



„Fit für den Wechsel“ – Workshop für Jugendliche und ihre Eltern

Das ist geplant:

- **Transfer in die Erwachsenenmedizin**
Brauche ich wirklich einen neuen Arzt? Und wenn ja, wie finde ich ihn? Worauf muss ich achten? Was ändert sich durch den Wechsel in die Erwachsenenmedizin und die Volljährigkeit alles?
- **Ausbildung & Beruf**
Kann ich jeden Beruf ergreifen, der mir gefällt? Muss ich meinem Chef sagen, dass ich eine Behinderung habe? Welche Rechte und Pflichten habe ich?
- **Menschen um mich herum**
Wie kann ich besser mit den Sorgen meiner Eltern umgehen? Wie können wir Konflikte vermeiden? Wie und wann sage ich meinem Freund/meiner Freundin, dass ich eine chronische Einschränkung habe? Kann ich ganz normal Sex und Kinder haben?
- **Erwachsen werden mit chronischer Einschränkung**
Was ist bei Partys, Alkohol, Rauchen, Drogen, Alleinleben ... zu beachten?
- **Kraftquellen**
Wie kann ich mit Stress und krankheitsbezogenen Ängsten und Sorgen besser umgehen? Welche Ressourcen habe ich? Wo bekomme ich Unterstützung und gute Informationen?

... und natürlich viel Spaß in einer lockeren Runde mit anderen jungen Leuten ☺

