

Wegbeschreibung:



Am Autobahnkreuz 92 – Dreieck Wuppertal-Nord auf
A43 Richtung Recklinghausen/Bochum

Am Autobahnkreuz 19 – Bochum/Witten
auf A44 Richtung Dortmund/Witten

Bei Ausfahrt 44 – Witten-Stockum
Richtung Witten-Stockum / Dortmund-Oespel

Der Pferdebachstraße folgen,

rechts auf Ardeystraße

Für die Autofahrer:
wenn der Parkplatz voll sein sollte,
benutzt bitte den Parkplatz am Marienhospital. Ihr könnt auch
hinter Autos parken, wenn Ihr den Fahrer kennt.



Am Hauptbahnhof Witten, mit den Buslinien 320, 371, 375, 376
und 378 gelangt ihr zur Haltestelle „Marien-Hospital“-
dort befindet sich das Ardey-Hotel.



Bundesselbsthilfe**Ver**band **K**leinwüchsiger **M**enschen e.V.
Sandra Wiese
Neuenhauser Straße 19A
53797 Lohmar
Tel-Nr.: 0162 1983008
E-Mail: Sandra.Wiese@kleinwuchs.de

VKM – Sandra Wiese, Neuenhauser Str. 19, 53797 Lohmar

Mitglieder, Interessenten und Freunde

Einladung
zu unserem Wochenendtreffen
vom 17.10. – 18.10.2026
im Ardeyhotel in Witten

B.A.G SELBSTHILFE	Gefördert durch die Aktion MENSCH	 Niklas Chronischer Seltener Erkrankungen	Sitz: Amtsgericht Hamburg Vereinsregister Nr. 7275	Bankverbindung: Commerzbank Aachen IBAN: DE69390400130121422000 BIC: COBADEFFXXX,
-----------------------------	--	--	---	--

Liebe Mitglieder, Interessenten und Freunde!

In diesem Jahr wollen wir uns mit dem Thema:

„**Gute Kommunikation und sicheres Auftreten**“ beschäftigen. Gerade wir, kleinwüchsige Menschen, haben so manches Mal das Gefühl, nicht ernst genommen zu werden. Auch das „in die Augen schauen“ ist in den meisten Situationen nicht auf Augenhöhe möglich. Deshalb ist eine klare, deutliche Sprache und ein selbstbewusstes Auftreten sehr hilfreich, um den eigenen Standpunkt zu vermitteln und sich ggf. auch durchzusetzen. Wir möchten lernen, in diesen herausfordernden Situationen, ruhig und überzeugend aufzutreten.

Dabei wird uns eine Mitarbeiterin des Beratungsunternehmens DiLaPe an diesem Samstag mit wissenschaftlichen Erkenntnissen, Übungen und Erfahrungsaustausch behilflich sein. Wir haben bereits häufiger mit Frau Dittmar und Frau Lange zusammengearbeitet und sehr gute Erfahrungen gemacht.

Am Sonntag erwartet uns dann eine rein sportliche Einheit. Hierfür konnten wir Mitarbeiter vom Reha-Sport Recklinghausen gewinnen. Natürlich soll, neben der Bewegung, auch der Spaß nicht zu kurz kommen. Es lohnt sich also zu kommen!

Dieses findet in der Zeit vom **17.10. - 18.10.2026** im

Ardey-Hotel

Ardeystraße 11-13

58452 Witten

Tel.-Nr.: 02302-98488-0

statt.

Ungefäher zeitlicher Ablauf:

17.10.2026

- Anreise bis 12:00 Uhr
- 12:00 Uhr - kleiner Mittagssnack
- 13:00 Uhr - Beginn Seminar
- 15:00 Uhr - Kaffeepause
- 15:30 Uhr - 2. Teil Seminar
- ca. 18:30 Uhr - Abendessen
- danach gemütliches Beisammensein

18.10.2026

- 10:00 Uhr bis ca. 13:00 Uhr - Rehasport
- danach Abreise

Was kostet es Euch?

(inklusive Seminar, Rehasport und das gesamte Essen)

Doppelzimmer: 50,00 € pro Person

Einzelzimmer: 75,00 € pro Person

Mitglieder mit Sozialbeitrag

Doppelzimmer: 25,00 € pro Person

Einzelzimmer: 37,50 € pro Person

Interessenten

Doppelzimmer: 70,00 € pro Person

Einzelzimmer: 95,00 € pro Person

Freunde

Doppelzimmer: 100,00 € pro Person

Einzelzimmer: 125,00 € pro Person

Dieses Seminar wird von den Krankenkassenverbänden in NRW und aus unserer Landeskasse stark bezuschusst. So können wir die Beiträge niedrig halten.

Verbindliche Anmeldung bis zum **11.10.2026** bei

Christel Meuter Tel-Nr.: 01590 6557746, Christel.Meuter@kleinwuchs.de

oder Sandra Wiese Tel-Nr.: 0162 1983008, Sandra.Wiese@kleinwuchs.de

Bitte überweist euren Betrag bis zum 11.10.2026 auf folgendes Konto:

VKM

Commerzbank Aachen

IBAN: DE69390400130121422000

BIC: COBADEFFXXX

Nur wer bis zum Anmeldeschluss überwiesen hat, ist verbindlich angemeldet!

Bitte denkt euren Jahresbeitrag für **2026** zu überweisen, falls noch nicht geschehen. Die Kasse freut sich.

Nächstes Treffen:

29.11.2026 - Weihnachtsfeier im Ardeyhotel in Witten