



## Workshop "Wir Eltern - Unseren Gefühlen Raum geben" Vom 26.01. bis zum 28.01.2024 in Münster

**Anreise:** 26.01.2024 / **Abreise:** 28.01.2024

**Veranstaltungsort:** DJH Münster  
Jugendgästehaus Aasee  
Bismarckallee 31  
48151 Münster  
[www.muenster.jugendherberge.de](http://www.muenster.jugendherberge.de)

**Leitung:** Manuel Spors / Gudrun Stollorz

Eltern behinderter Kinder stehen oft vor einzigartigen Herausforderungen, die eine Vielzahl von Gefühlen hervorrufen können, von Liebe und Stolz bis hin zu Angst, Trauer, Frustration und Überforderung. Diese Gefühle können sich im Alltag aufstauen und das Wohlbefinden beeinflussen. Dieser Workshop bietet Ihnen einen geschützten Raum, in dem Sie die Gelegenheit haben, ihre Emotionen zu erkunden und zu verstehen, sich nicht erklären brauchen, von den Perspektiven und Erlebnissen der anderen Eltern profitieren können und sich mit Ihren Geschichten, Träumen und Fragen willkommen und sicher fühlen. Ziel ist es auch, ihnen die erforderlichen Werkzeuge zur Verfügung zu stellen, um auch zukünftig belastende Emotionen besser zu verarbeiten.

Sie erwartet eine ausgewogene Mischung an lebendigem Austausch mit Gleichgesinnten, intensiver Eigenarbeit, vertrauensstiftendem Teambuilding und heiterem Beisammensein.

### Programm

#### **Samstag, 27. Januar 2024**

08.00 Uhr Frühstück  
09.00 Uhr Begrüßung & Kennenlernen  
10.00 Uhr Angst, Wut, Trauer, Scham & Freude  
12.30 Uhr Mittagessen & -pause  
14.00 Uhr Achtsamkeitsbasierte Ich-Grenze  
18.00 Uhr Abendessen

#### **Sonntag, 28. Januar 2024**

08.00 Uhr Frühstück  
09.00 Uhr Tension Releasing Exercises  
10.00 Uhr Zukunftsplanung  
12.30 Uhr Mittagessen & -pause  
13.30 Uhr Auswertung • Vernetzung  
15.00 Uhr Verabschiedung

Je nach Bedarf werden weitere Pausen vereinbart und die Abendgestaltung am Samstag gemeinsam organisiert. Freilich können Sie jederzeit vor Ort Ihre persönlichen Anliegen oder Fragen einbringen und somit die gemeinsame Zeit mitgestalten.

### Dozentenprofile

**Gudrun Stollorz** ist gelernte Krankenschwester und hat als solche über 25 Jahre gearbeitet. Mit 44 Jahren entschied sie sich für ein Psychologiestudium an der Universität Bremen. Anschließend absolvierte sie eine 5-jährige nebenberufliche Weiterbildung zur analytisch, tiefenpsychologisch orientierten Körpertherapeutin. Seit 2012 arbeitet sie als Therapeutin in eigener Praxis in Worswede. Sie ist verheiratet und hat einen erwachsenen Sohn.

**Manuel Spors** ist freiberuflicher Trainer für Teamentwicklung und Gesundheitsförderung. Als Fachkraft für Geschwister von Menschen mit Behinderung oder chronischer Erkrankung leitet er seit 2008 entsprechende Angebote für diverse Träger bundesweit. Er selbst ist mit sechs Geschwistern und einem behinderten Pflegekind aufgewachsen, hat Mathematik und Sportwissenschaft studiert und lebt mit seiner elfjährigen Tochter in Leipzig.

### Informationen zu den Tickets

Die Tickets beinhalten zwei Übernachtungen und Verpflegung während der Dauer des Workshops. Kinderbetreuung möglich (empfohlen wird aber ohne Kinder daran teilzunehmen, damit Sie sich völlig auf den Workshop konzentrieren können).

**Preise:** Erwachsene Mitglieder: **75€**  
Kinder ohne PWS Mitglied: **50€**

Erwachsene Nicht-Mitglied: **150€**  
Kinder ohne PWS Nicht-Mitglied: **75€**

Kinder mit PWS **Kostenlos**

### Hinweis zur Einwilligungserklärung für Aufnahmen:

Bitte lesen Sie weiter unten die Bedingungen der Einverständniserklärung für Aufnahmen während des Workshops. Sie brauchen nicht das Formular drucken und ausfüllen. Ihre Zustimmung oder Ablehnung der Einwilligung erteilen Sie uns bei der Eingabe der Daten der TeilnehmerInnen.

## Einwilligungserklärung für Video- und Fotoaufnahmen während des Workshops „Wir Eltern – Unseren Gefühlen Raum geben“ vom 26.01. bis zum 28.01.2024 in Münster

---

Wir/Ich sind/bin damit einverstanden, dass im Rahmen der Vereinstätigkeit der Prader-Willi-Syndrom Vereinigung Deutschland e.V. Video- und Fotoaufnahmen gemacht und ausschließlich kontextbezogen verwendet werden. **Wir/Ich stimme/n zu, dass Einzel- und Gruppenaufnahmen** gemacht werden, die in der **Mitgliederzeitschrift PWS-Info** (Print und digital) **und Internetveröffentlichungen** der PWSVD (z.B. Vereins-Homepage, eigene Auftritte in Sozialen Medien) veröffentlicht werden können. Unsere/Mein Name/n und der Name unseres/meines darf/dürfen im Zusammenhang mit den Aufnahmen genannt werden.

### Unsere/Meine Einwilligung bezieht sich auf Aufnahmen

- von uns/mir,  
 von unserem/meinem Kind, bzw. unseren/meinen Kindern.  
 Wir/ich möchte/n nicht, dass Aufnahmen von uns/mir und/oder unserem/meinem Kind gemacht und verwendet werden.

---

Vorname Name

---

Ort, Datum

---

Unterschrift