

**Einladung zum Bundeskongress im Bio Seehotel Zeulenroda  
vom 21. Mai bis 25. Mai 2026**

Liebe Mitglieder und Freunde des VKM e.V.,

**„Starke Hüfte. Stabiles Knie. Starkes Ich“**

ist unser diesjähriges Motto beim Bundeskongress.

Wir möchten euch herzlich zum diesjährigen Bundeskongress 2026 ins BioSeehotel (Internetseite [www.bio-seehotel-zeulenroda.de](http://www.bio-seehotel-zeulenroda.de)) nach Zeulenroda am südöstlichen Rand Thüringens einladen.



Das barrierefreie und kinderfreundliche Vier-Sterne-Hotel liegt mitten in der Natur direkt an einer Talsperre, dem Zeulenrodaer Meer. Es bietet unzählige Möglichkeiten, sich aktiv zu betätigen. So gibt es einen Sportpark, eine Naturbadestelle mit Sandstrand direkt am Hotel, eine Wassersportschule in der Nähe mit Verleih von diversen Wassersportgeräten. Man kann angeln, tauchen, wandern. In der Nähe wird auch Golf und Minigolf angeboten. Auf dem Hotelgelände gibt es eine Marmelbahn mit mehreren Stationen, Fahrräder und E-Bikes können ausgeliehen werden. Das Hotel bietet einen Fitness- und einen Panorama Spa-Bereich mit Schwimmbad und Sauna, eine Bowlingbahn und eine

Miriam Höfig  
1. Bundesvorsitzende  
Steinheimer Str. 26, 74354 Besigheim  
Telefon: 0174 3069653  
Mail [miriam.hoefig@kleinwuchs.de](mailto:miriam.hoefig@kleinwuchs.de)  
Internet: [www.kleinwuchs.de](http://www.kleinwuchs.de)

Sitz: Amtsgericht Hamburg  
Vereinsregister Nr. 7275  
Bankverbindung:  
Bank für Sozialwirtschaft Köln  
IBAN: DE58 3702 0500 0008 0885 00  
BIC: BFSWDE33XXX

Angeschlossen:



Sportsbar. Nicht umsonst handelt es sich um ein Biohotel. Es werden zu 95 % Bioprodukte von Lieferanten aus der Region verwendet. Zudem gibt es eine Bäckerei und Fleischerei direkt im Haus.

Unser Motto „**Starke Hüfte. Stabiles Knie. Starkes Ich**“ verspricht ein spannendes und abwechslungsreiches Programm für alle Altersklassen!

Am Donnerstag, 21.05.2026, reisen viele von euch an. Die Zimmer sind ab 15:00 Uhr für euch bereit. Bereits um 12:00 Uhr besteht die Möglichkeit, im Panoramarestaurant Mittag zu essen. Für alle, die schon angereist sind, bieten wir um 14:00 Uhr eine Führung durch die Hotelanlage an. Im Anschluss habt ihr die Möglichkeit, unsere neue Internetseite mit Mitgliederbereich kennenzulernen.

Um 18:00 Uhr wird der Bundeskongress mit einer festlichen **Eröffnungsfeier** gemeinsam mit Frau Heike Bergmann, Bürgermeisterin von Zeulenroda-Triebes, und den Bundesvorsitzenden eröffnet. Im Anschluss werden wir bei schönem Wetter im hoteleigenen Biergarten zu Abend essen.

Am Freitag, 22.05.2026, möchten wir nach einem guten Frühstück und einer kleinen Fitnessseinheit unsere beiden Ausstellungsräume „**Blick zurück**“ und „**Zukunftswerkstatt**“ des VKM e.V. präsentieren. Hier gibt es die Möglichkeit, in die Geschichte des VKM e.V. einzutauchen, aber auch aktiv die Zukunft mitzugestalten. Ebenfalls am Vormittag bieten wir wieder eine Führung durch die Hotelanlage an. Diesmal in zwei Gruppen je nach Mobilität. Nach dem Mittagessen dürfen wir Dr. med. Marc Schult, Chefarzt von den Thüringer Kliniken, begrüßen. Herr Schult wird zum Thema **Hüfte und Knie bei Kleinwuchs** vortragen und steht bei Fragen zur Verfügung.

Am Samstag, 23.05.2026, findet nach dem Frühstück unsere **Jahreshauptversammlung** statt. Die Einladung mit der Tagesordnung und dem Geschäftsbericht wird euch separat zugesandt. Nach dem Mittagessen habt ihr die Möglichkeit, bei einem Workshop die Kfz-Förderung innerhalb der **Eingliederungshilfe** kennenzulernen. Dies ist vor allem für alle Mitglieder interessant, die nicht aktiv im Berufsleben sind. Beim zweiten Workshop im Anschluss wird uns Pascal Aldoais das Thema **Kraft und Ausdauer bei Kleinwuchs** näherbringen.

Am Sonntag, 24.05.2026, stellen wir euch nach dem Frühstück unsere neue Internetseite sowie den Mitgliederbereich vor. Hier sind wir auf euer Feedback und weitere Ideen gespannt. Nach dem Mittagessen lernen wir bei einem Workshop unser **Selbstwertgefühl** zu steigern und Nein zu sagen. Wir sind gespannt. Danach heißt es **Waldbaden**. Bei einer achtsamen Runde verbringen wir bewusst Zeit im angrenzenden Wald, um Stress abzubauen, das Immunsystem durch eingeatmete Terpene zu stärken und das Wohlbefinden zu steigern. Es handelt sich um ein langsames, sinnesorientiertes Erlebnis, nicht um Sport.

Abends findet unser klassischer **Gala-Abend** statt. Lasst uns gemeinsam ausgelassen feiern. Der Arbeitskreis Bundeskongress hat ein tolles Programm und wunderbare Musik für euch vorbereitet. Leckeres Essen, fröhliches Tanzen, anregende Gespräche stehen auf dem Plan. Wie gewohnt beginnen wir nach dem Gruppenbild mit dem traditionellen Sektempfang.

Am Montag, 25.05.2026, nach einem gemeinsamen Frühstück habt ihr noch die Gelegenheit, **Hilfsmittel** von Teilnehmern kennenzulernen und eure Meinung bei einer **Resümee-Runde** mitzuteilen. Dann sagen wir wieder „Auf Wiedersehen“. Wir wünschen euch eine gute Heimreise und bleibt gesund!

Tägliche Highlights:

Wir sind begeistert auch dieses Jahr, Pascal Aldoais bei unserem Kongress willkommen zu heißen. Pascal ist neben Yogalehrer auch ausgebildeter Sport- und Personaltrainer. Er hat das Talent, jeden zu motivieren, sich auch nur ein kleines Stück zu bewegen. Am Freitag-, Samstag- und Sonntagmorgen bieten wir euch eine kleine Bewegungseinheit „**Fit in den Tag**“ mit Pascal an.

Ebenfalls freuen wir uns sehr, Anna Spindelndreier begrüßen zu dürfen. Anna wird den gesamten Kongress fotografisch festhalten. Die Bilder stehen dann für alle im Mitgliederbereich auf unserer Internetseite zur Verfügung.

Während den Seminaren und Workshops sowie der Mitgliederversammlung steht eine Betreuung der Kinder zur Verfügung. Bitte beachtet die Abfrage in der Anmeldung.

Ein informatives Programmheft mit allen wichtigen Hinweisen, Details und Uhrzeiten erhaltet ihr rechtzeitig per Post.

Wir würden uns sehr freuen, wenn ihr euch für eine Teilnahme beim diesjährigen Bundeskongress entscheidet, da wir wieder reduzierte Hotelpreise inklusive Verpflegung für den Kongress verhandelt haben. Diese lauten wie folgt:

DZ <u>zur Einzelnutzung</u> , pro Übernachtung inkl. Frühstück	110,00 €
DZ bei Doppelbelegung pro Person, pro Übernachtung inkl. Frühstück	85,00 €
Für 3. und 4. Person im Familienzimmer (bei 2 Vollzahlern im DZ, pro Übernachtung inkl. Frühstück)	45,00 €

Kinder, pro Übernachtung inkl. Frühstück von 0 – 2,9 Jahre von 3 – 5,9 Jahre von 6 – 12,9 Jahre	kostenfrei 20,00 € 30,00 €
Haustier (je Zimmer nur ein Tier erlaubt) pro Nacht	25,00 €
Verpflegung von Donnerstagabend bis einschl. Sonntagmittag	90,00 €
Kosten Gala-Abend	25,00 €
Tagungsgebühr	60,00 €

Eine Anreise ab dem 20. Mai 2026 sowie eine Verlängerung bis zum 26. Mai 2026 ist mit den gleichen Zimmerkonditionen möglich. Außerhalb dieses Zeitraums gelten die aktuellen Hotelpreise.

Für alle Teilnehmer, die mit der Bahn anreisen möchten, haben wir verschiedene Verbindungen mit wenig Umsteigepunkte ermittelt.

Von Hamburg kommend fährt ein ICE um 8:34 Uhr alle 2 Stunden mit Umstieg in Leipzig nach Zeulenroda-Triebes. Von München kommend fährt eine Regionalbahn um 7:40 Uhr alle 2 Stunden mit Umstieg in Hof nach Zeulenroda-Triebes. Von Köln kommend fährt ein IC um 9:17 Uhr mit Umstieg in Gera nach Zeulenroda-Triebes. Von Stuttgart kommend fährt ein ICE um 8:49 Uhr alle 2 Stunden mit Umstieg in Leipzig nach Zeulenroda-Triebes.

Falls ihr mit der Bahn anreisen möchtet, können wir euch gerne zu folgenden Zeiten am Bahnhof Zeulenroda-Triebes abholen bzw. wieder zum Bahnhof fahren.

Donnerstag, 21. Mai 2026 um 15:00 Uhr, 16:00 Uhr oder 17:00 Uhr

Montag, 25. Mai 2026 um 10:00 Uhr, 12:00 Uhr oder 14:00 Uhr

Die oben genannten Ankunftszeiten der Zugverbindungen sind auf unsere Abholzeiten am Bahnhof abgestimmt.

Bei einer Anreise vor Donnerstag und nach Montag steht ein kostenpflichtiges Shuttle des Hotels zwischen 8:00 und 17:00 Uhr. Dies bitten wir Euch selbstständig 24 Stunden im Voraus unter der Telefonnummer: 036628 98-0 zu reservieren. Ein ortsansässiges Taxiunternehmen Taxi Wolf steht ebenfalls unter Tel. 036628/ 83475 zur Verfügung. Bitte auch hier rechtzeitig informieren.

Wir haben wieder einen Förderantrag für den Bundeskongress gestellt und hoffen auf eine hohe Fördersumme. Wir gehen davon aus, dass wir euch wieder einen Zuschuss für die Verpflegung und Tagungsgebühr gewähren können.

Wie jedes Jahr unterstützen wir Mitglieder mit niedrigem Einkommen (z. B. Bezieher von Grundsicherung, Sozialhilfe, Bürgergeld, Wohngeld, BaföG oder Ausbildung). Wir bitten euch hier direkt mit Miriam (Tel. 0174 3069653, [miriam.hoefig@kleinwuchs.de](mailto:miriam.hoefig@kleinwuchs.de) oder Ulrike Tel. 09372 408760, [ulrike.wohlmann@kleinwuchs.de](mailto:ulrike.wohlmann@kleinwuchs.de)) Kontakt aufzunehmen. Natürlich werden wir alles vertraulich behandeln. Zögert bitte nicht, sie zu kontaktieren.

### Anzahlung

Auch in diesem Jahr haben wir einige Verpflichtungen im Vorfeld eingehen müssen. Daher bitten wir euch im Rahmen eurer Anmeldung einen Zahlungsbetrag von 60,00 € pro Person auf das Bundeskonto zu überweisen. Die Kontodaten findet ihr hier:

Bundesselbsthilfeverband Kleinwüchsiger Menschen e.V.  
Bank für Sozialwirtschaft Köln  
IBAN: DE58 3702 0500 0008 0885 00  
BIC: BFSWDE33XXX

Bitte gebt als Verwendungszweck folgendes an: Bundeskongress 2026 und Name der Teilnehmer.

Ihr könnt euch spätestens **bis 10. April 2026** mit folgendem Link online anmelden:

<https://www.kleinwuchs.de/infos/bundeskongress-2026/>



Alternativ könnt ihr euch auch per E-Mail ([Adelheid.Jung@kleinwuchs.de](mailto:Adelheid.Jung@kleinwuchs.de)) oder Post an Adelheid Jung, Klosterhofstraße 2, 80331 München anmelden.

Wir freuen uns sehr auf ein Wiedersehen beim Bundeskongress in Zeulenroda!

Herzliche Grüße

Euer Arbeitskreis Bundeskongress

*Steffi, Christine, Ilse, Anna, Justin, Adelheid,  
Sílvia, Ulrike, Alice, Sandra, Miriam*