



# EINLADUNG

## Mütterauszeit | 17. - 20. Mai 2024

### Liebe TSC-Mamas,

im Namen unseres Vereins möchte ich euch herzlich zu unserer Mütter-Auszeit über Pfingsten – diesmal vom 17. bis 20. Mai 2024 – ins Aqualux nach Bad Salzschlirf einladen. Denn: Nicht nur unsere Kinder sind etwas ganz Besonderes, sondern auch jede einzelne von uns!



In unserem täglichen Leben jonglieren wir mit zahlreichen Aufgaben: wir sind Seelentrösterinnen, Therapeutinnen, schmeißen den Haushalt, managen Krisensituationen und haben oft noch andere Jobs, die wir erfolgreich meistern. Schwäche – was ist das?! Aber auch Superwoman braucht einmal eine Pause, damit die Erfolgsgeschichte weitergehen kann!

Die Mütter-Auszeit bietet Mamas mit TSC-betroffenen Kindern seit vielen Jahren die Möglichkeit, den Akku wieder aufzuladen und dabei mit Gleichgesinnten ins Gespräch zu kommen. Jede ist gern gesehen und ist so willkommen, wie sie ist: Nämlich einfach besonders, weil es sie gibt und sie die Gemeinschaft bereichert – mit jedem Lächeln, vielleicht auch mancher Träne, mit ihren Erfahrungen und ihrer ganz eigenen Geschichte! Also, liebe Mütter, gebt euch selbst einen kleinen Schubs und gönnt euch eine Auszeit. Ihr habt es euch verdient!

**EURE ALEXANDRA LEHMANN**

### WAS IST GEPLANT ?

Ihr wollt dabei sein? Dann dürft ihr euch auf ein paar tolle Tage voller Entspannung, inspirierender Momente und bereichernder Gespräche freuen. Neben dem Erfahrungsaustausch, der zweifelsohne im Mittelpunkt steht, kommt die Erholung selbstverständlich nicht zu kurz.

### PROGRAMM IM ÜBERBLICK

#### FREITAG | 17. MAI 2024

- 15.00 Uhr Individuelle Anreise und freie Tagesgestaltung
- 18.30 Uhr Gemeinsames Abendessen (Getränke auf Selbstzahler-Basis)

#### SAMSTAG | 18. MAI 2024

- Frühstück von 7.00 - 09.00 Uhr
- 09.00 Uhr Kennenlernrunde
- 12.00 Uhr Mittagspause im Kurort Bad Salzschlirf (Selbstzahler-Basis)
- 14.00 Uhr Fortsetzung des Erfahrungsaustausches
- 15.30 Uhr Kekspause
- 16.00 Uhr Fortsetzung des Erfahrungsaustausches (bis ca. 17.30 Uhr)
- 19.00 Uhr Gemeinsames Abendessen (Getränke auf Selbstzahler-Basis)

#### SONNTAG | 19. MAI 2024

- Frühstück von 7.00 - 10.00 Uhr im Anschluss freie Tagesgestaltung und indiv. Planung für das Mittagessen
- 14.00 Uhr Entspannungsangebot „Yoga mit Edith“ (Dauer nach Bedarf)
- 19.00 Uhr Gemeinsames Abendessen (Getränke auf Selbstzahler-Basis)

#### MONTAG | 20. MAI 2024

- 09.00 Uhr gemeinsames Frühstück
- Zimmer Check-Out bis 11:00 Uhr im Anschluss individuelle Abreise

*Hinweis: Änderungen sind vorbehalten.*

Zusätzlich zum Programm stehen euch außerdem verschiedene Wellness-Angebote zur Verfügung, die von euch zusätzlich vor Anreise über das Hotel auf Selbstzahler-Basis gebucht werden können.

Eine Übersicht zu den buchbaren Massagen, Bädern und Pflegeprogrammen, die während der Gesprächs- und Programmpausen in Anspruch genommen werden können, sowie die entsprechende Preisliste findet ihr unter [www.aqualux.de/wellness/](http://www.aqualux.de/wellness/).

### WER KANN TEILNEHMEN?

Bei unserer Mütter-Auszeit sind alle Mütter von TSC-betroffenen Kindern herzlich willkommen, die unserem Verein als Mitglied angehören oder ihn als Nicht-Mitglied noch kennenlernen wollen. Ob eure Kinder noch klein sind oder bereits das Erwachsenenalter erreicht haben, ist dabei völlig egal. Wir freuen uns auf euch, so wie ihr seid!

### WO WIRD DIE AUSZEIT DURCHGEFÜHRT?

Das passende Ambiente für das zwanglose Wochenende bietet das Wellness- und Tagungshotel „Aqualux“ (Ahornstraße 7, 36364 Bad Salzschlirf), das mit seinen zahlreichen Entspannungs- und Erholungsangeboten einige Vorzüge zu bieten hat.

### WELCHE KOSTEN ENTSTEHEN?

Die Teilnahmegebühr für die Mütter-Auszeit beträgt 260 Euro. Darin enthalten sind die im Programm aufge-

führten Mahlzeiten und Angebote sowie die Übernachtung im Einzelzimmer. Vor Ort kommen noch einmal 2,50 € Kurtaxe pro Tag hinzu, sowie ggf. weitere Kosten für von euch gebuchte Wellnessanwendungen und andere Hotel-Leistungen. Sollte es uns gelingen, zusätzliche Mittel für die Mütter-Auszeit einzuwerben, können wir euch ggf. kurzfristig auch noch einen Nachlass auf die aktuelle Teilnahmegebühr gewähren. Wir arbeiten daran und halten euch auf dem Laufenden!

### GIBT ES FINANZIERUNGSHILFEN?

Müttern, denen eine Teilnahme aus finanziellen Gründen nicht möglich ist, können einen Unterstützungsantrag an den Verein richten, insofern sie ihm als Mitglied angehören. Wendet euch dazu bitte an unsere Bundesgeschäftsstelle (Tel.: 0611/469-2707, E-Mail: [muetterauszeit@tsdev.org](mailto:muetterauszeit@tsdev.org)).

### WIE KANN ICH MICH ANMELDEN?



Du hast Lust dabei zu sein? Dann melde dich bitte bis zum 15. April 2024 über unser Online-Formular [www.formulare.tsdev.org/Muetter/](http://www.formulare.tsdev.org/Muetter/) an.

Die Zimmer werden in Reihenfolge der eintreffenden Buchungsanfragen vergeben so lange der Vorrat reicht (20 Zimmer verfügbar). Die Stornierung ist bis zum Anreisetag kostenfrei möglich. Sollte eine Stornierung notwendig werden, bitten wir im Sinne ggf. auf der Warteliste stehender Mütter, diese jedoch so früh wie möglich vorzunehmen.

