

HAsEA Flyer - Angebote im südlichen Emsland, 1. Halbjahr 2021

Sehr geehrte Bürgerinnen und Bürger,

es ist so leicht Gutes zu tun und Sie können dabei nur gewinnen.

Ehrenamtliches Engagement wird in Vereinen und Verbänden, Initiativen und Projekten benötigt um Gemeinwohl nachhaltig zu stärken und Angebote in den Kommunen aufrecht zu erhalten. Sie leisten mit ihrem Einsatz einen wesentlichen Beitrag für ein menschliches Zusammenleben.

Wer ehrenamtlich tätig ist investiert oftmals viel Zeit. Freiwilliges Engagement erweitert jedoch auch den eigenen Horizont und bietet die Chance Kenntnisse und Kompetenzen zu vertiefen.

Mit dem vorliegenden Programm lade ich Sie herzlich ein, diese Möglichkeiten wahrzunehmen.

So können neu erworbene Fähigkeiten und Qualifikationen nicht nur für das Ehrenamt genutzt werden, sondern auch für familiäre und freundschaftliche Beziehungen und auch im Berufsleben.

Ziel des Fortbildungsprogramms ist es Ehrenamtliche in Ihren Kompetenzen zu stärken und praktisches Wissen zu vermitteln.

Zur Unterstützung, Anerkennung und Wertschätzung von ehrenamtlichem Engagement sind die Veranstaltungen kostenlos.

Viel Spaß und Freude im Ehrenamt wünscht

HAsEA im südlichen Emsland, Mechthild Kümling, Tel. 05902 950 444,

mechthild.kuemling@hasea-emsland.de

Workshop „Rhetorik“

Titel: Rhetorik – souverän kommunizieren und präsentieren

Text: Viele Ehrenamtliche fühlen sich unwohl vor anstehenden öffentlichen Reden und Präsentationen. Wie komme ich rüber? Gelingt mir das halbwegs freie Reden vor Publikum? Wie schaffe ich es, dass mir die Aufregung nicht anzusehen ist? Grundlagen von Rhetorik und Präsentation werden fast überall gebraucht, sind aber längst nicht jedermanns Sache. Der Workshop beinhaltet Tipps für die Vorbereitung und Durchführung einer freien Rede, z.B. während einer Generalversammlung. Darüber hinaus werden Körperhaltung, Gestik, Mimik und Betonung geprobt. Teilnehmer/-innen erhalten so individuelles Feedback und können an ihren Stärken und Schwächen feilen.

Referent: Markus Wellmann, LWH Lingen; Kooperationspartner: KEB

Termin: Donnerstag, 6.5.2021, 18 bis 21 Uhr

Ort: Bawinkel, Vereinshaus am Sportplatz

Anmeldung bei: Ilona Schulte, Freiwilligenagentur Lengerich

Workshop 1 „Kommunikation“

Titel: STARKE Kommunikation

Text: In einem halbtägigen Workshop werden praxisnahe Strategien für eine wirkungsvolle Kommunikation sowie kommunikative Lösungsmöglichkeiten zur Auflösung von Konfliktsituationen, die sowohl im Ehrenamt als auch im (beruflichen) Alltag entstehen können, erarbeitet und trainiert.

Dabei steht die Bearbeitung der folgenden Fragen im Fokus:

- Wie funktioniert (gute) Kommunikation?
- Wie können Störungen in meiner Kommunikation mit Vereinsmitgliedern, Vorstandskollegen, der Familie und Arbeitskollegen entstehen?
- Wie Sorge ich für Sicherheit in der Kommunikation?
- Wie gehe ich mit Feedback um?
- Wie spreche ich Probleme und Konflikte gezielt an?

Teilnehmerzahl: max. 15

Referentin: Dr. Birthe Gärke (www.mindmovers.de)

Termin: 29. Mai 2021, 14 – 18 Uhr

Ort: Neues Rathaus Emsbüren, Sitzungssaal, Magistratstr. 5

Anmeldung bei: Mechthild Kümling

Workshop 2 „Kommunikation“

Titel: Mit (Pferde)STÄRKE neue Wege finden

Text: Sie möchten gerne wissen, wo Ihre Stärken und Potenziale liegen? Und wie Sie diese gezielt im Ehrenamt, aber auch in der Familie, im Job, im „Wahnsinn des Alltags“ oder in herausfordernden Situationen einsetzen können?

In speziellen Coachings geht es sowohl für Einzelpersonen als auch für Teams (bspw. für Vereinsvorstände) darum, individuelle Stärken gezielt herauszuarbeiten und die Freude an der ehrenamtlichen Tätigkeit zu beleben.

Das Spannende dabei ist, dass neben klassischen Coaching-Methoden auch Pferde eingesetzt werden (Wichtig: Es wird nicht geritten und seitens der Teilnehmenden sind keinerlei Vorkenntnisse im Umgang mit Pferden erforderlich!). Die Pferde spiegeln die Teilnehmenden in bestimmten Übungen völlig wertfrei und tragen so unter anderem zu einer nachhaltigen Selbstreflektion bei.

Coaches: Dr. Birthe Gärke und Stephanie Thieheuer (www.mindmovers.de)

Termine: nach Vereinbarung

Anmeldung: Mechthild Kümling

Für Rückfragen und weitere Informationen wenden Sie sich gerne auch an info@mindmovers.de, oder telefonisch an 05902-9981900.