

## Therapeutische HOCH-HINAUS Kletter-Ferienfreizeit 30.07.2023 – 04.08.2023

|  |  |
|--|--|
| <b>Für Kinder und Jugendliche mit emotional-sozialen Schwierigkeiten, sowie AD(H)S und Autismus Spektrum Störung von 9-13 Jahre</b>  | <b>Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- gewaltfreie Kommunikation</li><li>- Selbstvertrauen &amp; Wertschätzung</li><li>- Selbstregulation &amp; Selbstinstruktion</li></ul>  |
| Beim gemeinsamen Kletter-Ferien-Erlebnis <b>über sich hinaus wachsen</b> u. a. durch: <ul style="list-style-type: none"><li>- Klettern am Fels</li><li>- Natur- und erlebnispädagogische Spiele</li><li>- Übernachten in Zelten an der DAV Hütte, direkt unterhalb des Kletterfelses</li><li>- Gemeinsames Zubereiten von Mahlzeiten</li><li>- Medienfreie Spielzeit in Wald &amp; Wiese</li></ul> | <b>Kompetente Betreuung 1:2-3 durch ein seit mehreren Jahren konstantes interdisziplinäres Team</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ergotherapeuten:innen</li><li>- Bewegungstherapeut:innen</li><li>- Sozial- u. Heilpädagog:innen</li><li>- Integrative Atemtherapeut:innen</li><li>- Qualifizierte Klettertrainer:innen</li></ul> |

**Programm:** Das ressourcenorientierte und störungsspezifische Tagesprogramm der Ferienfreizeit 2023 ist nach dem Konzept von HOCH-HINAUS – Klettern als Therapie e.V. gestaltet und beinhaltet therapeutische Interventionen im Umfang von fünf Stunden pro Tag. Das multidisziplinär geführte therapeutische Programm ist gefüllt mit erlebnispädagogischen Spielen im Wald und Klettern am Felsen. Dazu gehört einerseits das Erlernen und Vertiefen der Kletter- und Sicherungstechnik und andererseits intensive, projektbezogene Arbeit in Kleingruppen zu den Themen Selbstregulation, Selbstinstruktion und Gewaltfreier Kommunikation.

In Freispielzeiten, der gemeinsamen Vor- und Nachbereitung der Mahlzeiten sowie der Gestaltung des Abendrituals (z. B. am Lagerfeuer) und beim Zubettgehen erfolgen situative therapeutische Interventionen, orientiert an den individuellen Zielen der Kinder. Die Tage werden mit Elementen aus Psychomotorik, Entspannung, Kinderyoga und Achtsamkeit begonnen und abgeschlossen. Die Kinder werden als Camp-Teammitglieder:innen durch Aufgaben und Verantwortungsbereiche gefordert und gefördert.

Im Mittelpunkt steht das gemeinsame Erlebnis mit viel Spaß und Freude und das individuelle Wachstum der Kinder. Dabei wird das sehr gut ausgearbeitete, seit 10 Jahren immer wieder evaluierte und optimierte therapeutische Programm, aufgrund der Gruppendynamik und individuelle Bedürfnisse der Kinder flexibel angepasst, so dass die Kinder über sich „HOCH-HINAUS“ wachsen können.

**Wirkung:** Ziel der Ferienfreizeit ist es, Kindern mit sozial-emotionalen Auffälligkeiten die besondere Erfahrung einer Ferienfreizeit in der Natur durch professionelle, kompetente Begleitung zu ermöglichen. Durch das intensive Lernen in einer solchen projektbezogenen, auf die individuellen Therapieziele ausgerichtete Arbeit, können die Kinder ihr Selbstvertrauen und ihre Wertschätzung durch Selbstwirksamkeitserfahrungen erhöhen sowie Selbstregulationsstrategien im Umgang mit Wut, Angst und Frustration kennenlernen und erproben. Darüber hinaus lernen sie Handlungen mit Hilfe der Selbstinstruktionen bei Alltagsaufgaben zu planen und zu umsetzen sowie ihre soziale Kompetenz durch gewaltfreie Kommunikation zu steigern.

Das gemeinsame Erarbeiten und Erleben eines respektvollen, wertschätzenden Miteinanders soll durch die Selbstbestimmung und Eigenverantwortung der Kinder und den dynamischen Prozess getragen, zur Bildung einer Gemeinschaft anregen. Durch die entstehende Gruppendynamik mit Momenten der Frustration und Enttäuschung, können die erlernten Strategien im Umgang mit intensiven Gefühlen direkt in professioneller Begleitung ausprobiert werden.

## Ablauf der Ferienfreizeit:

**Anfahrt am Sonntag, den 30.07.2022 14.00 Uhr**

**Zur Hubertus-Hütte, 53506 Hönningen (QR scannen für GoogleMaps)**



Da wir zu unserer Unterkunft der DAV Hütte an der Teufelsley wandern, bitten wir Ihrem Kind ein Getränk und einen kleinen Pausen-Snack in einem kleinen Rucksack mitzugeben. Die Kinder sollten je nach Wetterlage für eine Wanderung im Wald entsprechende Kleidung und Schuhe tragen.

Das restliche Gebäck bitte in eine Tasche/Koffer packen, wenn Isomatte, Schlafsack und Kletterhelm lose beiliegen, bitte beschriften. Das Gepäck wird an der Hubertushütte an uns übergeben und durch unser Team zu unserem Aufenthaltsort mit dem Auto transportiert.

*Falls Sie ihr Kind mit dem Zug nach Ahrbrück bringen möchten, wird es dort eingesammelt.*

## Familientag und Abholen der Kinder diesmal am Freitag, den 04.08.2023

Am letzten Tag der Ferienfreizeit sind Sie, liebe Eltern, mit Geschwisterkindern oder Freund:innen der Kinder von **13:00 - 19.00 Uhr an der DAV Hütte Teufelsley** zum Grillen, Picknicken und gemeinsamen Klettern eingeladen.

Die Eltern bringen für das nachmittägliche Grillen etwas für sie selbst auf den Grill und etwas für die Gemeinschaft mit. Es wird einen zusätzlichen Grill für vegetarische Speisen geben. Das Ganze wird vorab per Mailverteiler mit einer digitalen Liste organisiert, damit von allem angemessen viel vorhanden ist.

## Treffpunkt 12.45 Uhr auf dem Hochplateau, am Ende der Ommelbachstraße (offizieller Parkplatz).

Hier werden alle Eltern/Familien/Freund:innen eingesammelt. Wir wünschen uns ein gemeinsames Ankommen der Eltern im Camp, damit für einzelne Kinder keine Warte-Situation entsteht. Man läuft 5-7 min zur DAV Hütte über einen Waldweg und auf dem Waldgelände zum Kletterfels (bitte passendes Schuhwerk wählen).

|  |   |
|--|---|
| <p><b>Anfahrt:</b><br/><b>Dümpelfeld</b><br/>53520<br/>50.453260, 6.964960<br/><a href="https://goo.gl/maps/7VvpjM7ZNzYLXKkq7">https://goo.gl/maps/7VvpjM7ZNzYLXKkq7</a></p> | <p>Auf die B257 Richtung Dümpelfeld / Altenahr – Abbiegen ins Ommelbachtal (Hinweisschild auf der B257!!) – Die Ommelbachstraße führt in Serpentina den Berg hoch, auf der Ahr fernen Seite, bis auf das Hochplateau am Ende der Ommelbachstraße, wo Sie parken können.</p> |
|--|---|

Der inklusive Gedanke des Familiennachmittages mit gemeinsamer Gestaltung und den Erlebnissen am Fels, stehen im Vordergrund des letzten Tages!

**Kostenbeitrag Ferienfreizeit:** 450 Euro

**HOCH-HINAUS – Klettern als Therapie e. V.**

VR- Bank Bonn Rhein-Sieg eG

IBAN: DE05370695204504197013

**200 € Anzahlung zur Verbindlichkeit** der Anmeldung,  
bitte bis zu den Osterferien zum 03.04.2023 überweisen.

Bitte überweisen Sie den **Restbetrag** des Teilnehmendenbeitrags bis zum **18.06.2023**.

**Bitte melden Sie ihr Kind per Mail oder Post mit dem ausgefüllten Formularen spätestens bis zum 15.03.2023 verbindlich an.**

## **Zusammenfassung:**

|                                  |   |
|----------------------------------|---|
| Termin:                          | 30.07.2023 – 04.08.2023   |
| Ort:                             | DAV Hütte Teufelsley Sektion Koblenz<br>53520 Dümpelfeld  |
| Zielgruppe:                      | Für Kinder und Jugendliche mit AD(H)S, Autismus- Spektrum-<br>Störung und weiteren sozial-emotionalen Auffälligkeiten |
| Teilnehmerbeitrag:               | 450 Euro pro Kind   |
| Max. Anzahl an Teilnehmer:innen: | 14 Kinder   |
| Anzahl an Betreuer:innen:        | 7 Therapeut:innen, ggf. plus Praktikant:innen   |
| Anmeldeschluss:                  | 15.03.2023; Anzahlung bis zum 03.04.2023  |

**Unterstützt wird die Ferienfreizeit durch die Kämpgen-Stiftung und die Aktion Mensch, die Bürgerstiftung Köln sowie einzelnen private Spender:innen und die ehrenamtliche Arbeit aller HOCH-HINAUS Therapeut:innen.**

# Kämpgen~Stiftung

# **AKTION MENSCH**