



**WIESBADEN**  
Freiwilligenzentrum

**Fortbildungsprogramm  
für ehrenamtlich Engagierte**  
*2. Halbjahr / 2016*

**Engagieren!**  
**Informieren!**  
**Weiterbilden!**  
**Mitmachen!**

**LOS GEHT'S!**

# Informationen

**Lucia Rutschmann**

**Leiterin Freiwilligenzentrum Wiesbaden e.V.**

Friedrichstraße 32

65185 Wiesbaden

Telefon +49 611 6097769-6

info@freiwilligenzentrum-wiesbaden.de



[www.fwz-wiesbaden.de](http://www.fwz-wiesbaden.de)

Besuchen Sie uns auf facebook, twitter und google+



Wir danken der Druckerei Zeidler  
für die freundliche Unterstützung



**Druckerei  
Zeidler**

Druckerei Zeidler

Fritz-Ullmann-Straße 7

55252 Mainz-Kastel

Tel 06134/189-0

info@zeidler.de

www.zeidler.de

Liebe Freiwillige,

sehr geehrte Damen und Herren,

kostenfreie Seminare, Vorträge und Workshops für ehrenamtlich Tätige sind wesentlicher Bestandteil der Aufgaben des FWZ und werden von uns und unseren Partnern intensiv vorbereitet und erarbeitet.



Das aktuelle Fortbildungsprogramm bietet auch im zweiten Halbjahr 2016 attraktive Fortbildungsangebote sowohl für Freiwillige als auch für Hauptamtliche.

Die Themenfelder heißen „Nähe und Distanz“, „Zeitmanagement im Ehrenamt“, „Empowerment“, „Kraft“ schöpfen. Neben einem Klärungsseminar „Wie und wo kann und will ich mich engagieren“ reagieren wir auf besondere derzeitige Bedarfe und Anfragen, z.B. im Bereich Ehrenamt und Flüchtlingsarbeit, und haben gezielt spezielle Workshops für Sie entwickelt, wie zum Beispiel „Interkulturelle Kompetenz im Ehrenamt“.

Die wachsende Nachfrage nach Fortbildung im Ehrenamt hat uns dazu veranlasst, unsere Angebote an Seminaren, Workshops und Vorträgen stetig zu erweitern und den Bedürfnissen anzupassen.

Sollten Sie Wünsche oder Anregungen haben, so freuen wir uns über Ihre Ideen und nehmen sie gern in unser Programm auf.

Auf Anfrage senden wir Ihnen gern einige Exemplare unseres Fortbildungsflyers zu.

Weitere Informationen rund um das FWZ und das Thema Fortbildungen finden Sie auf [www.fwz-wiesbaden.de](http://www.fwz-wiesbaden.de) oder besuchen Sie uns auf Facebook.

Viel Spaß beim Durchstöbern des Programms wünscht Ihnen

A handwritten signature in blue ink that reads "Lucia Rutschmann". The signature is written in a cursive, flowing style.

Lucia Rutschmann  
Leiterin  
Freiwilligenzentrum Wiesbaden e.V.

## Be welcome

### *EVIM Patenprojekt für Menschen mit Fluchterfahrung*

Menschen mit Fluchterfahrung müssen sich in der neuen Umgebung zurechtfinden. Sie müssen sich mit einer fremden Kultur auseinandersetzen und eine neue Sprache lernen. Paten können hierbei helfen. Haben Sie Interesse daran, Menschen aus anderen Kulturen kennenzulernen und

- einfach Zeit mit ihnen zu verbringen?
- sie bei Behördengängen, Arztbesuchen etc. zu begleiten?
- ihnen Wiesbaden zu zeigen?
- ihnen die deutsche Sprache und Kultur nahezubringen?
- sie ggf. bei der Suche nach einem Praktikums-, Ausbildungs- oder Arbeitsplatz zu unterstützen?

In dem Workshop informieren wir Sie über den Aufbau und Ablauf von Patenschaften und über unser Angebot, Sie in Ihrem freiwilligen Engagement zu unterstützen. Auch möchten wir gemeinsam mit Ihnen die Möglichkeiten und auch Grenzen solcher Patenschaften darstellen.

**Veranstalter:** Freiwilligenzentrum Wiesbaden e.V. in Kooperation mit der vhs Wiesbaden und EVIM.

---

<b>Kursnummer</b>	<b>M12033V</b>
<b>Wo</b>	EVIM - Freiwilliges Engagement, Kaiser-Friedrich-Ring 88, 65183 Wiesbaden
<b>Wann</b>	<b>Sa. 3.9.2016</b> <b>10:00 - 16:30 Uhr</b>
<b>Referentinnen</b>	Sarah Emmerich, Dipl. Sozialpädagogin, Dr. Karin Falkenstein, Dipl. Pädagogin, Leitung Freiwilliges Engagement
<b>Um eine verbindliche Anmeldung bei EVIM wird gebeten.</b>	Tel. 0611 172170-10 carmen.santos@evim.de
<b>Anmeldung</b>	bis zum 26.08.2016

---

## Die humorvolle Haltung

*Workshop für ehrenamtlich Tätige*

Durch hohe Anforderungen an das jeweilige Engagement und die vielseitigen Bedürfnisse der dabei zu betreuenden Menschen ist es hilfreich, wenn ehrenamtlich Tätige den authentischen Kontakt zu sich und ihrem Gegenüber bewahren bzw. erlangen können. Diesen Kontakt herzustellen und präsent für die zu beachtende Person zu sein (Kinder, Senioren\*innen, Kranke, Team), basiert auf der Fähigkeit, auf subtile körperliche und emotionale Hinweise reagieren zu können. Hier lassen sich die Arbeitstechniken des Kontaktclowns auf die ehrenamtliche Tätigkeit mit Menschen übertragen. Humor, Empathie und eine aufmerksame Grundhaltung erleichtern die Begegnung mit Menschen, der Umgang wird als weniger belastend empfunden.

Die Gegenwart eines Kontaktclowns erleben durch praktische Übungen zu situationsbezogenem Wahrnehmungs-, Präsenz- und Authentizitätstraining. Einführung in die Humor- und Clownsarbeit in Kinderkliniken und Senioreneinrichtungen.

**Veranstalter:** Freiwilligenzentrum Wiesbaden e.V. in Kooperation mit der vhs Wiesbaden e.V. und EVIM.

---

<b>Kursnummer</b>	<b>M12034V</b>
<b>Wo</b>	EVIM - Freiwilliges Engagement, Kaiser-Friedrich-Ring 88, 65185 Wiesbaden, 3.OG
<b>Wann</b>	<b>Sa. 10.9.2016</b> <b>10:00 – 16:00 Uhr</b>
<b>Referentinnen</b>	Katharina Müller, Krankenschwester und Clownin in Senioreneinrichtungen, Sabine Hamann, Dipl. Sozialpädagogin und Clownin für Senioren*innen, Kinder + Hospiz
<b>Um eine verbindliche Anmeldung bei EVIM wird gebeten.</b>	
	Tel. 0611 172170-10 carmen.santos@evim.de

---

# Ehrenamtliche Begleitung von Flüchtlingen

## *Herausforderungen und Chancen*

Haben Sie sich Gedanken darüber gemacht, ob und warum Sie gerade Flüchtlinge unterstützen möchten? Vorüberlegungen zu Ihrer persönlichen Motivation, zu Ihren Erwartungen, zu Ihren zeitlichen Kapazitäten und Vorstellungen in Hinblick auf die konkreten Aufgaben sind hilfreich, um Enttäuschungen und „Überlastungen“ vorzubeugen. Auch wenn Sie sich bereits engagieren, und Sie statt Zufriedenheit eher Unbehagen oder Verärgerung spüren, ist es gut, der „Sache“ mal auf den Grund zu gehen...

In diesem Seminar möchten wir über persönliche Vorstellungen sprechen sowie über die Bedürfnisse der Flüchtlinge.

**Veranstalter:** Freiwilligenzentrum Wiesbaden e.V. in Kooperation mit der vhs Wiesbaden e.V.

---

**Kursnummer** M12035V  
**Wo** FWZ, Schenksches Haus,  
Friedrichstr. 32, 65185 Wiesbaden, 2. OG  
**Wann** Fr. 16.9.2016  
14:00 – 18:00 Uhr  
**Referentin** Cristiana Moschini-Dubois  
**Um eine verbindliche Anmeldung bei der vhs wird gebeten.**  
Tel. 0611 9889-0  
anmeldung@vhs-wiesbaden.de

---

## Erstqualifizierung von Mentor\*innen

*für Alphabetisierung und Grundbildung in der Arbeitswelt  
im Projekt MENTO*

In Deutschland verfügen ungefähr 4,3 Mio. Beschäftigte über nicht ausreichende Lese- und Schreibkompetenzen. Dies kann am Arbeitsplatz zu großen Schwierigkeiten führen und Menschen mit Lese- und Schreibproblemen würden oftmals einen vertrauensvollen Ansprechpartner benötigen, der sie begleiten und unterstützen kann.

An der vhs Wiesbaden e.V. findet durch das MENTO-Projekt (DGB Bildungswerk) eine kostenfreie Erstqualifizierung als Mentorin/ Mentor für Grundbildung und Alphabetisierung in der Arbeitswelt statt. Hierbei lernen Sie Menschen mit Grundbildungsbedarf zu erkennen und anzusprechen. Sie erhalten Hintergrundinformationen zum Thema Grundbildung und vernetzen sich regional und überregional mit anderen Mentoren, um sich über Ihre Erfahrungen auszutauschen.

**Veranstalter:** Das Projekt „MENTO“ des DGB Bildungswerks Hessen e.V. in Zusammenarbeit mit dem Regionalen Grundbildungszentrum der vhs Wiesbaden e.V. und dem Freiwilligenzentrum Wiesbaden e.V.

---

<b>Wo</b>	vhs Wiesbaden e.V., Gebäude A, Raum A-118, Alcide-de-Gasperi-Str. 4, 65197 Wiesbaden
<b>Wann</b>	Die vollständige Erstqualifizierung von Mentor*innen umfasst insgesamt 4 Termine. <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>7.10.2016</b> von <b>14:00 – 18:30 Uhr</b></li><li>• <b>8.10.2016</b> von <b>9:30 – 16:30 Uhr</b></li><li>• <b>21.10.2016</b> von <b>14:00 – 18:30 Uhr</b></li><li>• <b>22.10.2016</b> von <b>9:30 – 16:30 Uhr</b></li></ul>

**Um eine verbindliche Anmeldung bei der vhs wird gebeten.**

Martin-Rüdiger Noack  
Projektleitung Grundbildungszentrum  
Telefon: 0611 9889 198  
E-Mail: [mnoack@vhs-wiesbaden.de](mailto:mnoack@vhs-wiesbaden.de)  
Raum: A-116

---

## Atem holen im Wald

*Kraft schöpfen und Ressourcen aktivieren für die ehrenamtliche Arbeit*

Nur wer gut für sich sorgt, kann auch für andere da sein. Deshalb laden wir Sie ein, einen Vormittag im Wald zu verbringen, um zur Ruhe zu kommen und Abstand vom ehrenamtlichen Alltag zu gewinnen. Sie erleben die Natur mit ihren vielfältigen Farben und Klängen und können

- alleine und mit anderen den Wald mit allen Sinnen erleben
- den eigenen Lieblingsort im Wald finden
- in der Natur kreativ sein
- Ideen entwickeln, wie Sie die innere Ruhe und Gelassenheit mit in den Alltag nehmen können

**Veranstalter:** Freiwilligenzentrum Wiesbaden e.V. in Kooperation mit der vhs Wiesbaden e.V.

---

<b>Kursnummer</b>	<b>M12037V</b>
<b>Wo</b>	WI-Bahnholz, Endhaltestelle Buslinie 8B/ Parkplätze vorhanden
<b>Wann</b>	<b>Sa. 8.10.2016</b> <b>10:00 – 14:00 Uhr</b>
<b>Referentin</b>	Lubentia Fritz, Diplom Sozialpädagogin, Freiberufliche Fortbildungsreferentin und Supervisorin
<b>Um eine verbindliche Anmeldung bei der vhs wird gebeten.</b>	
	Tel. 0611 9889-0 anmeldung@vhs-wiesbaden.de

Bitte witterungsangemessene Kleidung, feste Schuhe und eigene Verpflegung mitbringen.

---



## Interkulturelle Kompetenz im Ehrenamt

Missverständnisse und Kommunikationsschwierigkeiten zwischen Personen unterschiedlicher Kulturen haben ihre Ursache häufig im mangelnden Wissen übereinander. Kulturelle Toleranz und interkulturelle Handlungskompetenzen sind grundlegende Voraussetzung für ein erfolgreiches Engagement. Dabei geht es vor allem um das bewusste Bemühen, sich dem Unbekannten zu öffnen.

Ziel des Seminars ist es, für diesen Prozess zu sensibilisieren, um ehrenamtliches Engagement zu erleichtern.

**Veranstalter:** Freiwilligenzentrum Wiesbaden e.V. in Kooperation mit der vhs Wiesbaden e.V.

---

<b>Kursnummer</b>	<b>M12038V</b>
<b>Wo</b>	FWZ, Schenksches Haus, Friedrichstr. 32, 65185 Wiesbaden, 2. OG
<b>Wann</b>	<b>Sa. 5.11.2016</b> <b>10:00 – 17:30 Uhr</b>
<b>Referentin</b>	Cristiana Moschini Dubois, Open Cultures
<b>Um eine verbindliche Anmeldung bei der vhs wird gebeten.</b>	
	Tel. 0611 9889-0 anmeldung@vhs-wiesbaden.de

---

## Empowerment für ehrenamtliches Engagement

Interessierte, die sich in einem mehrkulturellen Umfeld ehrenamtlich engagieren möchten (z.B. in der Flüchtlingshilfe, der Begleitung von Migranten oder in der interkulturellen Alten-, Kinder- und Jugendhilfe), werden motiviert und gefördert, ihre Potentiale für ein Engagement in einer vielfältigen Zivilgesellschaft einzusetzen. Wo liegen meine persönlichen Potentiale und wie kann ich diese in ein ehrenamtliches Engagement einbringen? In einem geschützten Raum vermittelt das Empowerment-Seminar den wertschätzenden Blick auf kulturelle Prägungen, schafft ein Bewusstsein für die eigene Identität und gibt Handlungsorientierung im Umgang mit mehreren Kulturen. Auch für bereits ehrenamtlich Tätige ist das Seminar interessant, um weitere Perspektiven zu eröffnen.

Anhand erfahrungsbasierter Methoden werden in diesem Seminar sowohl die persönlichen als auch professionellen Handlungskompetenzen erweitert.

**Veranstalter:** Freiwilligenzentrum Wiesbaden e.V. in Kooperation mit der vhs Wiesbaden e.V. und third culture.

---

**Wo** Wellritzhof, Wellritzstr. 21, 65183 Wiesbaden

**Wann** **Sa. 05.11.2016**  
**9.00 – 17.00 Uhr**  
**und So. 06.11.2016**  
**9.00 – 13.00 Uhr**

**Referentinnen** Lina Siri, Interkulturelle Trainerin,  
Christian Mappala, Organisationsentwickler,  
Prozessbegleiter, ausgebildeter systemischer  
Berater und Coach

**Um eine verbindliche Anmeldung bei third culture wird aufgrund begrenzter Plätze gebeten.**

Tel. 0611 4502609  
office@third-culture.de

---

## Zeit- und Selbstmanagement für Ehrenamtliche

*Ehrenamtliches Engagement ist (auch) eine Frage der Zeit.*

Es findet vielfach neben dem Beruf statt und muss mit familiären Verpflichtungen abgestimmt werden. Das Seminar unterstützt Ehrenamtliche in dem Bestreben, die zeitlichen Bedingungen ihres Ehrenamts zu gestalten. Viele Ehrenamtliche haben ihren Einsatz besonders durch die aktuelle Entwicklung der Flüchtlingszahlen gesteigert, sodass ein gutes Zeitmanagement in diesem Bereich unerlässlich ist.

Ziel des Workshops ist es, ressourcenorientierte Strategien zur Selbstführung kennenzulernen, sowie Möglichkeiten zur effektiveren Einteilung von Zeit und Energie für die gewählten Aufgaben im Ehrenamt zu erarbeiten. Sie entwickeln passende Arbeitsstrukturen, wie sie sich selbst eine „gute Chefin, Chef“ sein können.

**Veranstalter:** Freiwilligenzentrum Wiesbaden e.V. in Kooperation mit der vhs Wiesbaden e.V. und EVIM.

---

<b>Kursnummer</b>	<b>M12039V</b>
<b>Wo</b>	EVIM - Freiwilliges Engagement, Kaiser-Friedrich-Ring 88, 65185 Wiesbaden, 3.OG
<b>Wann</b>	<b>Sa. 19.11.2016</b> <b>10:00 – 16:00 Uhr</b>
<b>Referentin</b>	Beate Hecker, Trainerin für Kommunikation & Persönlichkeit, Sozialwissenschaftlerin M.A.
<b>Um eine verbindliche Anmeldung bei EVIM wird gebeten.</b>	
	Tel. 0611 172170-10 carmen.santos@evim.de

---

## Wie und wo kann und will ich mich engagieren?

*Klärungsseminar für bürgerschaftlich Interessierte*

Sie haben Zeit übrig und möchten sich engagieren? Nun stellen Sie fest, das Thema „Ehrenamt“ wirft im Vorfeld neue Fragen auf! Welche Anforderungen könnten auf mich zukommen bzw. inwiefern bin ich mir meiner Erwartungen bewusst? Habe ich bereits eine klare Vorstellung meiner zukünftigen Tätigkeit? Sind mir Größe und Struktur der Einsatzorte wichtig? Das Freiwilligenzentrum Wiesbaden e.V. unterstützt Sie, diese Fragen zu klären und gibt Ihnen einen Einblick in die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten. Ein Beratungsgespräch kann anschließend vereinbart werden.

**Veranstalter:** Freiwilligenzentrum Wiesbaden e.V. in Kooperation mit der vhs Wiesbaden e.V.

---

<b>Kursnummer</b>	<b>M12040V</b>
<b>Wo</b>	FWZ, Schenksches Haus, Friedrichstr. 32, 65185 Wiesbaden, 2. OG
<b>Wann</b>	<b>Sa. 26.11.2016</b> <b>14:00 – 17:00 Uhr</b>
<b>Referentinnen</b>	Kathrin Habermann, Dipl. Pädagogin - Systemische Beraterin/Coach (DGfC), Maria Sattler, FWZ e.V.
<b>Um eine verbindliche Anmeldung bei der vhs wird gebeten.</b>	
	Tel. 0611 9889-0 anmeldung@vhs-wiesbaden.de

---

## Rot sehen oder Schwarz malen

Fortbildung für interessierte Ehrenamtliche

Systemische Sichtweise und Stockkampf zum lebendig – konstruktiven Umgang mit Nähe und Distanz.

Wenn Sie rot sehen oder schwarz malen...

- weil Ihre Klientel häufig grenzenlos und aggressiv reagiert
- weil Sie sich konfrontiert sehen mit distanzlosem Verhalten
- weil Sie Ihre Hilflosigkeit spüren, dem herausfordernden Verhalten wirkungsvoll zu begegnen

... dann rückt dieses Seminar die ganze Farbpalette in Ihr Blickfeld. Sie lernen vielfältige Erscheinungsformen von Nähe und Distanz kennen. Mittels Übungen des Stockkampfes wird Ihnen der eigene Umgang mit Grenzen verdeutlicht. Wie spüre ich körperlich meine Grenzen. Die systemische Sichtweise bietet Ihnen neue Perspektiven, um Konfliktsituationen zu beschreiben und zu verstehen. Sie erhalten Handwerkszeug für einen lebendigen, konstruktiven Umgang mit alltäglichen Konflikten ganz nach dem Motto „Stress lass nach“.

**Veranstalter:** Freiwilligenzentrum Wiesbaden e.V. in Kooperation mit der vhs Wiesbaden e.V. und EVIM.

---

<b>Kursnummer</b>	<b>M12041V</b>
<b>Wo</b>	EVIM - Freiwilliges Engagement, Kaiser-Friedrich-Ring 88, 65185 Wiesbaden, 3.OG
<b>Wann</b>	<b>Sa. 26.11.2016</b> <b>10:00 – 16:00 Uhr</b>
<b>Referentinnen</b>	Lubentia Fritz, Diplom Sozialpädagogin, Freiberufliche Fortbildungsreferentin und Supervisorin, Sibylle Magel, Tanzpädagogin, Kulturmana- gerin, Freiberufliche Fortbildungsreferentin
<b>Um eine verbindliche Anmeldung bei EVIM wird gebeten.</b>	
	Tel. 0611 172170-10 carmen.santos@evim.de

---

# Interkulturelle Sensibilisierung, interkulturelle Öffnung

*Vertiefungsseminar mit Besprechung von Fallbeispielen*

In diesem Seminar werden wir die Themen der interkulturellen Interaktion zwischen Menschen aus unterschiedlichen kulturellen Bezügen vertiefen. Anhand von konkreten Beispielen der Teilnehmenden analysieren wir erfolgreiche Momente und kritische Situationen in ehrenamtlichen Projekten.

Wir werden über effektive interkulturelle Kommunikation, Vertrauensaufbau, Umgang mit Unsicherheiten sprechen. Hier entsteht ein Raum, in dem Freiwillige über ihre Tätigkeit berichten können. Aus dem Erfahrungsschatz der Gruppe suchen wir gemeinsam nach Antworten. Ein aktiver Beitrag ist gefragt!

**Veranstalter:** Freiwilligenzentrum Wiesbaden e.V. in Kooperation mit der vhs Wiesbaden e.V.

---

<b>Kursnummer</b>	<b>M12042V</b>
<b>Wo</b>	FWZ, Schenksches Haus, Friedrichstr. 32, 65185 Wiesbaden, 2. OG
<b>Wann</b>	<b>Sa. 3.12.2016</b> <b>10:00 – 16:00 Uhr</b>
<b>Referentin</b>	Cristiana Moschini-Dubois
<b>Um eine verbindliche Anmeldung bei der vhs wird gebeten.</b>	
	Tel. 0611 9889-0 anmeldung@vhs-wiesbaden.de

---



Das Fortbildungsprogramm des Freiwilligenzentrums  
Wiesbaden e.V. findet statt in Kooperation mit:



Gefördert durch:

