



Einladung zu den „Stronger Together Days“ in Berlin 17. - 19.10.2025

Hallo zusammen,

vom 17-19.10.2025 finden die „Stronger Together Days“ in Berlin statt.

Wir laden dich ein, wenn du betroffen von Gefäßmalformationen und Mitte 20 bis Mitte 30 bist, um gemeinsam zu wachsen, Erfahrungen auszutauschen und uns gegenseitig zu stärken.

Im Fokus stehen Themen wie Empowerment, Selbstakzeptanz mit Behinderung und Resilienz - und vor allem der Austausch mit Gleichgesinnten, die ähnliche Herausforderungen erleben.

Was dich erwartet:

- ☀️ Selbstwert und Selbstbewusstsein stärken - durch Coaching und Austausch
- ✂️ Coping-Strategien lernen - kühlen Kopf in Krisensituationen bewahren
- 🧘 Yoga und Meditation - schenk dir Körperbewusstsein und innere Ruhe
- 🌱 Neue Verbindungen knüpfen - für langfristige Vernetzung mit Gleichfühlenden
- 🏰 Berlin erleben - gemeinsam erkunden wir die Landeshauptstadt

In einer inklusiven Umgebung (**Hotel Rossi Lehrter Straße 66, 10557 Berlin**) möchten wir ein starkes Gemeinschaftsgefühl kreieren, ein Supportnetzwerk aufbauen und Freundschaften knüpfen.

Bei weiteren Fragen und Anregungen melde dich gerne unter 0171-2300625 (Nadine Dohr).

Wir freuen uns auf euch!

Euer Stronger-Together-Team
Vanessa Franz, Nadine Dohr, Marleen Steinig und Alina

Bankverbindung Volksbank Rhein Ruhr
IBAN DE72 3506 0386 8708 8400 01 BIC GENODED1VRR
Im Vereinsregister der Stadt Duisburg eingetragen unter der Nummer VR51392 StNr. 120/5707/0181
www.angiodyplasie.de



Programm (Änderungen vorbehalten)

Freitag:

- Anreise ab 15:00 Uhr
- gemeinsames Abendessen
- erstes Kennenlernen, Austausch, Networking
- Informationsangebote des Bundesverbands vorstellen

Samstag:

- Morgenyoga (auf freiwilliger Basis)
- gemeinsames Frühstück
- Erster Workshopteil: Selbstbewusstheit, Selbstvertrauen, Selbstwert, Selbstwirksamkeit, Selbstentwicklung mit den Coaches von KoSAAR
- gemeinsames Mittagessen
- Meditation
- Zweiter Workshopteil: Selbstbewusstheit, Selbstvertrauen, Selbstwert, Selbstwirksamkeit, Selbstentwicklung mit den Coaches von KoSAAR
- Nachmittagssnack
- Reflexionsrunde, Austausch von Erfahrungen
- gemeinsames Abendessen

Sonntag

- Morgenyoga (auf freiwilliger Basis)
- gemeinsames Frühstück
- Abschließende Reflexionsrunde
- Abreise