

# Jugendtag des Bundesverbandes Skoliose-Selbsthilfe e. V. 22./23. September 2017

## Vorläufiges Programm

### Freitag, den 22. September 2017

18.00 Uhr      Gemeinsames Abendessen

20.00 Uhr      Kennenlernen

### Samstag, den 23. September 2017

9.00 Uhr      Begrüßung

#### 9.15 Uhr      **Workshop I**

*Gute Zeiten, schlechte Zeiten mit einer Skoliose*

Austausch über die positiven sowie negativen Aspekte einer Skoliose.  
Anschließend denken wir uns kleine Rollenspiele aus, die uns im Umgang mit unserer Skoliose helfen sollen.

10.45 Uhr      Kaffeepause

#### 11.00 Uhr      **Workshop II**

*Ich sehe was, was Du nicht siehst. Fremd- und Selbstwahrnehmung bei Skoliose.*  
Durch verschiedene Übungen werden wir unsere Selbstwahrnehmung mit der Fremdwahrnehmung vergleichen.

12.30 Uhr      Mittagessen

#### 14.00 Uhr      **Vortrag: Medical Taping – Möglichkeit der unterstützenden (Schmerz-)Behandlung von Skoliose?**

(Vortrag mit anschließender Diskussion)

Referentin: Christina Peter, Sportphysiotherapeutin, Enschede (NL)

15.15 Uhr      Kaffeepause

#### 15.30 Uhr      **Workshop III**

*Skoliose und Sport*

Bewegung ist bei einer Skoliose sehr wichtig, aber manchmal auch mit Problemen verbunden. Wir sprechen diese an, verraten nützliche Tipps und Tricks und werden das ein oder andere auch ausprobieren.

17.00 Uhr      Ende der Veranstaltung

19.00 Uhr      Abendessen

**Dies ist ein vorläufiges Programm.**

**Änderungen einschließlich einer Verschiebung der Vortragszeiten bleiben vorbehalten.**

Wir danken der  **Techniker  
Krankenkasse**  
Gesund in die Zukunft. **für die großzügige Förderung unserer Veranstaltung!**