 40239 Düsseldorf
Anne Willeke
Fon: 02 11/64 00 4-17 (Fax -20)
E-Mail: anne.willeke@bvkm.de
www.bvkm.de