



BRÜCKEN BAUEN

Wege in die Zukunft für junge Menschen mit hohem Unterstützungsbedarf und ihre Angehörige

Mit freundlicher Unterstützung der



Ein Projekt des



AUSTAUSCH. ORIENTIERUNG. EMPOWERMENT.

Der Übergang vom Jugend- ins Erwachsenenalter ist für Familien von Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit hohem Unterstützungsbedarf eine besondere Herausforderung. Neue Zuständigkeiten, Fragen zur Zukunft, Veränderungen in der Familie und die oft belastende Organisation von Unterstützungssystemen stellen Angehörige vor große Aufgaben.

Mit dem Projekt „**BRÜCKEN BAUEN**“ möchten wir Eltern und Angehörige stärken, vernetzen und begleiten.



Das erwartet Sie:

- **fachliche Impulse, Raum für Austausch und konkrete Strategien für den Alltag in drei Workshops**
- **Vernetzung mit Angehörigen, die ähnliche Erfahrungen machen**

Das Projekt lebt vom Peer-Prinzip:

Angehörige bringen ihre Erfahrungen aktiv ein und gestalten das Angebot mit.

Das Projekt richtet sich an:

- **Eltern**
- **Geschwister**
- **weitere Angehörige von jungen Menschen mit hohem Unterstützungsbedarf**

DIE WORKSHOPS

Pubertät und Behinderung – Herausforderungen neu verstehen

Samstag, 12. September 2026 in Köln

Die Pubertät bringt neue Fragen und Unsicherheiten mit sich.

Im Mittelpunkt sollen die besonderen Spannungsfelder stehen, die durch die Überschneidung von Pflegeverantwortung und pubertärer Entwicklung entstehen. Themen wie „Körperlichkeit und Scham“, „Autonomiewunsch und Abhängigkeit“ und die damit verbundenen Unsicherheiten und Belastungen im Familienalltag dürfen hier Raum bekommen.

WS-Leitung: Annica Petri

Dipl. Sozialpädagogin & Sexualpädagogin (gsp)
Familienplanungszentrum e.V., Hamburg

Datum: 12. September 26; 10:00 Uhr bis 15:30 Uhr

Ort: Jugendherberge Köln-Riehl,
An der Schanz 14, 50735 Köln

TN-Gebühr: 30 €
15 € ermäßigt für Menschen mit Behinderung,
lvkm.nrw-Mitglieder

Anmeldeschluss: Samstag, 05. September 2026



DIE WORKSHOPS

Eigene Grenzen erkennen – und ernst nehmen

Samstag, 10. Oktober 2026 in Heiligenhaus

Angehörige leisten täglich viel. Doch wie können Belastungsgrenzen wahrgenommen und kommuniziert werden? Themen wie „Selbstfürsorge ohne schlechtes Gewissen“, „Umgang mit Dauerbelastung“ und „Strategien zur Alltagsbewältigung“ möchten wir hier mit Ihnen in den Fokus nehmen.

WS-Leitung: Beatrix Grün

Personal Coach und Psychologische Beraterin

Datum: 10. Oktober 26; 10:00 Uhr bis 15:30 Uhr

Ort: Hotel Neues Pastorat Heiligenhaus
Am Alten Pastorat 2, 42579 Heiligenhaus

TN-Gebühr: 30 €
15 € ermäßigt für Menschen mit Behinderung,
lvkm.nrw-Mitglieder

Anmeldeschluss: 25. September 2026



DIE WORKSHOPS

Junge Erwachsene mit komplexer Behinderung – Perspektiven für ein gutes Leben

Samstag, 14. November 2026 in Köln

Weitere Informationen folgen in Kürze



WEITERE INFORMATIONEN

Projektträger:

Projektträger ist der Landesverband für Menschen mit Körper- und Mehrfachbehinderung NRW e.V. (lvkm.nrw). Der lvkm.nrw ist ein landesweit tätiger Selbsthilfeverband für Menschen mit Behinderungen und ihre Angehörigen. Sein oberstes Ziel ist es, die Lebenssituation von Menschen mit Behinderung und ihren Familien zu verbessern. Die Anliegen, Bedarfe und Wünsche von Menschen mit hohem Unterstützungsbedarf nehmen bei unserer Arbeit einen hohen Stellenwert ein. Mehr Informationen finden Sie unter: www.lvkm-nrw.de
Das Projekt wird gemeinsam mit engagierten Angehörigen und Elterninitiativen entwickelt und umgesetzt.

Anmeldung und Kontakt:

Sie erreichen uns telefonisch unter 0211-612098 oder per Mail unter info@lvkm-nrw.de.
Bitte senden Sie uns Ihre Anmeldung per Mail mit diesen Informationen:

- Vorname, Name
- E-Mailadresse
- Postanschrift
- Welche Veranstaltung Sie besuchen möchten
- Unverträglichkeiten sowie Essenswünsche z.B. vegetarisch
- Bedarfe (Barrierefreiheit, Mitbringen von Assistenz etc.)