

Akademie

für Bürgerschaftliches Engagement
und Gemeinwesenarbeit

Programm Frühjahr/Sommer 2024





Veranstaltungen für Interessierte und Engagierte

7x7 – Engagement für Nachtaktive	4
EngagierDich-Woche	4
EngagierDich-Bus	5
Stammtisch für Engagierte und Interessierte	5
Engagement trotz Sprachbarrieren – Welche Möglichkeiten gibt es?	5
Projekt ChancenPatenschaften	6
Freiwillig engagiert in Ulm – aber wie und wo?	6
Kompass für stürmische Zeiten	6
Engagement zur Mittagszeit	7
Engagement-Spaziergänge in den Sozialräumen	7

Veranstaltungen für Vereine, Organisationen und Initiativen

Kassenprüfung	8
Von der Theorie zur Praxis: Nachhaltigkeit in Vereinen und im Ehrenamt leben	8
Zeitmanagement – ja! Es ist wahr. Wir haben alle nur 24 Stunden am Tag	8
Die 10 größten Vereins-Mythen – Irrtümer, die sich hartnäckig halten	9
Tue Gutes und sprich darüber	10
Fortbildungsreihe „Freiwillige willkommen!“	10
Strategien und Tipps für den Aufbau einer wirkungsvollen Website	11
Bildung von Rücklagen	11
Vereinssorgen	12
FaRBE Fachkräfte Regional für Bürgerschaftliches Engagement	12

Veranstaltungen von Ulmer Einrichtungen

Behindertenstiftung Ulm	
Gewaltfreie Kommunikation	13
Rund um das Thema „Gesetzliche Betreuung“	13
Professionelle Nähe - professionelle Distanz	14
CVJM Ulm e. V. Café Jam Evangelisches Jugendwerk Ulm	
Jugendleiter:innenlehrgang 24	14
Präventionsschulung für Mitarbeitende in der Kinder- und Jugendarbeit	15
Hospiz Ulm e. V.	
Dienstags treffe ich mich mit Tina	16
Über-Leben in einer Pflegebeziehung	16
„...ich lebe doch auch noch!“	16
Erfolgreich Energie tanken	16
Stille-Vormittag	17
Workshop: Digitaler Nachlass	18
„Letzte Hilfe-Kurs“	18
Einander beistehen am Ende des Lebens	18
Menschen mit Demenz – besonders in ihrer letzten Lebensphase	19
„Raus aus dem Alltag“	19
Gebärden und Rituale zur Einstimmung und Regeneration	19
Naturheilverein Ulm/ Neu-Ulm e. V.	
Workshop: Fastenreihe	20
„Erleichtert in den Frühling“	20
Workshop-Reihe: Kinesiologie	20
Workshop: Wohltuende Fußmassage	20
Kinderstiftung Ulm/Neu-Ulm	
Projekt Chancenfinder	20
Radio free FM	
Grundbegriffe und Recht im freien Radio	21
Moderation und Interview	21
Organisation und Kommunikation im freien Radio	21
Redaktion und Recherche	22
engagiert in ulm e. V.	23
Ansprechpartner:innen zum Akademie-Programm	23
Unterstützung, Kooperation und Organisation	24

Sei du selbst
die Veränderung,
die du dir wünschst
für diese Welt.

Veranstaltungen für Interessierte und Engagierte



Jede Veranstaltung verfügt über eine Kursnummer „Nr.“, mit der Sie sich über den Kursfinder unter www.vh-ulm.de ganz bequem anmelden können.

7x7 – Engagement für Nachtaktive

Hierbei stellen sich 7 Organisationen, die Engagierte für ein Engagement am Abend / in der Nacht suchen, in einem 7-minütigen Vortrag. Im Anschluss freuen sich die Referent:innen über vertiefende Gespräche.

Diese Einsatzstellen präsentieren ihre Engagementsmöglichkeiten:

- Amnesty International, Bezirksbüro Ulm
- DRK Rettungshundebereitschaft Ulm/ADK
- Hospiz Ulm e. V.
- Kulturlotsen der Stadt Ulm
- Menschlichkeit Ulm e. V.
- Notfallseelsorge Ulm/ADK
- Viva con Agua Ulm

Donnerstag, 22. Februar 24 | 19-20:30 Uhr
gebührenfrei

EinsteinHaus, Club Orange, Kornhausplatz 5, 89073 Ulm
Anmeldung: info@vh-ulm.de | 0731 1530-15

Nr. 24F0701000

Anmeldung bis 15. Februar 24

EngagierDich-Woche

Viele Menschen spielen mit dem Gedanken, sich engagieren zu wollen, wissen aber nicht so recht wo und wie.

Die Ulmer EngagierDich-Woche knüpft genau dort an: Gemeinnützige Vereine, Initiativen und Gruppierungen öffnen ihre Türen und laden innerhalb der Woche ein zu Führungen, Mitmach-Aktionen, Vorträgen, Speed-Datings und vielem mehr – eine wunderbare Möglichkeit also, die Welt des Bürgerschaftlichen Engagements in Ulmer Organisationen ganz unverbindlich und praxisnah kennenzulernen.

Das komplette Programm finden Sie unter www.engagiert-in-ulm.de

Freitag, 15. - Freitag, 22. März 24
in verschiedenen Einrichtungen
gebührenfrei

Anmeldung teilweise notwendig

EngagierDich-Bus

Interessierte können sich innerhalb der EngagierDich-Woche für die Busfahrt anmelden. Der EngagierDich-Bus fährt 5 verschiedene Einrichtungen ab, in denen die jeweiligen Engagement-Möglichkeiten interaktiv vorgestellt werden. Pro Einrichtung sind vor Ort 30 Minuten eingeplant

16. März 24 | 10 -13:30 Uhr

gebührenfrei

Anmeldung: info@engagiert-in-ulm.de | 0731 7088514

Nr. 24F0701001

Anmeldung bis 6. März 24

Stammtisch für Engagierte und Interessierte

Wir wollen gemeinsam ins Gespräch kommen mit den engagierten Menschen in Ulm. Im m25 berichten wir kurz über neue Entwicklungen aus der Welt des Engagements. Danach können sich die Engagierten an verschiedenen Thematischen austauschen.

Larissa Heusohn & Maike Munz, engagiert in ulm

10. April und 20. Juni 24

jeweils ab 18 Uhr

gebührenfrei

m25, Münsterplatz 25, 89073 Ulm

Anmeldung: info@engagiert-in-ulm.de | 0731 7088514

Nr. 24F0701002

Anmeldung bis 3. April und 13. Juni 24

Engagement trotz Sprachbarrieren – Welche Möglichkeiten gibt es?

Auch wenn Sie noch nicht perfekt Deutsch sprechen, gibt es in Ulm viele Einrichtungen, bei denen Sie sich freiwillig engagieren können.

Gemeinsam finden wir das passende Engagement für Sie.

Larissa Heusohn & Maike Munz, engagiert in ulm

Dienstag, 14. Mai 24 | 18-19 Uhr

gebührenfrei

Radgasse 8, Ulm

Anmeldung: info@engagiert-in-ulm.de | 0731 7088514

Nr. 24F0701004

Anmeldung bis 7. Mai 24

Projekt ChancenPatenschaften

Sie wollen neue Leute kennenlernen?
Sie sind offen für neue Erfahrungen?
Sie wollen sich engagieren?
Sie wollen Ihre Zeit aber frei einteilen?
Dann werden Sie Patin oder Pate!
An diesem Abend stellen wir die drei Patenschaftsmodelle „Willkommen in Ulm“, „Frauen treffen Frauen“ und „Freu(n)de inklusiv“ vor.

Larissa Heusohn & Maïke Munz, engagiert in ulm
Dienstag, 21. März 24 | 18-19 Uhr
gebührenfrei
Radgasse 8, Ulm
Anmeldung: info@engagiert-in-ulm.de | 0731 7088514
Nr. 24F0701006
Anmeldung bis 14. März 24

Freiwillig engagiert in Ulm – aber wie und wo?

Sie interessieren sich für Bürgerschaftliches Engagement und möchten gerne freiwillig tätig werden? In Ulm gibt es zahlreiche Einrichtungen, Vereine und Initiativen aus den verschiedensten Bereichen, die vielfältige Möglichkeiten bieten. In diesem Seminar schauen wir auf Ihre persönlichen Interessen und Fähigkeiten und klären Ihre Motive und Erwartungen.

Larissa Heusohn & Maïke Munz, engagiert in ulm
Dienstag, 19. März 24 | 18-19 Uhr
gebührenfrei
Radgasse 8, Ulm
Anmeldung: info@engagiert-in-ulm.de | 0731 7088514
Nr. 24F0701008
Anmeldung bis 12. März 24

Kompass für stürmische Zeiten

Orientierung, Reflexion und Gestaltung beim Übergang vom Beruf in die Rente

Den Übergang zwischen Berufsleben und Ruhestand empfinden viele Menschen als großen Einschnitt. Bei den einen überwiegt die Vorfreude auf die freie Zeit, bei den anderen die Angst vor dem Alter. Mit diesem Seminar möchten wir Ihnen Orientierung bieten für den Übergang in die neue Lebensphase.

Gemeinsam mit Ihnen möchten wir herausfinden, welche Wege und Aussichten sich Ihnen bieten: Neben einer Standort- und Zielbestimmung sind verschiedene Möglichkeiten der Neuorientierung sowie die Chancen und Herausfor-

derungen des Alters Inhalte der Veranstaltung. Ziel ist es, Ihnen einen Kompass an die Hand zu geben, der Sie sicher durch die Übergangsphase führt.

Dr. Markus Marquard mit ZAWiW-Team
Freitag, 8. März, und Freitag, 19. April 24
jeweils von 14:30-17:30 Uhr
gebührenfrei
Villa Eberhardt, Heidenheimer Straße 80, Ulm
Anmeldung: info@zawiw.de | Telefon 0731 5026601
Nr. 24F0701010
Anmeldung bis 1. März 24

Engagement zur Mittagszeit

Möglichkeiten, sich in Ulm zu engagieren, gibt es viele ... doch „wie finde ich heraus, welches das Richtige für mich ist?“ Vier Mal im Jahr stellen sich Ulmer Einrichtungen im „Engagement zur Mittagszeit“ vor und erzählen Interessierten, wie ihre Engagementmöglichkeiten sind.

Mittwoch, 20. März 24

- Zu Gast:
Arbeitskreis Ausländische Kinder e. V. –
Hausaufgabenbetreuung
- Zu Gast:
Bürgeragentur ZEBRA e. V. – Abenteuer Lesen

EinsteinHaus, Kornhausplatz 5, 89073 Ulm
Keine Anmeldung erforderlich
Nr. 24F0701012 und 24F0701013

Engagement-Spaziergänge in den Sozialräumen

Bei einem geführten Spaziergang durch Ihren Stadtteil erfahren Sie an 5 Stationen etwas über die Engagement-Möglichkeiten vor Ort. Zum Abschluss gibt es eine Kleinigkeit zu Essen und zu Trinken.

Die Termine finden Sie unter www.engagiert-in-ulm.de
jeweils von 18-20 Uhr
gebührenfrei
Anmeldung: info@engagiert-in-ulm.de | 0731 7088514
Nr. 24F0701030
Anmeldung bis jeweils eine Woche vor Termin



Die Kassenprüfung – Basiswissen für Funktionsträger:innen eines Vereins

Es gibt im Vereinswesen viele verschiedene Organe und Gremien, die entweder gesetzlich vorgeschrieben oder freiwillig sind. Der/Die Kassenprüfer:in hat dabei eines der wichtigsten Ämter. Denn sie/er ist der verlängerte Arm der Mitglieder. Was sind Ihre Aufgaben als Kassenprüfer:in? Wir wollen dies an einem praktischen Beispiel durchspielen.

Karl Sommer, Vereinsexperte

16. März 24 | 13-18 Uhr

Gebühr: EUR 15,00

Anmeldung: info@vh-uhl.de | 0731 1530-15

Nr. 24F0701033

Anmeldung bis 9. März 24

Von der Theorie zur Praxis: Nachhaltigkeit in Vereinen und im Ehrenamt leben

Durch ihre vielfältigen Angebote, Räume und genutzten Flächen, Material- und Energieverbräuche und natürlich durch ihre Mitglieder selbst haben Vereine eine Wirkung auf die Mit- und Umwelt. Steve Grundig hat für uns ein Seminar kreiert, das zentrale theoretische Grundlagen rund um Nachhaltigkeit und praktische Schritte zur Umsetzung vermittelt.

Steve Grundig

Dienstag, 19. März 24 | 17:30-19:30 Uhr

Gebühr: EUR 5,00

online über Zoom

Anmeldung: info@vh-uhl.de | 0731 1530-15

Nr. 24F0701014

Anmeldung bis 12. März 24

Zeitmanagement – ja! Es ist wahr. Wir haben alle nur 24 Stunden am Tag

Unvorhergesehene Verzögerungen und endlose Aufgabenlisten – es scheint, als ob man nie wirklich Zeit für Zeitmanagement hat. Doch auch unter widrigen Umständen lässt sich produktive Zeit einsparen!

Abraham Lincoln sagte einst: „Wenn ich acht Stunden Zeit hätte, einen Baum zu fällen, würde ich sechs Stunden die Axt schleifen.“

Zeitmanagement ist wie das Schleifen einer Axt – es spart uns Zeit. In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie ihre Zeit retten, einsparen und planen können. Denn es gibt ja noch andere schöne Dinge im Leben, für die es Zeit geben soll.

Sarah Kolls

Dienstag, 9. April 24 | 18-19:30 Uhr

Gebühr: EUR 5,00

online über Zoom

Anmeldung: info@vh-uhl.de | 0731 1530-15

Nr. 24F0701016

Anmeldung bis 2. April 24

Die 10 größten Vereins-Mythen – Irrtümer, die sich hartnäckig halten

Das Vereinsleben bietet nicht nur Traditionen, die über Generationen erhalten und weitergetragen werden; leider halten sich auch einige Irrtümer ebenso hartnäckig.

Hierzu zählen z. B. Aussagen wie:

- wir sind gemeinnützig und deshalb zahlen wir keine Steuern
- die Mitgliederversammlung muss jährlich stattfinden
- ein Vorstand muss aus mind. 3 Personen bestehen
- ohne Entlastung kann nicht neu gewählt werden
- es muss eine Kassenprüfung stattfinden;
- Zuschüsse sind wie Spenden zu behandeln
- uvm.

In diesem Seminar werden wir uns einige „Mythen“ genauer anschauen und auf Wahrheitsgehalt prüfen.

P.S.: Aufgrund der Besonderheiten des Webinars ist die Veranstaltung in 3 Termine à 1,5 Std. geteilt, d. h. sie bauen aufeinander auf.

Sandra Oechler

Montag, 15. April 24 | Donnerstag, 18. April 24

und Dienstag, 23. April 24 | jeweils von 18:30-20 Uhr

Gebühr: EUR 5,00

online über Zoom

Anmeldung: info@vh-uhl.de | 0731 1530-15

Nr. 24F0701018

Anmeldung bis 4. April 24

Tue Gutes und sprich darüber

Ein Fußball-Turnier steht vor der Tür, der Auftritt eines Liedermachers und auch der Vortrag eines Naturschützers sind auf dem Programm. Wer kennt das nicht? Wer in einem Sportverein, in einer kulturellen Einrichtung oder in einem Stadteilladen aktiv ist, möchte die Bürgerschaft gerne über die verschiedenen Angebote und Aktivitäten informieren.

Doch wie bekomme ich die Aufmerksamkeit der Medien? Gar nicht so einfach – aber möglich. Die Ulmer Journalistin Isabella Hafner und der Öffentlichkeitsarbeiter Stefan Loeffler klären in dem 2-stündigen Seminar unter anderem darüber auf, wie man Pressemeldungen schreibt, was gute Bilder bewirken können und über welche Kanäle man die Redaktionen erreicht.

Isabella Hafner und Stefan Löffler
(Freie Journalist:innen)

Dienstag, 16. April 24 | 18-20 Uhr

Gebühr: EUR 5,00

Radgasse 8, 89073 Ulm

Anmeldung: info@vh-ulm.de | 0731 1530-15

Nr. 24F0701031

Anmeldung bis 9. April 24

Fortbildungsreihe „Freiwillige willkommen!“

Engagement braucht gute Rahmenbedingungen.

Viele Menschen engagieren sich gerne in gemeinnützigen Einrichtungen, Vereinen und Initiativen. Die Organisationen freuen sich über die Unterstützung freiwillig Engagierter, die bei der Gestaltung der Angebote mitwirken.

Damit freiwilliges Engagement von beiden Seiten als erfolgreich, sinnstiftend und erfüllend erlebt werden kann, kommt es auf die gute Gestaltung der Rahmenbedingungen an. Die insgesamt 4 Module umfassen verschiedene Themen eines modernen Freiwilligenmanagements. Die letzten beiden finden im Herbst 24 statt.

Modul 1:

Freiwillige fallen nicht vom Himmel – Gewinnung neuer Ehrenamtlicher

- Wo und wie gewinnen wir freiwillig Engagierte?
- Tätigkeitsfelder und Aufgaben herausfinden und attraktiv gestalten
- Welche Herausforderungen können auf uns zukommen?
- Gute Öffentlichkeitsarbeit

Maike Munz, Corinna Hofmann & Larissa Heusohn |
engagiert in ulm

Dienstag, 23. April 24 | 18-20 Uhr

Gebühr: EUR 5,00

Radgasse 8, 89073 Ulm

Anmeldung: info@vh-ulm.de | 0731 1530-15

Nr. 24F0701041

Anmeldung bis 16. April 24

Modul 2:

Willkommen, neue Freiwillige –

Gute Begleitung von A-Z

- Vom Erstkontakt, über die Einarbeitung bis zur Verabschiedung
- Notwendigkeit verschiedener Formalitäten für Engagierte
- Meine Rolle als Verantwortliche:r für Ehrenamtliche in unserer Organisation

Maike Munz, Corinna Hofmann & Larissa Heusohn
engagiert in ulm

Donnerstag, 16. Mai 24 | 18-20 Uhr

Gebühr: EUR 5,00

Radgasse 8, 89073 Ulm

Anmeldung: info@vh-ulm.de | 0731 1530-15

Nr. 24F0701042

Anmeldung bis 9. Mai 24

Strategien und Tipps für den Aufbau einer wirkungsvollen Website

Einfach nur dabei sein, reicht nicht mehr, die Zeiten der „Visitenkarte“ im Netz sind lange vorbei. Moderne Websites müssen Besucher:innen schnell informieren, beeindrucken und vor allem überzeugen – all das auf verschiedenen Geräten von Desktop über Tablet bis zum Smartphone. Im Vortrag geht es darum, wieso viele an diesen Aufgaben scheitern und wie man das vermeiden kann. Sebastian Sollfrank zeigt Strategien auf, um wirkungsvolle Websites zu entwickeln.

Sebastian Sollfrank

Montag, 22. April 24 | 18-20 Uhr

Gebühr: EUR 5,00

online über Zoom

Anmeldung: info@vh-ulm.de | 0731 1530-15

Nr. 24F0701020

Anmeldung bis 15. April 24

Bildung von Rücklagen – Basiswissen für Funktionsträger:innen eines Vereins

Will der Verein seine Gemeinnützigkeit wahren, muss er seine Gelder zeitnah für den Satzungs-

zweck verwenden, denn „Sparen“ ist kein gemeinnütziger Zweck. Sehr wohl aber darf der Verein Mittel ansammeln zur Sicherung des jährlichen Betriebsmittelbedarfs, zur Wiederbeschaffung und für Investitionen. Hierzu bildet er entsprechende Rücklagen. Die „Spielregeln“ für diese Rücklagen werden ausführlich erläutert und an praktischen Beispielen dargestellt.

Karl Sommer, Vereinsexperte
16. Mai 24 | 18 bis 19:30 Uhr
Gebühr: 5,00
Anmeldung: info@engagiert-in-ulm.de | 0731 7088514
Nr. 24F0701035
Anmeldung bis 9. Mai 24

Vereinsorgen

Immer wieder gibt es die unterschiedlichsten Probleme bei der Gestaltung des Vereinslebens. Deshalb bieten wir in Ergänzung zu den Basisseminaren eine weitere Möglichkeit, sich bei Vereinsorgen kundig zu machen. Hier geht es nicht um den Verein im Allgemeinen, sondern um die ganz besonderen Bedürfnisse innerhalb eines Vereins.

Karl Sommer, Vereinsexperte
jeden dritten Donnerstag im Monat:
21. März 24 | 25. April 24 | 16. Mai 24 |
20. Juni 24 | 17. Juli 24 | jeweils ab 16 Uhr
Radgasse 8, Ulm
Anmeldung: info@engagiert-in-ulm.de | 0731 7088514
Nr. 24F0701034
Anmeldung bis jeweils eine Woche davor

FaRBE: Fachkräfte Regional für Bürgerschaftliches Engagement

- Was ist FaRBE?
Ein Forum, rund um das Thema Freiwilligenarbeit. Das Forum trifft sich viermal im Jahr. Neben fachlichen Inputs bleibt Zeit, sich untereinander auszutauschen, um neue Erkenntnisse zu gewinnen und Kontakte zu knüpfen.
- Für wen ist FaRBE?
FaRBE wendet sich an alle Menschen, die in ihrer Arbeit mit Ehrenamtlichen zu tun haben: sie anwerben, mit ihnen zusammenarbeiten, sie betreuen.

16. April | 16. Juli 24 | jeweils 9-11 Uhr
Anmeldung: info@engagiert-in-ulm.de | 0731 7088514
Nr. 24F0701025 und 24F0701026
Anmeldung bis 9. April | 9. Juli 24

Veranstaltungen von Ulmer Einrichtungen



Behindertenstiftung Ulm

Gewaltfreie Kommunikation

„Die Schönheit in einem Menschen zu sehen, ist dann am nötigsten, wenn er auf eine Weise kommuniziert, die es am schwierigsten macht, diese zu sehen.“ (Marshall B. Rosenberg)

Herausfordernde Verhaltensweisen begegnen uns häufig im Arbeitsalltag – manchmal von Klient:innen, manchmal auch von Kolleg:innen. Hier kann Gewaltfreie Kommunikation hilfreich sein. Sie lernen verschiedene Aspekte kennen: Beweggründe von Handlungen, Lösen von Konflikten, produktiven Umgang mit Kritik und verbalen Angriffen. Das Seminar ist übungs- und praxisorientiert.

Karen Nimrich, Heilerziehungspflegerin und
Trainerin für GFK
Dienstag, 9. April, bis Mittwoch, 10. April 24 |
jeweils 9-16 Uhr
Unkostenbeitrag: EUR 150,00 (einschl. Getränke)
Martinusheim, Ulm-Wiblingen
Info & Anmeldung:
franz.schweitzer@habila.de

Rund um das Thema „Gesetzliche Betreuung“

Gesetzliche Betreuer:in können Angehörige sein, aber auch professionelle oder ehrenamtlich tätige Personen. Nicht selten gibt es unterschiedliche Erwartungen und auch Konflikte darüber, was eine:e Gesetzliche:r Betreuer:in leisten soll oder muss. Hier hilft: fragen und sich informieren

Donnerstag, 7. November 24 | 13:30-15 Uhr
gebührenfrei
Regionalbüro Wohnverbund Ulm,
Pfullendorfer Straße 7, Tannenplatz
Info & Anmeldung:
franz.schweitzer@habila.de

Professionelle Nähe – professionelle Distanz

Überall dort, wo wir im Beruf mit Menschen arbeiten, müssen wir Beziehungen in der Balance zwischen emotionalem Engagement und gefühlloser Distanz gestalten. Damit wir weder emotional ausbrennen noch emotional erstarren, bedarf es der Abklärung von persönlichen Wertvorstellungen und Bedürfnissen.

Monika Eberhardt, Krankenschwester,
Prävention und Gesundheitspsychologie B.A.
Donnerstag, 14. November 24 | 9-16:30 Uhr
Unkostenbeitrag: EUR 80,00 (einschl. Getränke)
Martinusheim, Ulm-Wiblingen
Info & Anmeldung:
Franz Schweitzer, franz.schweitzer@habila.de

CVJM Ulm e. V. | Café Jam | Evangelisches Jugendwerk Ulm

Jugendleiter:innenlehrgang 24

Du willst...

- als Mitarbeitende(r) bei Ferienfreizeiten, Zeltlagern oder der Kinderspielstadt aktiv dabei sein?
- eine unserer Jugend- oder Jungschargruppen leiten?
- im Team bei Seminaren, Aktionen in Kindergottesdiensten oder der Kinderbibelwoche mitarbeiten?

Dann ist unsere Ausbildung zum Jugendleiter bzw. zur Jugendleiterin genau das richtige Angebot für dich!

Wir zeigen dir wichtige Grundlagen der Jugendarbeit. Unsere Lehrgänge führen dich in die Themenbereiche Spielpädagogik, Aufsichtspflicht, Entwicklungspsychologie, Rechtsgrundlagen und Pädagogik ein. Sie qualifizieren dich dazu, die bundesweit einheitliche Jugendleitercard (JuLeiCa) zu erhalten.

Der Lehrgang besteht aus 2 Teilen, dem Startmodul im April und einem Wochenende im Herbst.

Tobias Hohneker & Team

2. April bis 5. Mai 24

Gebühr: EUR 98,00

Karl-Kässbohrer-Haus, Köllen 3, 87466 Oy-Mittelberg

Zielgruppe sind Jugendliche ab 14 Jahren

Anmeldung bei

tobias.hohneker@cvjm-ulm.de | 0160 7632924

Präventionsschulung für Mitarbeitende in der Kinder- und Jugendarbeit

Einer der ganz wichtigen Bausteine in einem Schutzkonzept, das in diesem Jahr in unseren Kirchenbezirken entsteht, ist die Schulung aller Mitarbeiter:innen der kirchlichen Gemeinden und Einrichtungen zum Thema Gewaltprävention.

Gemeinsam Kinder und Jugendliche stark machen! Die Kinder- und Jugendarbeit in den Evang. Kirchenbezirken Ulm und Blaubeuren hat sehr viel Potenzial, um Kinder und Jugendliche stark und selbstbewusst zu machen. Kinder, die stark und selbstbewusst sind, werden seltener Opfer von Gewalt und/oder sexuellen Übergriffen. Themen, die uns auch in der Kinder und Jugendarbeit angehen. Wie gehen wir mit dem Thema (sexuelle) Gewalt um? Ist uns bewusst, wie schnell wir mit dem Thema auch persönlich konfrontiert werden können?

Gesetzliche Grundlagen und das Erweiterte Führungszeugnis spielen eine Rolle. Ebenso die Sensibilisierung für Opfer und Täterstrategien bei Grenzverletzungen und Übergriffen. Dabei werden Verhaltensweisen in Verdachtsfällen aufgezeigt! Was bedeutet dies für die Rolle von verantwortlichen Mitarbeitenden, sowohl als Hauptamtliche wie auch Ehrenamtliche?

Arvo Koha

Samstag, 27. April 24

gebührenfrei

Jugendzentrum JAM | Münsterplatz 21 | 89073 Ulm

Zielgruppe: Mitarbeitende in der Kinder- und

Jugendarbeit

Anmeldung bei

tobias.hohneker@cvjm-ulm.de | 0160 7632924

Dienstags treffe ich mich mit Tina

Wie arbeitet der Kinder- und Jugendhospizdienst?

Am heutigen Abend stellen wir unserer Arbeit vor: Unsere Aufgaben, für wen wir da sind, wie wir arbeiten, was uns wichtig ist und welche Unterstützungsmöglichkeiten wir anbieten können. Diese Veranstaltung richtet sich an alle Interessierten und an Mitarbeitende aus pflegerischen und pädagogischen Einrichtungen.

Nicola Glaubach und Catharina Scheben

Dienstag, 5. März 24 | 19-20 Uhr

Anmeldung über kontakt@hospiz-ulm.de | 0731 509733-0

oder direkt über www.ulmer-hospiz-akademie.de

Hospizhaus | Lichtensteinstraße 14/2, 89075 Ulm |

Seminarraum

Anzahl Teilnehmende: mindestens 6 Personen

Über-Leben in einer Pflegebeziehung „...ich lebe doch auch noch!“

Dieser Hilferuf einer Frau, die ihren Mann seit Jahren in seiner Krankheit begleitet und für ihn sorgt, ist ein ganz wichtiger Impuls.

Nur wenn die ganz eigenen Wünsche, Interessen und Bedürfnisse Beachtung finden, ist eine Pflegebeziehung so zu leben, dass die Liebe bleibt und die Kraft nicht versiegt. Im Austausch von Erfahrungen suchen wir nach Wegweisern für schwierige Zeiten.

Dorothea Kleinknecht, langjährige

Begleiterin von Angehörigengruppen

Dienstag, 12. März | 18-19:30 Uhr

Anmeldung über kontakt@hospiz-ulm.de | 0731 509733-0

oder direkt über www.ulmer-hospiz-akademie.de

Hospizhaus | Lichtensteinstraße 14/2, 89075 Ulm |

Seminarraum

Anzahl Teilnehmende: maximal 10 Personen

Weiterer Termin: Donnerstag, 17. Oktober 24 | 15:30 -17 Uhr

Erfolgreich Energie tanken

Wenn unser Leben aus den Fugen gerät und akute Belastungen unseren ganzen Einsatz erfordern, dann kommen wir an den Punkt, wo wir uns kraftlos, erschöpft und gestresst fühlen.

Gleichzeitig ist gerade dann die Mobilisierung aller Kräfte und Durchhaltevermögen nötig. Unser Zusammensein dient dazu, auf einfache

und wirkungsvolle Weise Energiereservoir zu öffnen und uns für die Herausforderung des Alltags neu zu stärken.

Susanne Weikl

Donnerstag, 14. März 24 | 15-16:30 Uhr

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 14 Personen

Gebühr: EUR 20,00

Anmeldung über kontakt@hospiz-ulm.de | 0731 509733-0

oder direkt über www.ulmer-hospiz-akademie.de

Hospizhaus | Lichtensteinstraße 14/2, 89075 Ulm |

Seminarraum

Für haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende von Hospiz

Ulm e. V. übernimmt Hospiz Ulm e. V. die Kosten.

Stille-Vormittag

„Die Stille hält inne, öffnet den Raum...“

(Claus Eurich)

Einen Vormittag sich Zeit nehmen, um aus dem Alltag hinauszutreten in einen Raum der Stille. Im gemeinsamen Schweigen öffnen wir uns dem Augenblick JETZT wie er gerade ist, lauschen unserem Atem.

Wir brauchen diese Ruhe und diesen inneren Frieden, um bei uns anzukommen.

Wir brauchen diese Ruhe, um unser Herz zu öffnen und um in Kontakt zu kommen mit all den wunderbaren Dingen, die uns das Leben schenkt.

Nach einer kurzen Einführung in die kontemplative Übung werden wir gemeinsam Sitzen, meditativ Gehen, Körperübungen durchführen, Tee trinken und unseren Hospizgarten bewusst erleben.

Kontemplation und durchgehendes Schweigen können zu einer bereichernden Erfahrung werden, die in unserem Alltag zu einer wertvollen Stütze werden kann.

Angelika Bais

Samstag, 16. März 24 | 9-12 Uhr

Anzahl Teilnehmende: 5 bis 8 Personen

Gebühr: EUR 25,00

Anmeldung über kontakt@hospiz-ulm.de | 0731 509733-0

oder direkt über www.ulmer-hospiz-akademie.de

Hospizhaus | Lichtensteinstraße 14/2, 89075 Ulm |

Seminarraum, Hospiz Café, Garten

Weitere Termine: Samstag, 20. Juli 24 |

Samstag, 26. Oktober 24 | jeweils 9 - 12 Uhr

Für haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende von

Hospiz Ulm e. V. übernimmt Hospiz Ulm e. V. die Kosten.

Workshop: Digitaler Nachlass

Sie haben an alles gedacht? Generalvollmacht, Patientenverfügung, Testament, – was ist mit Ihrem Digitalen Nachlass? Wer kümmert sich um Ihre E-Mail Accounts, Ihre Accounts in sozialen Netzwerken, Ihr PayPal oder Ihr Amazon Konto, Ihre Webseite, Ihren eBay Account, Ihr Apple Pay Konto, Ihren Cloud Speicher, Ihre Hardware...? Und falls sich jemand darum kümmert, was soll er konkret in Ihrem Sinne machen? Haben Sie festgehalten, was damit nach Ihrem Tod geschehen soll?

Dieser Workshop soll zur Sensibilisierung beitragen und es wird eine Handreichung zum konkreten Vorgehen gemeinsam bearbeitet und diskutiert.

Dr. Wolfgang Doster

Dienstag, 19. März 24 | 18-19 Uhr

Anmeldung über kontakt@hospiz-ulm.de | 0731 509733-0 oder direkt über www.ulmer-hospiz-akademie.de

Hospizhaus | Lichtensteinstraße 14/2, 89075 Ulm | Seminarraum

Anzahl Teilnehmende: mindestens 6 Personen

„Letzte Hilfe-Kurs“: Einander beistehen am Ende des Lebens

Letzte Hilfe-Kurse vermitteln Grundwissen und Orientierung sowie einfache Handgriffe bei sterbenden Menschen. Sterbebegleitung ist keine Wissenschaft, sondern praktizierte Mitmenschlichkeit, die auch in der Familie und der Nachbarschaft möglich ist. Denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens am meisten brauchen.

Im Kurs sprechen wir über die Normalität des Sterbens als Teil des Lebens. Wir thematisieren mögliche Beschwerden, die Teil des Sterbeprozesses sein können und wie wir bei der Linderung helfen können. Ebenfalls sprechen wir darüber, wie man Abschied nehmen kann und betrachten unsere Möglichkeiten und Grenzen.

Petra Büchler ist Krankenschwester und Palliativ Care Fachkraft, Imogen Saß ist Dipl. Sozialarbeiterin, Krankenschwester, Palliativ Care Fachkraft und Psychoonkologin.

Petra Büchler und Imogen Saß

Mittwoch, 10. April 24 | 10-13:30 Uhr

Kursgebühr: EUR 15,00

Anmeldung über kontakt@hospiz-ulm.de | 0731 509733-0 oder direkt über www.ulmer-hospiz-akademie.de

Hospizhaus | Lichtensteinstraße 14/2, 89075 Ulm |

Seminarraum

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 20 Personen

Weitere Termine: Mittwoch, 24. Januar 24 | 10 bis 13:30

Uhr | Dienstag, 15. Oktober 24 | 13:30 bis 17 Uhr

Menschen mit Demenz – besonders in ihrer letzten Lebensphase

Welche Demenzformen gibt es? Woran erkennen wir sie und was können wir dagegen tun?

Wie verläuft die Demenz und wie gehen wir mit Demenzkranken um? Ein Vortrag für betroffene Angehörige und Interessierte.

Dr. Helmut Volz

Freitag, 26. April 24 | 18-19:30 Uhr

Anmeldung über kontakt@hospiz-ulm.de | 0731 509733-0 oder direkt über www.ulmer-hospiz-akademie.de

Hospizhaus | Lichtensteinstraße 14/2, 89075 Ulm | Seminarraum

Anzahl Teilnehmende: 6 bis 20 Personen

Weiterer Termin: Freitag, 25. Oktober 24 | 18 bis 19:30 Uhr

„Raus aus dem Alltag“ Gebärden und Rituale zur Einstimmung und Regeneration

Kopf voll mit Alltag – und in einer Stunde soll ich für einen bedürftigen Menschen da sein ... ?? Es gilt ein Bewusstsein zu entwickeln, dass Hospizarbeit ebenso wie das Begleiten eines Menschen auf seinem letzten Lebensweg zu einem großen Teil aus „Nicht-Handeln“ besteht. Eine hohe Präsenz beim Zuhören ist notwendig und ein Empfinden für das, „was hinter den Dingen liegt“. Um empathisch zuhören und Intuition zulassen zu können, ist eine gut entwickelte Empfindungsfähigkeit für das eigene Wohlbefinden hilfreich. Mit Bewegung, Musik, aber auch in der Stille erkunden wir, welche Rituale für jeden Einzelnen hilfreich sind zur Einstimmung auf eine Begegnung oder zur eigenen Regeneration.

Margaretha Zipplies

Donnerstag, 6. Juni 24 | 17:30-19:30 Uhr

Anmeldung über kontakt@hospiz-ulm.de | 0731 509733-0 oder direkt über www.ulmer-hospiz-akademie.de

Hospizhaus | Lichtensteinstraße 14/2, 89075 Ulm | Seminarraum

Anzahl Teilnehmende: 6 bis 12 Personen

Weiterer Termin: Mittwoch, 25. September 24 | 17:30 bis 19:30 Uhr

Naturheilverein Ulm/ Neu-Ulm e. V.
Genaue Informationen zu Inhalten, Orten und
Anmeldung unter www.naturheilverein-ulm.de

Workshop: Fastenreihe „Erleichtert in den Frühling“

Günter Dobler
Freitag, 1. März 24 | 19 Uhr

Workshop-Reihe: Kinesiologie

Kinesiologie für Einsteiger 1

Freitag, 8. März 24 | 18:30 Uhr

Kinesiologie für Einsteiger 2

Mittwoch, 13. März 24 | 18:30 Uhr

Kinesiologie für Einsteiger 3

Freitag, 15. März 24 | 18:30 Uhr

Günter Dobler
Freitag, 1. März 24 | 19 Uhr

Workshop: Wohltuende Fußmassage

Birgit Leyluna Schneider
Mittwoch, 20. März 24 | 19 Uhr

Kinderstiftung Ulm/Neu-Ulm –

Projekt Chancenfinder

Die Kinderstiftung Ulm/Donau-Iller unterstützt benachteiligte Kinder in der Region in ihrer Entwicklung und ermöglicht ihnen so bessere Chancen in den Bereichen Bildung und Teilhabe.

Für unser Projekt CHANCENFINDER suchen wir Pat:innen die sich einmal wöchentlich für etwa 1,5 Stunden am Nachmittag mit einem Patenkind treffen.

Ob beim gemeinsamen Lernen und Hausaufgaben machen, der Freizeitgestaltung und Erkundung des Sozialraums oder einfach beim miteinander sprechen und einander zuhören – die Patenkinder werden von ihren Pat:innen ganz individuell auf ihrem (schulischen) Lebensweg begleitet. Die Patenschaften werden wenn möglich wohnortnah geschlossen.

Sie möchten sich für Kinder einsetzen und ihnen gute Entwicklungschancen und wertvolle Momente schenken? Voraussetzung für einen Ein-

satz als Pat:in ist unsere Chancenfinder-Grundlagenschulung.

Der nächste Termin ist am Samstag, 13. April 24. Außerdem bieten wir regelmäßig vertiefende Schulungsmodule, Austauschtreffen und Fortbildungen für unsere Engagierten an.

Weitere Informationen zum Projekt CHANCENFINDER und zur Schulung finden Sie auf unserer Homepage www.kinderstiftung-ulmdonauiller.de und bei der Projektkoordinatorin Sabrina Kohler: kohler.sa@kinderstiftung-ulmdonauiller.de oder 0731 2063-49.

Radio free FM

Weitere Workshoptermine finden Sie unter www.freefm.de/termine

Grundbegriffe und Recht im freien Radio

Nichtkommerzieller, öffentlich-rechtlicher, kommerzieller Hörfunk - die Anfänge der freien Radios als Piratenradios, Frequenzen & Marktanalysen, warum die Politiker lieber sogenannte Jugendlizenzen als die Hörfunk produzierende Jugend zu fördern, Werbung und Schleichwerbung und Freunde und Feinde im Medienschungel.

Friedrich Hog
19. März 24, 28. Mai 24 und 23. Juli 24 | 19 - 21 Uhr
Platzgasse 18, Büchsenstadel, 2.OG

Moderation und Interview

Regeln für die Vorbereitung und für die Fragestellung eines Interviews; Technik (Umgang mit Mikro; Studio-Technik für Telefon-Interview). Theoretische Vorbereitung auf die moderierte Sendung: Aufteilung, Jingles, Musikeinsatz, Präsentation und Nachrichten. „Bei Radio free FM beobachtete Fehler“ mit Hörbeispielen.

Clemens Grote
20. März 24, 29. Mai 24 und 24. Juli 24 | 19-21 Uhr
Platzgasse 18, Büchsenstadel, 2.OG

Organisation und Kommunikation im freien Radio

Es werden die rechtlichen Strukturen bei Radio free FM nach außen sowie der innere Aufbau (Gremien, Ämter) dargestellt. Zentrale Fragen

dieses Bausteins sind: Wie komme ich zu einer eigenen Sendung? Welche Bedeutung hat die Hausordnung? Welche Infrastruktur (Schnittplätze, Rechtsreader etc.) ist im Sender vorhanden? Wie und wann kann ich diese nutzen?

Franziska Wiker

21. März 24, 30. Mai und 25. Juli 24 | 18- 20 Uhr

Platzgasse 18, Büchsenstadel, 2.OG

Redaktion und Recherche

Wie recherchiere ich Themen im Radio und texte sie verständlich? Wo finde ich spannende Geschichten? Was macht gute „Radiosprache“ aus? Und: Wie bereite ich meine Inhalte auf, bringe sie auf den Punkt und entwickle sie weiter? Wie baue ich ein Themen-Netzwerk auf?

23. März 24, 1. Juni und 27. Juli 24 | 11-13 Uhr

Platzgasse 18, Büchsenstadel, 2.OG

Tue etwas Schönes.
Die Menschen könnten
es nachmachen.

Sprichwort



Freiwilligenagentur engagiert in ulm

Informationsstelle für Bürgerschaftliches Engagement

In der Informations- und Vermittlungsstelle von „engagiert in ulm“ können sich Interessierte kostenlos und ohne Voranmeldung während der Öffnungszeiten über Bürgerschaftliches Engagement und aktuelle Tätigkeitsfelder in den Bereichen Bildung, Kultur, Politik, Soziales, Sport oder Umwelt informieren oder sich in einem individuellen Gespräch nach Terminvereinbarung ausführlich beraten lassen.

Ebenfalls erhalten Engagierte hier die FREIWILLIGENCARD und/oder die Ehrenamtskarte Baden-Württemberg sowie Informationen über das Programm der Akademie für Bürgerschaftliches Engagement und Gemeinwesenarbeit.

Nicht zuletzt ist die Informationsstelle auch Ansprechpartnerin für Organisationen, die mit Freiwilligen arbeiten. Sie bietet ihnen Unterstützung beim Aufbau neuer Tätigkeitsfelder und zur Arbeit mit Engagierten.

Dienstag, 13 bis 19 Uhr

Mittwoch bis Freitag, 9:30 bis 12:30 Uhr

Mittwoch und Donnerstag, 14 bis 17 Uhr

info@engagiert-in-ulm.de | 0731 7088555

Radgasse 8, 89073 Ulm

Ansprechpersonen für Rückfragen

Larissa Heusohn und Maike Munz

engagiert in ulm e. V.

heusohn@engagiert-in-ulm.de

munz@engagiert-in-ulm.de

0731 7088514

Unterstützung



Ulmer Bürger Stiftung

Kooperation

Stadt Ulm

Strategische Sozialplanung
Rathaus, Marktplatz 1
89073 Ulm

ulm

Organisation

Larissa Heusohn
Maike Munz
engagiert in ulm
Radgasse 8
89073 Ulm
Telefon 0731 7088514
info@engagiert-in-ulm.de
engagiert-in-ulm.de

vh ulm
EinsteinHaus
Kornhausplatz 5
89073 Ulm
Telefon 0731 153015
vh-ulm.de

Angelika Torer
Zentrale Bürgeragentur ZEBRA
Radgasse 8
89073 Ulm
Telefon 0731 7088556
info@zebra-ulm.de
zebra-ulm.de