

Ehrenamtsakademie 2023/2024



Die Ehrenamtsakademie in Reutlingen

„Engagement macht stark!“ – so lautet der Slogan der bundesweiten „Woche des bürgerschaftlichen Engagements“, die jedes Jahr im September stattfindet. Wie der Veranstalter, das Bundesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement (BBE), auf der Homepage der Mitmach-Kampagne schreibt, ist es deren Ziel, „die Vielfalt und Bedeutung von Engagement sichtbar zu machen und zu würdigen.“

Der Leitsatz für die Aktionswoche ist tatsächlich treffend gewählt: Engagement macht stark! Zunächst natürlich diejenigen, die durch den freiwilligen Einsatz von Bürgerinnen und Bürgern Unterstützung oder Begleitung, Schutz oder Förderung erfahren. Sie werden durch die Hilfestellung von Ehrenamtlichen in die Lage versetzt, die Herausforderungen ihrer Lebenssituation besser zu meistern. Aber Freiwilligenarbeit und Ehrenamt stärken auch die bürgerschaftlich Engagierten selbst. Sie erleben, dass sie als Menschen gebraucht werden und etwas in ihrem Lebensumfeld bewegen können, machen neue Erfahrungen und bauen ihr Wissen aus. Sich für andere einsetzen, oftmals in einer Gruppe von Gleichgesinnten, wirkt sich nachweislich positiv aus: Wie Psychologen und Glücksforscher festgestellt haben, fördert freiwilliges Engagement nicht nur die Lebenszufriedenheit, sondern auch die physische und psychische Gesundheit der Aktiven. Nicht zuletzt macht bürgerschaftliches Engagement aber auch die gesamte Stadt stark. Denn es lässt Gemeinschaftlichkeit entstehen und Solidarität erfahrbar werden. Der freiwillige Einsatz von Bürgerinnen und Bürgern bedeutet Teilhabe am öffentlichen Leben ebenso wie Mitgestaltung des Gemeinwesens im demokratischen Sinn. Und das ist es, was die vielfältige Gesellschaft unserer Stadt lebendig macht.

Die Ehrenamtsakademie will nun ihrerseits das Engagement in Reutlingen stark machen. Mithilfe der Kursangebote können die Engagierten ihre fachlichen und persönlichen Kompetenzen erweitern und diese wiederum für ihre gemeinnützige Arbeit fruchtbar machen. Wichtig ist beispielsweise aber auch die Sensibilisierung für einen bewussten Umgang mit den eigenen Ressourcen. Außerdem bieten die Fortbildungen stets auch Raum für den Austausch mit anderen Engagierten – denn auch beim Lernen bedeutet das Miteinander erfahrungsgemäß ein Plus. Und gerne können Sie jederzeit Ihre Wünsche oder Anregungen im Hinblick auf Fortbildungen bei der Stabsstelle Bürgerengagement melden. Wir werden uns bemühen, diese im kommenden Programm der Ehrenamtsakademie zu realisieren. Herzlichen Dank an Sie alle für Ihr großartiges Engagement – für starke Bürgerinnen und Bürger, für ein starkes Reutlingen!

Ihr

Thomas Keck
Oberbürgermeister

Kurse 2023

28.09.2023	Gebärdensprache für Hörende.....	10	21.11.2023	Mit einer Patientenverfügung vorsorgen	20
09.10.2023	„Sexualisierte Gewalt an Kindern – eine Herausforderung	10	22.11.2023	Einsamkeit – Was kann ich tun?.....	21
11.10.2023	Freiwillig Engagierte gewinnen	11	23.11.2023	Marketing für Engagement und Ehrenamt	21
13.10.2023	Aktiv im Ehrenamt: Die Seniorenpaten.....	11	24.11.2023	Word kompakt.....	22
13.10.2023	Niederschwellige Verfahrensberatung.....	12	24.11.2023	Deutsch als Zweitsprache lernen – Wie kann ich unterstützen?	22
18.10.2023	Instagram kreativ nutzen – Erste praktische Schritte	12	24.11.2023	Kopf zerbrechen oder dem Bauchgefühl folgen – Gute Entscheidungen treffen	23
19.10.2023	Stress abbauen und Spannungen lösen – TRE® Tension & Trauma Releasing Exercises nach Dr. David Bercei	13	27.11.2023	Ambressa! Dein Nein ist heilig. Erwecke die Löwin in dir – Schnupperkurs für Frauen	23
20.10.2023	Stressmanagement in Ehrenamt und Alltag.....	13	28.11.2023	Word – Bilder und Grafiken im Text.....	24
21.10.2023	Ich (und meine) Stimme	14	29.11.2023	Guter Draht zur Lokalpresse – so klappt's	24
28.10.2023	Gemeinsam InTakt – Mit Veeh-Harfen® die Welt der Musik entdecken.....	14	06.12.2023	Die Suche hat ein Ende – Kostenfreie und sichere Medien im Internet finden.....	25
28.10.2023	Ziele erreichen, Menschen überzeugen	15	15.12.2023	Outlook 365 – Basics	25
06.11.2023	Sinnerfüllt leben trotz Depression	15			
07.11.2023	Literacy – Lesen lernen, wie geht das?.....	16			
07.11.2023	Dateien richtig speichern und wiederfinden	16			
09.11.2023	Digitale Angebote der Stadtbibliothek Reutlingen	17			
09.11.2023	Mein Android-Smartphone.....	17			
10.11.2023	Aktiv im Ehrenamt: Die Reutlinger Tafel	18			
10.11.2023	Leben nach dem Job – Lust auf Zukunft	18			
14.11.2023	Kinderbücher up to date – Neues aus der Stadtbibliothek Reutlingen für Lesepaten und Interessierte	19			
18.11.2023	Der schnelle Einstieg in Sketchnotes – Visualisierungsworkshop	19			
20.11.2023	Gelebte Nachbarschaften.....	20			

Kurse 2024

09.01.2024	Bleiben Sie im Gespräch.....	26	15.03.2024	Konfliktmanagement im Ehrenamt.....	36
16.01.2024	Der Beziehungsraum – Vom Kopf ins Herz.....	26	18.03.2024	Vorlesen heißt mit Worten zaubern	36
16.01.2024	Nachhaltigkeit macht Vereine zukunftsfähig	27	20.03.2024	Kopf zerbrechen oder dem Bauchgefühl folgen? Gute Entscheidungen treffen	37
19.01.2024	Aktiv im Ehrenamt: Die Leselern-Paten.....	27	21.03.2024	Übersetzen mit meinem Android-Smartphone	37
25.01.2024	Traumamasensible Begleitung von Geflüchteten	28	22.03.2024	Obstbäume richtig schneiden und pflegen	38
26.01.2024	Lese-Rechtschreibschwäche – So trainieren Kinder ihre Aufmerksamkeit und Ausdauer.....	28	22.03.2024	Lachen ist gesund – Humor als Türöffner in Pädagogik, Kommunikation, Beruf und Ehrenamt	38
29.01.2024	„Sexualisierte Gewalt an Kindern – eine Herausforderung	29	12.04.2024	babySignal – Mit den Händen sprechen.....	39
30.01.2024	„Lebendiges Altern fängt im Kopf an“ – Über die Macht der Altersbilder.....	29	19.04.2024	Aktiv im Ehrenamt: Die Lebenshilfe Reutlingen.....	39
01.02.2024	Alltagsintegrierte Sprachbildung in der Grundschule.....	30	19.04.2024	Leben nach dem Job – Lust auf Zukunft	40
03.02.2024	PUR – Präsentation und Rhetorik.....	30	22.04.2024	Stress abbauen und Spannungen lösen – TRE® Tension & Trauma Releasing Exercises nach Dr. David Berceci	40
06.02.2024	KI für den Alltag – Was sind Chatbots?	31	23.04.2024	Mit einer Patientenverfügung vorsorgen	41
07.02.2024	Depressionen – Ursachen und Hilfen	31	27.04.2024	Deeskalation und Selbstschutz.....	41
19.02.2024	Vorlesen im Kindergarten – ein Ehrenamt für mich?	32	25.05.2024	Fundraising – Wie finde ich Unterstützer für meine Projekte?	42
22.02.2024	Digitale Tools für Blinde und sehbeeinträchtigte Menschen.....	32	05.06.2024	Ursachen und Folgen von Traumatisierungen im Kontext von Flucht.....	42
06.03.2024	Schaukasten als Hingucker gestalten – Ein Kreativ-Workshop.....	33	21.06.2024	Klatschspiele und Klatschtänze für Kinder und Erwachsene	43
06.03.2024	Nein sagen lernen – Tipps für mehr Leichtigkeit im Ehrenamt	33	06.07.2024	Eine eigene Spielgruppe gründen	43
07.03.2024	Damit die Liebe bleibt – So kann Unterstützung und Pflege gelingen.....	34			
12.03.2024	Nachbarschaftshilfe – Formen und Voraussetzungen.....	34			
15.03.2024	Aktiv im Ehrenamt: Die Citykirche.....	35			
15.03.2024	Herausfordernde Situationen gemeinsam lösen mit der Methode der Kollegialen Beratung.....	35			

Hinweis:

Personen- und Funktionsbezeichnungen beziehen sich auf alle Geschlechter, soweit sich aus dem Sinn nichts anderes ergibt.

Individuelle Seminarangebote für Gruppen

Diskriminierung erkennen und handeln.....	45
Wie sag ich's einfacher – Workshop für Einfache Sprache.....	45
Beratung in der praktischen Arbeit und Coaching für Gruppen und Teams.....	46

Angebote Diakonieverband Reutlingen

Häusliche Gewalt überwinden	46
Flucht und Vertreibung	46
Asylverfahren und ehrenamtliche Unterstützungsmöglichkeiten.....	46
Zugänge zu Ausbildung und Arbeit	46

Kurse 2023/2024

Veranstalter, Modalitäten, Impressum

Veranstalter und Kooperationspartner	48
Modalitäten	49
Impressum	50

Gebärdensprache für Hörende

Anlässlich des Internationalen Tages der Gebärdensprache und des Internationalen Tages der Gehörlosen findet der Workshop „Gebärdensprache für Hörende“ in der Stadtbibliothek Reutlingen statt. Die Teilnehmenden lernen einige Gebärden und wenden diese beim Erzählen einer kurzen Geschichte und bei der Interpretation eines Liedes an.

Referenten: Dieter Steuer und Jan Schaible
 Termin: Freitag, 28.09.2023, 17:00 – 18:45 Uhr
 Ort: Stadtbibliothek Reutlingen, Spendhausstraße 2, Großes Studio
 Anmeldung: Stabsstelle Bürgerengagement, Telefon: 07121 303-5771,
 E-Mail: stabsstelle.buergerengagement@reutlingen.de
 Gebühr: gebührenfrei für ehrenamtlich Tätige/8,00 Euro, ermäßigt 6,00 Euro regulär
 (Interessenten, die nicht ehrenamtlich tätig sind, melden sich bitte direkt bei der Stadtbibliothek Reutlingen an, Telefon: 07121 303-2847.)
 Hinweis: In Zusammenarbeit mit der Stadtbibliothek Reutlingen und mit freundlicher Unterstützung der Stiftung Pro Kommunikation in Baden-Württemberg

Freiwillig Engagierte gewinnen

Stellen Sie auch fest, dass es schwieriger wird, Engagierte zu gewinnen? Dann kann der Workshop wertvolle Hinweise liefern, wie sich das ändern kann. Es geht um drei Stellschrauben, an denen Sie als Verein bzw. Initiative drehen können, damit sich Menschen bei Ihnen engagieren: Es geht um die Tätigkeiten, die Engagierten selbst und unsere Struktur. Das Ganze ist in die allgemeinen gesellschaftlichen Entwicklungen eingebunden. Auf der Grundlage wissenschaftlicher Erkenntnisse erarbeiteten Sie sich im Workshop erste Maßnahmen.

Referent: Dirk Werhahn, Entwicklungscoach
 Termin: Mittwoch, 11.10.2023, 19:00 – 21:00 Uhr
 Ort: Online-Veranstaltung (Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.)
 Anmeldung: bis 10.10.2023, Stabsstelle Bürgerengagement, Telefon: 07121 303-5771,
 E-Mail: stabsstelle.buergerengagement@reutlingen.de
 Gebühr: gebührenfrei

„Sexualisierte Gewalt an Kindern“ – eine Herausforderung

Wenn im privaten Umfeld, im Ehrenamt, im Vereinsleben oder im beruflichen Kontext das Thema „sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen“ auftaucht, gerät vieles durcheinander. Gefühle wie Unsicherheit, Zweifel aber auch die Angst, etwas Falsches zu tun, gehören mit zur Thematik. Es ergeben sich Fragen wie: Wo fangen sexuelle Übergriffe an? Was sind Warnsignale und Hinweise? Wie kann ich Erlebtes einordnen? Was ist zu tun, wenn ich etwas erlebt oder beobachtet habe? Wo gibt es Unterstützung und Hilfe?

Ein Workshop für (junge) Erwachsene, Ehrenamtliche in Kirchengemeinden, Verbänden und Vereinen.

Referentin: Petra Lever, Diplom-Sozialpädagogin (FH), Mitarbeiterin bei Wirbelwind e. V.
 Termin: Montag, 09.10.2023, 18:00 – 21:00 Uhr
 Ort: KEB-Bildungswerk, Schulstraße 28, Reutlingen
 Anmeldung: bis 04.10.2023, KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V.,
 Telefon: 07121 14484-20, E-Mail: kontakt@keb-rt.de; www.keb-rt.de
 (max. 20 Teilnehmer)
 Gebühr: 5,00 Euro

Aktiv im Ehrenamt: Die Seniorenpaten

Die Freude ist groß, wenn Seniorenpaten vor der Tür stehen und etwas Zeit mitbringen für ein Gespräch, zum Karten spielen oder für einen gemeinsamen Spaziergang. Seit mehreren Jahren engagieren sich Bürger und Bürgerinnen ehrenamtlich in dem Projekt „Seniorenpaten“ und besuchen ältere Menschen etwa zwei- bis viermal im Monat zu Hause. Und der Bedarf an weiteren Paten wächst, weil immer mehr ältere Menschen zu Hause leben und die Außenkontakte durch Krankheit oder Alterserscheinungen abnehmen.

Diese Veranstaltung ist für alle gedacht, die etwas Zeit erübrigen können, gerne mit Menschen in Kontakt kommen und Freude an ehrenamtlichen Begegnungen haben. An dem Vormittag werden Hintergründe, Inhalt und Organisation des Projekts vorgestellt.

Das Projekt „Seniorenpaten“ ist ein Angebot des Vereins „Gemeinsam vor Ort – Diakonie Leben e.V.“; es wird unterstützt aus Mitteln der gesetzlichen Pflegeversicherung.

Referentin: Sabine Lehmkuhler, Ergotherapeutin, Projektleitung der „Seniorenpaten“
 Termin: Freitag, 13.10.2023, 15:00 Uhr
 Ort: Citykirche, Nikolaiplatz 1, Reutlingen
 Anmeldung: nicht erforderlich
 Gebühr: Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit der Freiwilligen Agentur Reutlingen statt.

Niederschwellige Verfahrensberatung

In ersten Teil dieses Kurses werden Grundlagen des Flüchtlingsrechts vermittelt und konkrete Fallbeispiele erläutert. Inhalte sind unter anderem: Ablauf des Asylverfahrens beim Bundesamt, Vorbereitung von Anhörungen, Verstehen von Bescheiden und Rechtsmittelverfahren.

Anschließend werden in einem zweiten Teil zum einen Fragen des Aufenthalts von Flüchtlingen nach Schutzzuerkennung, weitere Bleibemöglichkeiten und Vorgehensweisen zur Niederlassung erörtert, zum anderen sollen der Status bei Ablehnung des Asylantrags beleuchtet werden und mögliche Wege aus der Duldung aufgezeigt werden.

Für Ehrenamtliche in der Begleitung von Geflüchteten.

Referent: Manfred Weidmann, Anwalt für Migrations- und Flüchtlingsrecht
 Termin: Freitag, 13.10.2023, 16:00 – 20:00 Uhr
 Ort: Begegnungs- und Integrationszentrum, Ringelbachstraße 195/41, Reutlingen
 Anmeldung: bis 11.10.2023, Stabsstelle Bürgerengagement, Telefon: 07121 303-5771,
 E-Mail: stabsstelle.buergerengagement@reutlingen.de
 (max. 20 Teilnehmer)
 Gebühr: gebührenfrei für ehrenamtlich Tätige

Stress abbauen und Spannungen lösen – TRE® Tension & Trauma Releasing Exercises nach Dr. David Berceci

In unserem Alltag sind wir Herausforderungen ausgesetzt, welche Belastungs- und Stresssymptome zur Folge haben können. TRE® – Tension & Trauma Releasing Exercises steht für spannungs- und traumalösende Körperübungen und kann diesen entgegenwirken.

Die TRE®-Methode ist leicht zu erlernen und ermöglicht Ihnen damit effektiv die Hilfe zur Selbsthilfe. Die Abfolge von sieben Übungen ruft ein unwillkürliches neurogenes Zittern hervor und aktiviert die dem Körper innewohnende Fähigkeit, muskuläre Verspannungen zu lösen. Dies kann Folgeerscheinungen von Stress (z. B. Rücken- und Kopfschmerzen, nächtliches Zähneknirschen, Schlafstörungen) lindern.

Referentin: Manuela Lieb, Diplom-Pädagogin, Systemische Therapeutin und Supervisorin (SG),
 TRE®-Providerin
 Termin: Donnerstag, 19.10.2023, 18:00 – 19:30 Uhr
 Ort: Augustin-Bea-Haus, St.-Wolfgang-Straße 12, Reutlingen, Meditationsraum
 Anmeldung: bis 12.10.2023, KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V.,
 Telefon: 07121 14484-20, E-Mail: kontakt@keb-rt.de, www.keb-rt.de
 (max. 15 Teilnehmer)
 Gebühr: 6,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/ 12,00 Euro regulär

Instagram kreativ nutzen – Erste praktische Schritte

In diesem Kurs für Einsteiger wird das beliebte soziale Netzwerk Instagram auf einfache Art und Weise erklärt. Sie erhalten einen ersten Überblick zu folgenden Themen:

- Geschichte und Fakten zu Instagram
- Theoretische Einführung
- Erklärung der wichtigsten Funktionen
- Welche Inhalte können gepostet werden?
- Beispiele aus der Praxis
- Soll ich mich weiter mit Instagram beschäftigen?
- Antworten auf Ihre Fragen

Benötigt werden ein PC oder Laptop sowie ein Smartphone mit vorinstallierter Instagram-App und Internetzugang.

Referent: Joachim Stöffler, Social Media Manager
 Termin: Mittwoch, 18.10.2023, 09:00 – 12:30 Uhr
 Ort: Online-Veranstaltung (Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.)
 Anmeldung: bis 08.10.2023, KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V.,
 Telefon: 07121 14484-20, E-Mail: kontakt@keb-rt.de; www.keb-rt.de
 (max. 12 Teilnehmer)
 Gebühr: 19,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/38,00 Euro regulär
 Hinweis: In Kooperation mit der Fachstelle Medien der Diözese Rottenburg-Stuttgart und dem Bildungswerk Freiburg

Stressmanagement in Ehrenamt und Alltag

Anstehende Aufgaben richtig zu priorisieren sowie eigene und fremde Ziele aufeinander abzustimmen, kann schon im Vorfeld Stress vermeiden. Lernen Sie, mit Ihren Ressourcen richtig umzugehen, an der richtigen Stelle „Nein“ zu sagen und somit nicht in die Überlastung zu kommen.

Referent: Georg Katsoulis
 Termin: Freitag, 20.10.2023, 18:00 – 21:00 Uhr
 Ort: KEB-Bildungswerk, Schulstraße 28, Reutlingen
 Anmeldung: bis 12.10.2023, KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V.,
 Telefon: 07121 14484-20, E-Mail: kontakt@keb-rt.de, www.keb-rt.de
 Gebühr: 7,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/ 12,00 Euro regulär

ICH (und meine) STIMME

Möchten Sie mit einer guten Stimme Ihr Selbstvertrauen stärken? Möchten Sie authentisch und stimmig ankommen? Möchten Sie mit einer robusten Stimme gut durch Ihren Alltag kommen? Dann lassen Sie uns gemeinsam entdecken, wie wunderbar Sie Ihre Stimme entfalten, nutzen und stärken können: „Sprich, damit ich Dich sehe!“ (Sokrates)

Referentin: Sylke Pfau, Vocal Coach
 Termin: Samstag, 21.10.2023, 14:00 – 18:00 Uhr
 Ort: Haus der Familie, Pestalozzistraße 54, Reutlingen
 Anmeldung: bis 14.10.2023, Evangelische Bildung Reutlingen, Kreisbildungswerk und Haus der Familie, Telefon: 07121 9296-11, E-Mail: info.ebr@elkw.de, www.evangelische-bildung-reutlingen.de (max. 12 Teilnehmer)
 Gebühr: 26,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/55,00 Euro regulär

Ziele erreichen, Menschen überzeugen

Bei Projektsitzungen, Verhandlungen, Teamsitzungen und in der Konfliktklärung erweisen sich die grundlegenden Kommunikationsmethoden aus dem NLP (Neuro-linguistisches Programmieren) als außerordentlich hilfreich. Ziele definieren, sie erreichen und Menschen davon überzeugen, wird Ihnen durch „Learning by doing“ gelingen.

Vhs-Kursnummer 237A160014

Referentin: Louise Fiegel
 Termin: Samstag, 28.10.2023, 10:00 – 18:00 Uhr
 Ort: Haus der Volkshochschule, Spendhausstraße 6, Raum E07
 Anmeldung: bis 20.10.2022, Volkshochschule Reutlingen, Telefon: 07121 336-160, E-Mail: ekoch@vhsrt.de, www.vhsrt.de (mind. 6 Teilnehmer)
 Gebühr: 45,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/90,00 Euro regulär

Gemeinsam InTakt – mit Veeh-Harfen® die Welt der Musik entdecken

In diesem Workshop wird in das Spielen auf der Veeh-Harfe eingeführt und geeignetes Notenmaterial vorgestellt. Musikkenntnisse sind nicht erforderlich.

Für ehren- und hauptamtliche Pflegekräfte sowie für pflegende Angehörige.

Ein weiterer Veeh-Harfen-Workshop für (sonder-)pädagogische Fachkräfte und Ehrenamtliche im Förderbereich mit Kindern und Jugendlichen findet am 09.12.2023, 10:00 - 13:00 Uhr, in der Stadtbibliothek Reutlingen statt; er wird geleitet von Eva Wagner.

Referentin: Ulrike Emrich-Lauster
 Termin: Samstag, 28.10.2023, 10:00 – 13:00 Uhr
 Ort: Stadtbibliothek Reutlingen, Spendhausstraße 2, Großes Studio
 Anmeldung: bis 25.10.2023, Stabsstelle Bürgerengagement, Telefon: 07121 303-5771, E-Mail: stabsstelle.buengerengagement@reutlingen.de (max. 10 Teilnehmer)
 Gebühr: gebührenfrei für ehrenamtlich Tätige/20,00 Euro, ermäßigt 15 Euro regulär (Interessenten, die nicht ehrenamtlich tätig sind, melden sich bitte direkt bei der Stadtbibliothek Reutlingen an, Telefon: 07121 303-2847.)
 Hinweis: In Kooperation mit der Stadtbibliothek Reutlingen

Sinnerfüllt leben trotz Depression

Depression kann jeden treffen. Etwa jeder fünfte Bundesbürger kommt im Laufe seines Lebens einmal in eine depressive Phase. Diese ist in der Regel gekennzeichnet durch Freud-, Hoffnungs- und Energielosigkeit. Auch wenn man es in dieser Phase kaum zu glauben vermag: Es gibt ein erfülltes Leben trotz Depression. In diesem Vortrag wird aufgezeigt, dass der Mensch weit mehr ist als seine Depression und dass es möglich ist, sich ein Stück weit von seiner Depression zu distanzieren.

Wie dies in Bezug auf das depressive Denken, auf das depressive Empfinden und auf die Hemmung des Antriebs umgesetzt werden kann, dazu gibt es an diesem Abend zahlreiche Anregungen. Gemäß Victor Frankls Motto gilt es, „Trotzdem Ja zum Leben sagen“. Wie dieses „Trotzdem“ aussehen kann, darum geht es in diesem Vortrag.

Referentin: Helga Hock, Ehe-, Familien- und Lebensberatung, Logotherapeutin, Supervisorin (DGLG zertifiziert)
 Termin: Montag, 06.11.2023, 19:00 – 20:30 Uhr
 Ort: Online-Veranstaltung (Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung)
 Anmeldung: bis 30.10.2023, KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V., Telefon: 07121 14484-20, E-Mail: kontakt@keb-rt.de, www.keb-rt.de
 Gebühr: 5,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/10,00 Euro regulär

Literacy – Lesen lernen, wie geht das?

Literacy bedeutet übersetzt „Lese- und Schreibkompetenz“. Literacy umfasst Vieles: Textverständnis, Sinnverstehen, sprachliche Abstraktionsfähigkeit, Lesefreude, Vertrautheit mit Büchern und Medienkompetenz. Sie erhalten einen Überblick über die Lesemethodik und Didaktik – mit vielen Praxisbeispielen.

Ein Kurs für Engagierte, die Kinder beim Lesenlernen unterstützen oder in der Ganztagsbetreuung tätig sind.

Referentin: Claudia Müller-Bader, Grundschullehrerin mit dem Schwerpunkt Deutsch als Zweitsprache und Lese-Rechtschreibförderung, Montessori- und Rhythmus-Pädagogin, Mediatorin, Expertin für Interkulturelle Pädagogik
 Termine: Dienstag, 07.11.2023, 18:00 – 21:00 Uhr
 Ort: Haus der Familie, Pestalozzistraße 54, Reutlingen, Raum 2/3, OG
 Anmeldung: bis 31.10.2023, Evangelische Bildung Reutlingen, Kreisbildungswerk und Haus der Familie, Telefon: 07121 9296-11, E-Mail: info.ebr@elkw.de, www.evangelische-bildung-reutlingen.de (max. 18 Teilnehmer)
 Gebühr: 20,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/40,00 Euro regulär

Dateien richtig speichern und wiederfinden

Auf dem PC häufen sich immer mehr Dateien, Bilder und Videos. Hier ist Ordnung angesagt.

Kursinhalte:

- Windows Explorer
- Arbeiten mit Bibliotheken, Ordnern und Dateien
- Kopieren, verschieben und suchen
- Organisieren der Ablage
- Benennen der Dateien, Bilder und Videos
- Speichermedien
- Sichern der Daten

Vhs-Kursnummer 237A162100

Referent: Winfried Riedinger
 Termine: Dienstag, 07.11.2023, 18:15 – 20:30 Uhr
 Dienstag, 14.11.2023, 18:15 – 20:30 Uhr
 Ort: Haus der Volkshochschule, Spendhausstraße 6, Raum 213
 Anmeldung: bis 02.11.2023, Volkshochschule Reutlingen, Telefon: 07121 336-160, E-Mail: ekoch@vhsrt.de, www.vhsrt.de (mind. 6 Teilnehmer)
 Gebühr: 27,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/54,00 Euro regulär

Digitale Angebote der Stadtbibliothek Reutlingen

Jederzeit und überall können Sie mit einem gültigen Bibliotheksausweis das große digitale Angebot der Stadtbibliothek Reutlingen nutzen. Wir zeigen Ihnen, wie Sie eBooks, Hörbücher (eAudio), eLearning-Kurse und Filme auf verschiedenen Geräten verwenden können. Profitieren Sie auch von unserem digitalen Angebot an Zeitungen, Zeitschriften, Noten und Informationsquellen. Lernen Sie unsere Angebote kennen und unterstützen Sie bei Bedarf andere Menschen bei der Nutzung.

Für alle Interessierten, insbesondere für Ehrenamtliche im Netzwerk „EngagieRT – digital für Ältere“.

Referentinnen: Alexandra Piper und Stefanie Krohmer, Mitarbeiterinnen der Stadtbibliothek Reutlingen
 Termine: Donnerstag, 09.11.2023, 15:00 – 17:00 Uhr
 Ort: Stadtbibliothek Reutlingen, Spendhausstraße 2, Kleines Studio
 Anmeldung: bis 06.11.2023, Stadtbibliothek Reutlingen, Telefon: 07121 303-2847, E-Mail: stadtbibliothek.veranstaltungen@reutlingen.de, www.stadtbibliothek-reutlingen.de (max. 6 Teilnehmer)
 Gebühr: gebührenfrei

Mein Android-Smartphone

In diesem Kurs erlernen Sie den grundsätzlichen Umgang mit dem Smartphone und wie Sie dieses in Ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit nutzen können.

Kursinhalte:

- Datenaustausch von PC zum Smartphone
- Datenaustausch via Internet
- Kalender gemeinsam nutzen
- Bilder von der Kamera auf das eigene Tablet kopieren
- Nutzung von Internetdiensten
- Sicherheit im Umgang mit dem Smartphone

Vhs-Kursnummer 237A160300

Referent: Winfried Riedinger
 Termine: Donnerstag, 09.11.2023, 18:15 – 20:30 Uhr
 Donnerstag, 16.11.2023, 18:15 – 20:30 Uhr
 Ort: Haus der Volkshochschule, Spendhausstraße 6, Raum 212
 Anmeldung: bis 02.11.2023, Volkshochschule Reutlingen, Telefon: 07121 336-160, E-Mail: ekoch@vhsrt.de, www.vhsrt.de (mind. 6 Teilnehmer)
 Gebühr: 27,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/54,00 Euro regulär

Aktiv im Ehrenamt: Die Reutlinger Tafel

Nicht alle Menschen haben hierzulande ihr „täglich Brot“ – und dennoch gibt es in Deutschland Lebensmittel im Überfluss. Die Tafeln bemühen sich um einen Ausgleich für die Bedürftigen vor Ort. Getragen wird die Arbeit in den Tafeln weitgehend durch Ehrenamtliche, die in den Tafelläden des Diakonieverbands einen Teil ihrer Freizeit einbringen: ein paar Stunden am Tag, in der Woche, im Monat – so wie es die persönlichen Möglichkeiten zulassen.

Mitarbeiter der Reutlinger Tafel informieren über die unterschiedlichen Möglichkeiten ehrenamtlichen Engagements bei der Reutlinger Tafel.

Referentin: Gisela Braun, Leiterin der Reutlinger Tafel
 Termin: Freitag, 10.11.2023, 15:30 Uhr
 Ort: Citykirche, Nikolaiplatz 1, Reutlingen
 Anmeldung: nicht erforderlich
 Gebühr: gebührenfrei
 Hinweis: Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit der Freiwilligen Agentur Reutlingen statt.

Kinderbücher up to date – Neues aus der Stadtbibliothek Reutlingen für Lesepaten und Interessierte

Das Medienangebot für Kinder ist bunt und vielfältig. Wir laden Lesementoren, Lesepaten und Interessierte zu einem kurzweiligen Nachmittag in die Zweigstelle Sondelfingen der Stadtbibliothek Reutlingen ein.

Wir präsentieren Ihnen aktuelle Neuerscheinungen im Bereich Vorlese-, Erstlese- und Bilderbücher und geben einen Überblick über das Angebot an Bildkarten für das Kamishibai-Theater. Bewusst setzen wir den Schwerpunkt auf das Bücherangebot für das Kindergarten-, Vorschul- und Grundschulalter.

Referentinnen: Barbara Glaser, Leiterin der Zweigstelle Orschel-Hagen
 Marlis Waedt, Leiterin der Zweigstelle Sondelfingen
 Termin: Dienstag, 14.11.2023, 16:00 – 17:30 Uhr
 Ort: Zweigstelle Sondelfingen, Reichenecker Straße 73, 72766 Reutlingen
 Anmeldung: bis 09.11.2023, Stadtbibliothek Reutlingen, Zweigstelle Sondelfingen,
 Telefon: 07121 479867, E-Mail: stadtbibliothek.zw-sondelfingen@reutlingen.de,
 www.stadtbibliothek-reutlingen.de
 Gebühr: gebührenfrei

Leben nach dem Job – Lust auf Zukunft

Nach der Berufstätigkeit beginnt für viele Menschen ein neues sogenanntes „drittes Leben“, das mehrere Jahrzehnte dauern kann. Es ist zumeist mit einem einschneidenden Umbruch verbunden: Tägliche Kontakte mit Arbeitskollegen gehen verloren, Anerkennungs- und Bestätigungsmöglichkeiten durch die Erwerbsarbeit entfallen, der soziale Status und der oft über Jahrzehnte gewohnte Tages- und Jahresablauf verändern sich, das Gefühl des „Nicht-Mehr-Gebrauchtwerdens“ kann sich einstellen.

Ruheständler sind – abgesehen von den Ereignissen, die sie nicht steuern können – dafür verantwortlich, wie es ihnen in den Jahren, die sie noch vor sich haben, gehen wird. Sie haben die Möglichkeit, die Weichen entsprechend zu stellen. An zwei Abenden möchten wir darüber ins Gespräch kommen und Ihnen Anregungen und Informationen geben.

Referenten: Jutta Kraak M. A. und Karl Zahradnik, Diplom-Sozialpädagoge (FH)
 Termine: Freitag, 10.11.2023, 18:30 – 22:00 Uhr
 Freitag, 17.11.2023, 18:30 – 22:00 Uhr
 Ort: KEB-Bildungswerk, Schulstraße 28, Reutlingen
 Anmeldung: bis 02.11.2023, KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V.,
 Telefon: 07121 14484-20, E-Mail: kontakt@keb-rt.de, www.keb-rt.de
 (max. 16 Teilnehmer)
 Gebühr: 20,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/40,00 Euro regulär

Der schnelle Einstieg in Sketchnotes – Visualisierungsworkshop

Sketchnotes sind visuelle Notizen. Klassische Notizen bestehen aus Text, bei Sketchnotes kommen noch kleine Zeichnungen, Symbole, Pfeile und Schrift dazu. Das ist praktisch, da unser Gehirn Bilder sehr viel schneller erfassen und verarbeiten kann. Wenn wir diese Bilder dann auch noch mit Schrift kombinieren, bieten wir unserem Gehirn die beste Grundlage, sich wichtige Dinge schneller zu merken und sich länger daran zu erinnern. Sketchnotes sind super vielseitig. Es gibt fast nichts, was nicht mit einer Sketchnote zusammengefasst werden kann. Ich verspreche Ihnen: Sie müssen nicht zeichnen können und werden am Ende des Workshops Ergebnisse haben, die Sie begeistern werden.

Darum wird es in diesem Workshop gehen:

- Einführung in die Methode Sketchnotes
- Das visuelle Alphabet als Grundlage für Bilder und Icons
- Visuelle Struktur schaffen mit Rahmen, Pfeilen, Konnektoren und Schrift
- Menschen, Figuren und Gesichter zeichnen für mehr Persönlichkeit und Emotionen
- Magische Zutaten einer Sketchnote

Wir brauchen Papier und ein paar Stifte (Fineliner, Kugelschreiber, Bleistift, Buntstift, Textmarker) und starten direkt mit dem Zeichnen.

Referentin: Nicole Funke, funkynotes sketchnotes – graphicrecording
 Termin: Samstag, 18.11.2023, 09:00 – 13:00 Uhr
 Ort: Online-Veranstaltung (Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.)
 Anmeldung: bis 09.11.2023, KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V.,
 Telefon: 07121 14484-20, E-Mail: kontakt@keb-rt.de, www.keb-rt.de
 Gebühr: 60,00 Euro für ehrenamtliche Tätige/90,00 Euro regulär

Gelebte Nachbarschaften

Vor dem Hintergrund einer alternden und gleichzeitig bunter werdenden Bewohnerschaft in Gemeinden und städtischen Quartieren werden Handlungsansätze, die gelebte Nachbarschaften fördern und Generationen zusammenführen, immer wichtiger. Ziel ist deshalb die Vernetzung der Bewohner und die Förderung ihrer Identifikation mit dem jeweiligen Wohnquartier sowie die Stärkung ihrer Selbstorganisation im Sinne eines förderlichen „Wir-Gefühls“. In ihrem Vortrag wird Dr. Cornelia Kricheldorf, die bis 2020 als Professorin für Soziale Gerontologie an der KH Freiburg arbeitete und seitdem freiberuflich als Projektberaterin tätig ist, die Themen Alterwerden in vertrauter Umgebung, gute Aufenthalts- und Lebensqualität für alle Generationen im Quartier sowie die Bedeutung von nachbarschaftlichen Formen der Begegnung und Unterstützung im Alltag aufgreifen. Anschließend gibt es die Gelegenheit für Austausch und Diskussion.

Der Vortrag richtet sich insbesondere an die Bewohner des Stadtteils Hohbuch, die sich im Rahmen des Projekts „Wir fürs Quartier“ (gefördert im Programm „Quartiersimpulse“ der Allianz für Beteiligung) engagieren möchten. Aber auch Interessierte aus anderen Reutlinger Stadtteilen und Bezirksgemeinden sind herzlich eingeladen.

Referentin: Prof. Dr. Cornelia Kricheldorf, Sozialpädagogin, Soziologin, Soziale Gerontologin
Termin: Montag, 20.11.2023, 18:00 – 19:30 Uhr
Ort: Hohbuch-Schule, Theodor-Heuss-Straße 10, Reutlingen
Anmeldung: nicht erforderlich
Gebühr: gebührenfrei

Mit einer Patientenverfügung vorsorgen

Wie bestimme ich durch eine Patientenverfügung, was medizinisch unternommen werden soll, wenn ich nicht mehr selbst entscheiden kann? Wie können dann meine Wünsche und Verfügungen umgesetzt werden? Welche Unterlagen unterstützen die Festlegung meiner Wünsche für die letzte Lebenszeit?

Rund um diese Fragen bieten Engagierte des AK Vorsorge ausführliche Informationen auf der Grundlage der Reutlinger Vorsorgekarte.

Referent: Arbeitskreis Vorsorge Reutlingen
Termin: Dienstag, 21.11.2023, 15:00 – 17:00 Uhr
Ort: Altes Rathaus, Rathausstraße 6, Reutlingen
(Eingang auf der Rückseite des Gebäudes)
Anmeldung: Stadt Reutlingen, Abteilung für Ältere,
Telefon: 07121 303-2300, E-Mail: abteilung.aeltere@reutlingen.de
Gebühr: gebührenfrei

Einsamkeit – Was kann ich tun?

Nicht erst seit der Corona-Pandemie ist Einsamkeit für viele Menschen ein persönliches Problem. Die Pandemie hat das Problem Einsamkeit verstärkt. Aber auch für die Gesellschaft hat Einsamkeit Folgen. Gesellschaft und Demokratie leben von Gemeinschaft. Familiäre Bindung und ein stabiles Netz mit vielfältigen Kontakten fördern das individuelle Wohlbefinden und verhindern Einsamkeit. Der Vortrag zeigt Ihnen Lösungsmöglichkeiten.

Der Kurs richtet sich an Engagierte mit Kontakt zu Menschen, die stark unter Einsamkeit leiden.

Vhs-Kursnummer 237A160010

Referent: Nikolaus Mantel
Termin: Mittwoch, 22.11.2023, 18:30 – 20:30 Uhr
Ort: Haus der Volkshochschule, Spendhausstraße 6, Raum E07
Anmeldung: bis 15.11.2023, Volkshochschule Reutlingen,
Telefon: 07121 336-160, E-Mail: ekoch@vhsrt.de, www.vhsrt.de
(mind. 6 Teilnehmer)
Gebühr: 7,50 Euro für ehrenamtlich Tätige/ 15,00 Euro regulär

Marketing für Engagement und Ehrenamt

Ein gutes Marketing für Ihre Angebote (sowohl nach innen wie auch nach außen) wird immer relevanter. Durch entsprechende Marketingmaßnahmen kann Ihr Verein einen höheren Bekanntheitsgrad gewinnen. Daraus kann durchaus zusätzliches ehrenamtliches Engagement resultieren. Dies wiederum ermöglicht Ihrem Verein, Angebote zu erweitern und mehr Menschen für den Verein zu begeistern.

Im Workshop lernen Sie Tools zur Zielgruppendefinition, Corporate Identity und zum Marketing Mix kennen.

Referent: Dirk Werhahn M.A., Entwicklungscoach
Termin: Donnerstag, 23.11.2023, 19:00 – 21:00 Uhr
Ort: Online-Veranstaltung (Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.)
Anmeldung: bis 21.11.2023, Stabsstelle Bürgerengagement, Telefon 07121 303-5771,
E-Mail: stabsstelle.buergerengagement@reutlingen.de
Gebühr: gebührenfrei

Word kompakt

In diesem Kurs erlernen Sie das Programm Word 365 in seinen grundlegenden Funktionen kennen.

Diese Inhalte werden dabei erarbeitet:

- Grundlegende Aufgaben mit Word erledigen
- Benutzeroberfläche von Word
- Öffnen und Speichern von Dokumenten
- Texte eingeben, gliedern und formatieren
- Arbeiten mit Tabellen und Grafiken
- Speichern und drucken

Vhs-Kursnummer 237A160201

Referent: Winfried Riedinger
 Termine: Freitag, 24.11.2023, 08:30 – 16:30 Uhr
 Ort: Haus der Volkshochschule, Spendhausstraße 6, Raum 212
 Anmeldung: bis 17.11.2023, Volkshochschule Reutlingen,
 Telefon: 07121 336-160, E-Mail: ekoch@vhsrt.de, www.vhsrt.de
 (mind. 6 Teilnehmer)
 Gebühr: 36,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/72,00 Euro regulär

Kopf zerbrechen oder dem Bauchgefühl folgen? – Gute Entscheidungen treffen

In diesem Workshop lernen Sie verschiedene Methoden zur Entscheidungsfindung kennen: Kosten-Nutzen-Analyse, IKIGAI, Sechs-Hüte-Methode, Disney-Methode, lösungsorientierte Fragen und körperorientierte Methoden nach dem Motto „Dein Bauch ist klüger als Du“, um Ihren „Entscheidungsmuskel“ zu trainieren für eine zufriedene Lebensgestaltung in Ehrenamt, Beruf und auch privat.

Referentin: Andrea Simma, M. A., systemische Coach (DGSF)
 Termin: Freitag, 24.11.2023, 19:30 – 21:00 Uhr
 Ort: Online-Veranstaltung (Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.)
 Anmeldung: bis 16.11.2023, KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V.,
 Telefon 07121 14484-20, E-Mail: kontakt@keb-rt.de, www.keb-rt.de
 Gebühr: 7,00 Euro für ehrenamtliche Tätige/14,00 Euro regulär

Deutsch als Zweitsprache lernen – Wie kann ich unterstützen?

Kinder öffnen sich einer zu lernenden Sprache dann, wenn die emotionalen Bedingungen hierfür günstig sind. Dazu gehört die Würdigung ihres sprachlichen Vorwissens. So kann sich das Kind für die Sprache der Umwelt interessieren. Um den Zweitspracherwerb der Kinder zu fördern, muss Sprache in Alltagssituationen bewusst gestaltet werden. Genau das leisten Ehrenamtliche in der Einzelsituation und in der Betreuung an der Schule. Sie erhalten an diesem Nachmittag Informationen zu den methodisch-didaktischen Prinzipien des Sprachförderunterrichts. Sie werden über wichtige grammatikalische Strukturen informiert. Was bedeutet Sprachhandeln, wie kann ich unterstützen? Es werden Praxisbeispiele und Material für den Einsatz im ehrenamtlichen Bereich vorgestellt.

Ein Kurs für Engagierte, die Kinder beim Lesenlernen unterstützen oder in der Ganztagsbetreuung tätig sind.

Referentin: Claudia Müller-Bader, Grundschullehrerin mit dem Schwerpunkt Deutsch als Zweitsprache und Lese-Rechtschreibförderung, Montessori- und Rhythmus-Pädagogin, Mediatorin, Expertin für Interkulturelle Pädagogik
 Termin: Freitag, 24.11.2023, 14:00 – 17:00 Uhr
 Ort: Haus der Familie, Pestalozzistraße 54, Reutlingen, Raum 2/3, OG
 Anmeldung: bis 17.11.2023, Evangelische Bildung Reutlingen, Kreisbildungswerk und Haus der Familie,
 Telefon: 07121 9296-11, E-Mail: info.ebr@elkw.de, www.evangelische-bildung-reutlingen.de
 (max. 18 Teilnehmer)
 Gebühr: 20,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/40,00 Euro regulär

Ambessa! Dein Nein ist heilig. Erwecke die Löwin in Dir – Ein Schnupperkurs für Frauen

In diesem Kurs laden wir Frauen ein, ihr heiliges Nein zu spüren. Denn zu oft gibt es Momente, in denen wir erst hinterher merken, dass wir den Zeitpunkt verpasst haben, eine Grenze zu setzen, unsere Bedürfnisse wahrzunehmen oder unsere Werte zu vertreten. Das Nein in uns ist heilig! Kommen Sie Ihrer inneren Löwin auf die Spur. Ambessa, zu deutsch Löwin, ist ein afrikanischer Ausruf in Momenten, in denen wir mutig zu uns selbst stehen und mit unserer inneren Löwinnen-Kraft verbunden sind.

Dieser Kurs ist zum Kennenlernen gedacht; im Januar/Februar 2024 findet eine vertiefende Seminarreihe „Ambessa! Dein Nein ist heilig. Erwecke die Löwin in Dir“ statt.

Referentin: Jana Nährig, Kulturpädagogin B. A., Ambessa-Trainerin
 Termin: Montag, 27.11.2023, 18:00 – 19:30 Uhr
 Ort: KEB-Bildungswerk, Schulstraße 28, Reutlingen
 Anmeldung: bis 20.11.2023, KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V.,
 Telefon: 07121 14484-20, E-Mail: kontakt@keb-rt.de, www.keb-rt.de
 Gebühr: 3,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/7,00 Euro regulär

Word – Bilder und Grafiken im Text

Dokumente wirken mit Bildern und Grafiken professioneller, aber die Bildformatierung kann oft kompliziert sein. Hier lernen Sie, Bebilderungen richtig und attraktiv einzusetzen.

Themen:

- Bilder einfügen und platzieren
- Bilder bearbeiten und zuschneiden
- Bilder mit Text umschließen
- Bildauflösung ändern
- Bilder freistellen

Vhs-Kursnummer 237A160301

Referent: Winfried Riedinger
 Termin: Dienstag, 28.11.2023, 18:15 – 21:30 Uhr
 Ort: Haus der Volkshochschule, Spendhausstraße 6, Raum 213
 Anmeldung: bis spätestens 21.11.2023, Volkshochschule Reutlingen,
 Telefon: 07121 336-160, E-Mail: ekoch@vhsrt.de, www.vhsrt.de
 (mind. 6 Teilnehmer)
 Gebühr: 18,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/36,00 Euro regulär

Guter Draht zur Lokalpresse – so klappt‘s

Tolle Aktionen, große Feste, Neuigkeiten im Verein, besonders rührige Mitglieder, kuriose Vorkommnisse, manchmal auch ärgerliche Ereignisse: Es gibt viele Themen, mit denen Vereine und Institutionen in der Lokalzeitung erscheinen möchten. Aber wie klappt das am besten? Wie sind die Arbeitsabläufe in einer Lokalredaktion? Wie werden Themen gefunden und festgelegt? Was kommt überhaupt als Geschichte in Frage, und was ist eher weniger berichtenswert? Mit wem sollte man wann und wie kommunizieren? Wann sollte man eine Pressekonferenz veranstalten, wann eher nicht?

In einem einstündigen Vortrag wird anhand vieler Beispiele aus der Praxis umrissen, wie man es schafft, als Verein oder Institution einen guten Draht zur Lokalpresse zu bekommen und seine Themen an die breite Öffentlichkeit zu tragen.

Referentin: Kathrin Kammerer, Ressortleiterin Reutlingen und Neckar-Alb beim Reutlinger General-Anzeiger
 Termin: Mittwoch, 29.11.2023, 19:00 – 20:00 Uhr
 Ort: Haus der Familie, Pestalozzistraße 54, Reutlingen, Raum 2/3, OG
 Anmeldung: bis 22.11.2023, Evangelische Bildung Reutlingen, Kreisbildungswerk und Haus der Familie,
 Telefon: 07121 9296-11, E-Mail: info.ebr@elkw.de, www.evangelische-bildung-reutlingen.de
 (mind. 5, max. 25 Teilnehmer)
 Gebühr: 5,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/10,00 Euro regulär

Die Suche hat ein Ende – kostenfreie und sichere Medien im Internet finden

Sie suchen nach einem Bild für Ihre Homepage, nach einem Video für einen Sprachkurs oder nach einem Comic für die Arbeit mit Kindern? In diesen Fällen suchen wir in der Regel über Suchmaschinen im Internet nach passenden Materialien. Doch wie können Sie sichergehen, dass die gefundenen Materialien auch für Ihren Zweck genutzt werden dürfen? Brauchen Sie die Erlaubnis der Urheber? Das muss doch einfach gehen! Und ja, frei-lizenzierte Materialien – sogenannte Open Educational Resources – ermöglichen uns eine einfache und rechtssichere Nutzung. Und das Beste ist: Sie müssen sich nicht mit juristischen Fragen auseinandersetzen, denn im Workshop lernen Sie, wie Sie freie Materialien leicht erkennen, finden und einsetzen können.

Voraussetzung für die Teilnahme ist ein PC oder Laptop mit Internetzugang.

Referent: Matthias Kostrzewa, Digitalisierungsbeauftragter für die Lehrerbildung an der Ruhr-Universität Bochum
 Termin: Mittwoch, 06.12.2023, 09:00 – 12:00 Uhr
 Ort: Online-Veranstaltung (Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.)
 Anmeldung: bis 26.11.2023, KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V.,
 Telefon: 07121 14484-20, E-Mail: kontakt@keb-rt.de, www.keb-rt.de
 Gebühr: 20,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/38,00 Euro regulär
 Hinweis: In Kooperation mit der Fachstelle für Medien der Diözese Rottenburg-Stuttgart und dem Bildungswerk Freiburg

Outlook 365 – Basics

Die Kalenderfunktion von Outlook ist ein starkes Werkzeug, auch der E-Mail-Versand läuft über Outlook professionell.

In diesem Kurs erlernen Sie die grundlegenden Funktionen:

- Mails erstellen, versenden und Anlagen mit versenden
- Outlook Ordnersystem anlegen
- Erstellen und Verwalten von Terminen und Besprechungen
- Einfügen von eigenen Unterlagen
- Kontaktdaten in Outlook verwalten und speichern
- Mit Kontaktgruppen arbeiten

Vhs-Kursnummer 237A160501

Referent: Winfried Riedinger
 Termin: Freitag, 15.12.2023, 08:30 – 16:30 Uhr
 Ort: Haus der Volkshochschule, Spendhausstraße 6, Raum 213
 Anmeldung: bis 08.12.2023, Volkshochschule Reutlingen,
 Telefon: 07121 336-160, E-Mail: ekoch@vhsrt.de, www.vhsrt.de
 (mind. 6 Teilnehmer)
 Gebühr: 36,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/72,00 Euro regulär

Bleiben Sie im Gespräch

Kommunikation hat viele Nuancen, und wer sie kennt, der kann gegenseitige Anliegen in den eigenen Beziehungen zur Entfaltung und zum Gelingen bringen. Oft überlagern Emotionen die eigenen Wünsche im Gespräch. In diesem Kurs wollen wir ausprobieren, wie wir Gespräche in größerer Gelassenheit führen und unsere eigenen Wünsche darin platzieren können.

Kursinhalte:

- Lösungsorientierung statt Problemrance
- Gesprächsführungstechniken
- Fragen statt Sagen
- Nonverbale Kommunikation

Vhs-Kursnummer 237A160031

Referentin: Astrid Warbinek

Termine: Dienstag, 09.01.2024, 09:00 – 10:30 Uhr
Dienstag, 16.01.2024, 09:00 – 10:30 Uhr
Dienstag, 23.01.2024, 09:00 – 10:30 Uhr

Ort: Haus der Volkshochschule, Spendhausstraße 6, Raum E07

Anmeldung: bis 03.01.2024, Volkshochschule Reutlingen,
Telefon: 07121 336-160, E-Mail: ekoch@vhsrt.de, www.vhsrt.de
(mind. 6 Teilnehmer)

Gebühr: 37,50 Euro für ehrenamtlich Tätige/75,00 Euro regulär

Der Beziehungsraum – Vom Kopf ins Herz

Im Ehrenamt haben wir den Fokus auf den anderen und sind in einer dienenden Rolle. Wann nehmen wir uns bewusst Zeit für uns? Meistens zu selten. Und oft gestehen wir anderen zu, was für uns selbst nicht gilt. Doch gerade, wenn wir uns für jemanden stark machen, sollten wir uns selbst nicht vergessen. In diesem Kurs lernen Sie den selbst entwickelten Ansatz „Der Beziehungsraum“ kennen. Er ist unser inneres Zuhause, das jeder von uns achtsam betreten, gestalten, kultivieren und pflegen kann. Dabei gilt „wie innen so auch außen“.

Sie bekommen eine theoretische Übersicht über die vier Schritte, in denen Sie Ihr inneres Zuhause als natürliche Kraftquelle kultivieren können und erfahren neue Perspektiven und Blickwinkel zum Thema Beziehungen. Außerdem wird es Raum geben für eigene Erfahrungen.

Referentin: Jana Nährig, Erzieherin, Kulturpädagogin und Coach

Termin: Dienstag, 16.01.2024, 18:00 – 21:00 Uhr

Ort: Haus der Familie, Pestalozzistraße 54, Reutlingen, Raum 2/3, OG

Anmeldung: bis 09.01.2024, Evangelische Bildung Reutlingen, Kreisbildungswerk und Haus der Familie,
Telefon: 07121 9296-11, E-Mail: info.ebr@elkw.de, www.evangelische-bildung-reutlingen.de
(max. 12 Teilnehmer)

Gebühr: 12,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/16,00 Euro regulär

Nachhaltigkeit macht Vereine zukunftsfähig

Bei Nachhaltigkeit geht neben ökologischen Themen (Umweltschutz, Klimaschutz usw.) um noch mehr: So ist ökonomisch-nachhaltiges Wirtschaften des Vorstands wichtig, damit der Verein dauerhaft handlungsfähig bleibt. Zudem zielt soziale Nachhaltigkeit darauf ab, den langfristigen Mitgliederbestand zu sichern. Daneben fördert der Verein mit seiner Arbeit gesellschaftlich relevante Anliegen und gestaltet seine Zukunft durch tragfähige Organisationsstrukturen.

Im Workshop schauen wir gemeinsam die drei Aspekte der Nachhaltigkeit im Hinblick auf das Vereinsleben an und prüfen, in welcher Verbindung sie zueinander stehen. Wichtig ist auch zu überlegen, was wir in unseren Vereinen konkret zur nachhaltigen Entwicklung beitragen können.

Referent: Dirk Werhahn, Entwicklungscoach

Termin: Dienstag, 16.01.2024, 19:00 – 21:00 Uhr

Ort: Online-Veranstaltung (Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.)

Anmeldung: bis 12.01.2024, Stabsstelle Bürgerengagement, Telefon: 07121 303-5771,
E-Mail: stabsstelle.buergerengagement@reutlingen.de

Gebühr: gebührenfrei

Aktiv im Ehrenamt: Die Leselern-Paten

Leselern-Paten üben spielerisch einmal wöchentlich mit einem Grundschulkind in dessen Schule Lesen und das Leseverständnis. Ohne Druck, mit viel Geduld und Humor geben die Paten eine Schulstunde lang in einer entspannten und freundlichen Lernatmosphäre dem Kind ungeteilte Aufmerksamkeit. Ziel ist es, eine entspannte Lernatmosphäre zu gestalten und somit dem Patenkind Freude am Lesen zu vermitteln.

Der Verein führt neue Leselern-Paten mit Einführungskursen und einem Handbuch an die Aufgabe heran. Regelmäßige Treffen an der Schule und mit anderen Paten sorgen für Austausch und Begegnung. Schenken auch Sie einem Kind Zeit und Motivation zum Lesenlernen!

Referent: Stephan Kurz, 1. Vorsitzender von MENTOR – Leselern-Paten Reutlingen e. V.

Termin: Freitag, 19.01.2024, 11:00 Uhr

Ort: Stadtbibliothek Reutlingen, Spendhausstraße 2, Großes Studio

Anmeldung: bis 12.01.2024, Geschäftsstelle MENTOR Leselern-Paten Reutlingen e. V.,
Telefon: 07121 387-8446, E-Mail: kontakt@leselern-paten.org, www.leselern-paten.org

Gebühr: gebührenfrei

Hinweis: Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit der Freiwilligen Agentur Reutlingen und der Stadtbibliothek Reutlingen statt.

Traumatasensible Begleitung von Geflüchteten

In der Begleitung von Geflüchteten werden wir immer wieder mit traumatischen Erlebnissen konfrontiert, die die Menschen im Herkunftsland, auf der Flucht und auch hier in Deutschland hatten. Welche Reaktionen können solche Erlebnisse bei den Betroffenen auslösen? Und wie geht es uns im Kontakt mit den Menschen, die wir versuchen, zu unterstützen? Die Veranstaltung informiert über die Hintergründe von Traumatisierung und über die Basisbedürfnisse einer verletzten Seele. Gemeinsam reflektieren wir, was hilfreich sein kann für unser Gegenüber und für uns selbst in der Konfrontation mit diesen existenziellen Erlebnissen und Reaktionen. Informationen und Austausch werden ergänzt durch Atem- und Körperübungen sowie die Arbeit mit Bildern.

Ein Workshop für Engagierte in der Begleitung von Geflüchteten.

Referentin: Hanna Pick, M. A. Ethnologie, Psychologie, Personzentrierte Beratung, Systemische Beratung, Integrative Trauma-Beratung, Psychologische Beratungsstelle Reutlingen
Termin: Donnerstag, 25.01.2024, 18:30 – 20:30 Uhr
Ort: KEB-Bildungswerk, Schulstraße 28, Reutlingen
Anmeldung: bis 18.01.2024, KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V.,
Telefon: 07121 14484-20, E-Mail: kontakt@keb-rt.de, www.keb-rt.de
Gebühr: gebührenfrei für ehrenamtlich Tätige/3,00 Euro regulär

„Sexualisierte Gewalt an Kindern“ – eine Herausforderung

Wenn im privaten Umfeld, im Ehrenamt, im Vereinsleben oder im beruflichen Kontext das Thema „sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen“ auftaucht, gerät vieles durcheinander. Gefühle wie Unsicherheit, Zweifel, aber auch die Angst, etwas Falsches zu tun, gehören mit zur Thematik. Es ergeben sich Fragen wie: Wo fangen sexuelle Übergriffe an? Was sind Warnsignale und Hinweise? Wie kann ich Erlebtes einordnen? Was ist zu tun, wenn ich etwas erlebt oder beobachtet habe? Wo gibt es Unterstützung und Hilfe?

Ein Workshop für (junge) Erwachsene, Ehrenamtliche in Kirchengemeinden, Verbänden und Vereinen.

Referentin: Petra Lever, Diplom-Sozialpädagogin (FH), Referentin bei Wirbelwind e. V.
Termin: Montag, 29.01.2024, 18:00 – 21:00 Uhr
Ort: KEB-Bildungswerk, Schulstraße 28, Reutlingen
Anmeldung: bis 22.01.2024, KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V.,
Telefon 07121 14484-20, E-Mail: kontakt@keb-rt.de, www.keb-rt.de
Gebühr: 5,00 Euro

Lese-Rechtschreibschwäche – So trainieren Kinder ihre Aufmerksamkeit und Ausdauer

Exekutive Funktionen und die Fähigkeit zur Selbstregulation sind eine wichtige Grundlage für den schulischen Lernerfolg und für eine gesunde sozial-emotionale Entwicklung der Kinder. An diesem Nachmittag erfahren Sie mehr darüber, was Kinder am Lernerfolg behindern kann und wie sie fit fürs Lernen werden. Exekutive Funktionen können in vielfältiger Form spielerisch, kognitiv und körperlich trainiert und gefördert werden. Von einem solchen Training profitieren alle Kinder, besonders Kinder mit Lese- und Rechtschreibproblemen. Sie werden über die Lese- und Schreibentwicklung der Grundschüler informiert und erhalten viele Anregungen, die Sie in Ihrem Ehrenamt einsetzen können.

Ein Kurs für Engagierte, die Kinder beim Lesenlernen unterstützen oder in der Ganztagsbetreuung tätig sind.

Referentin: Claudia Müller-Bader, Grundschullehrerin mit dem Schwerpunkt Deutsch als Zweitsprache und Lese-Rechtschreibförderung, Montessori- und Rhythmus-Pädagogin, Mediatorin, Experte für Interkulturelle Pädagogik
Termin: Freitag, 26.01.2024, 14:00 – 17:00 Uhr
Ort: Haus der Familie, Pestalozzistraße 54, Reutlingen, Raum 2/3, OG
Anmeldung: bis 19.01.2024, Evangelische Bildung Reutlingen, Kreisbildungswerk und Haus der Familie,
Telefon: 07121 9296-11, E-Mail: info.ebr@elkw.de, www.evangelische-bildung-reutlingen.de (max. 18 Teilnehmer)
Gebühr: 20,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/40,00 Euro regulär

„Lebendiges Altern fängt im Kopf an“ – Über die Macht der Altersbilder

Wie ist das mit dem Alter? In unserem Denken herrschen nicht selten traditionelle Altersbilder vor und beeinflussen unser Handeln – auch im Ehrenamt. „Die Alten“ aber gibt es längst nicht mehr. Ältere Menschen haben vielfältige Lebensentwürfe, Interessen und Bedürfnisse. Es gilt, eine neue Kultur des Umgangs mit dem Alter zu entwickeln.

Dieses Seminar will ermutigen, eingefahrene Gleise zu verlassen – und das ohne rosarote Brille.

Referentinnen: Ute Weiß und Rita Barac, Abteilung für Ältere der Stadt Reutlingen
Termin: Dienstag, 30.01.2024, 14:00 – 17:00 Uhr
Ort: Altes Rathaus, Rathausstraße 6, Reutlingen (Eingang auf der Rückseite des Gebäudes)
Anmeldung: Stadt Reutlingen, Abteilung für Ältere,
Telefon: 07121 303-2300, E-Mail: abteilung.aeltere@reutlingen.de
Gebühr: gebührenfrei

Alltagsintegrierte Sprachbildung in der Grundschule

Wilhelm von Humboldt: „Sprache ist der Schlüssel zur Welt.“ – Jeder von uns erfährt täglich, wie wichtig Sprache und Kommunikation sind. Sie sind Schlüsselqualifikationen und ermöglichen es uns, bereits im Kindesalter am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben. Für das Lesen und Schreiben lernen ist eine gesunde sprachliche Entwicklung wesentliche Voraussetzung. Sprachbildung bedeutet also auch Chancengleichheit. Somit ist es bedeutend, wie Sie als Mitarbeiter in der Schulkindbetreuung Sprache nutzen, deuten und fördern. Sie nehmen eine bedeutende Rolle als Sprachvorbild ein. Umso wichtiger ist es, das eigene Sprachverhalten zu hinterfragen und damit positiv auf die Sprachbildung von Kindern einzuwirken. Wir werden uns im Kurs mit folgenden Themen auseinandersetzen:

- Sprachförderstrategien kennenlernen
- Das eigene Sprachverhalten reflektieren
- Praktische Übungen und Sprachspiele für Schulkinder kennenlernen

Ein Kurs für ehrenamtliche Mitarbeiter in der Schulkind-Betreuung.

Referentin: Denise Scherer, Lehrerin in der Ausbildung für pädagogische Fachkräfte, systemische Beraterin, Trainerin für Biografiearbeit
 Termin: Donnerstag, 01.02.2024, 16:00 – 19:00 Uhr
 Ort: Haus der Familie, Pestalozzistraße 54, Reutlingen
 Anmeldung: bis 25.01.2024, Evangelische Bildung Reutlingen, Kreisbildungswerk und Haus der Familie, Telefon: 07121 9296-11, E-Mail: info.ebr@elkw.de, www.evang-bildung-reutlingen.de (max. 10 Teilnehmer)
 Gebühr: 10,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/20,00 Euro regulär

PUR – Präsentation und Rhetorik

Es verschlägt Ihnen die Stimme oder Sie kriegen weiche Knie, wenn Sie vor anderen reden oder präsentieren? Sie wünschen sich mehr Souveränität, Sicherheit und Selbstvertrauen? Dann lassen Sie uns gemeinsam entdecken, wie Sie Ihre Stimme entfalten und Haltung und Sicherheit finden können, Aufmerksamkeit gewinnen, gut ankommen und gehört werden.

Referentin: Sylke Pfau, Vocal Coach
 Termin: Samstag, 03.02.2024, 14:00 – 18:00 Uhr
 Ort: Haus der Familie, Pestalozzistraße 54, Reutlingen, Raum 2/3, OG
 Anmeldung: bis 26.01.2024, Evangelische Bildung Reutlingen, Kreisbildungswerk und Haus der Familie, Telefon: 07121 9296-11, E-Mail: info.ebr@elkw.de, www.evang-bildung-reutlingen.de (max. 20 Teilnehmer)
 Gebühr: 26,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/55,00 Euro regulär

KI für den Alltag – Was sind Chatbots?

ChatGPT ist der bekannteste Chatbot. Was leistet so eine Software? Welche Risiken treten auf? Was kostet das Ganze? Welche Plattformen gibt es sonst noch? Wir werden uns die Funktionen und Möglichkeiten anschauen und ausprobieren.

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Vhs-Kursnummer 237A133039

Referent: Winfried Riedinger
 Termin: Dienstag, 06.02.2024, 18:15 – 19:45 Uhr
 Ort: Haus der Volkshochschule, Spendhausstraße 6, Raum 212
 Anmeldung: bis 09.02.2024, Volkshochschule Reutlingen, Telefon: 07121 336-160, E-Mail: ekoch@vhsrt.de, www.vhsrt.de (mind. 6 Teilnehmer)
 Gebühr: 6,20 Euro für ehrenamtlich Tätige/12,40 Euro regulär

Depressionen – Ursachen und Hilfen

Depressionen sind weit verbreitet, und die Anzahl der an Depressionen erkrankten Menschen steigt. Ein daran erkrankter Mensch spricht über Ursachen und Hilfen. Depressionen sind heilbar.

Vhs-Kursnummer 237A160011

Referent: Nikolaus Mantel
 Termine: Mittwoch, 07.02.2024, 18:30 – 20:30 Uhr
 Ort: Haus der Volkshochschule, Spendhausstraße 6, Raum 115
 Anmeldung: bis 31.01.2024, Volkshochschule Reutlingen, Telefon: 07121 336-160, E-Mail: ekoch@vhsrt.de, www.vhsrt.de (mind. 6 Teilnehmer)
 Gebühr: 7,50 Euro für ehrenamtlich Tätige/15,00 Euro regulär

Vorlesen im Kindergarten – ein Ehrenamt für mich?

Wer Lust hat, ehrenamtlich vorzulesen, aber glaubt, das könne er nicht, ist in dieser Veranstaltung richtig. Im Projekt Leselust wird viel experimentiert. Seit vielen Jahren lesen die Vorleser in Kindertageseinrichtungen und anderen Kontexten vor, tauschen sich aus und bilden sich weiter. Bei diesem Treffen stellen sich die Vorleser vor und geben Einblicke in die Kunst des Vorlesens für Kinder. Es liegen Bilderbücher bereit, gerne dürfen aber auch eigene Lesestücke mitgebracht werden.

Für Menschen, die gerne vorlesen und sich im Projekt Leselust engagieren wollen.

Referenten: Projekt Leselust der Abteilung für Ältere der Stadt Reutlingen
 Termin: Montag, 19.02.2024, 14:00 – 16:00 Uhr
 Ort: Altes Rathaus, Rathausstraße 6, Reutlingen
 (Eingang auf der Rückseite des Gebäudes)
 Anmeldung: Stadt Reutlingen, Abteilung für Ältere,
 Telefon: 07121 303-2300, E-Mail: abteilung.aeltere@reutlingen.de
 Gebühr: gebührenfrei

Schaukasten als Hingucker gestalten – Ein Kreativ-Workshop

Schaukästen fristen manchmal ein trauriges Dasein, sie könnten aber auch unsere „Show“ sein: Menschen im Alltag innehalten lassen, einen Impuls setzen oder zu Veranstaltungen einladen. Jeder läuft an ihnen vorbei, und sie sind eine wunderbare Gelegenheit, hineinzuschauen – in die Gemeinde, in den Verein, in die Vor-Ort-Angebote.

Doch wie gestalte ich den Schaukasten ansprechend? Und woher nehme ich gute Ideen? Wir möchten Ihnen Lust auf diese Gestaltungsaufgabe machen und laden Sie zu einem kreativen Austausch, praktischem Ausprobieren und gemeinsamem Teilen von Ideen ein.

Referentin: Petra Nerz, Geistliche Begleiterin und Schaukastengestalterin
 Termin: Mittwoch, 06.03.2024, 14:00 – 18:00 Uhr
 Ort: Eugen-Bolz-Platz 1, 72108 Rottenburg am Neckar
 Anmeldung: bis 25.02.2024, KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V.,
 Telefon: 07121 14484-20, E-Mail: kontakt@keb-rt.de, www.keb-rt.de
 Gebühr: 14,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/28,00 Euro regulär
 Hinweis: In Kooperation mit der Fachstelle Medien der Diözese Rottenburg-Stuttgart

Digitale Tools für Blinde und sehbeeinträchtigte Menschen

In diesem Vortrag erfahren Sie, wie sehbehinderten Menschen der Alltag mit innovativen Tools erleichtert werden kann. Entdecken Sie digitale Tools, die sehbehinderten Menschen eine barrierefreie Teilhabe am Leben ermöglichen:

- Mit Sprachsteuerung und Screen-Reader-Technologie können Geräte und Anwendungen intuitiv bedient werden.
- Bildbeschreibungssoftware eröffnen den Zugang zur visuellen Welt.
- Spezialisierte Apps unterstützen bei der Navigation und Orientierung.
- Barrierefreier Zugang zu Websites, E-Books und Videos werden durch Text-to-Speech-Technologie gewährleistet.
- Soziale Interaktion wird durch Kommunikations-Apps erleichtert.

Somit steigern verschiedene Tools die Unabhängigkeit und verbessern die Lebensqualität sehbehinderter Menschen. Erfahren Sie von den vielfältigen Möglichkeiten der digitalen Tools!

Für alle Interessierten, insbesondere für Ehrenamtliche im Netzwerk „EngagieRT – digital für Ältere“.

Vhs-Kursnummer 237A160002

Referentin: Simone Degler-Wahl, Mitglied der Inklusions-Konferenz Reutlingen
 Termin: Donnerstag, 22.02.2024, 16:30 – 18:00 Uhr
 Ort: Haus der Volkshochschule, Spendhausstraße 6, Raum E07
 Anmeldung: bis 15.02.2024, Volkshochschule Reutlingen,
 Telefon: 07121 336-160, E-Mail: ekoch@vhsrt.de, www.vhsrt.de
 (mind. 6 Teilnehmer)
 Gebühr: 7,50 Euro für ehrenamtlich Tätige/15,00 Euro regulär

Nein sagen lernen – Tipps für mehr Leichtigkeit im Ehrenamt

Zu tun gibt es viel – doch wofür will ich meine Zeit investieren und wann sage ich „Nein“? Insbesondere im Ehrenamt ist es oftmals schwer, Grenzen zu setzen: Vieles macht Freude und „irgendwer muss es ja machen“... Aber dann ist es doch zu viel und die Aufgaben wachsen einem über den Kopf. Damit das nicht passiert, gibt es Tipps für mehr Leichtigkeit im Ehrenamt.

Der erste Teil des Workshops lädt zur Reflexion mit Hilfe von Impulsen ein: Was motiviert mich? Was brauche ich, damit meine Motivation im Ehrenamt erhalten bleibt? Was stärkt mich und gibt mir Kraft? Sind die inhaltlichen Prioritäten für jeden im Ehrenamt klar, braucht es auch den nächsten Schritt: Mit vollem Herzen „Ja“ – oder was meist schwieriger ist – auch mal „Nein“ bei der Aufgabenverteilung zu sagen. Im zweiten Teil lernen Sie an praktischen Übungen, wie Sie bestimmt und freundlich „Nein“ sagen.

Referentin: Aster Yeman, Sozialpädagogin
 Termin: Mittwoch, 06.03.2024, 18:00 – 20:00 Uhr
 Ort: Online-Veranstaltung (Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.)
 Anmeldung: bis 29.02.2024, Evangelische Bildung Reutlingen, Kreisbildungswerk und Haus der Familie,
 Telefon: 07121 9296-11, E-Mail: info.ebr@elkw.de, www.evangelische-bildung-reutlingen.de
 (max. 15 Teilnehmer)
 Gebühr: 12,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/24,00 Euro regulär

Damit die Liebe bleibt – So kann Unterstützung und Pflege gelingen

Die Unterstützung und Pflege des Partners/der Partnerin oder der Eltern/Schwiegereltern gehören zu einer der größten Herausforderungen im menschlichen Leben. Ungelöste Konflikte aus früheren Lebensphasen oder auch dementielle Beeinträchtigungen führen häufig zu gegenseitiger Überforderung und zu Schuldgefühlen. Vor allem dann, wenn keine Hilfe von außen dazu kommt.

Wie können wir diese Zeit so gestalten, dass sie für alle Beteiligten zu einem guten Lebensabschnitt wird, in der „die Liebe bleibt“?

Referentin: Ulla Reyle, Gerontologin, Supervisorin (WIT Universität Tübingen), Geistliche Begleiterin
 Termin: Donnerstag, 07.03.2024, 18:00 – 21:00 Uhr
 Ort: Haus der Familie, Pestalozzistraße 54, Reutlingen, Raum 2/3, OG
 Anmeldung: bis 01.03.2024, Evangelische Bildung Reutlingen, Kreisbildungswerk und Haus der Familie, Telefon: 07121 9296-11, E-Mail: info.ebr@elkw.de, www.evangelische-bildung-reutlingen.de (min. 10, max. 25 Teilnehmer)
 Gebühr: 12,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/18,00 Euro regulär

Nachbarschaftshilfe – Formen und Voraussetzungen

Nachbarschaftshilfe – das Schlagwort in Politik, Kommunen und Gesellschaft, wenn es um unser soziales Miteinander heute und in Zukunft geht. Nur eine Vision? In dieser Veranstaltung wirft Johanna Zieger, die im Studiengang Soziale Arbeit am Campus Reutlingen der Evangelischen Hochschule Ludwigsburg u.a. als Dozentin für Soziale Gerontologie und Sozialraum- und Gemeinwesenarbeit tätig ist und in verschiedenen Quartiersprojekten in Reutlingen mitwirkt, einen Blick auf Formen und Beispiele unterschiedlicher Nachbarschaftshilfen. Dabei werden auch Bedingungen beleuchtet, die zu einem Gelingen von Nachbarschaftshilfe beitragen. Anschließend gibt es die Gelegenheit für Austausch und Diskussion.

Der Vortrag richtet sich insbesondere an die Bewohner des Stadtteils Hohbuch, die sich im Rahmen des Projekts „Wir fürs Quartier“ (gefördert im Programm „Quartiersimpulse“ der Allianz für Beteiligung) engagieren möchten. Aber auch Interessierte aus anderen Reutlinger Stadtteilen und Bezirks-gemeinden sind herzlich eingeladen.

Referentin: Johanna Zieger, Diplom-Sozialarbeiterin, Diplom-PsychoGerontologin, freiberufliche Lehrbeauftragte und Referentin
 Termin: Dienstag, 12.03.2024, 18:00 – 19:30 Uhr
 Ort: Hohbuch-Schule, Theodor-Heuss-Straße 10, Reutlingen
 Anmeldung: nicht erforderlich
 Gebühr: gebührenfrei

Aktiv im Ehrenamt: Die Citykirche

Die Citykirche ist ein bunter Ort, der die Menschenfreundlichkeit Gottes lebt. Ökumenisch getragen und offen für jede Person, die zu einem Gespräch, zum Innehalten, zum Beten, zum Kaffee trinken oder auch zu einer Veranstaltung kommt. Viele Bereiche werden von Ehrenamtlichen getragen und gestaltet: Ob in der Gestaltung des gotischen Chorraums der Nikolaikirche, ob als Servicekraft im Café Nikolai, als Unterstützung bei der Aktion Sternenfunkeln, als Begleitung eines offenen Treffs für Alleinerziehende oder als Mitarbeitende im Gesprächsangebot – neue Mitarbeitende sind immer herzlich willkommen. Begleitet werden die Engagierten vom ökumenischen Leitungsteam, Pfarrer Stefan Schwarzer und Pastoralreferentin Malin Hagel.

Referenten: Pastoralreferentin Malin Hagel und Pfarrer Stefan Schwarzer
 Termin: Freitag, 15.03.2024, 15:00 Uhr
 Ort: Citykirche, Nikolaiplatz 1, Reutlingen
 Anmeldung: nicht erforderlich
 Gebühr: gebührenfrei
 Hinweis: Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit der Freiwilligen Agentur Reutlingen statt.

Herausfordernde Situationen gemeinsam lösen mit der Methode der Kollegialen Beratung

„Ein Problem ist halb gelöst, wenn es klar formuliert ist“ (J. Dewey). In der Grundschulbetreuung wird man als (ehrenamtlicher) Mitarbeiter oftmals mit schwierigen Situationen konfrontiert, die man nicht immer allein bewältigen kann. Wie kann ich Stress reduzieren? Wie kann ich mit immer wiederkehrenden aufreibenden Situationen umgehen? Hier setzt die Kollegiale Beratung an, sie bietet eine lebendige Möglichkeit, konkrete Praxisthemen des Berufsalltags in einer Gruppe zu reflektieren und gemeinsam Lösungen zu entwickeln. Der Kurs bietet die Möglichkeit, verschiedene Formen der kollegialen Beratung kennenzulernen und dabei gleichzeitig eigene Themen und Anliegen zu bearbeiten.

Ein Kurs für Ehrenamtliche in der Schulkind-Betreuung.

Referentin: Denise Scherer, Lehrerin in der Ausbildung für pädagogische Fachkräfte, systemische Beraterin, Trainerin für Biografiearbeit
 Termin: Freitag, 15.03.2024, 15:00 – 19:00 Uhr
 Ort: Haus der Familie, Pestalozzistraße 54, Reutlingen
 Anmeldung: bis 08.03.2024, Evangelische Bildung Reutlingen, Kreisbildungswerk und Haus der Familie, Telefon: 07121 9296-11, E-Mail: info.ebr@elkw.de, www.evangelische-bildung-reutlingen.de (max. 8 Teilnehmer)
 Gebühr: 15,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/30,00 Euro regulär

Konfliktmanagement im Ehrenamt

Wer eine ehrenamtliche Tätigkeit ausübt, hat einen besonderen Antrieb, aber auch ein besonderes Bedürfnis, hilfreich tätig zu sein. Ziel der Veranstaltung ist es, das eigene Bedürfnis richtig einzuordnen und auf respektvolle Weise zu schützen. Sie werden lernen, Konflikte analytisch und zugleich emotional einzuordnen. Denn meistens kommt eines von beiden zu kurz.

Referent: Georg Katsoulis, Mediator
 Termin: Freitag, 15.03.2023, 18:00 – 21:00 Uhr
 Ort: KEB-Bildungswerk, Schulstraße 28, Reutlingen
 Anmeldung: bis 12.10.2023, KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V.,
 Telefon: 07121 14484-20, E-Mail: kontakt@keb-rt.de, www.keb-rt.de
 Gebühr: 14,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/28,00 Euro regulär

Kopf zerbrechen oder dem Bauchgefühl folgen? – Gute Entscheidungen treffen

In diesem Workshop lernen Sie verschiedene Methoden zur Entscheidungsfindung kennen: Kosten-Nutzen-Analyse, IKIGAI, Sechs-Hüte-Methode, Disney-Methode, lösungsorientierte Fragen und körperorientierte Methoden nach dem Motto „Dein Bauch ist klüger als Du“, um Ihren „Entscheidungsmuskel“ zu trainieren für eine zufriedene Lebensgestaltung in Ehrenamt, Beruf und auch privat.

Referentin: Andrea Simma, M. A., systemische Coach (DGSF)
 Termin: Mittwoch, 20.03.2024, 19:30 – 21:00 Uhr
 Ort: Online-Veranstaltung (Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.)
 Anmeldung: bis 13.03.2024, KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V.,
 Telefon: 07121 14484-20, E-Mail: kontakt@keb-rt.de, www.keb-rt.de
 Gebühr: 7,00 Euro für ehrenamtliche Tätige/14,00 Euro regulär

Vorlesen heißt mit Worten zaubern

Lernen Sie Ihre Stimme kennen. Spüren Sie die Zusammenhänge zwischen Körper, Atem und Stimme. Erfahren Sie, wie Ihnen Ihre Stimme als zuverlässiges und vielseitiges Instrument zur Verfügung steht. Das Seminar beinhaltet Stimmtechniken und Atemtechniken, um ein entspanntes Vorlesen zu ermöglichen und den Lerneffekt bei den Kindern vielseitig zu vergrößern. Durch bewusste Stimmführung werden Geschichten noch lebendiger und spannender.

Für Menschen, die gerne vorlesen und sich im Projekt Leselust engagieren wollen.

Referentin: Ulrike Semmelrock, Coach/Beraterin für Kommunikationstechnik
 Termine: Montag, 18.03.2024, 14:30 – 17:00 Uhr
 Montag, 25.03.2024, 14:30 – 17:00 Uhr
 Die Termine können nicht einzeln gebucht werden!
 Ort: Altes Rathaus, Rathausstraße 6, Reutlingen
 (Eingang auf der Rückseite des Gebäudes)
 Anmeldung: Stadt Reutlingen, Abteilung für Ältere,
 Telefon: 07121 303-2300, E-Mail: abteilung.aeltere@reutlingen.de
 Gebühr: gebührenfrei

Übersetzen mit meinem Android-Smartphone

Ob im Urlaub oder zu Hause – manchmal trifft man auf Sprachbarrieren. Dafür gibt es Übersetzungsapps. Übersetzen Sie Gespräche, Speisekarten und Straßenschilder. Wir werden uns die Funktionen anhand der Apps von Microsoft und Google anschauen.

Der Kurs richtet sich an Engagierte, die im Austausch mit anderssprachigen Menschen stehen und eine Übersetzungshilfe benötigen.

Vhs-Kursnummer 237A160102

Referent: Winfried Riedinger
 Termin: Donnerstag, 21.03.2024, 18:15 – 21:30 Uhr
 Ort: Haus der Volkshochschule, Spendhausstraße 6, Raum 212
 Anmeldung: bis 14.03.2024, Volkshochschule Reutlingen,
 Telefon: 07121 336-160, E-Mail: ekoch@vhsrt.de, www.vhsrt.de
 (mind. 6 Teilnehmer)
 Gebühr: 19,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/38,00 Euro regulär

Obstbäume richtig schneiden und pflegen

Will man gutes Obst haben und gesunde Bäume, ist ein regelmäßiger und fachkundiger Baumschnitt nötig. Neben einer kleinen Gehölzkunde steht die Pflege von jungen Obstbäumen im Mittelpunkt dieses Kurses. An praktischen Beispielen wird der Schnitt an verschiedenen Obstbäumen demonstriert. Es wird kein Material oder Werkzeug benötigt.

Ein Fortbildungsangebot für Paten im Programm „Ein Stück Reutlingen“ und alle, die es werden wollen. Insbesondere richtet sich der Kurs an die Bewohner im Hohbuch, die sich im Projekt „Wir fürs Quartier“ engagieren möchten und Interesse an einer Obstbaum-Patenschaft haben.

Referent: Alfons Reiske, Fachwart für Baumpflege
 Termin: Freitag, 22.03.2024, 14:00 – 16:00 Uhr
 Ort: Streuobstwiese im Hohbuch, zwischen Hohbuchschule und BodelschwinghSchule, Elsa-Brändström-Straße
 Anmeldung: bis 20.03.2024, Stabsstelle Bürgerengagement, Telefon: 07121 303-5771, E-Mail: stabsstelle.buengerengagement@reutlingen.de
 Gebühr: gebührenfrei

babySignal – Mit den Händen sprechen

Gebärden unterstützen das kindliche Bedürfnis, sich mitzuteilen und können helfen, in die gesprochene Sprache hineinzuwachsen. Wir betrachten Gebärden als wertvolles Hilfsmittel für alle pädagogisch arbeitenden Menschen. In zwei abwechslungsreichen Stunden wird Ihnen ein erster Einstieg in die Arbeit mit Gebärden für Babys und Kleinkinder geboten. Alle Gebärden entstammen der Deutschen Gebärdensprache und können mit ein- und mehrsprachigen Kindern im Alltag für eine frühe gute Verständigung genutzt werden. Nach dem Workshop können Sie mit ersten wichtigen Gebärden direkt starten.

Die Vorteile von Gebärden für Babys und Kinder:

- Leichteres Verstehen von Wünschen, Gedanken und Bedürfnissen
- Vereinfachung der Kommunikation, schon bevor Kinder sprechen können
- babySignal bringt Spaß und erweitert die kindlichen, sprachlichen Ausdrucksmöglichkeiten

Für Ehrenamtliche, die mit Babys und Kleinkindern Kontakt haben und nonverbal kommunizieren möchten.

Referentin: Jana Reize, Logopädin B. Sc., lizenzierte babySignal Kurs- und Seminarleiterin
 Termin: Freitag, 12.04.2024, 17:00 – 19:00 Uhr
 Ort: Online-Veranstaltung (Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.)
 Anmeldung: bis 08.04.2024, Evangelische Bildung Reutlingen, Kreisbildungswerk und Haus der Familie, Telefon: 07121 9296-11, E-Mail: info.ebr@elkw.de, www.evangelische-bildung-reutlingen.de (max. 8 Teilnehmer)
 Gebühr: 10,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/20,00 Euro regulär

Lachen ist gesund – Humor als Türöffner in Pädagogik, Kommunikation, Beruf und Ehrenamt

Den eigenen Clown und Humor entdecken! Freude steckt an und Lachen ist gesund... In den letzten Jahren wird zunehmend die Bedeutung des Humors im zwischenmenschlichen Bereich entdeckt. Durch Klinikclowns wird mit großem Erfolg versucht, Kindern, Erwachsenen, alten, kranken und dementen Menschen Gelassenheit und Freude zu bringen.

Humor ist dabei weniger eine Technik, als vielmehr eine Haltung und eine Art „Weltanschauung“. Neben theoretischen Überlegungen zum Humor aus der Neurobiologie und den Kommunikationswissenschaften lernen wir, uns in verblüffenden Übungen auf Kinder und Erwachsene und Situationen einzustellen und eine offene und menschliche Haltung einzuüben. Die neuen Erkenntnisse der Hirnforschung und der Spiegelneuronen helfen uns zu begreifen, warum unsere Arbeit uns mehr Freude macht, wenn wir den Humor pflegen.

Referent: Ludger Hoffkamp, Kath. Seelsorger, Gestaltberater, Gestalttrainer, Clown, Humortrainer der Stiftung „Humor hilft heilen“
 Termin: Freitag, 22.03.2024, 17:00 – 21:00 Uhr
 Ort: Augustin-Bea-Haus, St.-Wolfgang-Straße 12, Reutlingen
 Anmeldung: bis 15.03.2024, KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V., Telefon: 07121 14484-20, E-Mail: kontakt@keb-rt.de, www.keb-rt.de
 Gebühr: 40,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/80,00 Euro regulär

Aktiv im Ehrenamt: Die Lebenshilfe Reutlingen

Die Bereiche BAFF und FEDER gehören zu den Offenen Hilfen und werden gemeinsam von der Lebenshilfe Reutlingen e.V. und der BruderhausDiakonie getragen. In allen Bereichen der Offenen Hilfen sind Menschen ehrenamtlich aktiv. Ohne sie wäre das breite Angebot bei den Offenen Hilfen nicht vorstellbar. Die Lebenshilfe Reutlingen e. V. freut sich daher jederzeit über Zuwachs.

Die ehrenamtlichen Mitarbeiter bringen sich bei Kursen und Aktionen ein, übernehmen Betreuungsleistungen, begleiten Freizeiten und helfen bei Veranstaltungen. Wie oft und an welcher Stelle sie sich einbringen wollen, entscheiden die Ehrenamtlichen selbst. Viele sind lange Jahre dabei – aus Überzeugung, aus persönlicher Verbundenheit und nicht zuletzt, weil's offensichtlich Spaß macht!

Referentin: Nathalie Zorn, Lebenshilfe e.V. Reutlingen
 Termin: Freitag, 19.04.2024, 15:00 Uhr
 Ort: Citykirche, Nikolaiplatz 1, Reutlingen
 Anmeldung: nicht erforderlich
 Gebühr: gebührenfrei
 Hinweis: Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit der Freiwilligen Agentur Reutlingen statt.

Leben nach dem Job – Lust auf Zukunft

Nach der Berufstätigkeit beginnt für viele Menschen ein neues sogenanntes „drittes Leben“, das mehrere Jahrzehnte dauern kann. Es ist zumeist mit einem einschneidenden Umbruch verbunden: Tägliche Kontakte mit Arbeitskollegen gehen verloren, Anerkennungs- und Bestätigungsmöglichkeiten durch die Erwerbsarbeit entfallen, der soziale Status und der oft über Jahrzehnte gewohnte Tages- und Jahresablauf verändern sich, das Gefühl des „Nicht-Mehr-Gebrauchtwerdens“ kann sich einstellen.

Ruheständler sind – abgesehen von den Ereignissen, die sie nicht steuern können – dafür verantwortlich, wie es ihnen in den Jahren, die sie noch vor sich haben, gehen wird. Sie haben die Möglichkeit, die Weichen entsprechend zu stellen. An zwei Abenden möchten wir darüber ins Gespräch kommen und Ihnen Anregungen und Informationen geben.

Referenten: Jutta Kraak M. A. und Karl Zahradnik, Diplom-Sozialpädagoge (FH)
 Termin: Freitag, 19.04.2024, 18:30 – 22:00 Uhr
 Donnerstag, 25.04.2024, 18:30 – 22:00 Uhr
 Ort: KEB-Bildungswerk, Schulstraße 28, Reutlingen
 Anmeldung: bis 11.04.2024, KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V.,
 Telefon: 07121 14484-20, E-Mail: kontakt@keb-rt.de, www.keb-rt.de
 Gebühr: 20,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/40,00 Euro regulär

Mit einer Patientenverfügung vorsorgen

Wie bestimme ich durch eine Patientenverfügung, was medizinisch unternommen werden soll, wenn ich nicht mehr selbst entscheiden kann? Wie können dann meine Wünsche und Verfügungen umgesetzt werden? Welche Unterlagen unterstützen die Festlegung meiner Wünsche für die letzte Lebenszeit?

Rund um diese Fragen bieten Engagierte des AK Vorsorge ausführliche Informationen auf der Grundlage der Reutlinger Vorsorgemappe.

Referent: Arbeitskreis Vorsorge Reutlingen
 Termin: Dienstag, 23.04.2024, 15:00 – 17:00 Uhr
 Ort: Altes Rathaus, Rathausstraße 6, Reutlingen
 (Eingang auf der Rückseite des Gebäudes)
 Anmeldung: Stadt Reutlingen, Abteilung für Ältere,
 Telefon: 07121 303-2300, E-Mail: abteilung.aeltere@reutlingen.de
 Gebühr: gebührenfrei

Stress abbauen und Spannungen lösen – TRE® Tension & Trauma Releasing Exercises nach Dr. David Berceci

In unserem Alltag sind wir Herausforderungen ausgesetzt, welche Belastungs- und Stresssymptome zur Folge haben können. TRE® – Tension & Trauma Releasing Exercises steht für spannungs- und traumalösende Körperübungen und kann diesen entgegenwirken.

Die TRE®-Methode ist leicht zu erlernen und ermöglicht Ihnen damit effektiv die Hilfe zur Selbsthilfe. Die Abfolge von sieben Übungen ruft ein unwillkürliches neurogenes Zittern hervor und aktiviert die dem Körper innewohnende Fähigkeit, muskuläre Verspannungen zu lösen. Dies kann Folgeerscheinungen von Stress (z. B. Rücken- und Kopfschmerzen, nächtliches Zähneknirschen, Schlafstörungen) lindern.

Referentin: Manuela Lieb, Diplom-Pädagogin, System. Therapeutin und Supervisorin (SG),
 TRE®-Providerin
 Termin: Montag, 22.04.2024, 18:00 – 19:30 Uhr
 Ort: Augustin-Bea-Haus, St.-Wolfgang-Straße 12, Reutlingen, Meditationsraum
 Anmeldung: bis 15.04.2024, KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V.,
 Telefon: 07121 14484-20, E-Mail: kontakt@keb-rt.de, www.keb-rt.de
 Gebühr: 6,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/12,00 Euro regulär

Deeskalation und Selbstschutz

In diesem Seminar möchten wir Ihnen Handlungsoptionen zum Thema „Deeskalation und Umgang mit Aggressionen“ näherbringen. Wann überhaupt besteht die Möglichkeit, noch zu intervenieren und wann ist es besser, sich selbst aus der Situation zu bringen? Wie verläuft Aggression in den jeweiligen Gewaltformen und welche Möglichkeiten bietet hier die Kommunikation? Die Kommunikation selbst, ihre Ebenen und Formen sind ebenso Inhalte dieser Fortbildung wie der Selbstschutz in einer Worstcase-Situation.

Referenten: Fachkräfte für Gewaltprävention des Projekts „N.E.I.N.“
 Termin: Samstag, 27.04.2023, 9:30 – 13:00 Uhr
 Ort: Haus der Familie, Pestalozzistraße 54, Reutlingen, Raum 2/3 OG
 Anmeldung: bis 19.04.2024, Evangelische Bildung Reutlingen, Kreisbildungswerk und Haus der Familie,
 Telefon: 07121 9296-11, E-Mail: info.ebr@elkw.de, www.evangelische-bildung-reutlingen.de
 (min. 10, max. 20 Teilnehmer)
 Gebühr: gebührenfrei für ehrenamtlich Tätige

Fundraising – Wie finde ich Unterstützer für meine Projekte?

Nach einem kurzen Überblick über die allgemeinen Fundraisingwerkzeuge und den Spendermarkt in Deutschland gehen wir gemeinsam darauf ein, wie die Teilnehmer das Fundraising in ihrem Verein, ihrer gemeinnützigen Organisation oder Kirchengemeinde ausbauen und stärken können. Was erwarten Spender von uns? Wie kommuniziere ich mit ihnen? Außerdem soll genug Zeit für Fragen sein.

Referent: Achim Großmann, Fundraising-Referent Evangelische Gesamtkirchengemeinde Reutlingen
 Termin: Samstag, 25.05.2024, 09:00 – 13:00 Uhr
 Ort: Haus der Familie, Pestalozzistraße 54, Reutlingen, Raum 2/3, OG
 Anmeldung: bis 18.05.2024, Evangelische Bildung Reutlingen, Kreisbildungswerk und Haus der Familie, Telefon: 07121 9296-11, E-Mail: info.ebr@elkw.de, www.evangelische-bildung-reutlingen.de (max. 20 Teilnehmer)
 Gebühr: 10,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/20,00 Euro regulär

Ursachen und Folgen psychischer Traumatisierung im Kontext von Flucht

Die Veranstaltung richtet sich an ehrenamtlich Engagierte in der Begleitung von Geflüchteten und informiert über die Ursachen und Folgen psychischer Traumatisierung. Besonderes Augenmerk wird hierbei auf mögliche Traumafolgestörungen und Reaktionen auf potenziell traumatische Ereignisse gelegt. Darüber hinaus sollen hilfreiche Haltungen in herausfordernden Situationen mit Betroffenen anhand von Fallbeispielen gemeinsam erarbeitet werden.

Referentin: Mitarbeiterin von Refugio Stuttgart e.V., Psychosoziales Zentrum für traumatisierte Flüchtlinge
 Termin: Mittwoch, 05.06.2024, 18:00 – 20:00 Uhr
 Ort: Begegnungs- und Integrationszentrum, Ringelbachstraße 195/41, Reutlingen
 Anmeldung: bis 03.06.2024, Stabsstelle Bürgerengagement, Telefon: 07121 303-5771 E-Mail: stabsstelle.buengerengagement@reutlingen.de
 Gebühr: gebührenfrei

Klatschspiele und Klatschtänze für Kinder und Erwachsene

Die Kombination von Sprechen und Bewegen ist wichtig für unser Gehirn und gut geeignet, um unser Gedächtnis anzuregen. Klatschspiele und Klatschtänze machen aber vor allem Spaß: ob allein, zu zweit oder in der Gruppe. Zu verschiedenen Rhythmen wollen wir gemeinsam Wortspiele durchführen, Verse ausdenken und als Klatschorchester musizieren. Dabei werden wir auch das eine oder andere „alte“ Kinderspiel neu entdecken. Zum Abschluss werden wir gemeinsam zur Musik einen afrikanischen Klatschtanz tanzen, wobei Spaß und das Erlebnis von Gemeinschaft im Vordergrund stehen.

Der Kurs vermittelt auf eine einfache Art die Möglichkeit, mit Kindern und Menschen mit und ohne Einschränkungen rhythmische Spiele und Bewegungen durchzuführen. Es werden keine Vorkenntnisse benötigt.

Für Kurs für Engagierte, die mit Kindern oder (älteren) Erwachsenen arbeiten.

Referentin: Patricia Faust, Erzieherin, Sozialpädagogin (FH) und Diplom-Pädagogin
 Termin: Freitag, 21.06.2024, 17:00 – 18:30 Uhr
 Ort: Haus der Familie, Pestalozzistraße 54, Reutlingen, Raum 2/3, OG
 Anmeldung: bis 14.06.2024, Evangelische Bildung Reutlingen, Kreisbildungswerk und Haus der Familie, Telefon: 07121 9296-11, E-Mail: info.ebr@elkw.de, www.evangelische-bildung-reutlingen.de (max. 12 Teilnehmer)
 Gebühr: 6,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/12,00 Euro regulär

Eine eigene Spielgruppe gründen

Spielgruppen bieten Kindern erste Kontakte mit Gleichaltrigen und ermöglichen eine behutsame Ablösung vom Elternhaus sowie die Eingewöhnung in eine kleine Gruppe. Oft schließen sich Mütter und Väter zusammen und sind für die Gruppe und deren Arbeit selbst verantwortlich. Das persönliche Engagement der Eltern steht bei diesen privaten Spielgruppen im Vordergrund.

In diesem Seminar erfahren Sie mehr über die Grundlagen zur Einrichtung einer Spielgruppe: Z.B. Organisation, Selbstverwaltung, Datenschutz, Kinder in der Gruppe, gemeinsames Spiel.

Referentin: Denise Scherer, Lehrerin in der Ausbildung für pädagogische Fachkräfte, systemische Beraterin, Trainerin für Biografiearbeit
 Termin: Samstag, 06.07.2024, 09:00 – 13:00 Uhr
 Ort: Haus der Familie, Pestalozzistraße 54, Raum 2/3, OG
 Anmeldung: bis 28.06.2024, Evangelische Bildung Reutlingen, Kreisbildungswerk und Haus der Familie, Telefon: 07121 9296-11, E-Mail: info.ebr@elkw.de, www.evangelische-bildung-reutlingen.de (max. 8 Teilnehmer)
 Gebühr: 15,00 Euro für ehrenamtlich Tätige/30,00 Euro regulär

Individuelle Seminarangebote für Gruppen

Diskriminierung erkennen und handeln

Der Schutz vor Diskriminierung ist ein Recht für alle Menschen und durch das Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz (AGG) klar verfasst. Ob bei der Begleitung von Geflüchteten oder Menschen mit Behinderung – immer wieder werden Ehrenamtliche bei ihrem Engagement für Inklusion und Integration mit verschiedenen Formen von Diskriminierung konfrontiert.

Für die von Diskriminierung betroffenen Personen ist es aufgrund ihrer verletzlichen Position in der Gesellschaft schwierig, ihr Recht auf Diskriminierungsschutz in Anspruch zu nehmen.

In einem dreistündigen Workshop werden freiwillig Engagierte geschult, Diskriminierung zu erkennen sowie Betroffene zu ermutigen und zu unterstützen, dagegen vorzugehen.

Referenten: Borghild Strähle, Antidiskriminierungsberaterin
Fars Andeghergis, Antidiskriminierungsberater
Termin/Ort: nach individueller Vereinbarung und als Gruppenangebot vor Ort
Anmeldung: Stabsstelle Bürgerengagement, Telefon: 07121 303-5771
E-Mail: stabsstelle.buengerengagement@reutlingen.de
Gebühr: gebührenfrei
Hinweis: In Kooperation mit dem Verein adis e. V. und dem Amt für Integration und Gleichstellung der Stadt Reutlingen

Wie sag ich's einfacher? Workshop für Einfache Sprache

Als Ehrenamtliche engagieren Sie sich in Ihrer Freizeit für andere Menschen und für Ihr Herzentema. Vielleicht kommen Sie dabei manchmal an den Punkt, an dem Sie sich sagen: Das würde ich jetzt gern einfacher ausdrücken. Aber wie macht man das?

In diesem Workshop für Einfache Sprache bekommen Sie Hilfe. Sie bekommen einen Überblick über das Thema Einfache Sprache und lernen die Regeln dafür kennen. Dabei besprechen wir auch die Unterschiede zwischen Leichter Sprache und Einfacher Sprache. Sie arbeiten mit praxisnahen Beispielen aus dem ehrenamtlichen Umfeld. Gern können Sie auch eigene Texte mitbringen.

Sie erarbeiten sich Strategien zum Umgang mit sprachlichen Hürden – schriftlich oder mündlich. Dabei kommt auch das Thema Transfer des Gelernten nicht zu kurz. Im Seminar wird zwischen Gruppenarbeit, Vortrag und kurzen Phasen der Einzelarbeit abgewechselt. Sie sind als Teilnehmende dabei immer aktiv mit eingebunden.

Referentin: Krishna-Sara Helmle, Übersetzerin und Trainerin für Leichte Sprache und Einfache Sprache
Termin/Ort: nach individueller Vereinbarung und als Gruppenangebot vor Ort
Anmeldung: Stabsstelle Bürgerengagement, Telefon: 07121 303-5771
E-Mail: stabsstelle.buengerengagement@reutlingen.de
Gebühr: gebührenfrei
Hinweis: In Kooperation mit Textöffner® – Büro für Leichte Sprache und dem Amt für Integration und Gleichstellung der Stadt Reutlingen

Beratung in der praktischen Arbeit und Coaching für Gruppen und Teams

Manchmal hilft es, einen Gesprächspartner von außen in die Gruppe oder ins Team zu holen – z. B., wenn man sich neu finden muss, wenn Schwierigkeiten entstanden sind oder wenn es darum geht, Ziele zu definieren und Aufgaben zu verteilen.

Das KEB-Bildungswerk vermittelt Berater, die – entsprechend der Situation und den Wünschen – für eine Basisberatung zur Verfügung stehen und mit denen auch weitere Schritte vereinbart werden können.

Termin/Ort: nach Vereinbarung
Anmeldung: KEB-Bildungswerk, Telefon: 07121 14484-20,
E-Mail: kontakt@keb-rt.de; www.keb-rt.de
Gebühr: Eigenbeteiligung wird geklärt

Angebote Diakonieverband Reutlingen

Zu folgenden Themen können Seminare für Gruppen nach Bedarf angefragt werden:

Häusliche Gewalt überwinden

Referentin: Florence Wetzel, Diplom-Sozialpädagogin, Systemische Beratung, Mediatorin
Fachberatung – und Interventionsstelle häusliche Gewalt
Anmeldung: florence.wetzel@diakonieverband-reutlingen.de
Kosten: Dieses Angebot ist gebührenfrei und gilt für ehrenamtlich Engagierte in der Stadt Reutlingen.

- **Flucht und Vertreibung**
- **Asylverfahren und ehrenamtliche Unterstützungsmöglichkeiten**
- **Zugänge zu Ausbildung und Arbeit**

Referent: Peter Donecker, Diakonieverband Baden-Württemberg, Kontakt- und Koordinationsstelle für ehrenamtliches Engagement in der Flüchtlingsarbeit
Anmeldung: peter.donecker@kirche-reutlingen.de
Kosten: Diese Angebote sind gebührenfrei und gelten auch für ehrenamtlich Engagierte im Landkreis Reutlingen.

Veranstalter Modalitäten Impressum

Veranstalter und Kooperationspartner

Evangelische Bildung Reutlingen Kreisbildungswerk und Haus der Familie

Sandra von der Dellen
Pestalozzistraße 54
72762 Reutlingen
Telefon: 07121 929611
info.ebr@elkw.de
www.evangelische-bildung-reutlingen.de

Katholische Erwachsenenbildung (KEB) Bildungswerk Kreis Reutlingen e. V.

Dr. Claudia Guggemos, Leiterin
Schulstraße 28
72764 Reutlingen
Telefon: 07121 14484-20
kontakt@keb-rt.de
www.keb-rt.de

Freiwilligen Agentur Reutlingen

Marianne Wörner
Rommelsbacher Straße 1
72760 Reutlingen
Telefon: 07121 9376811 / 52467
fwa.reutlingen@gmail.com
www.freiwilligenagenturreutlingen.wordpress.com

Textöffner® – Büro für Leichte Sprache

Krishna-Sara Helmlé
Hechinger Straße 94
72072 Tübingen
Telefon: 07071 708402-0
info@leicht-verstehen.de
www.leicht-verstehen.de

Volkshochschule Reutlingen (vhsrt)

Evelyn Koch
Spendhausstraße 6
72764 Reutlingen
Telefon: 07121 336-160
info@vhsrt.de

Stabsstelle Bürgerengagement der Stadt Reutlingen

Dr. Ute Bruckinger
Rathausstraße 8
72764 Reutlingen
Telefon: 07121 303-5771
stabsstelle.buergerengagement@reutlingen.de

Stadtbibliothek Reutlingen

Silke Hoffmann
Spendhausstraße 2
72764 Reutlingen
Telefon: 07121 303-2857
stadtbibliothek@reutlingen.de
www.stadtbibliothek-reutlingen.de

Abteilung für Ältere der Stadt Reutlingen

Eva Dumendiak
Marktplatz 22
72764 Reutlingen
Telefon: 07121 303-2300
abteilung.aeltere@reutlingen.de

Modalitäten

Die Anmeldung für die Seminare erfolgt beim jeweiligen Veranstalter. Bitte beachten Sie die Hinweise. Empfänger von Leistungen nach SGB II erhalten 50 % Ermäßigung. Nachweis ist erforderlich. Auf Wunsch erhalten Sie für die Veranstaltungen eine Teilnahmebestätigung.

adis e.V.

Borghild Strähle
Museumsstraße 7
72764 Reutlingen
Telefon: 07121 300449
info@adis-ev.de
www.adis-ev.de

Amt für Integration und Gleichstellung der Stadt Reutlingen

Carmen Gramer
Marktplatz 9
72764 Reutlingen
Telefon: 07121 303-2566
integration-gleichstellung@reutlingen.de

Refugio Stuttgart e.V. – Regionalstelle Tübingen Psychosoz. Zentrum für traumatisierte Flüchtlinge

Dr. Alexandra Tietz
Kohlplattenweg 5
72074 Tübingen
Telefon: 07071 99046-20
tuebingen@refugio-stuttgart.de
www.refugio-stuttgart.de

Diakonieverband Reutlingen Kontaktstelle für Asyl und interkult. Fragen

Peter Donecker
Planie 11
72764 Reutlingen
Telefon: 01520 8861802
peter.donecker@kirche-reutlingen.de
www.diakonie-reutlingen.de

Impressum

Herausgeber:

Stadt Reutlingen
Stabsstelle Bürgerengagement
Rathausstraße 8
72764 Reutlingen
Telefon: 07121 303-5771
stabsstelle.buergerengagement@reutlingen.de
www.reutlingen.de

Gestaltung:

Wagnerwagner GmbH
Agentur für Kommunikation
Burkhardt+Weber-Straße 59
72760 Reutlingen
Telefon: 07121 6969-270
mail@wagnerwagner.de
www.wagnerwagner.de

Druck:

Sautter GmbH
Röntgenstraße 24
72770 Reutlingen
Telefon: 07121 9567-0
info@sautter.de
www.sautter.de



