

### Kurzfristige Änderungen

im Programm sind möglich.

### Veranstaltungsort

Rheintal-Jugendherberge

Auf dem Schönberg, 55430 Oberwesel

Telefon 06744 / 93330

[oberwesel@diejugendherbergen.de](mailto:oberwesel@diejugendherbergen.de)

Die Unterbringung erfolgt in Einzel-, Doppel- oder Familienzimmern.

Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung übernimmt der Mukoviszidose e.V.

### Teilnehmergebühren

Die Eigenbeteiligung beträgt 50,- € pro erwachsene Person.

**Kinder nehmen kostenlos an der Veranstaltung teil.**

Zahlungen bitte bei Anmeldung auf das Konto des Mukoviszidose e.V. IBAN DE 28 3705 0299 0047 0092 13 Stichwort „CF-Familienwochenende April 2024“ Kreissparkasse Köln.

Wenn der Eigenanteil nicht erbracht werden kann, bitten wir um Kontaktaufnahme.

### Fahrtkosten

Die Fahrtkosten können nach Vorlage der Originalbelege bis zur Höhe von max. 150,- € pro Familie erstattet werden. Da unsere Veranstaltungen aus Drittmitteln und Spenden finanziert werden, bitten wir darum, die kostengünstigste Art der Anreise zu wählen und rechtzeitig zu buchen. Bei Anreise mit dem PKW beträgt die Km-Pauschale 30 Cent bis max. 150,- €.

Die Fahrtkostenabrechnungen müssen innerhalb von zwei Wochen nach dem Seminar in der Geschäftsstelle in Bonn vorliegen.

### Anmeldung

verbindliche Anmeldung per E-Mail, Fax oder Post an den Mukoviszidose e.V., [bsenger@muko.info](mailto:bsenger@muko.info)

*Bitte unbedingt beachten: Anmeldungen sind verbindlich. Aufgrund der Erfahrungen vergangener Seminare sehen wir uns gezwungen, bei unbegründetem Fernbleiben bzw. kurzfristiger Abmeldung angemeldeter Teilnehmer diesen die hierdurch anfallenden Ausfallkosten zu berechnen.*

### Rückfragen

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Barbara Senger, Tel. 0228 - 98 780 38, E-Mail:

[BSenger@muko.info](mailto:BSenger@muko.info)

**Wir freuen uns darauf, Euch in Oberwesel zum CF-Familienwochenende begrüßen zu können.**

### Besonderer Hinweis zur Hygiene

Die Veranstaltung richtet sich an Pseudomonas negative Patienten, die bitte vor Beginn der Veranstaltung einen Sputumbefund / Rachenabstrichbefund vorlegen.

**(siehe auch gesondertes Blatt)**

Die Hygienerichtlinien sind verbindlich und werden mit der Anmeldung zur Tagung von jedem Teilnehmer akzeptiert und eingehalten. Pseudomonas positive Betroffene sowie Patienten mit akuten (Virus-) Infektionen, Burkholderia cepacia, nicht tuberkulösen Mycobacterien (NMT), Mycobacterium abscessus, MRSA und ähnlichen Keimen dürfen nicht an der Veranstaltung teilnehmen. Bei Unsicherheit in Bezug auf den Keimstatus fragen Sie bitte Ihren Arzt um Rat.

Darüber hinaus gelten die gesetzlich vorgeschriebenen Regeln zur Hygiene im Zusammenhang mit der Corona-Pandemie.

## Einladung zum CF-Familienwochenende



**19.-21. April 2024  
in Oberwesel**



## Einladung zum CF-Familienwochenende in Oberwesel 19.-21. April 2024

Liebe Eltern,  
Bewegung ist gerade für Menschen mit CF besonders bedeutsam. Da ist es gut von Kindern an zu lernen, Sport und körperliche Aktivität in den Alltag zu integrieren. Damit dies gelingt, sind Spaß und ein gutes Trainingskonzept unerlässlich – umso besser, wenn gleich die ganze Familie mitmachen und davon profitieren kann.

Das Familienwochenende soll Gelegenheit bieten, eigene Bewegungskonzepte zu entwickeln und diese mit viel Spaß gemeinsam mit anderen umzusetzen.

Das Wochenende bietet außerdem die Gelegenheit, andere CF-Familien kennenzulernen und sich auszutauschen.

Das Anliegen der CF-Familienwochenenden, ist es, jungen Familien (mit Kindern etwa zwischen vier und max. zwölf Jahren), die von CF betroffen sind, Raum zu geben zum Kennenlernen, Austauschen, Informieren und Spaß haben.

Sie können als Familie teilnehmen oder ein Elternteil mit Kind oder ein Elternteil allein – wie es für Sie und Ihre Familie passt und möglich ist.

Auf ein interessantes, bewegtes und kommunikatives Familienwochenende freuen sich

**Barbara Senger und Alexandra Kramarz**  
**Hilfe zur Selbsthilfe, Mukoviszidose e.V. Bonn**

### Freitag, 19.04.2024

Nachmittags **Individuelle Anreise**

18:30 Uhr **Abendessen**

#### **Anschließend:**

Zeit für Austausch und gemütliches Beisammensein

### Samstag, 20.04.2024

10:00 Uhr **Ideen für einen bewegten Alltag - Spiel und Spaß für Kinder und Eltern**

12:30 Uhr **Mittagessen**

14:00 Uhr **Ausflug / Wanderung**

18:00 Uhr **Abendessen**

20:00 Uhr **Austausch und gemütliches Beisammensein**

*Mit freundlicher Unterstützung:*



*Hinweis: Auf die Inhalte des Seminars wird durch die Förderung kein Einfluss genommen.*

### Sonntag, 21.04.2024

10:00 Uhr **Elternprogramm:  
Kurzvortrag und Austausch**

#### **„Familienalltag mit CF – die Fähigkeit, das Leben zu meistern“**

CF-Alltag in Familie und Partnerschaft und das Erlernen der Fähigkeit, mit den eigenen Kräften zu haushalten  
Barbara Senger, Referentin Mukoviszidose e.V.

10:00 Uhr **Kinderprogramm:  
Reise durch den Körper**  
Alexandra Kramarz, Vorstand Mukoviszidose e.V.

11:30 Uhr **Gemeinsamer Abschluss**

12:30 Uhr **Mittagessen / Seminarende**

*Bildnachweis:  
By AdobeStock 68086214*