

## ANMELDUNG

An das  
NetzwerkBüro - Frauen und  
Mädchen mit Behinderung /chronischer  
Erkrankung NRW  
Neubrückenstr. 12-14  
48143 Münster

 (0251) 51 91 38  
Fax: (0251) 51 90 51  
Email: [info@netzwerk-nrw.de](mailto:info@netzwerk-nrw.de)  
Internet: [www.netzwerk-nrw.de](http://www.netzwerk-nrw.de)

Ich nehme am 05. September 2009  
an dem Plenum teil:

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ / Ort: \_\_\_\_\_

Ich benötige eine  
Gebärdensprachdolmetscherin   
Assistenz   
Vegetarisches Essen

Der Veranstaltungsort ist barrierefrei.  
Wir bitten um Anmeldung bis zum  
**21. August 2009.**

Bitte den Abschnitt ausschneiden und in einem frankierten  
Umschlag an das NetzwerkBüro schicken.

## WEGBESCHREIBUNG



### Anreise mit dem Auto

A 1 und A 43 über Autobahnkreuz Münster-Süd  
oder Ausfahrt Münster-Nord geradeaus auf der  
Weseler Straße bis Handwerkskammer (HWK),  
dann Richtung Aasee, oder aus östl. Richtung  
(64/51) über Umgehung (B 51).

### Busverbindung vom Hauptbahnhof:

Linie 10 (Richtung Waldstraße/Roxel)  
Linie 4 (Alte Sternwarte)  
Haltestelle: Jugendgästehaus Aasee

## EINLADUNG



**Wir laden ein zum Plenum**

**„Zusammen ist frau  
weniger allein“  
Soziale Netzwerke aufbauen -  
Wie geht das?**



**Samstag, 05. September 2009  
10.30 Uhr bis 16.00 Uhr  
JugendGästehaus Aasee,  
Bismarckallee 31,  
48151 Münster**

gefördert durch das Ministerium für  
Generationen, Familie, Frauen und  
Integration Nordrhein Westfalen



## Programm

**10.00 Uhr:** Begrüßungskaffee

**10.30 Uhr:** Begrüßung Netzwerk Frauen und Mädchen mit Behinderung/chronischer Erkrankung NRW

**10.45 Uhr:** Einführung in das Thema „Zusammen ist frau weniger allein“ – Soziale Netzwerke aufbauen - Wie geht das?

### **Erfahrungen aus der Praxis**

**11.00 Uhr:** Bundesverband für Körper- und Mehrfachbehinderte e.V. Düsseldorf, Projekt „Frauen sind anders – Männer auch!“

**11.45 Uhr:** Selbsthilfegruppe gehörloser Frauen Münster stellt sich vor

**12.30 Uhr:** AG Frauen mit Behinderungen Münster stellt sich vor

### **13.00 Uhr: Mittagessen**

**14.00 Uhr:** Diskussion: Was möchte ich tun? Welche Barrieren hindern mich daran? Wo kann ich Unterstützung finden – vor Ort oder im Netzwerk? Wie und wo will ich mich selber einbringen? etc.

**15.00 Uhr:** Bericht des Netzwerks und NetzwerkBüros

**16.00 Uhr:** Ende der Veranstaltung

## **„Zusammen ist frau weniger allein“ Soziale Netzwerke aufbauen- Wie geht das?**

Gemeinsame Freizeitgestaltung, Freundschaften, Partnerschaften aufbauen, das ist für Frauen und Mädchen mit Behinderung/chronischer Erkrankung oft mit Hindernissen verbunden.

Mobilitäts- und Kommunikationsbarrieren stehen einer einfachen Kontaktaufnahme oft im Weg.

Um zu verhindern, dass Krankheit und Behinderung in die Isolation und Einsamkeit führen, ist es wichtig, sich ein gutes soziales Netzwerk zu schaffen.

Dafür möchten wir Euch Anregungen, Tipps und Ermutigung geben.

### **Erfolgreiche Gruppen aus der Selbsthilfe berichten von ihren eigenen positiven Beispielen.**

Der Bundesverband Körper- und Mehrfachbehinderter e.V. aus Düsseldorf stellt sein Projekt „Frauen sind anders – Männer auch!“ vor.

Ebenso referiert die Selbsthilfegruppe gehörloser Frauen aus Münster über ihre Erfahrungen und gemeinsamen Aktivitäten.

Und die AG Frauen mit Behinderungen aus Münster sagt von sich: „Wir nutzen die Kraft der Gruppe, um sichtbar und stärker zu werden.“

Beim Austausch am Nachmittag werden wir schauen, wie wir die Anregungen und guten Beispiele für uns persönlich und für unser Netzwerk nutzen können.

Das Netzwerk und NetzwerkBüro NRW lädt alle Frauen und Mädchen mit Behinderung/chronischer Erkrankung herzlich ein, zu diesem Thema Neues zu erfahren und sich auszutauschen.

