



FREIHEIT ATMEN

Liebe Eltern,

auch in diesem Jahr organisiert der Schulelternrat des St. Vincenzhauses ein Erholungswochenende vom

**08.09.2023 - 10.09.2023**  
auf der schönen Insel Borkum

Alltag und Pflege eines behinderten Kindes sind oft eine Herausforderung und bringt uns Eltern manchmal an die Grenze der Belastbarkeit. Um den nötigen Abstand vom anstrengenden Alltag zu bekommen, Ruhe zu genießen und Kraft zu tanken soll das Wochenende unter dem Thema „Resilienz stärken“ stehen. Unter anderem können wir Techniken wie Qi-Gong oder Meditationen durchführen und es besteht die Möglichkeit an einem Thalasso-Spaziergang teilzunehmen.



#### Anmeldung:

Die Selbsthilfegruppe des Elternrats bezuschusst die Fahrt großzügig, so dass nur noch ein Eigenanteil von **95,00 € pro Person** zu zahlen ist. Die Plätze werden nach Eingang der Anmeldung unter [silviahellmann@web.de](mailto:silviahellmann@web.de) vergeben. Bei mehr als 20 Anmeldungen entscheidet das Los. Bitte geben Sie dabei Ihren Vor- und Zunamen, sowie die Mobilfunknummer für Rückfragen an.

Überweisen Sie anschließend den Betrag von 95 € auf das Konto der Selbsthilfegruppe. Nach Geldeingang ist der Platz fest für Sie reserviert. Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen begrenzt. **Anmeldeschluss ist der 01.07.2023.**



#### Bankverbindung:

Selbsthilfegruppe „Eltern von Kindern mit Behinderungen“, Marina Salwasser

**IBAN: DE6028061501 00 908 959 00, Volksbank Cloppenburg**

**Verwendungszweck: Borkum 2023, Name und Vorname**

Die Anmeldungen sind verbindlich. Sollte ein Teilnehmer verhindert sein, ist selber für Ersatz zu sorgen. Der Teilnehmerbeitrag kann nicht erstattet werden. Bitte haben Sie dafür Verständnis!



#### Organisatorisches:

Freitag, 08.09.2023: 10:00 Uhr Treffen Parkplatz beim St. Vincenzhaus, Abfahrt um 10:30 Uhr, Fähre ab Emden nach Borkum um 12:30 Uhr (bitte Fahrgemeinschaften bilden!)

Sonntag, 10.09.2023: 16:30 Uhr Rückfahrt Fähre ab Borkum

Unterkunft: CVJM Waterdelle Borkum

Für Rückfragen steht Ihnen Frau Hellmann gerne zur Verfügung. Mobil: 0176-960 18 684.  
Wir freuen uns auf viele Anmeldungen und ein schönes Wochenende mit Euch!



Herzliche Grüße aus dem Schulelternrat!

*Veronika Wenner*

*Silvia Hellmann*

*Marina Salwasser*