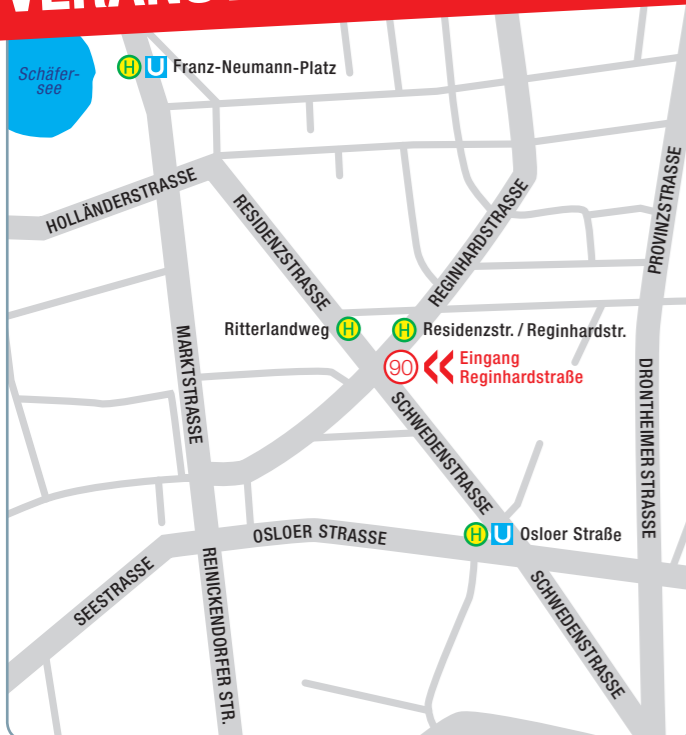


## VERANSTALTUNGORT



5 Minuten Fußweg vom U-Bahnhof Osloer Straße (U8, U9) oder mit dem Bus bis Ritterlandweg (128) oder auch bis Residenzstraße/Reginhardstraße (125)

Caritasverband für das Erzbistum Berlin e.V.  
Residenzstraße 90 | 13409 Berlin

[www.caritas-berlin.de](http://www.caritas-berlin.de)

## WEITERE SEMINARE

### 08.11.18 *Grundlagen Erste Hilfe*

Ein Unfall passiert schnell. Was muss ich tun, damit ich einem Verletzten schnell und gut helfe? Wie rufe ich richtig um Hilfe? Was mache ich bei einem bewusstlosen Verletzten? Im Seminar geht es unter anderem um den Start der Rettungskette, das Prüfen der Vitalfunktionen und Bewusstseinszustände und Soforthilfen bei Bewusstlosigkeit. Sie haben die Möglichkeit, lebensrettende Maßnahmen der Herz-Lungen-Wiederbelebung und die Seitenlage praktisch zu üben. Es werden auch Fragen und Fallbeispiele aus Ihrem Ehrenamt und Alltag besprochen.

16.30–19.30 Uhr / Referent: Alexander Liebig  
Leitausbilder und Praxisanleiter der Bezirksgeschäftsstelle Berlin / Malteser Hilfsdienst gemeinnützige GmbH

### 14.11.18 *Spiritualität und Lebenskunst*

Macht Glauben das Leben leichter? Verwechseln wir den Heiligen Geist nicht öfter mit dem eiligen Geist? Die Kunst liegt in der Unterscheidung und genau diese wollen wir entdecken. Zeit zum Hören, Spüren und Austauschen: von allem ist etwas dabei. Das Seminar ist etwas für Lebenskünstlerinnen und Lebenskünstler oder solche, die es werden wollen!

15.30–18.00 Uhr / Referent: Benedikt Zimmermann/  
Pastoralassistent im Raum Berlin Reinickendorf-Süd

## ANMELDUNG

Wir freuen uns über Ihre Anmeldung  
(jeweils bis 2 Tage vor Fortbildungsbeginn):

Caritasverband für das Erzbistum Berlin e.V.  
Stabsstelle Ehrenamt und Fundraising  
Fachreferat Ehrenamt  
Katja Eichhorn  
Residenzstraße 90, 13409 Berlin

Telefon: (030) 6 66 33 1279  
Telefax: (030) 6 66 33 1142  
E-Mail: [ehrenamt@caritas-berlin.de](mailto:ehrenamt@caritas-berlin.de)

Die Seminare werden in Kooperation mit den Caritas-Konferenzen Deutschland Diözesanverband Berlin e.V. angeboten.

**Zielgruppe unserer Seminare sind Freiwillige im Erzbistum Berlin, die sich im Rahmen von Kirche und Caritas engagieren. Die Seminare sind kostenfrei.**

### SPENDENKONTO

Caritasverband für das Erzbistum Berlin e.V.  
Bank für Sozialwirtschaft  
IBAN: DE31 1002 0500 0003 2135 00  
BIC: BFSWDE33BER



Konzept und Design: kakoi Berlin | Fotos: thinkstock | Stand: 11/2017

## SEMINARE 2018

*Für ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Erzbistum Berlin*



Caritas-Konferenzen Deutschlands  
Diözesanverband Berlin e.V.



Caritasverband für  
das Erzbistum Berlin e.V.

# SEMINARE 2018

Für ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

## 30.01.18 *Wie begegnet man flüchtlingsfeindlichen Parolen?*

Was ist der angemessene Umgang mit flüchtlingsfeindlichen und rassistischen Aussagen? Welche Reaktion ist ratsam, wenn über Migranten und Geflüchtete geschimpft wird? Wie ist zu reagieren, wenn im Arbeitskontext oder im Familienkreis rassistische Äußerungen getätigt werden? An diesem Nachmittag werden Reaktionsmöglichkeiten diskutiert und ausprobiert.

16.00–18.00 Uhr / Referent: Matthias Müller,  
Mobile Beratung gegen Rechtsextremismus Berlin (MBR)

## 31.01.18 *Chinesische Sportart Thai-Chi*

Leichter, sanfter Sport – das ist für Menschen aller Generationen machbar und tut gut! Darüber hinaus kann man an diesem Tag nicht nur gemeinsam sportlich sein, sondern auch das Mehr-Generationen-Haus (MGH) der Caritas und seine Angebote kennenlernen.

16.30–17.30 Uhr / Referentin: Eva Maria Sasse / Sporttrainerin und Sozialarbeiterin / Vorstandsmitglied der CKD

Abweichender Veranstaltungsort:  
Caritas – Mehr-Generationen-Haus  
Alt-Lietzow 31, 10587 Berlin

## 12.02.18 *Humor im Ehrenamt*

Wann haben Sie das letzte Mal aus vollem Herzen gelacht? Wäre es nicht spannend zu erleben, was passiert, wenn wir den Herausforderungen des Alltags humorvoll begegnen? In diesem Seminar werden Sie mit hineingenommen in die verschiedenen Facetten des Humors. Sie trainieren, wie Sie Ihren Humor (neu) entdecken können, um das Leben leicht zu nehmen und mehr zu genießen und um den Humor gezielt in Ihre ehrenamtliche Tätigkeit einzubauen.

15.00–18.00 Uhr / Referentin: Katja Lohmann /  
Theaterpädagogin und Humortrainerin

## 14.03.18 *Dem Menschen nahe sein, ohne ihm zu nahe zu kommen.*

Der bewusste Umgang mit Nähe und Distanz – überall wo Menschen zusammenkommen, ob beruflich oder privat, begeben diese sich in Beziehung zueinander. Aber wie gestalten wir diese Beziehungen im Rahmen unserer ehrenamtlichen Tätigkeit? Wie viel Nähe ist erlaubt und wo ist professionelle Distanz angebracht? An diesem Abend erfahren Sie, wo Ihre eigenen Grenzen sind und werden achtsam für die Grenzen anderer.

16:00–18.30 Uhr / Referentin: Kerstin Zimmermann /  
Präventionsbeauftragte der Caritas

## 26.04.18 *Kraftschöpfen im Alltag*

Wer Zeit spendet und für andere da ist, braucht Kraft. In diesem Seminar wollen wir das „Kraftschöpfen im Alltag“ praktisch ausprobieren. Die Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen sind für alle geeignet und helfen Ihnen, neue Energie zu tanken.

17.00–19.00 Uhr / Referentin: Monika Fränznick / Trainerin  
Stressprävention/Caritas Gesundheitsmanagement für  
Unternehmen

## 17.05.18 *Vom Fischernetz zum Netzwerk*

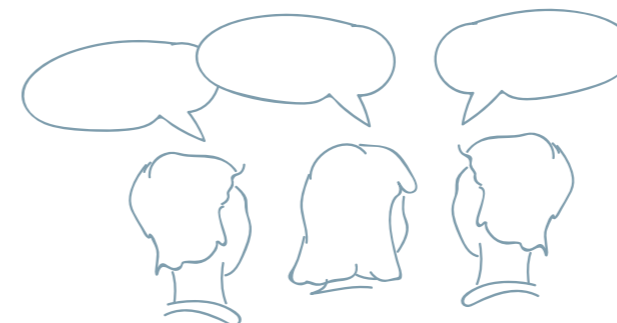
Wenn ich mit meiner Mutter auf dem Markt Fisch einkaufen ging, tauchte der Fischhändler sein Netz einmal durch das Becken und schon zappelte ein Fisch im Netz, der sich nicht mehr daraus befreien konnte. War dies die Intention Jesu, wenn er den Petrus aufforderte: „Du sollst Menschenfischer werden.“? Wie sehen die Netze aus, die wir in unserer ehrenamtlichen Tätigkeit knüpfen?

10.00–15.00 Uhr / Referent: Prälat Dr. Stefan Dybowski /  
CKD Vorstandsmitglied

## 06.06.18 *„Wo euer Schatz ist, da wird auch euer Herz sein“ Mt 6,21*

Ein Blick auf die Patientennachttische lässt beim Krankenbesuch erahnen, was die ganz persönlichen „Schätze“ sind. Es wird sichtbar, was ermutigt, was Trost spendet und was heilsam wirkt: Familienbilder, ein Rosenkranz, eine Blume, ein Teddybär oder ein Lieblingsbuch. Im Seminar gibt es Einblick in die Arbeit der Krankenhauseelsorge. Im Anschluss wollen wir uns über unsere alltäglichen Schätze austauschen; wie wir sie bewahren und wie sie uns tragen.

17.00–18.30 Uhr / Luzia Hömberg / Referentin für  
Krankenhauseelsorge im Erzbistum Berlin



## 18.09.18 *Ich höre was, was du nicht sagst – Achtsame Kommunikation.*

In diesem Seminar wollen wir üben, achtsam mit unserem Gegenüber zu kommunizieren. Wo sind meine Bedürfnisse, wie kann ich diese artikulieren? Wo kann ich Nähe bestimmen und wie Wünsche benennen? Im Rahmen eines lebendigen Austauschs mit nonverbalen und verbalen Übungen begeben wir uns auf Spurensuche für ein gelingendes Miteinander.

16.30–19.30 Uhr / Referent: Markus Brandenburg /  
Heilpraktiker und Coach

## 11.10.18 *Vom Fischernetz zum Netzwerk*

Wie sehen die Netze aus, die wir in unserer ehrenamtlichen Tätigkeit knüpfen? Siehe 17.05.2018

10.00–15.00 Uhr / Referent: Prälat Dr. Stefan Dybowski /  
CKD Vorstandsmitglied

## 17.10.18 *Kraftquelle Kreatives Schreiben*

Worte können heilen und verletzen, sie können tröstlich oder zerstörerisch sein. Worte gestalten unsere Lebenswelten. Im Seminar geht es um die heilende Wirkung von Worten und die stärkende Wirkung des Schreibens. Gehen Sie schreibend auf Entdeckungsreise nach möglichen Kraftquellen. Machen Sie die Erfahrung, dass das Schreiben selbst eine Kraftquelle sein kann! Im Mittelpunkt steht die entlastende Wirkung des Schreibens und der Austausch mit anderen. Kleine, niedrigschwellige Schreibübungen aus dem Kreativen Schreiben geben Ihnen Impulse.

16.00–19.00 Uhr / Referentin: Sabine Marx / Supervisorin /  
Schreibgruppenleiterin