

„FREIZEIT FÜR ALLE – GEMEINSAM BARRIEREN ÜBERWINDEN“

Ein Online-Workshop für junge Menschen zwischen 14 und 27

Samstag, 13. September 2025, 10:30 Uhr bis 13.30 Uhr | per Zoom

Du willst deine Freizeit so gestalten, wie es dir gefällt – aber manchmal steht dir deine Erkrankung oder Behinderung im Weg? Dann bist du bei uns genau richtig!

Denn: Unsere Freizeit ist wichtig. Sie ist die Zeit, in der wir das machen, worauf wir Lust haben: Sport, Musik, Zocken, Chillen, Tanzen, Kreativsein – oder einfach mal gar nichts tun. In dieser Zeit finden wir raus, wer wir sind und was uns wichtig ist.

Aber: Wenn du eine chronische Erkrankung oder Behinderung hast, ist das oft nicht so einfach. Viele Freizeitangebote sind nicht auf unsere Bedürfnisse eingestellt. Manchmal fehlt es an Infos, manchmal an Unterstützung – und oft einfach an Möglichkeiten, mitzumachen.

Das wollen wir ändern. Mit dir. Mit euch. Gemeinsam.

Auch wir jungen Menschen mit Erkrankungen oder Behinderungen wollen unsere Freizeit selbst gestalten – genau wie alle anderen auch. Und wir haben das Recht dazu!

Deshalb wollen wir mit euch herausfinden:

- ✧ Wo läuft's noch nicht rund?
- ✧ Was muss sich ändern, damit alle mitmachen können?
- ✧ Wie können wir Freizeitangebote barrierefrei und inklusiv gestalten?

Deine Meinung zählt. Deine Erfahrungen sind wichtig. Mach mit – für mehr Freizeit ohne Barrieren! Wir freuen uns auf dich!

Anmelden kannst du dich bis zum 10.09.2025 bei mir (Sarah Brandsmeier):

info@kindernetzwerk.de.

Bei Rückfragen, z.B. wenn ihr unterstützende Kommunikation benötigt, könnt ihr euch jederzeit an mich wenden.

Eure Sarah

aus der Jungen Selbsthilfe im Kindernetzwerk e.V.

Mehr zu uns findet ihr über den Link: [Junge Selbsthilfe](#)

Projektstart „gemeinsamAKTIV“

Der online-Workshop wird im Rahmen unseres neuen Projekts „gemeinsamAKTIV“ umgesetzt, das sich mit Barrieren in der Freizeitgestaltung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit chronischen Erkrankungen und Behinderungen beschäftigt. Gemeinsam mit jungen Menschen mit Erfahrungsexpertise wollen wir herausfinden, wie Barrieren bei der Freizeitgestaltung abgebaut werden können. Denn: Die Freizeitgestaltung unter Gleichaltrigen stellt einen wesentlichen Lebensbereich von aufwachsenden jungen Menschen dar. In ihrer Freizeit können sie selbst gewählten Interessen nachgehen, sich beispielsweise kulturell, sportlich oder medial betätigen oder auch einfach mal nichts tun. Diese Aktivitäten spielen eine wichtige Rolle bei der Entwicklung ihrer Identität. Denn junge Menschen mit chronischen Erkrankungen und Behinderungen durchlaufen die gleichen altersentsprechenden Entwicklungsprozesse, wie junge Menschen ohne Erkrankung und Behinderung. Aber durch die krankheits- und behinderungsbedingten Versorgungsbedarfe, die oft nicht ausreichend von den Freizeitangeboten berücksichtigt sind, wird ihnen die Teilnahme an diesen Aktivitäten oft erschwert. Schwierig ist auch, dass es bisher nur wenige Möglichkeiten für sie gibt, sich darüber zu informieren, wie sie trotz teils erheblicher Versorgungsbedarfe an Freizeitangeboten teilnehmen können. Dies wollen wir ändern. Zusammen wollen wir herausfinden, wo es schwierig wird und was es braucht, um allen die Teilnahme an Freizeitaktivitäten zu ermöglichen.

 Dieses Projekt wird gefördert von der KKH Kaufmännische Krankenkasse.

Kindernetzwerk

Kindernetzwerk e.V. – Dachverband der Selbsthilfe von Familien mit Kindern und jungen Erwachsenen mit chronischen Erkrankungen und Behinderungen

Benzstraße 2, 63741 Aschaffenburg | Tel. 06021-454400 | E-Mail: info@kindernetzwerk.de

Hauptstadtbüro: Schiffbauerdamm 19, 10117 Berlin | Tel. 030-25765960

Beratungstelefon Montag bis Donnerstag, 10-12 Uhr | Tel. 06021-12030

Web: www.kindernetzwerk.de

Registergericht: Amtsgericht Aschaffenburg, Registernummer: VR 921

Vorstand: Susann Schrödel (Vorsitzende), Lars Glöckner (Stellv. Vorsitz), Leonie Welsch (Stellv. Vorsitz)



[Apple App Store](#)

[Google Play Store](#)