



Interessengemeinschaft  
Arthrogryposis e.V.

## 8. Erwachsenenentagung

für Menschen mit AMC

vom 16. Juni bis 19. Juni 2022

in Uder/Thüringen





## Die Tagung

Die 8. Erwachsenenntagung der IGA wird am verlängerten Wochenende vom **16. Juni bis zum 19. Juni 2022** stattfinden. Veranstaltungsort ist wieder die Bildungs- und Ferienstätte Eichsfeld in Uder (Kreis Eichsfeld/Thüringen).

Zu dieser Tagung sind alle IGA-Mitglieder eingeladen, die mindestens **16 Jahre** alt sind. Gerne können auch Partner\*innen oder Begleitpersonen mitgebracht werden. Für diese Tagung wurde ein Antrag zur Förderung bei "Aktion Mensch" gestellt.

Nach Eingang Eurer Anmeldung erhaltet Ihr eine Rechnung. Diese gilt nach Begleichung automatisch auch als Teilnahmebestätigung. Solltet Ihr nicht mehr berücksichtigt werden können, erhaltet Ihr eine Absage sowie die Rückerstattung evtl. gezahlter Beträge.

Hinweis zur aktuellen Corona-Lage: Es gelten die örtlichen (Thüringen) und aktuellen Coronaregeln. Alle Teilnehmenden werden hierzu zeitnahe Informationen erhalten.

## Das Programm

Schwerpunkt bei dieser Tagung liegt im Thema Gesundheit. Ein Thema ist zum Beispiel die Atmung bei wenig Körperbewegung und es wird weitere informative Fachvorträge geben. Wie auch in den letzten Jahren wird es verschiedene sozialrechtliche Vorträge geben, zum Beispiel zum Umgang mit Behörden oder zur Verhinderungspflege. Außerdem gibt es verschiedene Workshops zu den Themen BioScan, Falltraining, Selbstverteidigung und Yoga. Wie immer soll auch der Austausch untereinander nicht zu kurz kommen, wie in unserer Ü-45-Runde.

Im Rahmenprogramm ist auch die Firma KIRCHHOFF-Mobility vertreten. Sie bieten an, Autos an die Bedürfnisse von Menschen mit Mobilitätsbehinderungen individuell anzupassen. Sie können uns mit ihrer Expertise bei der Herausforderung der selbstständigen Mobilität Unterstützungsmöglichkeiten aufzeigen.

Das vorläufige Programm, welches immer aktuell auf unserer Homepage zu finden ist, fügen wir bei. Neben unseren angebotenen Veranstaltungen möchten wir ein paar gemeinsame Stunden verbringen, Erfahrungen austauschen, eigene Fragen einbringen und in einem Kreis von „Gleichgesinnten“ erleben, dass wir nicht allein sind.

Am Samstagnachmittag findet die Mitgliederversammlung der IGA mit Vorstandswahl statt.

## Wegbeschreibung

**Auto:** Uder liegt an der Bundesstraße 80, westlich von Heilbad Heiligenstadt und ist über die Autobahnen 4, 7, 38 und 44 sowie die Bundesstraßen 27 und 247 gut zu erreichen.

**Bahn:** Uder hat eine eigene Haltestelle auf der Strecke Kassel-Halle. Die Bildungs- und Ferienstätte ist ca. 2,5 km entfernt. Der Bahnhof Heiligenstadt ist ca. 5 km entfernt und verfügt über einen Taxi-Dienst.

## Anschriften

### Tagungsort:

Bildungs- und Ferienstätte Eichsfeld  
Eichenweg 2  
D-37318 Uder  
Tel.: 036083 42311 Fax: 42312  
E-Mail: [bfs.eichsfeld@t-online.de](mailto:bfs.eichsfeld@t-online.de)

### Organisation:

Sylvia Seel  
Himpfelshofstr. 11  
D-90429 Nürnberg  
Tel.: 0911 268280  
Handy: 0171 6828244  
E-Mail: [bayern@arthrogryposis.de](mailto:bayern@arthrogryposis.de)

**Erstmalig bieten wir Euch bei dieser Tagung eine Kinderbetreuung für die Kinder explizit von Eltern mit AMC an.**



## Workshops und Vorträge:

### Trauma Releasing Exercises (TRE®)

Nachdem das Thema bisher großen Anklang gefunden hat, bietet Christiane Teuber mit ihrem Team auch auf der Erwachsenentagung eine Einführung in diese körperorientierte Methode der Traumaverarbeitung und des Stressabbaus an. Nicht nur für Betroffene, sondern auch für Angehörige können diese Übungen eine Möglichkeit der Selbstfürsorge darstellen. Dabei gibt es keinerlei Einschränkungen was Alter, Fitness oder die körperliche Beweglichkeit angeht. Auf die Durchführung von speziellen Übungen, die individuell angepasst werden können, reagiert der Körper mit Zittern, welches als Lösungsmechanismus für Stress und Trauma verstanden wird. Die TRE®-Übungsserie zielt auf die dem Organismus innewohnenden Lösungsmöglichkeiten muskulärer Verspannungen ab, die bei Stress und jeglicher Form von Trauma eine zentrale Rolle spielen. In der Übungsserie wird eine gezielte Tiefenentspannung mit natürlicher Neubelebung verbunden.

Sie wurde von Dr. David Berceci besonders zu dem Zweck entwickelt, die natürlichen Heilungsprozesse zu aktivieren, die im menschlichen Körper genetisch angelegt sind.

Nach dem Kennenlernen dieser Methode ist TRE® als Möglichkeit der Selbstfürsorge eigenständig, in Gruppen oder in Einzelbegleitung praktizierbar.

Das Angebot umfasst eine theoretische Einführung, die praktische Erfahrung in der Gruppe (max. 10 Teilnehmende) und es sind zudem im Verlauf der Tagung Einzelsitzungen möglich. Ein Team von 3 TRE-Providerinnen ist während der gesamten Tagung vor Ort.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung für Übungen, bei Bedarf Schreibutensilien, eine Decke sowie ein Kopfkissen.

Leitung: Christiane Teuber & Team

### Rhetorikkurs/sprachliche Selbstverteidigung

Dieser Kurs hat das Ziel, sich bei sprachlichen Angriffen und Beleidigungen zu verteidigen und sich deeskalierend zu verhalten.

Leitung: Eva Malecha-Konietz und Prof. Dr. Julia Gebrande

### Bewegungsübungen zur Auflockerung des Rhetorikkurses

Den Rhetorikkurs möchten wir mit Bewegungsübungen zwischendurch auflockern.

Leitung: Michael Kahsnitz

### BioScan zur Feststellung von Vitamin- und Mineralstoffmangel

Anhand des BioScan-Gerätes lassen sich Mängel an Vitalstoffen wie Vitaminen, Spurenelementen, Aminosäuren etc. und auch Umweltgift- oder Schwermetallbelastungen messen. Die Messung erfolgt durch eine Elektrode, welche in der Hand gehalten wird, ohne Eingriff in den Körper und ohne Blutentnahme. Somit kann die Auswertung direkt nach der Messung vorgenommen und Lösungsmöglichkeiten besprochen werden.

Leitung: Julia Babari



## **Elternassistenz und Vorstellung des Vereins Bundesverband behinderter und chronisch kranker Eltern (bbe e.V.)**

Wir möchten Euch gerne mit dem Thema Elternassistenz vertraut machen. Hierbei geht es um Eltern mit Behinderung, die Unterstützung für die tägliche Versorgung ihres Kindes benötigen. Es soll die Möglichkeiten der Elternassistenz aufgezeigt und über die Finanzierung informiert werden. Zusätzlich soll der Verein und dessen Aktivitäten vorgestellt werden.

Leitung: Kerstin Blochberger, Bundesverband behinderter und chronisch kranker Eltern

## **Umgang mit Behörden**

Wir möchten Euch noch mal detailliert über den Umgang mit Behörden im Zusammenhang mit Antragstellung, Widerspruch und Klage informieren. Es gibt die Möglichkeit, sich in einer Fragerunde näher über die Abläufe zu informieren und Erfahrungen auszutauschen.

Leitung: Sylvia Seel

## **Vortrag über die Beantragung von Verhinderungspflege**

Immer wieder gibt es viele Anfragen zur Verhinderungspflege. Was ist das? Wie beantrage ich Sie? Deshalb möchten wir Euch noch mal einen ausführlichen Überblick geben und Euch aufzeigen, wie diese Leistung zu beantragen ist.

Leitung: Sylvia Seel

## **Ü 45-Runde**

Da es noch keine wissenschaftlichen Aussagen über die Veränderungen der AMC bei über 45-Jährigen gibt, treffen wir uns, um unsere Erfahrungen und Erlebnisse mit AMC auszutauschen, um Ähnlichkeiten oder Unterschiede festzustellen. Unser gesammeltes Wissen wollen wir zusammentragen, um es später auch an Jüngere und Mediziner\*innen weiterzugeben.

Leitung: Karin Bertz

## **Grundlagen und Training der Atmung - Besonderheiten bei Muskelerkrankungen**

Das Zusammenspiel verschiedener Muskelgruppen bei der Atmung kann auch bei Muskelerkrankungen wie bei der AMC Folgen haben. Um das Themengebiet Atmung auch in der IGA aufzugreifen, wird dieser Vortrag die Grundlagen des Atmungsprozesses vorstellen. Hierbei soll auch auf mögliche Auswirkungen und Besonderheiten bei Muskelerkrankungen eingegangen werden. Außerdem möchten wir die Grundlagen der Klangbildung und Trainingsmöglichkeiten für die Atmung aufzeigen.

Leitung: Annika Bertz und Daniel Muffler



## **Umgang mit Verspannungen**

Progressive Muskelentspannung wird als "Entspannung als Therapie" beschrieben. Wir möchten Euch die Grundlagen dieser Methode beibringen, die sich nicht nur als Teil der Achtsamkeit besonders gut für Menschen mit AMC eignet. Durch den sehr individuellen Wechsel zwischen Anspannung und Loslassen von Muskeln hilft es auch, bewusst gegen Verspannungen vorzugehen.

Leitung: Eva-Malecha-Konietz und Richard Konietz

## **Aromatherapie - ein sanfter Beschwerdebegleiter**

Bei Aromatherapie denkt jeder direkt an angenehme Gerüche. Dabei können ätherische Öle so vieles mehr!

Im Workshop werden die Wirkungsweise, Anwendbarkeit und vielfältigen Einsatzmöglichkeiten verschiedenster ätherischer Öle vorgestellt.

Es gibt unterschiedliche Rezepturen gegen Lymphschwellungen, Schmerzen, Verspannungen und vieles mehr. Zur Ergänzung soll es jedem einzelnen möglich sein, eine individuelle Mischung vor Ort für sich zu mischen. So bekommt man gleich einen praktischen Einblick und Impuls, sich mit den eigenen Beschwerden zu unterstützen.

Leitung: Julia Babari

## **Erhalt der Selbstständigkeit**

hier geht es um den Erhalt der Selbstständigkeit bei alters-und behinderungsbedingt nachlassenden Fähigkeiten.

Leitung: Katharina Engel

## **Ernährung bei AMC**

Die Neurologin Frau Gisela de Abos y Padilla wird uns einen Vortrag über Ernährung bei AMC anbieten. Bei diesem Vortrag wird sie uns die speziellen Probleme der neurologischen Auswirkungen in Verbindung mit Ernährung bei AMC erläutern.

Leitung: Gisela de Abos y Padilla, Fachärztin für Neurologie und Allgemeinmedizin

## **Craniosacrale Therapie und die Atemräume**

Wir möchten neue Therapieansätze erklären und haben deswegen einen Therapeuten, der uns über craniosacrale Therapie in Verbindung mit Atmung informieren möchte.

Leitung: Michael Kahsnitz



Interessengemeinschaft  
Arthrogryposis e.V.

Rahmenprogramm:  
und dann gibt es auch noch:

- **Entspannungsübungen** (Aenne und Michael Kahsnitz)
- **Auto-Umbauer** (KIRCHHOFF-Mobility)
- **Falltraining, Selbstverteidigung, Yoga** (Dirk Tannert)
- **Line Dance** (Kirstin Kindermann-Beume)

**Anmeldeschluss**

**15.05.2022**

**Veranstalter:**

Interessengemeinschaft Arthrogryposis e. V.  
In der Lohe 14  
D-52399 Merzenich/NRW  
Telefon: +49 2421 202424  
E-Mail: [info@arthrogryposis.de](mailto:info@arthrogryposis.de)  
[www.arthrogryposis.de](http://www.arthrogryposis.de)

---