

## DHG Wochenende mit Spritzkurs

Spritzkurs / Eltern-Kind-Treffen / Freunde + Bekannte treffen  
Heimselfbehandlung für Kinder (+ Erwachsene) / Erfahrungsaustausch

### Lust auf ein besonderes Wochenende in Mainz?

**Freitag, 22.08.2025 – Sonntag, 24.08.2025**

**Ort:** Jugendherberge Mainz, direkt am Volkspark, in der Nähe der Innenstadt (Otto-Brunfels-Schneise 4, 55130 Mainz)

Ein Wochenende für Eltern, Kinder, Freunde & Interessierte  
Lernen, entspannen, austauschen – alles ohne Druck!

### Was erwartest Dich?

#### **Spritzkurs & Heimselfbehandlung**

- Du willst den Umgang mit Nadel und Faktor lernen oder sicherer werden?
- Egal ob Du aktiv übst oder lieber erstmal nur zuschaust – alles ist möglich!
- Für Kinder und Erwachsene, ganz nach Bedarf und Tempo.

#### **Eltern-Kind-Treffen**

- Austausch unter Familien, die im Alltag ähnliche Herausforderungen erleben.
- Gemeinsame Zeit in entspannter Atmosphäre – draußen und drinnen.

#### **Freunde & Bekannte treffen**

- Alte Bekannte wiedersehen und neue Menschen kennenlernen
- Lockeres Miteinander mit viel Raum für Gespräche und gemeinsames Erleben.

### Wie läuft das Wochenende ab?

#### **Infos & Austausch**

- Aktuelles von der DHG, aus der Medizin und zur Medikamentenversorgung.
- Einblicke, Tipps und Gespräche – ganz offen, verständlich und praxisnah.

#### **Praktische Übungen**

- Desinfizieren, punktieren, substituieren – in Deinem Tempo und mit Begleitung.

#### **Biografie-Workshop: *Spielen mit Worten und Bildern***

- In diesem kreativen Workshop darfst Du Dich selbst auf spielerische Weise erforschen.
- Mit Collagen, Worten, Schnipseln und Bildern gehst Du Deinen Wünschen, Träumen – vielleicht auch Ängsten – nach.
- Ganz ohne Druck, ohne Analyse, einfach intuitiv und offen.
- Es wird gelacht, gebastelt, gestaunt – und vielleicht findest Du etwas Überraschendes, auf jeden Fall aber etwas Schönes!





- **Mitbringen:** Offenheit, Neugier – und Schere, Kleber, Stifte, Papier, Zeitschriften, mit denen Ihr gerne arbeitet. Etwas Material haben wir auch vor Ort.
- **Vorkenntnisse brauchst Du keine.** Nur Lust auf ein bisschen kreative Zeit für Dich selbst.
- **Grillabend am Samstag**
  - Leckerer Essen, gute Gespräche, Austausch unter Gleichgesinnten
  - (Ein dickes DANKE schon jetzt an unser Grillteam!)
- **Fachvortrag & Wahlen am Sonntag**
  - Spannender Vortrag zum Sozialrecht: Björn Drebing berichtet über das Schwerbehindertenrecht, Merkzeichen H und Integrationshilfen im Kindergarten.
  - Regional- und Jugendvertreter-Wahlen der DHG Hessen – Deine Chance, Dich einzubringen!

**Für wen ist das Wochenende gedacht?**

Für Dich – ob jung oder alt, betroffen oder Angehöriger, neu dabei oder schon lange engagiert.

Du bist herzlich willkommen!