

## MAINZ 2023

Jugendherberge Mainz  
Otto-Brunfels-Schneise 4  
55130 Mainz



## WOCHENENDE MIT SPRITZKURS

FREITAG 20.10.2023 – SONNTAG 22.10.2023

SPRITZKURS / ELTERN-KIND TREFFEN / FREUNDE + BEKANNTE TREFFEN  
HEIMSELBSTBEHANDLUNG FÜR KINDER (+ ERWACHSENE) /  
ERFAHRUNGSAUSTAUSCH

### Was bieten wir im Herbst 2023 an?

Bei hoffentlich sonnigem Herbstwetter nutzen wir Innen- und Außenbereich der renovierten Jugendherberge für ein gemütliches, informatives und entspanntes Kennenlern- und Wiedersehens-Wochenende in Mainz.

**Wir beabsichtigen, dass jede/r die Zeit bekommt, die benötigt wird, um den Umgang mit Nadel und Faktor zu lernen oder zu verbessern. (... oder nur zuzuschauen).**

Es wird ausreichend Zeit geben, Kontakte zu vertiefen und mit netten Menschen neue Kontakte zu knüpfen.

Für die Größeren besteht die Möglichkeit für einen Ausflug in den Volkspark, oder in die nahegelegene Innenstadt.

Für den Nachwuchs (ab 0 Jahre) ist das Außenareal bestens zum Ausruhen und Entdecken geeignet.

### Wie wird das Wochenende ablaufen?

Es wird über Aktuelles aus der Medizin und der Medikamentenversorgung informiert.

Wir werden am Wochenende desinfizieren, punktieren und substituieren. Beim Grillabend in der Jugendherberge am Samstag werden Erfahrungen und Alltagstipps ausgetauscht.

(Vorab schon mal DANKE an das Team am Grill, das sich auch dieses Jahr wieder über weitere Unterstützung freut !!!)

## WOCHENENDE MIT SPRITZKURS

- ✓ Wir bieten einen vergünstigten Wochenendaufenthalt für Menschen mit Gerinnungsstörungen und deren Angehörigen oder Freunde in der Jugendherberge in Mainz an
- Die Anmeldung erfolgt mit dem angehängten Formular. Bitte senden Sie das Formular an die u.g. Adresse (georg.menzel@dhg.de) oder die DHG Geschäftsstelle in Hamburg
- Überweisen Sie bitte den ermittelten Teilnehmerbetrag auf das Konto der DHG (siehe angehängte Anmeldung)
- Geben Sie bei der Anmeldung bekannt, wenn Sie spezielle Wünsche beim Essen haben, der Koch der Jugendherberge hat bisher immer Rücksicht auf Allergien und spezielle Essenswünsche genommen
- Bringen Sie bitte Ihre Medikamente, vorsorglich auch Ihren persönlichen Mund-Nasen-Schutz und ein eigenes Handtuch mit

**Anmeldeschluss: 25.09.2023**

Bitte rufen Sie mich an,  
wenn Sie irgendwelche Fragen haben 🤔😊😄

<b>Zeitplan:</b>	
Freitag ab 16.00 h	Anreise und Zimmer beziehen
Freitag 18.00 h – 19.00 h	Abendessen
Freitag 19.00 h (ca. 20 Min.)	Infos zum Wochenende + Aktuelles zur DHG Geschicklichkeitsspiel – Teambuilding (wie alles an diesem Wochenende – freiwillig -)
<b>Samstag</b>	<b>Üben mit Spritze und Faktor (Kaffee + Mittagessen incl.)</b>
Ab 15.00 h – 17:30 h	Infos zu DHG + DHG Region Hessen
Ab 17:30 h	Grillvorbereitung und Grillabend
<b>Sonntag</b>	Weiteres Üben und Infoaustausch bis zum Mittagessen