

AUSTAUSCH BEWEGT – ONLINE-EVENT FÜR DIE SMA-COMMUNITY

Die Themen dieses Jahr

- **Elternsein mit SMA**
- **Stimme & Rhetorik**
- **Krisen bewältigen**

ALLE
HIGHLIGHTS
AUF EINEN
BLICK

6 SPRECHER*INNEN MIT SMA

teilen gemeinsam mit Angehörigen und einer Expertin ihre Erfahrungen

THEMEN AUS DER COMMUNITY

werden gemeinsam diskutiert, begleitet durch Fragen aus dem Live Chat

EVENT VERPASST?

Alle Aufzeichnungen jederzeit auf [SMAlltalk-sma.de](https://smalltalk-sma.de) abrufbar



„Den Satz ‚Akzeptiere dein Schicksal‘ kann ich nicht leiden. Ich glaube an Lebenswege und Bestimmung.“

(Anastasia – Autorin, Coach, Rednerin, SMA-Betroffene)

DIE TEILNEHMENDEN UND IHRE THEMEN

Elternsein mit SMA

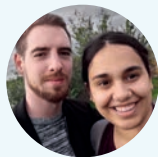


Sandra

33 Jahre, SMA-Typ 3, Mutter und Bürokauffrau

„Ich bin manchmal beeindruckt, zu welchen Leistungen ich fähig bin. Das habe ich vor allem meiner Tochter zu verdanken.“

Als Mutter einer zweijährigen Tochter will Sandra Betroffenen zeigen, dass ein Familien- und Berufsleben mit SMA möglich ist.



Marcus & Partnerin Annika

Marcus (28) arbeitet als Bundesbeamter und hat SMA-Typ 3, seine Partnerin Annika (28) ist Kauffrau, Eltern einer Tochter

„Wie wir uns für unsere Tochter organisieren und was wir gemeinsam erleben, hat unsere Partnerschaft noch mehr gefestigt.“ (Marcus)

Marcus und Annika haben eine zweijährige Tochter. In dieser Familie geraten die klassischen Geschlechterrollen gerne durcheinander, denn hier baut Annika die Schränke auf, während Marcus den Papierkram erledigt. Es gibt keine Assistenz und das ganze Umfeld packt mit an.



Birgit & Tochter Karola

Karola (20) studiert, ihre Mutter Birgit (51) hat SMA-Typ 2 und ist Sachbearbeiterin im Jugendamt

„Als Mutter muss man seinem Kind Vertrauen schenken, das Herz öffnen und sprechen lassen. Dann funktioniert alles.“ (Birgit)

Mutter zu werden und zu sein, ist für Birgit das größte Glück, das eine Frau erleben kann. Sie und ihre Tochter Karola haben eine besonders enge Beziehung und viele gemeinsame Abenteuer erlebt.

Stimme & Rhetorik



Cordula

59 Jahre, Autorin und (Lehr-)Logopädin im Netzwerk Schluckstörung

„SMA ist Teil der Persönlichkeit. Die Krankheit setzt auch der Stimme einen Rahmen, aber darin können wir vieles verbessern.“

Cordula ist Begründerin des Konzepts „palliative Logopädie“ und seit 2005 aktives Mitglied im Arbeitskreis „Physio-, Ergo- und Logopädie“ der Deutschen Gesellschaft für Muskelkranke.



Bastian

Ü40, SMA-Typ 2, Filmproduzent, Journalist und Unternehmer

„Atmen ist ein gutes Mittel, um Ruhe zu finden. Auch wenn um dich herum gerade 20 Leute auf Anweisungen warten.“

Bastian hat verschiedene Techniken gelernt, um seine Stimme zu trainieren. Auch die Menschen um ihn herum müssen wissen, dass er nicht immer gut zu verstehen ist. Deshalb sind Nachfragen und Rückmeldung sehr wichtig.



Celina

22 Jahre, SMA-Typ 2, studiert Online-Journalismus

„Das Singen macht mich glücklich. Das ist für meine Atmung und für mich persönlich die beste Therapie.“

Celina will sich in ihrer Leidenschaft nicht einschränken und anderen Betroffenen mit ihrem Gesang zeigen, dass nichts unmöglich ist, wenn das Herz für eine Sache brennt. In den sozialen Medien folgen ihr Tausende und hier verknüpft sie ihre Hobbys: das Singen und das Schreiben.

Krisen bewältigen - Barrierefreies Denken



Anastasia

35 Jahre, SMA-Typ 3, Autorin, Coach und Rednerin

„Am Ende des Tages muss ich mich im Spiegel anschauen und wissen, ob ich mit mir und meinen Werten im Einklang bin.“

Anastasias Buch „Du bist in einer Krise. Herzlichen Glückwunsch. Jetzt wird alles gut!“ erschien 2021. Sie will vermitteln, dass ein selbstbestimmtes Leben mit SMA möglich ist, und hilft anderen, mit Rückschlägen umzugehen.

Alle Talkrunden der vergangenen Events sind auf www.smalltalk-sma.de verfügbar – Schau vorbei!



**Deine Plattform aus dem Leben
mit SMA für das Leben mit SMA**



INFORMIEREN

Lifehacks, Beruf, Freizeit – hier findest Du mehr als 100 Erfahrungsberichte, Fotos, Videos und Podcasts zu verschiedensten Themen rund um SMA.



ERFAHRUNGEN TEILEN

Die Mitglieder des Redaktionsteam nehmen uns mit und teilen private Einblicke und persönliche Perspektiven zu Themen, die sie bewegen.



MITMACHEN

Sei Teil der SMA-Community! Werde Mitglied des Redaktionsteams, erstelle Gastbeiträge und gestalte somit aktiv Inhalte für die Internetseite.

**KLICK
REIN!**



QR-Code scannen und jetzt entdecken
www.smalltalk-sma.de

