



Jahresprogramm 2024

Fort- und Weiterbildungen für
freiwillig sozial Engagierte

Caritas-Konferenzen Deutschlands
Diözesanverband Rottenburg-Stuttgart e.V.



eKD Das Netzwerk
von Ehrenamtlichen



Impressum



Herausgeber:
 Caritas-Konferenzen Deutschlands Diözesanverband Rottenburg-Stuttgart e.V.
 Das Netzwerk von Ehrenamtlichen

Redaktion: Sigrid Schorn, Christopher Schmidhofer, Anna Riedl
 Gestaltung: Jürgen Häffner
 Druck: Schweikert Druck
 Fotografie: Nachweis auf Anfrage
 Auflage: 1.000
 Veröffentlichung: November 2023

Legende Jahresprogramm

Wir verwenden verschiedene Zeichen im Jahresprogramm. Damit wollen wir eine gute Übersichtlichkeit erreichen. Die folgenden Zeichen verwenden wir im Jahresprogramm.



Vor-Ort-Veranstaltung – Veranstaltungen, die an einem bestimmten Ort stattfinden, zum Beispiel in einem Tagungshaus.



Online Veranstaltung – an diesen Veranstaltungen kann mit einem entsprechenden internetfähigen Gerät (Computer, Tablet, Smartphone) teilgenommen werden. Wir empfehlen außerdem eine Kopfhörer und Mikrofon-Kombi (Headset).

HYBRID

Wenn eine Veranstaltung sowohl vor Ort besucht werden kann, als auch ins Internet übertragen wird, dann sprechen wir von einer „hybriden“ Veranstaltung. Dazu verwenden wir dann die beiden Grafiken „Vor Ort“ und „Online“ gemeinsam.



Die digitale Plattform für die Fort- und Weiterbildung im sozialen Engagement. Erreichbar unter www.meet-campus.de. Ehemaliger Projekttitel: „Ehrenamtsakademie“.

**BzG
 Bildungszeitgesetz**



Beschäftigte in Baden-Württemberg haben einen Anspruch darauf, sich zur Weiterbildung von ihrem Arbeitgeber an bis zu fünf Tagen pro Jahr freustellen zu lassen. Die Freistellung erfolgt unter Fortzahlung des Arbeitsentgeltes. (siehe Seite 69 bei den AGB)

Livestream

Ein im Internet übertragenes Video, bei dem live zugesehen werden kann und meist mit Text-Kommentaren interagiert werden kann.

Vorwort Vorstand

**Liebe Ehrenamtliche der Caritas-Konferenzen,
liebe freiwillig sozial Engagierte in der Diözese Rottenburg-Stuttgart,
liebe Leser und Leserinnen,**

wir freuen uns, Ihnen hier die Bildungsangebote 2024 vorstellen zu können und Sie damit in Ihrem so notwendigen freiwilligen Engagement durch das Jahr zu begleiten oder Ihnen einen Weg zu einer neuen Aufgabe zu eröffnen. Engagement ohne Austausch, ohne Rückhalt, ohne spirituelle Orientierung und ohne neues Wissen kann schnell ermüden und uns an Grenzen bringen. Wir merken ja auch zunehmend, welche Herausforderungen uns in der Gemeinde, in der Kirche, in Gesellschaft und Politik begegnen und uns auch manches Mal ratlos werden lassen. Da tut es gut, sich der Solidarität und der Unterstützung anderer zu versichern und das geht auch digital, wie Sie wissen: Seit Juni 2022 bietet unsere Bildungsplattform MEET CAMPUS (www.meet-campus.de) ein stetig steigendes Angebot und „Nachschlagewerk“ an mit den bekannten analogen Fortbildungen sowie neuen Formaten, an die Sie sich auch noch stärker „herantrauen“ dürfen. Unsere Referenten und Referentinnen und die Mitarbeitenden in der Geschäftsstelle freuen sich immer über Ihr Interesse, Ihre Beteiligung und Ihre Rückmeldungen.

In 2024 werden wir einen Schwerpunkt setzen beim „NEW EHRENAMT“, wir sagen sogar: „I love new Ehrenamt“, denn wir stellen uns verstärkt den Fragen: Wer engagiert sich (noch) in nächster Zukunft, wen müssen wir auf welchen Weisen (besser) ansprechen und welche Netzwerke können wir (neu) knüpfen, welche Chancen bietet beispielsweise die verstärkte Ansprache von Unternehmensmitarbeitenden, die vor dem Ruhestand stehen? Welche Strukturen in Kirche und Gemeinden sind dabei hilfreich und stärkend? Dazu werden uns die Engagierten und die Experten aus der Wissenschaft Hinweise und Antworten geben. Wir wollen auch mit einem Ausbildungskurs „ehrenamtliche spirituelle Wegbegleiter/innen“ starten, dazu wird gerade ein Konzept erstellt.

Als Hoffnungszeichen sehen wir, dass einige neue Gesichter für unseren Vorstand und im Rat der CKD erscheinen werden, die bei unserer Vertreter*innenversammlung am 14.10.2023 in Stuttgart-Hohenheim gewählt wurden.

Wir freuen uns auf viele analoge und digitale Begegnungen mit Ihnen und grüßen Sie herzlich

Thomas Münsch

für den Vorstand der Caritas-Konferenzen Deutschlands Diözesanverband Rottenburg-Stuttgart e. V.



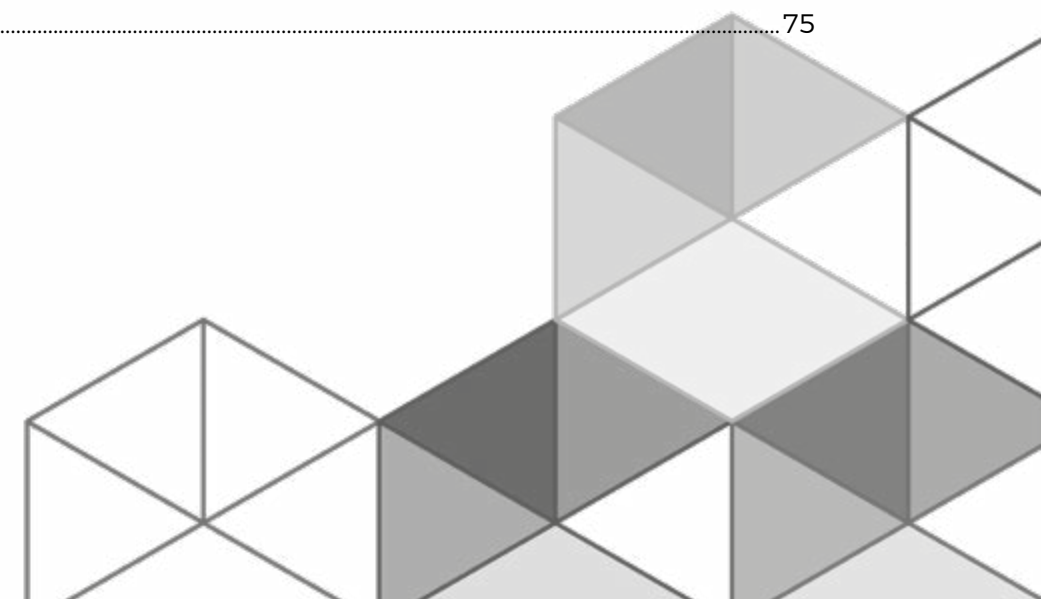
Unser Vorstand seit Oktober 2023 (bei Vertreter*innenversammlung am 14.10.2023 aufgenommen).
Von links nach rechts: Diözesancaritasdirektor Oliver Merkelbach, Brigitte Neyer-Strohmaier, Heidi Burkhardt, Marianne Rudhard, Ingrid Steiner, Andrea Bott, Lucia Zimprich, Hermann Rist. Nicht im Bild: Hendrik Rook.

Bei der Vertreter*innenversammlung am 14.10.2023 in Stuttgart-Hohenheim wurde ein neuer Vorstand gewählt. Dieser besteht aus der Vorsitzenden Brigitte Neyer-Strohmaier, der stellvertretenden Vorsitzenden Marianne Rudhard sowie den weiteren Mitgliedern Andrea Bott, Heidi Burkhardt, Hermann Rist, Hendrik Rook (nicht im Bild), Ingrid Steiner, Lucia Zimprich sowie kraft seines Amtes Caritasdirektor Oliver Merkelbach. Der Vorstand wird in den nächsten vier Jahren zahlreiche spannende Aufgaben haben und gemeinsam mit den ebenfalls neu gewählten Ratsmitgliedern Ursula Baier, Ulrich Häufele, Marlene Kärcher und Rosi Schrott-Mayr neue Wege finden, wie das soziale Ehrenamt auch in Zukunft gestärkt werden kann.

Bei unseren Veranstaltungen wird die **organisatorische Leitung** von den Diözesanvorständen übernommen.

Inhaltsverzeichnis

Legende Jahresprogramm	3
1 Vorwort Vorstand.....	4
2 Inhaltsverzeichnis.....	6
3 CKD - offen für alle aber mit Vorteilen für Mitglieder.....	8
4 Immer für Sie da: die CKD-Geschäftsstelle	9
5 Unser Jahresthema 2024.....	10
6 Unser MEET CAMPUS	12
7 Veranstaltungen im Jahresprogramm 2024.....	14
V1 „MEET Live“ der MEET CAMPUS Live Stream.....	14
V2 „Es gibt keinen Weg zum Frieden, denn Frieden ist der Weg.“ (Mahatma Gandhi).....	15
V3 Wohn(t)räume – die Kunst den eigenen Lebens(t)raum zu gestalten.....	16
V4 Was ist New Ehrenamt? Auftaktveranstaltung zum Jahresthema 2024	17
V5 Frühjahrsputz für Leib und Seele	18
V6 Segel setzen... und auf zu neuen Ufern!.....	19
V7 Ludwigsburg kühlt sich ab!.....	20
V8 Wege aus der Falle Perfektion.....	21
V9 Unterwegs mit dem guten Hirten	22
V10 Partizipation: Bring Dich ein! Sei dabei! Lass Dich inspirieren!.....	23
V11 Lust auf (Gruppen-) Leitung!.....	24
V12 Austausch der Hitze-Schutz-Engel	25
V13 Werden Sie ehrenamtliche/r spirituelle/r Wegbegleiter*in!	26
V14 Du bist wertvoll!	28
V15 Agiles Ehrenamt.....	29
V16 Zwischenbilanz der Hitze-Schutz-Engel	30
V17 „Gottes Spuren im eigenen Leben entdecken“	31
V18 Abschluss Jahresthema „I love New Ehrenamt“	32
V19 Einsamkeit und Trauer	33
V20 Einsamkeit und Depression	34
8 Abrufbare Angebote.....	36
A Altern im Sozialraum.....	38
C Christliche Spiritualität.....	39
D Dementielle Erkrankungen und ihre Herausforderungen.....	42
E Ehrenamt, Freiwilligenengagement und Gesellschaft.....	43
K Kommunikation.....	46
S Selbstfürsorge / Achtsamkeit / Resilienz.....	49
T Trauer, Leid und Tod.....	55
9 Coaching und Supervision.....	56
10 Referent*innen und Supervisor*innen.....	57
11 CKD - DAS NETZWERK VON EHRENAMTLICHEN	63
Das Organigramm der CKD	64
Runde Tische Karte.....	65
Runde Tische Liste.....	66
12 Stiftungsfonds.....	74
13 AGB	75



3 CKD - offen für alle aber mit Vorteilen für Mitglieder

Seit über 100 Jahren steht der Verband „Caritas-Konferenzen Deutschlands Diözesanverband Rottenburg-Stuttgart e.V.“ für das soziale Ehrenamt ein. Ab Seite 63 lesen Sie mehr zur Geschichte und Struktur der CKD.

Als gemeinnütziger Verein bieten wir verschiedene Vorteile für sozial engagierte Menschen an. Unsere Angebote sind offen für alle Menschen. Mitglieder haben natürlich besondere Vorteile, die Sie hier finden. Wir sind offen für neue Mitgliedsgruppen aus dem sozialen Engagement.

- **Interessante Veranstaltungen für das soziale Ehrenamt**

Wir bieten eine Menge spannender Veranstaltungen für das Ehrenamt, an denen Sie teilnehmen können. Sie finden einige davon hier im Jahresprogramm ab Seite 14 und natürlich immer aktuell unter www.meet-campus.de. Melden Sie sich an und nehmen Sie teil. Wir freuen uns auf Sie! Kostenpflichtige Präsenz-Angebote sind für Mitglieder günstiger.

- **Selbstlernkurse**

Sie wollen in Ihrer eigenen Geschwindigkeit lernen? Alle Veranstaltungen sind immer zu unpassenden Zeiten? Sie brauchen sofort einen Input? Mit unseren Selbstlernkursen können Sie bestimmen, wann und wo sie lernen (Voraussetzung: Zugang zum Internet).
<https://www.meet-campus.de/unsere-veranstaltungen/webinare/>

- **Vermittlung von Referent*innen zu Ihren Wunschthemen**

Wir haben tolle Referent*innen zu verschiedenen Themen in unserer Liste. Sie oder Ihre gesamte Gruppe benötigt zu einem bestimmten Thema einen Vortrag oder Workshop? Fragen Sie uns - wir helfen weiter. Ab Seite 56 können Sie sich inspirieren lassen, da listen wir unsere Referent*innen und Supervisor*innen auf. Für Mitglieder gibt es zusätzlich einen finanziellen Zuschuss zur Buchung von Referent*innen.

- **Wertschätzende Ehrungen**

Sie kennen eine Person, die schon lange aktiv ist? Wir vergeben für 10, 20, 25 und mehr Jahre Zeiträume wertschätzende Ehrungen. Dazu kommt meist auch jemand von der CKD vor Ort. Fragen Sie uns nach Bedingungen und den Abläufen. Diesen Service gibt es ausschließlich für Mitglieder.

- **MEET CAMPER**

Mit unserem mobilen Stand stellen wir uns bei Ihrer größeren Veranstaltung vor, erzählen von unseren Angeboten und sind direkt ansprechbar. Wir freuen uns auf Ihre Einladung zu einer Ehrenamtsmesse, einem Dankesfest oder einer ähnlichen Veranstaltung bei Ihnen vor Ort.

Wir haben noch einiges mehr zu bieten. Wir sind auch immer offen für Ihre Ideen, Ihre Hinweise darauf, was Sie wirklich brauchen. Nehmen Sie Kontakt mit unserer Geschäftsstelle auf (siehe nächste Seite).

4 Immer für Sie da: die CKD-Geschäftsstelle

Die Geschäftsstelle der CKD ist Ihr Ansprechpartner rund um Ihr Ehrenamt. Wir planen Themen und Veranstaltungen in Abstimmung mit dem Vorstand, wir unterstützen Sie bei der Planung und Durchführung von Veranstaltungen, wir übernehmen verbandliche Aufgaben wie zum Beispiel Öffentlichkeitsarbeit und die Mitgliederverwaltung. Wir sind die umsetzende Stelle für Ihre Themen, die Sie direkt bei uns oder über den Vorstand bei uns einreichen können. Wir helfen auch bei Ihrer Anmeldung zu Veranstaltungen- kontaktieren Sie uns gerne.

So erreichen Sie uns:

Geschäftsstelle der Caritas-Konferenzen Deutschlands
Diözesanverband Rottenburg-Stuttgart e. V.

-Das Netzwerk von Ehrenamtlichen-

Strombergstr. 11, 70188 Stuttgart
0711/2633-1160/1161 (Verwaltung)

0711/2633-1148/1149 (Geschäftsführung/Diözesanreferentin)

CKD Allgemein: geschaeftsstelle@ckd-rs.de, www.ckd-rs.de

MEET CAMPUS: hallo@meet-campus.de, www.meet-campus.de



von links nach rechts: Patricia Katzer, Anna Riedl, Sigrid Schorn,
Sabine Fischer und Christopher Schmidhofer

5 Unser Jahresthema 2024

Um das Jahresprogramm unter ein gemeinsames Thema zu stellen, hat sich die CKD für 2024 ein Jahresthema gegeben. Dieses Jahresthema soll uns als roter Faden durch das gesamte Jahr 2024 begleiten. Mit der Kombination von englischen und deutschen Wörtern wollen wir verschiedenen Zielgruppen ansprechen. Wichtig ist uns dabei: Die Ehrenamtlichen, die sich im Moment aktiv engagieren, verlieren wir nicht aus den Augen. Wir schätzen Sie alle. Um für die Zukunft stark aufgestellt zu sein, brauchen wir Sie, die schon lange aktiv sind, aber auch Sie, die gerade erst über ein Ehrenamt nachdenken. Mit dem Jahresthema wollen wir noch mehr Menschen von den wunderbaren Effekten eines sozialen Engagements überzeugen.

Dabei nutzen wir den eher traditionellen Begriff „Ehrenamt“. „Freiwilliges soziales Engagement“ hat einen wichtigen Stellenwert und wird von uns gleichwertig verwendet.

Um das Ehrenamt modern zu machen, haben wir uns im kreativen Prozess sowohl von der Baden-Württembergischen Kampagne „THE LÄND“ inspirieren lassen, als auch die moderne Bewegung für „Neue Arbeit“ oder im englischen Original „New Work“ integriert.

Wir stellen uns die Frage: Was ist modernes Ehrenamt eigentlich? Einig sind wir uns darin, dass freiwilliges soziales Engagement weiterhin eine wichtige Säule der Gesellschaft ist und auch immer sein wird. Daher ist unser Jahresthema: **„I love New Ehrenamt“**.



Das Jahresthema der CKD setzt sich 2024 also mit der Zukunftsfrage des Ehrenamts auseinander. Der demografische Wandel, die Veränderung der Gesellschaft durch viele Faktoren (Klimawandel, Digitalisierung, Mobilitätswandel, ...) wirken sich auf das Engagement aus - wie kann Menschlichkeit weiter gesichert werden? Wie sichern wir die Resilienz der sozialen Gesellschaft, unserer Strukturen und unserer Organisationen? Soziale Gruppen und die Menschen vor Ort - was wird hier in Zukunft benötigt, gebraucht und welcher Rahmen ist notwendig? **Wer** engagiert sich zukünftig **Wie** mit **Was**, und **Warum** überhaupt?

Unsere vier Leitfragen sind also:

- 1) **Wer?** Wer engagiert sich in Zukunft?
- 2) **Wie?** Wie kann Engagement zukünftig organisiert und strukturiert werden?
- 3) **Was?** Welche alten und neuen Bedarfe gibt es in der Gesellschaft?
- 4) **Warum?** Warum engagieren sich Menschen persönlich, und warum nicht?

Diese Leitfragen begleiten uns durch das gesamte Jahr. Um diesen Fragen nachzugehen, haben wir verschiedene Veranstaltungen, ein Livestream-Format und eine Umfrage geplant.

- **Auftakt** 01.03.2024 (Online, siehe Seite 17)
Was ist New Ehrenamt? Auftaktveranstaltung zum Jahresthema 2024
- **WER?** 16.03.2024 (Vor Ort, Stadtbücherei Stuttgart, siehe Seite 19)
Segel setzen und auf zu neuen Ufern! Zukunftsperspektiven der Generation 55+
- **WAS?** Umfrage im Mai (Online)
- **WIE?** 26.09.2024 (Online, siehe Seite 29)
„Agiles Ehrenamt“ im September
- **Fazit Jahresthema** 21.11.2024 (Hybrid, siehe Seite 33)
Abschlussveranstaltung zum Jahresthema „I love New Ehrenamt“

Zusätzlich: Neues Videoformat: „MEET Live“, der MEET CAMPUS Livestream

Wir berichten einmal im Monat von den Entwicklungen des MEET CAMPUS, stellen Projekte aus unseren Gruppen vor und lassen uns von Impulsen inspirieren. Hier werden wir die Leitfrage nach dem **WARUM?** immer wieder beleuchten.

Auch sonst wird das Jahresthema bei unseren Veranstaltungen mit dabei sein.
Gemeinsam finden wir Wege.

6 Unser MEET CAMPUS

Der MEET CAMPUS ist die digitale Fort- und Weiterbildungsplattform der CKD Rottenburg-Stuttgart und unter www.meet-campus.de verfügbar. Wir freuen uns, wenn Sie diese Plattform besuchen. Klicken Sie gerne überall hin und trauen Sie sich, die vielen Informationen und Angebote zu nutzen. Sie können sich über die Website zu Veranstaltungen anmelden, Informationen rund um das Ehrenamt finden und sogar per Video hilfreiche Dinge für das freiwillige Engagement lernen.



Wie funktioniert die Anmeldung zu Veranstaltungen?

Über den MEET CAMPUS können Sie sich recht einfach zu Veranstaltungen anmelden. Über die Adresse www.meet-campus.de kommen Sie auf die Plattform. Wenn Sie nun etwas nach unten scrollen, sehen Sie viele Hinweise auf interessante Inhalte. So kommen Sie auch zu den Fort- und Weiterbildungen. Falls in den dort gelisteten Veranstaltungen nicht die dabei ist, die Sie suchen, so klicken Sie unter der Listung auf „Alle Veranstaltungen“.

Suchen Sie sich aus der Liste die für Sie passende Veranstaltung aus und klicken Sie auf die Überschrift der Veranstaltung oder auf den Button „Details & Buchung“. Sie landen bei einer Beschreibung der Veranstaltung inklusive der wichtigsten Informationen zu Ort (hier gibt es digitale Angebote und Fortbildungen in Seminarhäusern und -räumen), Zeit und Referent*in. Darunter finden Sie die Möglichkeit, sich anzumelden. Klicken Sie dazu auf den Button „Anmelden“. Im folgenden Formular füllen Sie bitte die passenden Felder aus und gehen weiter durch das Formular. Wenn Sie dieses in wenigen Schritten ausgefüllt haben, dann sind Sie für die Veranstaltung angemeldet („Ticket buchen“). Sie bekommen eine Bestätigung per E-Mail. Diese E-Mail enthält einen Link auf Ihre persönliche Bestellseite, auf der Sie die Bestelldaten finden. Bei Online-Veranstaltungen finden Sie hier auch die Zugangsdaten zum Event.

Selbstlernkurse

Oben rechts befindet sich das Menü des MEET CAMPUS. Darüber können Sie viele weitere Inhalte finden. Wenn Sie den Mauszeiger ohne zu klicken auf einen Menüpunkt bewegen, dann öffnet sich ein Untermenü mit weiteren Inhalten. Dadurch finden Sie unter anderem den Punkt „Webinare“, den Sie anklicken können. Auf der dann folgenden Seite finden Sie unten eine Liste von Kursen. Diese „Selbstlernkurse“ können Sie sich anschauen, wann Sie wollen. Sie können sie starten und wann anders weitermachen oder auch mehrfach anschauen. Es kommen regelmäßig neue Kurse hinzu – schauen Sie also immer wieder rein.

MEET CAMPUS Allgemein

Es gibt verschiedene Angebote auf dem MEET CAMPUS.

- **Veranstaltungen der Caritas-Konferenzen Rottenburg-Stuttgart**
Sie können sich online anmelden und erhalten ohne viel Aufwand die aktuellen Informationen zu den Veranstaltungen zugesendet.
- **Veranstaltungen anderer Verbände**
Wir veröffentlichen auch passende Veranstaltungen von anderen Verbänden und Organisationen. So können wir ein breiteres Spektrum an sinnvollen Veranstaltungen für Sie als Engagierte anbieten. Hier werden Sie oftmals auf deren Webseite weitergeleitet, um sich anzumelden.
- **Service (<https://www.meet-campus.de/unsere-services>)**
Im Servicebereich finden Sie Inhalte zu verschiedenen Punkten, die für das Ehrenamt wichtig sind. Hier finden Sie schon jetzt viele praktische und rechtliche Informationen und es kommen regelmäßig weitere hinzu.
- **Referent*innen Liste**
Wir listen Referent*innen mit ihrem Portrait und Angebot auf – schauen Sie sich gerne diese Seite an und lassen Sie sich inspirieren – vielleicht ist da ein passendes Thema für Sie und Ihre Gruppe dabei? Wir unterstützen Sie bei der Auswahl einer geeigneten Person, die bei Ihnen vor Ort eine Veranstaltung abhalten kann.
- **Leitbild**
Schauen Sie gerne auch unser Leitbild an – es ist uns wichtig, mit dem MEET CAMPUS das freiwillige Engagement zu fördern, wertzuschätzen und weiterzuentwickeln.

Ihr MEET CAMPUS Team

PS: Auf der Plattform selbst sprechen wir Sie in der „Du“-Form an. Das machen wir respektvoll – da wir zur Förderung des Engagements auch jüngere Menschen ansprechen wollen und diese gerne mit Du angesprochen werden, haben wir uns auf diesen Umgang geeinigt.

7 Veranstaltungen im Jahresprogramm 2024

Im Folgenden werden Fort- und Weiterbildungen für 2024 aufgelistet, in der Reihenfolge geordnet nach Startdatum. Wir bieten eine Vielzahl von unterschiedlichsten Veranstaltungen an. Wenn Sie noch mehr Informationen brauchen oder sich anmelden wollen, dann geht das unter www.meet-campus.de. Bei Fragen wenden Sie sich gerne an unsere Geschäftsstelle unter 0711-2633-1161 oder hallo@meet-campus.de.

Bitte beachten Sie die AGB (ab Seite 69).

V1 „MEET Live“ - der MEET CAMPUS Live Stream

Wir berichten einmal im Monat von den Entwicklungen des MEET CAMPUS, stellen Projekte aus unseren Gruppen vor und lassen uns von Ihren Impulsen inspirieren. Dies machen wir in einem sogenannten „Livestream“, das bedeutet wir senden live ins Internet. Sie können zum jeweiligen Zeitpunkt live zuschauen und Kommentare per Textchat ins Studio geben. Die Aufnahme des „MEET Live“ ist aber auch im Nachgang als Video abrufbar.

Termine im ersten Halbjahr, Start jeweils 17 Uhr, alle Termine liegen auf einem Donnerstag:

- 18.01.2024
- 22.02.2024
- 21.03.2024
- 18.04.2024
- 16.05.2024
- 20.06.2024



Sie finden den jeweils aktuellen Livestream auf der Seite:

www.meet-campus.de/livestream

Sie haben eine Idee für ein Projekt vor Ort? Sie haben etwas Spannendes zu berichten? Sie wollen von Ihrer Gruppe, Ihrem Projekt berichten? Ganz nach dem Motto: „Gutes tun, drüber reden und so andere motivieren“ wollen wir sehr gerne von Ihnen und Ihren Ideen erfahren und diese dann auch präsentieren. Bitte ohne technische Scheu melden – wir kriegen das gemeinsam hin.

V2 „Es gibt keinen Weg zum Frieden, denn Frieden ist der Weg.“

(Mahatma Gandhi)

Einführung in die Jahreskampagne des Deutschen Caritasverbands 2024

2024 wird es darum gehen, die Kräfte zu stärken, die zu Gerechtigkeit und einem guten Miteinander beitragen, die den Respekt füreinander fördern – auch über das nahe Umfeld und die eigenen Landesgrenzen hinaus. Es wird um die Frage gehen, was wir zum Frieden in uns, mit anderen und zwischen den Staaten beitragen können und wie wir Versöhnung im Kleinen und Großen fördern. Die Frage nach einem respektvollen Miteinander stellt sich uns in allen Lebensbereichen und steht vor großen Herausforderungen. Dazu einige wenige Stichworte: Diversität, Zuwanderung, hohe Lebenshaltungskosten, Transformationsprozesse, Generationenvertrag und Generationendialog, Kommunikations- und Konfliktfähigkeit

In diesem Jahr fällt die Einführung zur Jahreskampagne auf Maria Lichtmess – auf einen Tag, der in früheren Zeiten den Übergang von der dunklen in die hellere Jahreszeit markierte, ein Tag, an dem die Kerzen angezündet wurden, um Böses oder Unheilvolles abzuwehren. Dieser Gedanke passt zur Jahreskampagne 2024, die im Januar offiziell eröffnet wird.

Die Zeit ist so gewählt, dass die Teilnahme an einem Lichtmess-Gottesdienst in der Kirchengemeinde in der Regel noch möglich ist.

Termin: Freitag, 02.02.2024, 16.00 Uhr bis 17.30 Uhr
 Ort: Online
 Moderation: **Sigrid Schorn**, CKD-Diözesanreferentin und Beauftragte für Geistliche Begleitung
 Kosten: Kostenfrei
 Anmeldung: bis 26. Januar 2024



V3 Wohn(t)räume – die Kunst den eigenen Lebens(t)raum zu gestalten



Nicht nur in jungen Jahren beschäftigen wir uns mit der Frage, wie wir als Single, Familie oder frei gewählte Gemeinschaft unsere Wohn(t)räume erfüllen können. Auch die Generation 55+, die das dritte und vierte Lebensalter umfasst, sucht nach passenden Wohnkonzepten. Und die können für jede/n einzelnen sehr unterschiedlich sein: die einen lieben es alleine zu leben, andere suchen die Gemeinschaft. Gemeinsam ist den meisten Menschen in allen Generationen die Sehnsucht nach einem selbstbestimmten, möglichst unabhängigen Leben in selbst gewählten Bezügen. Bei der Suche nach der geeigneten Wohnform wird vielen bewusst, was es bedeutet, (wieder) in Gemeinschaften zu leben und Verantwortung für das Miteinander zu übernehmen. Manche/r erkennt, dass das Alleine-Leben eine attraktive Alternative zu einem Wohnprojekt darstellt, und fragt sich, wie man alleine leben kann ohne zu vereinsamen.

Was muss man tun, um unabhängig, selbstbestimmt und mit Freude in der eigenen Wohnung leben zu können, und sich gleichzeitig – als Teil einer Gemeinschaft – zugehörig und gut aufgehoben zu fühlen? Wie kann es gelingen, sich in Nachbarschaft und Wohnumfeld wohlfühlen und am sozialen und kulturellen Leben gestaltend teilzuhaben?

Termin: Dienstag, 20.02.2024, 17.30 bis 19.30 Uhr
 Ort: Online
 Moderation: **Christina Docken**, Verein WQ4
 Kosten: Kostenfrei
 Anmeldung: bis 13. Februar 2024



V4 Was ist New Ehrenamt?

Auftaktveranstaltung zum Jahresthema 2024



Was ist New Ehrenamt? Wo steht das Ehrenamt heute? Was sind Entwicklungsthemen für das ehrenamtliche Engagement? Wie verändert sich die Gesellschaft und was hat das für Auswirkungen?

In diesem Online-Workshop werden wir gemeinsam über „I Love New Ehrenamt“ reden. Was steckt hinter dem Jahresthema? Welche Fragen ergeben sich daraus? Gibt es auch schon erste Antwortversuche? Gemeinsam entwickeln wir einen Blick auf die aktuelle Situation, beschäftigen uns mit der Zukunft des Ehrenamtes und überlegen uns umsetzbare Lösungen. Wir freuen uns über alle Mitdenker*innen und Mitmacher*innen, vor allem aus der Praxis vor Ort. Desto mehr Menschen mit dabei sind, desto besser. Diese Veranstaltung ist offen für alle Menschen, die dem Thema soziale Gesellschaft und Ehrenamt verbunden sind. Geben Sie die Einladung also gerne weiter.

Termin: Freitag, 01.03.2024, 15 Uhr bis 18 Uhr
 Ort: Online
 Moderation: **Christopher Schmidhofer**, Referent für neue Bildungsformate bei der CKD
 Kosten: Kostenfrei
 Anmeldung: bis 23. Februar 2024



V5 Frühjahrsputz für Leib und Seele

Genussfasten mit Heilkräuteressenzen nach Hildegard von Bingen

Für Frauen, Männer und Paare.

Erleben Sie Natur pur für Körper, Geist und Seele und schaffen Sie Freiraum für Neues im Frühling, damit sich zeigt, was wachsen kann. „Eure Lebensmittel sollen eure Heilmittel sein“, sagt Hildegard von Bingen. Daher verwenden wir hochwertige Lebensmittel und essen vegetarisch/vegan und glutenfrei auf Anfrage. Erleben Sie Duft und Genuss im Kräutergarten inklusive.

Diese Auszeit ist eine Einladung mit sich selbst friedlich und gelassen umzugehen und kostbare Schätze zu entdecken. Das innere und äußere Feuer neu entfachen, dem Raum geben, was uns ermutigt im Leben.

Das Wochenende am Bodensee ist der Auftakt zu den Fastentagen, die zuhause weitergeführt werden. Während der Fastentage in Ihrem gewohnten Umfeld werden Sie begleitet durch 3 Online-Gruppentreffen per Zoom. Dazu gibt es genaue Anleitungen und viele wertvolle Tipps, die für jede*n Fastende*n gut umsetzbar sind.

Ein Video der Veranstaltung vom letzten Jahr finden Sie hier:

<https://www.meet-campus.de/veranstaltungs-rueckblick/>

(Scannen Sie den nebenstehenden QR-Code mit ihrer Handykamera und öffnen Sie die Website. Auf der Website können Sie das Video starten.)



Termin: Freitag, 01.03.2024, 10 Uhr bis
Sonntag 03.03.2024, 16 Uhr

Ort: Rosenstr. 11/1, 88085 Langenargen

Referentin: **Annette Heizmann**, Autorin und Hildegard-Expertin, bietet am Bodensee ihr seit 17 Jahren bewährtes Seminar an.

Kosten: 250 € für Mitglieder der CKD
280 € für Nichtmitglieder

Anmeldung: bis 01. Februar 2024



V6 Segel setzen... und auf zu neuen Ufern!

Zukunftspläne und Zukunftsperspektiven der Generation 55+



Wenn wir über die Generation 55+ sprechen, dann schließt das über 40 % der deutschen Bevölkerung ein! Allein die sogenannten Baby-Boomer aus den geburtenstarken Jahrgängen zwischen 1946 und 1964 umfassen ca. 30 %. Mit vielfältigen Lebens- und Berufserfahrungen, mit Ecken und Kanten, Kompetenzen und Ressourcen, Ideen, Sehnsüchten und Ansprüchen – aber manchmal auch mit zerbrochenen Hoffnungen oder gescheiterten Lebensentwürfen blicken sie der neuen Lebensphase entgegen. Statt der erhofften Freiheit – Reisen, Sport, Seniorenstudium – heißt es jetzt für viele: Pflege der alten Eltern, Betreuung der Enkelkinder, Suche nach geeignetem und bezahlbarem Wohnraum, Gesundheitsvorsorge und Erhalt sozialer Netze für ein gutes Leben im Alter.

Was bewegt die neue Altersgeneration? Was will sie noch bewegen? Welche Träume wollen noch verwirklicht werden? Was hat die Boomer-Generation geprägt? Was hat ihnen die Gesellschaft zu bieten? Aber auch: Worauf kann sie sich nicht (mehr) verlassen und welche Erwartungen werden an sie gestellt?

Das Thema „nachberufliches Leben“ soll an diesem Tag aus verschiedenen Perspektiven beleuchtet werden; auch unter dem Aspekt, wie sich die Sehnsüchte, die Zukunftspläne, die Potenziale und das breite Erfahrungswissen der Generation 55+ mit den individuellen und gesellschaftlichen Herausforderungen der Zukunft in Einklang bringen lassen.

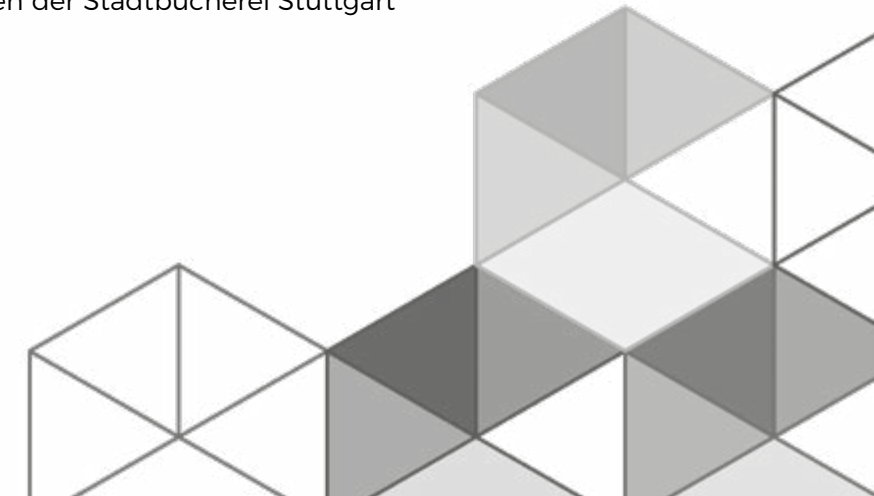
Termin: Samstag, 16.03.2024, 10 Uhr bis 17 Uhr

Ort: Stadtbücherei Stuttgart

Referentin: **Karin Nell**, Mitarbeiter*innen der Stadtbücherei Stuttgart

Kosten: Kostenfrei

Anmeldung: bis 03. März 2024





V7 Ludwigsburg kühlt sich ab!

Erfahrungsbericht zur Klimaanpassung am Beispiel der Stadt Ludwigsburg

Die Stadt Ludwigsburg hat bereits seit 2016 ein Klimaanpassungskonzept, welches einen umfangreichen Maßnahmenkatalog zur Anpassung der Stadt an die Folgen des Klimawandels enthält. Diese reichen von Kommunikationsmaßnahmen bis hin zu städtebaulichen Veränderungen. Welche Maßnahmen lassen sich in der Praxis gut umsetzen? Wie wird die Bevölkerung auf dem Weg zur klimangepassten Stadt mitgenommen? Wo kommt die Stadt bei der Klimaanpassung an ihre Grenzen?

Und: Was von dem Gehörten könnten wir bei uns vor Ort einbringen oder umsetzen? Was läuft schon bei uns? Was hat sich bei uns bewährt?

Diese Fragen und Eure Erfahrungsberichte sollen bei der Veranstaltung mit der Stadt Ludwigsburg erläutert werden.

- Termin: Mittwoch, 27.03.2024, 17:30 Uhr bis 19:30 Uhr
- Ort: Online
- Referentin: **Amely Krafft**, Hitzeanpassungsmanagerin & Partizipationsbeauftragte und **Andreas Henrichs**, Stadt Ludwigsburg
- Kosten: Kostenfrei
- Anmeldung: bis 20. März 2024



V8 Wege aus der Falle Perfektion

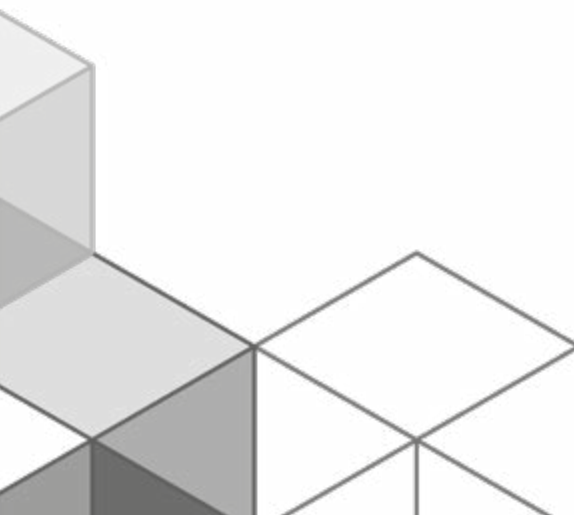
Wenn gut nicht gut genug ist, wird der innere Kritiker überlaut. Wir landen in der „Falle Perfektion“. Dabei ist es völlig unmöglich, in der Arbeit mit anderen Menschen „perfekt“ zu sein.

Dem Zusammenspiel von innerem Kritiker und kritisiertem Teil in uns selbst wollen wir uns behutsam anzunähern. Der kritisierte Teil darf sich frei ausdrücken, und auch der innere Kritiker darf sichtbar werden. Über kreatives Schreiben, innere Bilder und Gestalten von Symbolen kommen beide Teile in diesem Seminar in einen Dialog. Wir können dem Dialog zuschauen und von außen betrachten, was beide Teile brauchen.

Für unseren Prozess nutzen wir die achtsamkeitsbasierte, kunst- und gestaltungsorientierte Methode „Focusing“. Sobald wir etwas nach außen bringen in Wort, Bild oder Gesten, tritt körperlich spürbare Entlastung ein. So tut sich auf, wie Ehrenamt auch in einer schwierigen Situation mit Wohlgefühl, Leichtigkeit und Freude gelingen kann.

Vorkenntnisse in Focusing oder künstlerische Vorerfahrung braucht es nicht. Bitte halten Sie Papier und farbige Stifte bereit.

- Termin: Dienstag, 16.04.2024, 17.30 Uhr bis 20.00 Uhr
- Ort: Online
- Referentin: **Freda Blob**, ist zertifizierte Focusing Ausbilderin, diplomierte Kunsttherapeutin, personenzentrierte Gestaltungspädagogin und Leiterin des Tübinger Focusing Ateliers. Seit 2017 führt sie künstlerische Online Workshops und Offene Online-Ateliers durch.
- Kosten: Kostenfrei
- Anmeldung: bis 09. April 2024



V9 Unterwegs mit dem guten Hirten Spirituelle Tage im Frühjahr 2024



An diesem Wochenende sind Sie herzlich eingeladen den Alltag hinter sich zu lassen und Gott als unserem guten Hirten zu begegnen. Bei Spaziergängen in gemäßigtem Tempo, im Schweigen sowie im Austausch mit Gott und untereinander entdecken wir Gott als unseren Lebensbegleiter. Das Aufnehmen der Schönheit der Natur sowie Körper- und Atemwahrnehmung helfen uns zur Ruhe zu kommen, uns selbst wahrzunehmen und im Hier und Jetzt zu landen. Gebet, Singen und Meditation wechseln sich ab und zieht unseren Blick auf den der uns Geborgenheit schenkt und zuversichtlich in die Zukunft blicken lässt.

Inhalte:

- Achtsames Gehen in gemäßigtem Tempo
- Übungen zur Körper- und Atemwahrnehmung
- Dank, Gebet, Singen
- Meditation und Herzensgebet
- Gottes Gegenwart und Führung im eigenen Leben entdecken
- Zuversicht für die Zukunft gewinnen

Bitte mitbringen:

Festes Schuhwerk, wetterangepasste Kleidung, kleine Sitzunterlage, Rucksack mit Getränk.

Zielgruppe: Frauen und Männer (keine Familien)

Gruppengröße: mind. 6 und max. 20 Teilnehmer*innen

Termin: Freitag, 26.04.2024, 14:30 Uhr
bis Samstag, 27.04.2024, 16:00 Uhr

Ort: Kloster Reute

Referentin: **Andrea Schieweck**, von Beruf Dipl. Sozialpädagogin und in Stuttgart lebend.

Kosten: 85 € für Mitglieder der CKD
125 € für Nichtmitglieder

Anmeldung: bis 01. April 2024



V10 Partizipation: Bring Dich ein! Sei dabei! Lass Dich inspirieren! Partizipation – eines der wichtigsten Kennzeichen für modernes Ehrenamt



Der Diözesancaritasverband und die CKD haben 9 Koordinaten für freiwilliges soziales Engagement veröffentlicht: sinnvoll, selbstbestimmt, gemeinschaftsbezogen, ressourcenorientiert, sozialraumorientiert, kooperativ und vernetzt, analog und digital, lebenslanges Lernen ermöglichend und partizipativ. Feststeht, Partizipation ist ein wichtiger Motivationsfaktor für Engagement und zugleich eine große Herausforderung! Voraussetzung für eine breite Beteiligung ist unter vielen anderen Faktoren z. B. Barrierefreiheit (hier nicht nur in Bezug auf Menschen mit Einschränkungen, sondern auch gegenüber anderen Altersgruppen, Herkunft oder Einkommensverhältnisse). Was sollten wir beachten, wenn wir viele einladen und beteiligen wollen?

Und was bedeutet partizipativ und barrierefrei? Wie ermöglichen wir Mitbestimmung und Beteiligung? Was sind die Vor- und Nachteile einer aktiven Beteiligung aller Betroffenen? Kann Beteiligung auch ein Weg zu mehr Vielfalt sein? Wenn alle beteiligt werden sollen, was bedeutet das für die Wahl der Orte, für unsere Formulierungen und unsere Sprache, für die Rahmenbedingungen (z. B. Speisen, Symbole, Infrastruktur wie Räume und Erreichbarkeit)? Wie können ehrenamtliche oder hauptberufliche Leitungskräfte Partizipation gestalten und fördern? Diesen und Ihren Fragen gehen wir an diesem Tag auf die Spur!



Diese Veranstaltung findet zweimal statt, um die verschiedenen Regionen der Diözese abzudecken. Sie können auswählen, an welcher Veranstaltung sie teilnehmen.

Termin SÜD: Montag, 06.05.2024, 10.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Ort: Süden der Diözese (Ort noch unbekannt)

Referentin: **Daniel Kerler**; Moderation: Sigrid Schorn

Kosten: 15 € für die Tagesverpflegung (für Mitglieder der CKD kostenfrei)

Anmeldung: 29. April 2024

Termin NORD: Montag, 13.05.2024, 10.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Ort: Norden der Diözese (Ort noch unbekannt)

Referentin: **noch nicht bekannt**; Moderation: Sigrid Schorn

Kosten: 15 € für die Tagesverpflegung (für Mitglieder der CKD kostenfrei)

Anmeldung: 06. Mai 2024

V11 Lust auf (Gruppen-) Leitung!



Ehrenamtliche Projekte, Initiativen, Gruppen, Runde Tische oder Caritasausschüsse zu leiten eröffnet vielfältige kreative Möglichkeiten, erhöht den Einfluss und kann richtig Spaß machen! Dazu soll dieser Tag ein Beitrag sein! Nehmen Sie sich die Zeit dafür! Wir beantworten Ihre Fragen und suchen gemeinsam nach Lösungsmöglichkeiten für Ihre Anliegen und Ideen.

Zu Beginn der Veranstaltung gibt's grundlegende Informationen zu den Themen:

- Leitungsverständnis
- Leitungshandeln
- Finanzen/Ressourcen im Ehrenamt
- Dynamik in Teams und Gruppen
- Methoden, Handwerkszeug, Grundregeln für ehrenamtliche/hauptberufliche Leitungskräfte.
- Grundlagen der Kommunikation
- Rahmenbedingungen im Ehrenamt/Freiwilligenengagement
- Unterstützungsmöglichkeiten der CKD für Ehrenamtliche

Darüber hinaus ist es möglich, die Einführung für ehrenamtliche Leitungskräfte in Ihrem Gemeindezentrum anzubieten, wenn mindestens fünf Personen aus der Seelsorgeeinheit oder dem Dekanat mitmachen wollen. Eine E-Mail an die Geschäftsstelle genügt für weitere Planungsschritte!
Referent*in Ausbildung (z.B. Diplom-Pädagogin)

Termin: Samstag, 15.06.2024 09:30 Uhr bis 16:30 Uhr
Ort: Haus der Caritas, Strombergstr. 11, Stuttgart 70188
Referentin: **Sigrid Schorn**, Dipl. Soz.päd. (FH) , CKD-Diözesanreferentin & Beauftragte für Geistliche Begleitung
Kosten: kostenfrei für CKD-Mitglieder, 25€ für weitere Interessierte
Anmeldung: 08. Juni 2024



V12 Austausch der Hitze-Schutz-Engel

In zwei Veranstaltungen haben die CKD 2023 grundlegende Informationen zum Thema Hitzeschutz vermittelt und nach Hitze-Schutz-Engeln gesucht!

Hitze-Schutz-Engel stehen Menschen bei, die besonders gefährdet durch Hitze sind. Sie vermitteln ihnen Wissen und Tipps für angemessene Verhaltensweisen, für Schutzmaßnahmen in Räumen, durch Kleidung und Nahrung, helfen ihnen auf Wunsch die erforderlichen Getränke und Lebensmittel zu besorgen und halten Kontakt, wenn die Hitze zum längeren Rückzug in die eigenen vier Wände führt. Hitze-Schutz-Engel informieren aber auch umfassend über Maßnahmen zur Klimaanpassung oder setzen sich kommunalpolitisch für Beschattung und öffentliche Zugänge zu kostenlosem Trinkwasser ein. Hitze-Schutz-Engel sind vielfältig unterwegs – denn es gibt viel zu tun, um unsere Lebensqualität auch in Zukunft zu erhalten.

Hitze-Schutz-Engel fliegen ein, wenn sie Hitze-Gefährdungen erkennen und helfen können, sie engagieren sich kommunalpolitisch oder in der Bildungsarbeit, damit möglichst viele Menschen sensibilisiert werden für Fragen rundum Klimawandel und Gesundheit.

Bringen Sie Ihre Erfahrungen, Themen, Ideen, Fragen und Sorgen mit zu dieser Veranstaltung! Gemeinsam suchen wir nach Lösungen, Anregungen und frischer Energie für den anstehenden Sommer und seine Herausforderungen. Denn: Gemeinsam sind wir stark!

Termin: Dienstag, 18.06.2024 17:30 Uhr bis 19.30 Uhr
Ort: online
Moderation: **Sigrid Schorn**, Dipl. Soz.päd., CKD-Diözesanreferentin und Beauftragte für Geistliche Begleitung
Kosten: kostenfrei
Anmeldung: bis 10. Juni 2024



**MEET
CAMPUS**
DEINE SOZIALE
LERNPLATTFORM IM
FREIWILLIGEN ENGAGEMENT



weitere Veranstaltungen und Informationen finden Sie auf dem Meet Campus

V13 Werden Sie ehrenamtliche/r spirituelle/r Wegbegleiter*in!



Informationsveranstaltung über die 5-teilige Qualifizierungsreihe mit Coaching und Regionalgruppenangeboten zur Stärkung der spirituellen und seelsorgerischen Kompetenzen im sozial-caritativen Ehrenamt

Einige Menschen suchen nach Verbundenheit im Glauben mit anderen, finden sie aber nicht mehr in ihrem Lebensumfeld oder in ihrer Kirchengemeinde. Ihre Sehnsucht führt sie zu anderen Orten der Glaubenserfahrung und Glaubensvertiefung und sie sind bereit Wege dafür auf sich zu nehmen. Andere erleben eine starke tragende Gemeinschaft in ihrer Kirchengemeinde oder Seelsorgeeinheit und möchten etwas von dieser Kraft weitergeben. Sie sind bereit ihren Glauben in ihrem nahen Lebensumfeld mit anderen zu teilen, ihnen zuzuhören und sie zu begleiten.

Vielleicht tragen Sie eine tiefe Sehnsucht nach einer inneren Kraftquelle in sich, nach einem göttlichen Grund und der Zusage Gottes „Ich bin mit Dir!“ Vielleicht möchten Sie diese Sehnsucht mit anderen teilen? Oder Sie gehören zu den Menschen im sozial-caritativen Engagement, die zutiefst mit dem christlichen Glauben verbunden und in der katholischen Kirche verwurzelt sind und die dort ihre persönlichen Kraftquellen gefunden haben, die Sie gerne mit anderen teilen möchten?

Wenn diese Zeilen Sie berühren und ansprechen, dann lassen Sie sich einladen zu dieser Informationsveranstaltung zur Qualifizierung ehrenamtlicher spiritueller Wegbegleiterinnen und Wegbegleiter für sozial-caritative Gruppen und Engagierte. Wir informieren über die Inhalte und Rahmenbedingungen der Qualifizierungsreihe. Sie haben Gelegenheit, Ihre Fragen zu stellen.

Im Folgenden finden Sie die Termine/Referent*innen. Bitte beachten Sie: Es ist leider nicht möglich, nur einzelne Module zu besuchen. Wir erwarten die Bereitschaft, an allen 5 Modulen und an den Regionalgruppen teilzunehmen.

1. Biografische Betrachtung des persönlichen Glaubensweges mit Birgit Bronner
Kloster Untermarchtal am 15./16.11.2024
2. Spiritualität- was verstehen wir darunter? mit Dr. Maximiliane Eisenmann
Kloster Heiligkreuztal am 17./18.01.2025
3. Seelsorgerische Gesprächsführung mit Sigrid Schorn
Hirscherhaus Rottenburg am 21./22.03.2025
4. Begleitung von Gruppen – Gruppenpädagogik und -dynamik mit Barbara Striffler
Ellwangen, Bildungshaus Schönenberg am 07./08.11.2025
5. Gebets- und Gottesdienstformen und Abschluss des Kurses am 24./25./26.04.2026
Referent*innen und Häuser sind angefragt

Die Informationsveranstaltung ist der Ort für alle Interessierten, eine Einführung in das Thema zu erhalten, und vor allem um Fragen zu stellen. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und ihre Beiträge.

Termin: Freitag, 28.06.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr
 Ort: Online
 Referentinnen: **Brigitte Neyer-Strohmaier**, CKD-Vorsitzende, Dipl.-Theologin
Sigrid Schorn, CKD-Diözesanreferentin und Beauftragte für Geistliche Begleitung
 Kosten: Kostenfrei
 Anmeldung: bis 21. Juni 2024



Spirituelle Wegbegleitung - ein Ausbildungsangebot der CKD!

V14 Du bist wertvoll!

Diözesanbegegnungstag im Kloster Schöntal am Samstag, 06.Juli 2024



Du bist wertvoll – Du bist ein Kind Gottes – gehalten und getragen von seiner Liebe. Diesen Zuspruch Gottes an uns kennen wir aus der Bibel. Diese Zusage trägt viele von uns im Alltag und legt den Grundstein für unser Engagement, insbesondere für unsere Zuwendung zum Nächsten. Auf dieser Grundlage entwickelte sich die Kultur des „Vergelt`s Gott!“.

Die Zeiten haben sich verändert und mit ihnen das soziale Ehrenamt und die Bedürfnisse der Engagierten! Und so fragen wir: Aus welcher Motivation engagieren sich Menschen heute für andere? Was wollen sie erreichen oder

bewegen? Und was erwarten sie für ihren Einsatz? Womit können wir Ehrenamtliche positiv überraschen, ihnen eine Freude schenken und sie für weiteres Engagement begeistern?

Wir blicken auf die vielfältigen Formen der Anerkennung und Wertschätzung, zu denen natürlich auch die Ehrungen der CKD und kostengünstige Weiterbildungsangebote gehören.

Das moderne, eher kurzfristige und biografiebezogene Ehrenamt erfordert ergänzende oder andere Formen der Wertschätzung, die im achtsamen Umgang miteinander gefunden werden wollen: so entstehen neue Ideen der Wertschätzung wie beispielsweise gemeinsame Kulturbesuche, wenn die Gruppe kulturell interessiert ist, oder gemeinsames Kochen, wenn es den Engagierten Freude bereitet und deren Gemeinschaft stärkt, oder eine Wanderung ...

Gemeinsam wollen wir uns auf eine Spurensuche begeben, wie wir zu einer attraktiven Anerkennungskultur finden können, die uns und andere motiviert, mitzumachen. Natürlich werden wir am Nachmittag wieder auf vielfältige Weise kreativ unterwegs sein. Lassen Sie sich überraschen!

Melden Sie sich an – gerne auch mit Ehepartner*in oder Freund*in, wenn es Ihnen gut tut!

Termin: Samstag, 06.07.2024, 09:30 Uhr bis 17:00 Uhr

Ort: Kloster Schöntal

Referentin: noch nicht bekannt

Kosten: kostenfrei für CKD-Mitglieder, wir bitten um einen freiwilligen Beitrag zu den Verpflegungskosten von Nicht-Mitgliedern

Anmeldung: 17. Juni 2024

V15 – Agiles Ehrenamt

Wie sieht Ehrenamt in Zukunft aus? Wir schauen uns verschiedene Trends an und analysieren, ob diese auch für das freiwillige soziale Engagement passend sind. Zum Beispiel arbeiten viele Unternehmen in Projekten „agil“ und mit verschiedenen Methoden wie „Kanban“ oder „SCRUM“. Wir wollen diese Methoden kennen lernen, durch Experten und durch Übungen. So können wir vielleicht das ein oder andere für das Ehrenamt ableiten. Viele Leistungen des Ehrenamts passiert in Projekten, und eine gute Projektplanung und Kommunikation kann eventuell für alle Seiten Vorteile bringen.

Vielleicht kommen wir im Rahmen des Workshops oder danach auch auf ganz neue Ideen, um das soziale Engagement klar zu strukturieren, einfach zugänglich zu machen und für moderne Methoden zu öffnen.

Ziel des Workshops ist es, Methoden kennen zu lernen und für den Einsatz zu testen. Gemeinsam wollen wir schauen ob es konkrete Herausforderungen vor Ort gibt, die mit agilen Methoden verbessert werden können. Mit der Zeit soll ein gemeinsamer Leitfaden entwickelt werden, welche (neue und bekannte) Methoden für welche Ziele geeignet sind. Diese Veranstaltung kann der Startpunkt dafür sein.

Termin: Donnerstag, 26.09.2024, 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr

Ort: Online

Referent*in: noch nicht bekannt

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: 19. September 2024



V16 Zwischenbilanz der Hitze-Schutz-Engel



Nach eineinhalb Jahren Einsatz für die Aktion „Hitze-Schutz-Engel“ schauen wir auf das, was sich ereignet und entwickelt hat und prüfen, wie es weitergehen kann.

Eingeladen sind alle, die in Besuchsdiensten dem Thema Hitzeschutz eine erhöhte Aufmerksamkeit gegeben haben, oder jene, die sich kommunalpolitisch für Hitzeschutzmaßnahmen engagiert haben, oder diejenigen, die sich zum Thema Klimaschutz und Klimaanpassung mit anderen Organisationen vernetzt haben oder die, die Aktionen vor Ort initiiert haben, beispielsweise die Gestaltung eines Gottesdienstes oder eines Erstkommunion- oder Firmungs-Gruppentreffens oder eines Seniorennachmittags und weitere.

Nutzen Sie die Gelegenheit zur wechselseitigen Inspiration, zum Austausch und „Auftanken“.

Geplant ist, Expert*innen aus dem landesweiten Aktionsbündnis Klimaschutz und Gesundheit hinzuziehen und zu prüfen, welche Netzwerke und Aktionsformen sich entwickelt haben.

Zusätzlich: Auch im Herbst 2024 ist es gut, sich auf die kommenden Sommer weiter vorzubereiten und zu prüfen, ob die eine oder andere Person, die begleitet wird, auch in der kalten Jahreszeit Unterstützung braucht und wer diese übernehmen könnte.



Termin: Mittwoch, 09.10.2024 17:30 Uhr bis 19:30 Uhr
 Ort: Online
 Referent*in: noch nicht bekannt
 Moderation: **Sigrid Schorn**
 Kosten: kostenfrei für CKD-Mitglieder
 Anmeldung: 19. September 2024



V17 „Gottes Spuren im eigenen Leben entdecken“ Spirituelles Angebot im Oktober 2024

„Staunenswert sind deine Werke“ singen psalmenbetende Menschen seit Jahrtausenden. Wie wir Gottes Wirken erfahren können, wollen wir bei den Besinnungstagen im goldenen Herbst meditieren. Wie hat sich mein Lebensweg mit all seinen Höhen und Tiefen entwickelt? Und wie schaue ich heute auf all das zurück? Auch die Vorstellung von Gott und die Beziehung zu Gott mag sich gewandelt haben.

Dieses Seminar lädt zu einer Entdeckungsreise ein, bei der wir den Spuren Gottes in unserem individuellen Leben nachgehen. So wird ein ganz persönlicher Lebenspsalm entstehen, den wir als Collage oder Text gestalten werden.

Die Erfahrung eines freundlichen Gottes, der uns trägt und begleitet, schenkt Weite im Denken, im Fühlen, im Lieben. Wir gewinnen Vertrauen und Mut für beherrzte Schritte ins Leben und letztendlich in die Weite hinein...

Freuen Sie sich auf spirituelle Impulse, Besinnung und Austausch, auf kreative Zugänge und eine Segensfeier, auf Begegnung und Gemeinschaft.

Termin: Freitag, 11.10.2024 14:30 Uhr bis
 Samstag, 12.10.2024 16.30 Uhr
 Ort: Bildungshaus Schönenberg, Ellwangen
 Referentin: **Martha Higler-Kühner**, Religionspädagogin, Coach, Kunst- und kreative
 Leibtherapeutin, Burn-out-Therapeutin
 Kosten: 85 € für Mitglieder der CKD
 125 € für Nichtmitglieder
 Anmeldung: 06. September 2024



V18 Einsamkeit und Trauer

Wie Verluste, insbesondere der Tod geliebter Menschen, Vereinsamung begünstigen können

Trauer ist ein anstrengender und herausfordernder Lebensabschnitt. Nicht nur wir selbst müssen mit der Trauer umgehen und leben lernen, die Trauer entwickelt ihre eigene Dynamik und macht etwas mit uns, unseren Beziehungen, unserem Glauben und unserer Emotionalität: Oft fühlen wir uns dann alleingelassen.

Dieses weite Feld von Erfahrungen, in die Trauernde „ohne gefragt zu werden“ hineingeraten, wollen Maria Lerke (Past.Referentin i.R.) und Carsten Wriedt (Diakon, Profilstelle Trauerpastoral) mit Ihnen gemeinsam betrachten. Erkenntnisse aus der Trauerforschung werden vorgestellt und können das Verständnis für die persönliche Situation erleichtern.

Dieses Angebot ist für Menschen gedacht, die sich für Trauernde engagieren oder zukünftig engagieren wollen. Angesprochen sind darüber hinaus sozial-caritativ Engagierte, die in der Senioren- und Besuchsdienstarbeit mit trauernden Menschen zusammenkommen und für diese Begegnungen angemessene Kommunikations- und Verhaltensweisen kennenlernen wollen. Es ist eingebettet in die Jahreskampagne des CKD-Bundesverbands „Die Einsamkeit alternder Menschen“ und beleuchtet auch die Wechselwirkung von Einsamkeit und Trauer.



Termin: Samstag, 09.11.2024, 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr
 Ort: Gemeindesaal unter der Kirche St. Karl Borromäus, Winnenden
 Referent*innen: **Maria Lerke**, Pastoralreferentin im Ruhestand
Carsten Wriedt, Diakon, Profilstelle Hospiz- und Trauerpastoral im Dekanat Rems-Murr
 Kosten: 15 € für die Tagesverpflegung (für Mitglieder der CKD kostenfrei)
 Anmeldung: bis 31. Oktober 2024



V19 Fazit Jahresthema „I love New Ehrenamt“

Zu diesem Zeitpunkt haben wir uns mit dem Jahresthema (siehe Seite 9 f.) schon fast ein Jahr beschäftigt. Zeit für ein Fazit. Haben wir Menschen erreichen, oder sogar bewegen können? Ideen entwickelt? Neue Erkenntnisse gewonnen? Etwas verändert, gar verbessert?

Wir präsentieren die Ergebnisse, die Antworten, die Kommunikationen, die Umfrage und so weiter. Gemeinsam diskutieren wir, was in dem Jahr passiert ist, was wir gelernt haben, was sich daraus ergibt. Was muss sich ändern und wer kann etwas ändern, um die Zukunft des freiwilligen sozialen Engagements zu sichern? Diese Veranstaltung wird offen sein für alle Menschen mit Interesse an der sozialen Gesellschaft.

Wie dieser Termin im Detail genau ablaufen wird, werden wir im Laufe des Jahres entwickeln, je nach Beteiligung und Ergebnissen. Für aktuelle Informationen

Termin: Donnerstag 21.11.2024 ab 18:00 Uhr
 Ort: Hybrid im Coworking0711 in Stuttgart und Online
 Referent*innen: noch nicht bekannt
 Moderation: **Christopher Schmidhofer**
 Kosten: kostenlos
 Anmeldung: bis 13. November 2024

I 
 NEW
 EHRENAMT

Einsamkeit hat viele Facetten. Sie kann im weitesten Sinne als Unzufriedenheit mit den bestehenden sozialen Beziehungen definiert werden. Die meisten Menschen kennen Lebensphasen, in denen sie sich einsam fühlten. Wenn sich jedoch dauerhaft das Gefühl des „Verlassen-seins von Gott und der Welt“, des „Nicht-verstanden-werdens“ vom engsten Umfeld einstellt, kann Vereinsamung körperliche und mentale Auswirkungen haben und zu psychischen Erkrankungen führen, z. B. zu Depressionen. „Wer heute von Einsamkeit spricht, behandelt häufig Fragen und Folgen von Depression; und die Lebenswirklichkeit scheint diese Entwicklung zu bestätigen: Verantwortliche von Hilfsangeboten schlugen während der Hochphasen der Pandemie Alarm. Die Kirchliche Telefonseelsorge hatte zwischenzeitlich doppelt so viele Anrufe (Richter 2020). Kinder- und Jugendpsychiatrien kamen an ihre Belastungsgrenzen (Braun/Weidt 2021). Mentale Störungen nahmen zu (Ärztblatt 2021).“¹

Wir beschäftigen uns an diesem Abend mit der Frage: Was ist eigentlich eine Depression? Wann habe ich nur einen schlechten Tag und wann ist mein Befinden als depressive Erkrankung zu verstehen? Welche Wechselwirkung besteht zwischen Einsamkeit und Depression? Wie kann ich depressiven Menschen begegnen? Welche Hilfsangebote gibt es?

Die Referentin definiert Depression und beantwortet die Fragen der Teilnehmenden dazu. Diese Veranstaltung wird im Dialog mit den Teilnehmenden gestaltet, so dass deren Fragen, Erfahrungen und Wünsche im Vordergrund stehen. Sie richtet sich vor allem an sozial Engagierte, die Kontakt zu Menschen haben, die sich einsam, matt und hoffnungslos fühlen. Am Thema Interessierte sind ebenfalls willkommen. Ziel ist es, einen angemessenen Umgang mit Menschen zu finden, die depressive Symptome aufweisen, und einen Überblick über professionelle Hilfen zu erhalten.

Termin: 26.11.2024, 18:30 Uhr bis 20 Uhr, online
 Ort: Online
 Referentin: **Dr. Felicitas Harle**, Fachärztin für Psychiatrie, Psychotherapie und Gruppenpsychotherapie
 Kosten: Kostenfrei
 Anmeldung: bis 19. November 2024

¹ Quelle des Zitats: Leseprobe aus Döcker, Einsamkeit, <http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/> ISBN 978-3-7799-7244-0 © 2022 Beltz Juventa in der Verlagsgruppe Beltz, Weinheim Basel]



8 Abrufbare Angebote

Organisatorische Hinweise für die Buchung von Referent*innen

Hier erfahren Sie Schritt für Schritt, wie Sie Ihr Wunschthema in Ihrer Gemeinde oder Einrichtung mit Referent*innen der CKD realisieren können, oder wie Sie eine Begleitung, ein Coaching oder eine Supervision erhalten:

1. Auf den folgenden Seiten finden Sie eine Auswahl an Themen, die unsere Referent*innen anbieten. Prüfen Sie bitte im Leitungsteam oder in Ihrer Gruppe, welches Thema Sie anspricht oder welche Fragen Sie bearbeiten wollen. Ebenso finden Sie unter Punkt „10“ Referent*innen, die Sie für ein Einzel-, Team- oder Gruppencoaching anfragen können.
2. Haben Sie sich entschieden, erhalten Sie in der Geschäftsstelle der CKD weitere Informationen und die E-Mailadresse der Referentin/des Referenten für Absprachen. Bitte klären Sie möglichst früh mit der Kirchengemeinde bzw. dem Träger die Kostenübernahme bzw. die Höhe der Zuschussung.
3. Sollten Sie ein Thema wünschen, das nicht im Jahresprogramm angeboten wird, dann beraten wir Sie gerne und versuchen eine für Ihre Gruppe passende Lösung zu finden.
4. Sind die Rahmenbedingungen (Termin, Ort und Thema/Inhalt der Veranstaltung) mit dem/der Referent*in abgestimmt, melden Sie diese bitte der Geschäftsstelle der CKD. Ihre Ansprechpartnerin ist Sabine Fischer. Sie schickt Ihnen weitere Infos und Formulare zur Organisation und Abrechnung der Veranstaltung.
5. Nun beginnen Ihre Vorbereitungen vor Ort (Werbung, Vorbereitung von Raum und Verpflegung). Bitte beachten Sie, dass an der Veranstaltung mindestens 10 Personen teilnehmen sollten. Selbstverständlich können sich mehrere Organisationen (Seelsorgeeinheit/ Ökumene/ Vereine/ Kommune...) zusammenschließen. Auch dann erhalten CKD-Mitglieder ihre Vergünstigungen.
6. Ist eine der beteiligten Gruppen Mitglied bei den CKD, dann übernimmt der CKD-Diözesanverband die Hälfte der Kosten für die/den Referenten/in.
7. Nach der Veranstaltung senden Sie bitte den ausgefüllten Rückmeldebogen an die CKD-Geschäftsstelle.
8. Diese rechnet nun Honorar, Fahrtkosten, Materialkosten mit der Referentin/dem Referenten ab und stellt Ihnen bzw. dem Träger die Kosten in Rechnung. **CKD-Mitglieder zahlen nur die Hälfte der Kosten für den/die Referent*in!**

Für Fragen zur Planung und Durchführung von Fortbildungen und Besinnungstagen steht Ihnen Sabine Fischer montags, dienstags und donnerstags (0711 2633-1160) zur Verfügung.

Die Honorarsätze für Referent*innen, Coachs und Supervisor*innen sind:

Für bis zu 3 Stunden Durchführungszeit:	250,- €,
für jede weitere Arbeitseinheit à 45 Minuten:	64,- €,
bzw. für jede volle Stunde	85,- €,

zuzüglich der Erstattung von Reise- und Materialkosten der Referent*innen.

Dazu kommt ein Zuschlag von 15,- € für jede Stunde Fahrzeit, die über einer Gesamtfahrzeit von zwei Stunden für den Hin- und den Rückweg liegt bzw. wenn ein Weg nicht planmäßig länger als eine Stunde dauert, z.B. durch starkes Verkehrsaufkommen.

D.h.: Je näher der Einsatzort für Ihre Referentin/Ihren Referenten an deren/dessen Wohnort ist, desto günstiger sind die Gesamtausgaben.

Auch Gruppen, die nicht Mitglied unseres Vereins sind, vermitteln wir Referent*innen. Dann erfolgt die Abrechnung direkt mit der Gruppe, ohne Garantie auf die von uns ausgehandelten Honorarsätze und ohne Zuschuss durch die CKD.

Weitere Informationen zur Planung und Durchführung von Veranstaltungen erhalten Sie hier:

Geschäftsstelle der Caritas-Konferenzen Deutschlands
Diözesanverband Rottenburg-Stuttgart e. V.
-Das Netzwerk von Ehrenamtlichen-
Strombergstr. 11, 70188 Stuttgart
0711/2633-1161 oder -1160 (Verwaltung)
0711/2633 -1149 (Diözesanreferentin)
geschaeftsstelle@ckd-rs.de, www.ckd-rs.de

A1 Lebenslanges Lernen? - Über die Bedeutung der Kreativität im Alter(n)

Bildung ist auch mit zunehmendem Alter „Selbst-Bildung“ und hat mit der eigenen Biografie, den Lebenslagen und -situationen eines Menschen zu tun. Eigentlich meint der Begriff „lebenslanges Lernen“ lebensphasenorientiertes Lernen. Welche Bedürfnisse bestimmen besonders die späten Lebensphasen? Welche Rolle spielen dabei Kunst und Kreativität? Und wie kann ich (meine) verschlossenen Zugänge öffnen, um den Herausforderungen in einer „alternden“ Gesellschaft gewachsen zu sein?

Anke Böhm

A2 Heil trotz gesundheitlicher Einschränkungen

Bei Krankheit oder körperlichen Beeinträchtigungen entsteht das Gefühl, gegen einen Teil von sich kämpfen zu müssen. Das kostet Kraft. Heilsam kann es dagegen sein, die Aufmerksamkeit auf das zu richten, was heil und lebendig an uns ist. Statt zu kämpfen - verbünden wir uns mit den Heilkräften, die in uns angelegt sind. Durch Atemübungen, Achtsamkeit und förderliche innere Bilder stärken wir unser Immunsystem und erhöhen unsere Vitalität.

Martha Higler-Kühner

A3 Impulse für biografische Gespräche

Wie können Gespräche z.B. beim Seniorenbesuch oder in der Nachbarschaftshilfe gestaltet werden, damit sich Lebensschätze zeigen? Förderung des Erinnerns und Erzählens. Auch mit schwierigen Themen kann umgegangen werden. Jedes Leben enthält Ressourcen, die erst auf den zweiten Blick sichtbar werden.

Christina Kaiser

A4 Lebensmüde oder Lebenssatt? Umgang mit Depression im Alter

Depressionen und Suizide im Alter nehmen immer mehr zu. Gleichzeitig werden sie häufig nicht als solche erkannt, sondern ihre speziellen Symptome werden als „Alterserscheinungen“ abgetan. Wie kann man Depressionen im Alter erkennen? Was ist hilfreich im Umgang mit diesen Menschen und wo findet man Unterstützung?

Brigit Bronner

A5 Biografiearbeit

Lebensgeschichten vor dem Vergessen bewahren, Zeitzeugen eine Stimme geben, echtes Zuhören. In den Privatbiografien liegt mein Hauptaugenmerk auf den Menschen, die bisher wenig im Rampenlicht standen. Ich kann dabei immer wieder feststellen, dass Biografiearbeit weit mehr als nur das Festhalten von Erlebnissen ist. Sie wirkt sich stärkend auf Ressourcen und Resilienz aus.

Dagmar Schenk

A6 Gemeinsam satt einsam - verschiedene Modelle, das Leben miteinander zu teilen

Der Mensch wurde zur Gemeinschaft mit anderen geschaffen, so wird im Miteinander das Leben bunt und lebenswert. Immer mehr Menschen suchen danach, Leben zu teilen bis hin zum gemeinsamen Wohnen. Nur wie kann das gelingen? Gemeinsam wollen wir uns grundlegende Gedanken über Gemeinschaft machen, verschiedene Formen gemeinschaftlichen Lebens kennenlernen und auf kreative Art und Weise unseren eigenen Wünschen auf die Spur kommen.

Andrea Schieweck

C Christliche Spiritualität

C1 „Erbarmende Liebe erobert die Welt.“ (Vinzenz von Paul 1581-1660)

Die Lebensgeschichte des Hl. Vinzenz von Paul zeigt uns, wie sich sein Leben durch die Liebe zum Nächsten und zu Gott radikal veränderte. Vinzenz von Paul, ein Multi-Organisationstalent, hat sich mit „Antennen der Liebe“ und mit vielen Helfer*innen für die Nöte anderer eingesetzt.

Sr. Marlies Göhr

C2 „Wir müssen das, was wir haben, froh und gerne geben!“ (Elisabeth von Thüringen)

Elisabeth von Thüringen, Patronin des Verbandes, war eine Bahnbrecherin auf dem Weg zum praktischen Christ sein. Sie engagierte sich für die Armen und Kranken und begegnete in ihnen Christus, so wie es im Evangelium heißt: „Was ihr einem meiner geringsten Brüder und Schwestern getan habt, das habt ihr mir getan (Mt 25,40)“.

Sr. Marlies Göhr

C3 „Gehe mutig von Augenblick zu Augenblick“ (Luise von Marillac)

Luise von Marillac schöpfte ihre Kraft aus dem Evangelium. Luise war Ehefrau, Mutter und Helferin der Armen. Sie lebte im 17. Jahrhundert und fand durch die Begegnung mit Vinzenz von Paul zu ihrer eigentlichen Berufung.

Sr. Marlies Göhr

C4 Wo ist mein Platz?

Oft quälen uns Bedenken, ob wir auf dem richtigen Weg sind. Warum engagiere ich mich eigentlich in diesem Feld? Passt diese Aufgabe noch zu mir? Von was oder von wem lasse ich mich in meinem Ehrenamt leiten, von wem beauftragen? Gibt es einen Weg, der allem und allen gerecht wird? Die integrale Lebensweise „Klangmodell Mensch“ zeigt uns Wege auf, wie wir unseren Platz im „Weltorchester Gottes“ finden können.

Daniela Fischer

C5 Die 4 Kirchenlehrerinnen – kommunikativ – heilsam – schöpferisch – zukunftsweisend

Teresa von Avila, Katherina von Siena, Therese von Lisieux und Hildegard von Bingen, vier Powerfrauen aus Europa, die Spuren hinterlassen haben in ihrer Zeit. Zu ihrer je kraftvollen Seite gehörten auch Schwäche und Krankheit und das Selbstbewusstsein kam mit Herausforderungen. Bleiben sie in unserer Kirche als Heilige und im Reliquienschrein? Oder lassen wir die ermutigende Stärke, die diese Frauen aus ihrer Beziehung zu Gott und den Menschen fruchtbar machten, weiterwirken in unser Leben, in unsere Kirche und Gesellschaft? Frohe Botschaften warten auf Frauen und Männer, die sich in Kirche und Welt engagieren.

Annette Heizmann

C6 Wertvoll

Es ist doch immer wieder erstaunlich, von welchen Dingen und Ereignissen wir unseren Wert abhängig machen. Dabei sind wir doch unbezahlbar, kostbar und unendlich wertvoll. Das Leben, mein Leben lässt sich nicht nach einem Marktwert bestimmen. Das Geschenk des Lebens ist real, einmalig und göttlich. Was für eine kostbare Gabe! Das gilt es immer wieder zu bestaunen, von wem und wofür ich es bekommen habe, dieses Kostbare, das mich so unverwechselbar wertvoll macht!

Sr. Marzella Krieg

C7 „Du hast alles in Dir, wodurch Du wirken kannst!“ – Hildegard von Bingen und ihre Weisheit – Ein Schatz für Frauen heute!

Bildhaft erfahren Sie von Hildegards heilenden Orten und Meditations-Bildern, praktisch erleben Sie die Kräuterheilkunde für Leib und Seele und die Freude am Leben darf neu geweckt werden an diesem Tag. Wie wir die Freude auch bei Besuchsdiensten und Gesprächen neu wecken können, welche Kräuter und Gewürze dabei unterstützen, dafür nehmen wir uns Zeit. Probieren Sie die Heilkräuter in ihrer Vielfalt und lernen Sie Heilmittel kennen, die leicht selbst herzustellen sind und zu Entspannung und gesundem Schlaf hilfreich sein können.

Annette Heizmann

C8 Glück gehabt...

Sie sind gut durch die Krise gekommen und versuchen nun im Außergewöhnlichen Alltag werden zu lassen. Viele Gefühlszustände wurden in der Krise durchlebt und haben uns gefordert und erschöpft. Nun brauchen wir Zeit, um Perspektiven zu entwickeln, Wege zu entdecken und zu gehen, Sinn zu finden, dankbar, zuversichtlich, hoffnungsvoll, gesegnet ... Ja, da ist einer,Ich habe Glück gehabt, dass da ein Gott ist, der alle Wege mitgeht - und Sie?

Sr. Marzella Krieg

C9 Wecke das Morgenrot in Dir – Die heilsame Kraft der Musik**

Wir hören Klänge nicht nur mit unseren Ohren. Wir nehmen sie mit allen Sinnen wahr und spüren sie mit unserem ganzen Sein - wohlthuende und harmonische Klänge, aber auch kräftezehrende und disharmonische. Wie schaffen wir es, in dieser Klangvielfalt unseren ganz „persönlichen Klang“ zu leben? Denn wohlgestimmt sein ist Bedingung und Grundlage für umfassende Gesundheit.

Die integrale Lebensweise zeigt Wege auf, wie wir unsere Musik, das Morgenrot in uns selbst, bewusst wecken können und so die heilsame Kraft wirksam wird.

Daniela Fischer

C10 „Gönne dich dir selbst“ (Bernard von Clairvaux) - zurück zur inneren Stimme

Sich selbst gönnen, klingt das egoistisch? Haben wir uns in den letzten Jahrzehnten nicht viel zu viel gegönnt? Wie passt dieser Aufruf in unsere heutige Zeit? Aber können wir für andere da sein, wenn wir uns selbst nichts gönnen und bald erschöpft sind? Mich mir selbst gönnen, bedeutet mit meinem Innersten, meiner Kraftquelle in Kontakt zu sein, die mir Wohlklang verschafft, um im Weltorchester Gottes mitspielen zu können.

Daniela Fischer

C11 „Du führst mich hinaus in die Weite“ (Psalm 18,20)

Gehen – Begegnen – zu sich – zu Gott finden

Gemeinsam auf dem Weg sein, aber auch Zeit den eigenen Gedanken und Gefühlen nachzuspüren. Dazu laden spirituelle Wanderungen mit Impulsen (maximale Länge ca. 6 km) bzw. ein oder mehrtägige Pilgertage z.B. auf dem im Mai 2021 neu eröffneten Ulrikaweg ein.

Dieser führt mit einer Länge von 123 km in mehreren Etappen vom schwäbischen Unterstadion zum Kloster Hegne an den Bodensee. Gerne unterbreite ich Ihnen ein für Sie und auf Ihre Gruppe abgestimmtes Angebot.

Gabriele Holland-Junge

C12 Was unterscheidet das Frauenbild im Christentum und im Islam?

Sie sind eingeladen, Ihr Wissen zu erweitern. Eigene Erfahrungen mit dem Frauenbild im Christentum und in Begegnung mit muslimischen Frauen anzuschauen und neue Erkenntnisse mit in Ihre caritative Arbeit und Ihr Leben vor Ort zu nehmen. Wertschätzung für die Frau in beiden Religionen sind unser Fokus und vielleicht entdecken wir dabei einen Reichtum, der uns kraftspendend und erfrischend stärkt in unserem Frausein und hineinwirken darf in die nächste Generation.

Annette Heizmann

D Dementielle Erkrankungen und ihre Herausforderungen

D1 Aktivierungsangebote für Menschen mit Demenz

Menschen mit Demenz zur Aktivität verlocken – dabei orientieren wir uns an der Biografie und suchen auch speziell Aktivierungsangebote für Männer. Wichtige Aspekte, die bei der Planung beachtet werden sollten, welche Ziele verfolgen wir mit diesen Angeboten? Anhand praktischer Übungen erhalten Sie eine Einführung in die Elemente der basalen Stimulation (Handmassage / Formen der Berührung).

Susanne Regen

D2 Wenn Worte alleine nicht reichen...

Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen, einer Demenz oder Alzheimer lachen und freuen sich genauso gerne wie jede/r andere. Sie brauchen lediglich Impulse, damit die Lebensfreude sich entfalten kann. Durch Klänge, kreatives Tun, Bewegung oder basale Stimulation kann eine andere Art von Kommunikation gefunden werden.

Petra Raditsch

D3 Kontakt zu Menschen mit Demenz herstellen – mit praktischen Übungen

Die Lebenswelt, Gefühle und Bedürfnisse der Menschen mit Demenz kennenlernen. Möglichkeiten der Kontaktaufnahme anhand von praktischen Übungen. Umgang mit herausforderndem Verhalten (weinen, schreien, Wut, Angst...). Weiterführendes Angebot: Begleitung einer Gruppe mit Fallbesprechungen aus dem Alltag der Teilnehmer*innen.

Weitere Übungen zur Kommunikation anhand der Lebensgeschichte der Betroffenen.

Susanne Regen

D4 Kunst und Kreativität - Neue Wege der Kommunikation bei Demenz

Kunst und gestalterisches Handeln sind wichtige persönliche Ausdrucksmittel, auch für Menschen mit Demenz. Sie ermöglichen uns neue nonverbale Kommunikation zwischen Betroffenen und Betreuenden zu erlernen. Wir beschäftigen uns zunächst mit der Bedeutung „lebenslanger Kreativität“ für Menschen mit Demenz. Es werden konkrete Techniken, Herangehensweisen und Materialien vorgestellt und erprobt, welche die Lebensqualität und das Wohlbefinden sowohl der Menschen mit Demenz als auch der Betreuenden steigern können.

Anke Böhm

D5 Kunst öffnet Türen, künstlerische Begleitung von Menschen im Alter und mit Demenz

Kunst öffnet Türen, schafft Räume zur Kommunikation. Kunst mit allen Sinnen erleben ist für Menschen mit kognitiven Einschränkungen etwas ganz besonderes. Es geht nicht um Wissensvermittlung. Es macht Spaß und Freude, es ist ein emotionales Erleben: Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. Vortrag mit integrierten Übungen.

Anne Demuth

E Ehrenamt, Freiwilligenengagement und Gesellschaft

E1 Generationenübergreifende Podcast

Das Trendmedium Podcast eignet sich hervorragend, um Erzählungen, Geschichten oder mündliche Überlieferungen festzuhalten. Im Hörformat ist nicht nur die Aufnahme der Stimme ein Pluspunkt, auch kann eine authentische Erzählatmosphäre wiedergegeben werden. In der generationenübergreifenden Zusammenarbeit setze ich ganz bewusst auf Podcasts, um den geschickten Umgang der einen mit den neuen Medien und die berührenden Erzählungen der anderen zu verknüpfen.

Dagmar Schenk

E2 Erzählcafés

Ein Erzählcafé ist ein Treffen zum Zuhören, Erinnern, Erzählen und Austauschen. Als Moderatorin rege ich die Erinnerung und den Austausch an und trage Sorge dafür, dass jede/r zuhört bzw. dass sich jede/r einbringen kann, die/der möchte.

Dagmar Schenk

E3 Instagram Aufbau-Schulung

Dieser Kurs richtet sich an alle Personen, die Instagram regelmäßig einsetzen wollen und bereits erste Vorkenntnisse haben. Durch den Einsatz von Instagram und Co. kann sowohl eine jüngere Zielgruppe angesprochen und für das Ehrenamt gewonnen werden, als auch mit einfachen Mitteln der Bekanntheitsgrad eines Dienstes und die Sichtbarkeit im Internet erhöht werden. Im Kurs werden die entsprechenden Möglichkeiten vermittelt.

Patrizia Glass

E4 Qualität zählt. Gutes besser machen

„Good to Great“ heißt ein bekannter Bestseller von Jim Collins. Gut allein genügt auch in Kirchen nicht, wenn man Menschen begeistern und zum Mitmachen motivieren will. Doch wie geht das konkret: etwas verbessern? Bei diesem Seminar können Sie ein Beispiel aus Ihrer Praxis einbringen. Sie werden an einer konkreten Aktion, einem Prozess oder einer Maßnahme so feilen, dass Sie bald bemerken: Jetzt wird's tatsächlich besser! Zusätzlicher Vorteil: Sie lernen die Kriterien für mehr Qualität nicht nur kennen, sondern können sie ab sofort auf viele Bereiche anwenden.

Georg Plank

E5 Workshop Instagram

Begleiteter Workshop bei dem mit Teilnehmer*innen gemeinsam Content erstellt und gepostet wird. Hier bietet sich Raum für Fragen und direkte Unterstützung vor Ort.

Patrizia Glass

E6 Eine sorgende Gemeinde/Gemeinschaft sein!?

Unter dem Begriff verstehen wir eine fürsorgende Gemeinde/Gemeinschaft in einem Sozialraum. Das kann ein Stadtteil oder ein Dorf sein oder eine Kirchengemeinde. Jeder Mensch soll Verantwortung übernehmen können. Nicht nur alte Menschen, sondern generationenübergreifend soll allen Menschen eine soziale, kulturelle und politische Teilhabe und eine möglichst selbständige Lebensführung ermöglicht werden. Hintergrund der Bemühungen ist die Gestaltung des demografischen Wandels und des Fachkräftemangels in pflegenden, sorgenden Berufsfeldern. Aber wie geht es? Bei diesem Angebot werden Impulse dazu für ehrenamtlich Engagierte, Gruppen und Organisationen gegeben.“ (bevorzugt: Halbtagesveranstaltung).

Thomas Münsch

E7 Die Rogers Bell strategisch nutzen

Kennen Sie die Typologie von Everett Rogers, von den „innovator“ über die „early adopters“ bis zu den „laggards“. Man kann lernen, mit dieser Typologie effizient umzugehen. Das wurde in Dutzenden Werkstätten getestet und erprobt.

Bei diesem Seminar werden Sie entdecken, auf welche Menschen Sie sich zu Beginn eines neuen Projektes fokussieren müssen. Und Sie werden verstehen, wie Sie auch die Energie von Skepsis und Widerstand konstruktiv nutzen können. Wer das kann, wird in Zukunft weniger Frustration erleben, weil Projekte mit höherer Wahrscheinlichkeit gelingen werden.

Georg Plank

E8 Digitale Tools & Methoden

Der Online-Workshop gibt nützliche Tipps und Anregungen, wie Online-Treffen und -Zusammenarbeit nicht nur erfolgreich, sondern auch auf interessante und kreative Art und Weise gestaltet werden können. Es werden Methoden und Tools vorgestellt, um einen ersten Überblick über die Möglichkeiten der digitalen Zusammenarbeit zu gewinnen.

Dieser Workshop ist richtig für Menschen, die mit Gruppen digital zusammenarbeiten wollen, fachliche Inhalte an Teams und Gruppen bringen wollen und sich dafür interessieren, wie eine Zusammenarbeit über die Entfernung mit digitalen Werkzeugen funktioniert.

Teilnehmende des Workshops gewinnen den Überblick über verschiedene Möglichkeiten; eine intensivere Auseinandersetzung / Schulung zu den einzelnen Tools würde den zeitlichen Rahmen sprengen. Mit der Erfahrung aus diesem Workshop kann die Lernkurve für die digitale Zusammenarbeit erfolgreich abgekürzt werden.

Doris Schuppe

E9 Instagram Basis-Schulung

Heute sind Internet, Social Media, Influencer und alles, was dazu gehört, aus unserer Gesellschaft nicht mehr wegzudenken. Trotzdem finden sich nur die wenigsten sozialen Einrichtungen, wie Nachbarschaftshilfen oder Caritas-Konferenzen auf den verschiedenen Plattformen. Durch den Einsatz von Instagram und Co. kann sowohl eine jüngere Zielgruppe angesprochen und für das Ehrenamt gewonnen werden, als auch mit einfachen Mitteln der Bekanntheitsgrad eines Dienstes und die Sichtbarkeit im Internet erhöht werden.

Diese Schulung stellt die grundsätzlichen Funktionen von Instagram für Personen ohne Vorerfahrung vor.

Patrizia Glass

E10 Die Türöffner - neue Wege zu einem Miteinander

Gerne begleite ich Caritasausschüsse, Besuchsdienstgruppen oder Ehrenamtliche, die eine neue Idee für ein besseres Miteinander umsetzen wollen. Das Besondere der „Türöffner“-Idee: Es gibt ein Organisationsteam und ein Türöffner-Team von Menschen, die in direkten persönlichen Kontakt zu anderen treten, also eine klare Aufteilung von Aufgaben und Rollen. Dazu kommt das enge Zusammenwirken mit sozialen Einrichtungen und Organisationen vor Ort.

Nicht eine/r für alles, sondern viele für etwas gewinnen.

Lassen Sie sich inspirieren.

Hildegard Schnetz-Frangen

E11 Was wir von einer kreativen Köchin für das Entstehen eines neuen Projekts lernen können

Sicher hat sich jeder schon einmal nach dem Blick in den Kühlschrank gefragt: Was koche ich jetzt mit dem, was da ist, was bekomme ich hin, wer kann mir behilflich sein,

Dieses Vorgehen, auch Effectuation-Ansatz genannt, erweist sich auch für das Entstehen von anderen „genussreichen“ Projekten als sehr brauchbar. Vielleicht möchten Sie in nächster Zukunft mit etwas Neuem starten, wissen aber noch nicht so recht wie. Mit den Handlungsgrundsätzen des Effectuation können Sie sich Ihr Vorhaben erleichtern: Mit den verfügbaren Mitteln arbeiten, kleine Schritte gehen und wenn es nicht klappt „geht die Welt nicht unter“, - im Unerwarteten eine Chance erkennen („Wenn du nur Zitronen hast, mache Limonade daraus“), Kontakt zu Kooperationspartnern knüpfen, die aus eigenem Interesse gerne dabei sind, das zu tun, was ich zusammen mit den Partnern und den vorhandenen Mitteln gestalten und erreichen kann und aus dem Handeln Erkenntnisse gewinnen. Wir probieren es aus, wir treffen uns in der Gemeindehausküche, machen etwas aus dem, was Sie mitbringen, und gleichzeitig nutzen wir diese Erfahrungen für die Entwicklung Ihres Vorhabens.

Hildegard Schnetz-Frangen

E12 Letzter Check vor dem Start

Innovationsstudien zeigen: Von 10 guten Ideen wird durchschnittlich nur eine tatsächlich umgesetzt. Das ist vielen vertraut. Wenige wissen allerdings, dass von 10 beschlossenen Projekten oder Maßnahmen, die es bis zur Umsetzung schaffen, wiederum nur eine die angestrebten Wirkungen erzielt.

Es fließen also enorme Mittel für die Entwicklung und Realisierung von Projekten, Maßnahmen, Umstrukturierungen etc. ohne die gewünschten Erfolge!

Es zahlt sich daher aus, vor der Umsetzung noch in einen letzten Check zu investieren, um die Erfolgswahrscheinlichkeit wesentlich zu erhöhen. Bei dieser Veranstaltung präsentieren die TN ihre Projektpläne und bekommen dazu ein qualifiziertes Feedback, um die Erfolgswahrscheinlichkeit zu erhöhen.

Georg Plank

E13 Rassismuskritisch Denken und Handeln: Gemeinsam gegen Vorurteile.

In dieser integrativen Veranstaltung setzen wir uns aktiv mit Vorurteilen auseinander und erkunden Wege, wie wir rassismuskritisches Denken und Handeln in unsere Gemeinschaft einbringen können. Durch offene Diskussionen und praxisnahe Ansätze erfahren Sie, wie Sie aktiv dazu beitragen können, Vorurteile zu überwinden, um eine inklusivere Welt zu gestalten. Lernen Sie, wie Sie Veränderungen in Ihrem eigenen Denken und Verhalten bewirken können, um eine gerechtere und vielfältigere Gesellschaft zu fördern.

Hatice Avci

E14 Wege in die Zukunft

In einem kurzen 2-stündigen Workshop erarbeiten Sie mit verschiedenen Methoden Ideen, um mit Ihrer Gruppe in eine konstruktive Arbeit zu starten. Entdecken Sie bei sich, Ihrer Gruppe und in Ihrem Umfeld Potenziale für die Umsetzung von Ideen. Wir starten mit einer soziometrischen Aufstellung, fragen nach Erwartungen aus der Gruppe, reden über Hürden und entwickeln visionäre Ideen. Fest in den Blick nehmen wir dabei konkrete Umsetzungsmöglichkeiten. Dieser Workshop dient als Reisebeginn Ihrer Gruppe und ist ideal für einen Neustart nach einer Fokusphase oder Ruhephase (zum Beispiel aufgrund der Pandemie) oder auch für neu zusammengestellte Gruppen.

Sigrid Schorn / Christopher Schmidhofer

K Kommunikation

K1 Wir heißen Sie herzlich willkommen!?

Allerorten reden wir von Willkommenskultur, gerade auch in unseren Gemeinden. Aber wie können wir die Willkommenshaltung gegenüber zum Beispiel neuen Mitgliedern beim Gesprächsabend, in einer Ehrenamtsgruppe usw. ausdrücken und durchhalten? Welche Erfahrungen gibt es dazu? Welche Methoden können hilfreich sein?“ (bevorzugt: Halbtagesveranstaltung)

Thomas Münsch

K2 Was bedeutet Würde und wie können wir sie uns in unseren Begegnungen bewahren?

Scham ist ein soziales Gefühl, das uns hilft in Gemeinschaft zu leben und würdevoll miteinander umzugehen. Ganz anders die Beschämung, die die meisten von uns auf ihrem Lebensweg ebenfalls erlebt haben. Sie lähmt uns häufig oder lässt uns in einer Weise reagieren, die uns aus dem Kontakt mit uns selbst und unserem Gegenüber gehen lässt.

Dieser Workshop dient dazu die Scham besser zu verstehen, sie mithilfe der Haltung der Gewaltfreien Kommunikation zu ergründen und Schritte hin zu einem würdevollen Miteinander zu gehen. So lernen wir auf der Basis der Gewaltfreien Kommunikation unsere Würde zu bewahren. Dies hilft, mit sich selbst und mit Situationen würdevoll umzugehen.

Ines Gläse

K3 Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Marshall B. Rosenberg

Wie können wir in unseren Begegnungen in eine wahrhaftige Verbindung kommen? Gewalt fängt in der Sprache an. Lerne die Methode und Haltung der GFK kennen, die auf Einfühlung, Verbundenheit und Respekt basiert. Erforsche spielerisch ihre 4 Komponenten. Werde dir bewusst, was du beobachtest, fühlst und brauchst, und wie du um das bittest, was dich nährt. Öffne auf diese Weise die Tür zu Lebendigkeit und Begegnung. Mach dich auf den Weg, dich immer wieder aufs Neue für Empathie zu entscheiden und erlebe die wachsende Verbindung zu dir selbst und deinem Gegenüber.

Ines Gläse

K4 Wie gelingt gute Kommunikation?

Gut miteinander zu kommunizieren, ist nicht immer einfach. Wie formuliere ich Dinge so, dass mein Gegenüber mich richtig und nicht falsch versteht? Wie bringe ich das verständlich rüber, was mir am Herzen liegt? Und wie gelingt die Kommunikation zwischen den Generationen? Haben wir sprachlich überhaupt noch eine gemeinsame Basis? Gelingende Kommunikation:

Diesem Thema wollen wir uns in kleinen Übungen stellen und darüber reden.

Diana Müller

K5 Anerkennung und Wertschätzung - die Basis für gute Beziehungen

Wer anderen Menschen Wertschätzung schenkt, schafft die Basis für gute Beziehungen. Nicht nur durch Worte, sondern auch durch Körpersprache und Verhalten, also durch die Form, wie wir mit anderen umgehen, wird unsere persönliche Haltung und Einstellung anderen gegenüber sichtbar. Wie sehr wir jemanden mögen, respektieren und anerkennen, signalisieren wir damit. Sie lernen, was Anerkennung und Wertschätzung bedeuten und wie Sie anderen Menschen diese auf ehrliche Weise zukommen lassen können.

Gerald Koch

K6 Ansage!

Alles, was wir sagen, hat eine Wirkung. Von dieser Wirkung entfallen allerdings schätzungsweise nur sechs Prozent (!) auf die Wörter, die wir dabei benutzen. Die anderen 94% der Wirkung, die wir – gewollt oder ungewollt – erzeugen, verursachen unsere Mimik, Körpersprache und der Klang unserer Stimme. In zwei kompakten Workshops à 3 Stunden geht es in einem ersten Schritt darum, ein Gefühl für die 94% meiner eigenen Wirkung zu erhalten, die zunächst gar nichts mit Worten zu haben. Ziel ist es, sich bei sich selbst wieder (oder neu) zu Hause zu fühlen und von diesem Fundament aus mit neuer Klarheit in herausfordernde Gespräche zu gehen.

In einem zweiten Schritt kommen dann Tipps und Kniffe für eine kernige Wortwahl dazu, um mit 100%-iger Wirkung eine kraftvolle und authentische Ansage zu machen.

Der zweiteilige Workshop eignet sich besonders für kleine Gruppen und Teams von 5-10 Personen, die Lust haben, auf diesem Weg sich selbst und die anderen im Team besser kennenzulernen.

Thomas Knöller

K7 „Ich merke, dass ...“ - Gefühle sprechen lassen

Zu viel Gefühl ist uns oft lästig. Gefühle stören Abläufe, lenken ab. Manchmal verhindern sie jeden vernünftigen Gedanken. Wie können wir Gefühle für uns arbeiten lassen? Erst der innere Abstand zu Gefühlen erlaubt uns, ihre Botschaft zu verstehen. Wir merken, sie meinen es gut mit uns: Wir sollen handeln, im inneren und äußeren Dialog!

Freda Blob

K8 Kinder wollen gehört werden

Ob beruflich oder privat: Kinder und Jugendliche bringen uns manchmal an unsere Grenzen. Wie können wir mit ihnen so sprechen, dass wir verstanden werden, dass Konflikte gelöst werden können und wir in einem guten Kontakt bleiben? Die „Gewaltfreie Kommunikation nach Rosenberg“ gibt uns hier eine sehr konkrete und wirksame Methode an die Hand. Auch im Umgang mit verhaltensauffälligen oder benachteiligten Kindern ist diese Methode hochwirksam.

Monika Lür

K9 Kreatives Schreiben

Fällt es Ihnen manchmal schwer, Dinge zu formulieren? Schreiben Sie gerne Texte, Gedichte oder Geschichten? Hier gibt es Tipps und Tricks sowie lebendige Übungen, um Ihre Feder zu »lockern« und Ihren Schreibstil zu verbessern. In welchen Situationen schreiben Sie? Welche Form der Unterstützung würde Ihnen gut tun? Was wünschen Sie sich für Ihre Texte? In dieser Fortbildung ist Zeit für alle Ihre Fragen und viel Raum für Sie, sich auszuprobieren und Neues zu wagen...

Diana Müller

S Selbstfürsorge / Achtsamkeit / Resilienz

S1 Lerne dich kennen, um andere zu unterstützen.

In dieser inspirierenden Veranstaltung entdecken Sie die enge Verbindung zwischen Selbsterkenntnis und der Fähigkeit, andere zu unterstützen. Durch persönliche Geschichten und praktische Übungen erfahren Sie, wie Ihre eigene Entwicklung und Reflexion Ihnen helfen, einfühlsamere und effektivere Unterstützungen für andere zu bieten. Die Veranstaltung ermutigt dazu, Ihre eigenen inneren Schätze zu erkennen und sie als Ressource für das Wohlbefinden anderer einzusetzen.

Hatice Avci

S2 Ihr werdet lachen!

Humor und Lebensfreude sind Quellen, aus denen unser Leben gespeist wird. Auch in der christlichen Tradition gibt es eine Fülle von Anstößen, die Freude am Leben zu finden und zu vertiefen.

Edmund Zwaygardt

S3 Entfalte die Heilkraft deiner Gedanken

Wie Neurowissenschaften und medizinische Studien belegen, wirken unsere Gedanken bis in die kleinste Zelle vitalisierend und beeinträchtigend hinein. Wie wir unsere Selbstheilungskräfte aktivieren und stärkende Impulse beim Besuchsdienst einbringen können, ist Inhalt dieses Workshops. Atem- und Achtsamkeitsübungen, Imagination, Musik und sanfte Bewegungen unterstützen uns dabei.

Martha Higler-Kühner

S4 Selbstempathie als wirksames Mittel der Burnout-Prophylaxe

In der Burnout-Forschung wird betont, wie wichtig es ist, die Verantwortung für das eigene Leben und Wohlbefinden selbst zu übernehmen. Hilfreich ist auch, achtsam mit den eigenen Grenzen und Bedürfnissen umzugehen. Oft hindert uns jedoch der Wunsch nach Harmonie und Anerkennung daran, offen zu sagen, was wir brauchen und uns abzugrenzen.

Mithilfe von vier konkreten Schritten kann erlernt werden, wie man herausfindet, was man braucht und vor allem: was man tun kann, um es zu bekommen!

Monika Lür

S5 Die Kraft der Präsenz – für ein gesundes Miteinander

Achtsamkeit ist das bewusste Erleben im Moment, ohne zu bewerten. In einem lebendigen Workshop üben wir, präsent zu sein. Wir schulen die Aufmerksamkeit mit Wahrnehmungsübungen und Körperübungen. Wir üben uns im achtsamen Zuhören. Ziel ist es, zu erfahren, wieviel Kraft darin steckt, sich selbst zu spüren – auch wenn es im Außen trübelig ist. Über den Kontakt mit uns selbst kommen wir in Kontakt mit unseren Mitmenschen. Die Kraft der Präsenz erfahren, um andere zu ermutigen und zu stärken.

Stephanie Barette

S6 Von der Kraft Trost zu spenden und Trost zu empfangen

Leid und Schmerz gehören einfach zum Menschsein dazu. Wer bereits Trauer, schwere Krankheit oder andere schmerzhafteste Verluste erlebt hat, weiß wie ermutigend und wohltuend es sein kann, wenn einem aufrichtige und Trost spendende Anteilnahme geschenkt wird. Eigene Erfahrungen, Impulse und gegenseitiger Austausch öffnen uns zunächst den Blick für dieses Thema. Anschließend beschäftigen wir uns achtsam und auch spielerisch mit unserem eigenen Erlebten sowie mit Fragen wie: Wer und was tröstet mich? Wie finde ich Zugang zu meinen trostreichen Quellen?

Wie meistere ich solch belastende Situationen und gebe dem zu tröstenden Menschen meine bestmögliche Unterstützung? Das Thema Trösten wird dabei auf vielfältige Weise erlebbar, egal ob in Stille oder Bewegung, beim gemeinsamen Singen, bei einem Spaziergang in der Natur, kreativ oder im Austausch miteinander. Zudem werden wir Impulse und Anregungen bekommen, welche Wege des Tröstens angemessen sind.

Gerald Koch

S7 Den Zeitdieben entkommen...

Zeit ist neben unserer Gesundheit das wertvollste Gut, das wir besitzen. Jeder bewegt sich in und mit der Zeit und erlebt auch manchmal, dass die Zeit einem davon läuft („gestohlen wird“) - zu Hause, in der Freizeit, beim freiwilligen Engagement oder im Beruf. Bei diesem Angebot geht es um Anregungen zum Umgang mit der Zeit, es werden realistische Möglichkeiten für die unterschiedlichen Zeittypen aufgezeigt, wie man den „Zeitdieben“ entkommen kann.“ (bevorzugt: Impulsvortrag mit Gespräch o. Halbtagesveranstaltung)

Thomas Münsch

S8 Auch die kleinste Bewegung ist Leben und Sein

Finden Sie die passende Bewegungsform für sich und Ihre Gruppenmitglieder. Bewegung ist für unser Wohlbefinden ein absolutes „Muss“. Nicht große, anstrengende Übungen oder gar Leistungssport benötigen wir, aber Bewegung, um täglich aufzustehen und den Tag gelingen zu lassen. Aus einem Module-Mix wie die „Fünf Esslinger und mehr“, Rhythmik, Perkussion, Qi-Gong etc. wollen wir uns aktiv betätigen und bewegen. Ziel ist es, eine passende Bewegungsform für sich zu entdecken, eine Bewegungsgruppe aufzubauen oder Bewegung in Besuchsdienste einzubauen.

Petra Raditsch

S9 Immer am Wachsen entlang - Das Mehr von ... künstlerisch erkunden

Möchtest Du Dich mehr und ganz fühlen können? Künstlerischer Ausdruck im Embodiment macht Dein(e) Innere(r) Künstler*in zur/zum Helfer(in) und Heiler(in). Geh gestalterisch an den Rand dessen was Du kennst! Lass Dich zum größeren Bild Deiner Existenz einladen! Wir nutzen Körper basiertes Focusieren zum Ankern unseres Mehr an Weisheit und Verbundenheit.

Freda Blob

S10 Das MEHR in mir und bei uns entdecken!

Die eigenen Fähigkeiten für andere einsetzen und etwas Sinnvolles bewirken zu können - diese Erfahrung tut jedem einzelnen Menschen und auch z.B. Caritasgruppen sehr gut. In Kooperation mit dem Zentrum für angewandte Pastoralforschung an der Ruhr-Universität Bochum (ZAP) ist das Kurskonzept „Frischzelle“ entwickelt worden. Dieses Konzept nimmt auf der Basis des Effectuation-Ansatzes und des Talentkompasses NRW, Menschen ganzheitlich mit ihren Lebensgeschichten und ihren Erfahrungen in den Blick. Zugleich ermutigt es jeden Menschen und auch Gruppen, ihre Interessen, Potenziale und Charismen wahrzunehmen, zu fördern und für andere einzusetzen. Um das Konzept allgemein vorzustellen, braucht es ein ca. 1½-stündiges Treffen. Um mit Hilfe dieses Konzepts, die eigenen individuellen Potenziale wahrzunehmen, über weitere vorhandene Potenziale zu sprechen und sie zu deuten und davon ausgehend Ideen zu entwerfen und die praktische Umsetzung zu planen, braucht es für einen Speed-Workshop 2,5 bis 3 Stunden, für einen Intensiv-Workshop einen halben Tag.

Hildegard Schnetz-Frangen

S11 Der achtsame Umgang mit sich selbst und anderen

Ein heilsamer Umgang mit den Belastungen des Alltags und das Kultivieren der Lebensfreude wird heutzutage immer wichtiger. Hierbei hilft die Praxis der Achtsamkeit, um den Geist zu beruhigen, die Gedanken zu klären sowie emotionale Stabilität und Tiefe zu langem. Durch das Seminar verstehen Sie Gesundheit und Wohlbefinden als Ihre zentrale Ressource. Sie wissen um stressbedingte Ursachen und Bewältigungsstrategien und verfügen über Möglichkeiten mit Belastungen gesundheitsförderlich umzugehen.

Gerald Koch

S12 Momentum Glück - Erfüllt und glücklich leben

Wer von uns möchte nicht in Fülle leben. Dies zu realisieren, scheint ein Geheimnis zu sein - warum sonst sind so viele Menschen unglücklich und nicht dauerhaft zufrieden? Stehen wir Menschen uns oft selbst im Weg? Resultiert Glück also eher aus einem subjektiven Wohlbefinden, einer inneren Haltung und Lebenseinstellung heraus? Oder ist Glücklichkeit eher eine Sache der kleinen Dinge? Dem Thema Glück wollen wir uns ganzheitlich annähern, d.h. das Glück für Geist, Körper und Seele durch heilsame Übungen und Rituale erlebbar machen, egal ob in Bewegung, in Stille oder im Austausch miteinander.

Gerald Koch

S13 Tanzen ist Atemholen für die Seele

Was für eine Freude ist es, zu den 4 Elementen „Feuer, Erde, Wasser, Luft“ zu tanzen! Tanz, Bewegung und Rhythmus gehören zu den ursprünglichsten Ausdrucksweisen des Menschen und werden oft als heilsam erfahren.

Gabriele Holland-Junge

S14 Raus aus dem ZUVIEL!

Fast alle stöhnen unter einem ständigen Zuviel. Jesus hingegen war kein „Gschaftlhuber“, kein „Hansdampf in allen Gassen“. Er war wie ein Baum, gepflanzt am lebendigen Wasser, der gute, ja göttliche Früchte getragen hat. Wie kommt man unter heutigen Bedingungen aus dem Sog des ständigen ZUVIELS heraus?

Bei diesem Seminar leitet uns die Metapher eines Obstbaum- bzw. Weinrebenschnitts: Wie kann man so „schneiden“, dass mehr Fruchtbarkeit entsteht? Was sind „Wassertriebe“ oder „verholzte Äste“ in meinem Engagement? Was gehört gekürzt oder entfernt, weil es weder Qualität noch Wirkung hat? Was wuchert wie wild und raubt so Licht und Luft? Sie werden sehen:

Es ist möglich, weniger zu tun, fokussierter zu arbeiten und zugleich mehr zu erreichen.

Georg Plank

S15 Selbst wirksam sein: Mit achtsamen Pausen der Überlastung entgegenwirken

In Zeiten der ständigen Verfügbarkeit, nie endenden To-Do-Listen und fehlenden Grenzen zwischen Arbeitszeit, Engagement und Freizeit fehlen uns Auszeiten und die Möglichkeit der Defokussierung. Häufige Folgen sind Überlastung und chronischer Stress. Schon mit kleinen Veränderungen lässt sich Resilienz stärken. In dem Format werden gemeinsam Ideen entwickelt, wie neue gesunde Gewohnheiten in bestehende Abläufe integriert werden können, sodass Veränderungen auch Wirkung zeigen.

Stephanie Barette

S16 Meine Wellnessinsel der besonderen Art

Alltagsstress lässt uns oft kraftlos werden. Bleiben Sie trotzdem aktiv. Erfahren Sie anhand zahlreicher praktischer Beispiele wie und mit welcher Hilfe Sie froh und kraftvoll Ihren Tag gestalten können und sich zwischendurch selbst Zuwendung schenken. Leicht machbare, einfache Wohlfühl-Anwendungen werden Sie begeistern. Zahlreiche natürliche Mittel bringen Sie wieder ins Gleichgewicht. Ein fröhlicher Vortrag und Tipps mit Geling-Garantie für Jung und Alt.

Dorothea Endress

S17 Resilienz stärken:

Empowerment-Angebote für Menschen mit rassistischen Diskriminierungserfahrungen.

In diesen einfühlsamen Programmen steht Ihre Stärkung im Mittelpunkt. Wir bieten Ihnen einen sicheren Raum (Safer Spaces), damit Sie Ihre Stimme finden und Ihre Geschichte teilen. Inspiriert von Augusto Boals Theater der Unterdrückten, fördern unsere Workshops Kreativität und Selbstausdruck, währenddessen beleuchten sie soziale Fragen und Ungerechtigkeiten. Gemeinsam erkunden wir transformative Wege, um die Resilienz aufzubauen und um aktiv Veränderungen anzustoßen.

Hatice Avci

S18 Gesund mit Bewegung – um etwas bewegen zu können

Meistens denken wir bei Bewegung direkt an sportliche Aktivitäten wie Joggen, Krafttraining etc. Doch eine Studie aus dem Jahr 2017 besagt, dass bereits eine Stunde Bewegung pro Woche einen positiven Einfluss auf unsere mentale Gesundheit hat. Es wurden mehr als 33.000 Menschen über elf Jahre lang begleitet. Die Intensität der Freizeitaktivitäten spielte dabei keine Rolle. Mit der Studie wurde vor allem der präventive Einfluss von Bewegung auf die mentale Gesundheit belegt.

Wie wichtig Bewegung ist, hat 2020 die WHO noch einmal herausgestellt. Ich möchte zeigen, warum und wie wir mit Bewegung unser Nervensystem regulieren und raus aus einem Zustand der Alarmbereitschaft kommen, und wie wir im Alltag Bewegungsanlässe schaffen können. Damit wir auch weiterhin die Kraft haben, zum Wohl aller etwas bewegen zu können.

Stephanie Barette

S19 Punkt - Linie - Strich. Zeichnen: Dein Weg in die Konzentration

Mache das Zeichnen von Linien, Strichen und Punkte zur aktiven Meditationspraxis! Verbessere so Deinen inneren Fokus. Stärke Konzentration, Selbststeuerung und Durchhaltevermögen! Zentrierungsübungen aus dem Baumatmen (Ernst Juchli/GFK Zürich) unterstützen Deine zielgerichteten Bewegungen auf dem Papier. Wir arbeiten in der Tradition des Geführten Zeichnens (Maria Hippus/Todtmoos-Rütte) auch beidhändig und mit geschlossenen Augen.

Freda Blob

S20 Grenzen setzen - Grenzen achten! Vom guten Umgang mit den Grenzen

Als Menschen haben wir Grenzen. Gerade als „Hilfeleistende“ sind wir häufig in der Gefahr Grenzen zu übergehen: Die eigenen oder die Grenzen unseres Gegenübers.

Zunächst geht es bei diesem Thema um die Sensibilisierung für die eigenen Grenzen und die schnell geschehene Übergriffigkeit bei Anderen. Unser Körper ist dabei ein guter Seismograph, der uns nicht selten Orientierung gibt.

Birgit Bronner

S21 Einlassen – Sein lassen – Loslassen: Emotionale Kompetenz und Selbstfürsorge im Ehrenamt

Das soziale Engagement kann zutiefst bereichernd sein, es erweitert den eigenen Horizont und eröffnet einen Blick in die Lebenswirklichkeit anderer Menschen.

Bei diesem Workshop schauen wir, inwieweit unser Ehrenamt mit unserer eigenen Biografie in Verbindung steht und wie wir zwischen Motivation und Abgrenzung gut für uns sorgen können.

Martha Higler-Kühner

S22 Rosen zum Verwöhnen

Lassen Sie sich verzaubern von Geschichten über die Königin der Blumen und ihre Wirkung auf Körper, Geist und Seele. Erfahren Sie, wie Sie sich selbst und Ihre Lieben mit ihrer Kraft verwöhnen können. Mit Rezepten und Anwendungsmöglichkeiten rund um ihre Blüte und ihre Frucht die Hagebutte. Die Rose und ihr Öl: weltweite, gesunde Begleitung und Lebens(hilfs)mittel vom Beginn des Lebens bis zum Ende.

Dorothea Endress

S23 Farben der Entscheidung - Entscheidungsfindung mit kunsttherapeutischem Focusing

Da gibt es etwas, das Dich nebelig und verwirrt fühlen lässt. Du zweifelst. Finde heraus, was im Weg steht, um zu innerer Stimmigkeit und Handlungsfähigkeit (zurück) zu finden. Macht der Kopf Pause, werden Farben zum Wegweiser. Bewegung, Gesten und Poesie setzen unser Farbempfinden weiter fort. Offenes und neugieriges Interesse für das, was entsteht, unterstützt den Prozess. Klarheit ist, was Du mitnimmst!

Freda Blob

S24 Guter Schlaf - ein Geschenk?

Schäfchen zählen war gestern! Was sind die Ursachen für schlechtes Einschlafen, nicht durchschlafen und müde aufwachen? Erfahren Sie, wie mit einfachen, natürlichen Mitteln die Nacht nie mehr zum Tag wird. Finden Sie Ihre Balance mit Hilfe der Natur. Zahlreiche, einfach umsetzbare Tipps helfen Ihnen beim Abschalten, Einschlafen und gesundem Schlaf.

Dorothea Endress

S25 Mehr als Worte

Trauma-sensibel begleiten mit Kunst und kreativen Ausdruck - Sie lernen: Einfache Übungen zur Förderung von emotionaler Sicherheit und Stabilität, kreative Ausdrucksformen (gestalten, schreiben, bewegen/Tanz, tönen und singen), die im Ritual starke Verbindungen schaffen, eine Haltung unbedingter Wertschätzung im Mitten statt Expertin sein mit Resilienz für Begleiterin und Hilfesuchenden.

Freda Blob

S26 Momente voller Wunder

Schöpferisch werden über Focusing mit Kunst - Zurückfinden zur ureigensten Quelle schöpferischer Wandlungskraft, dieser Lösungsweg steht immer offen. Ob in der Einzelbegleitung oder seelsorgerischen Arbeit mit Gruppen: Das Neue will den Wandel, und dafür muss der Boden bereitet sein. Achtsamkeitsbasiertes Focusing mit Kunst öffnet hierfür die Räume und lädt das Unerwartete ein.

Freda Blob

T Trauer, Leid und Tod

T1 Glaube an Gott - trotz Leid...? - Auf der Suche nach einer Antwort.

Die Spannung zwischen dem Glauben an den „guten Gott“ und der Erfahrung des Leids führt uns dahin, überlieferte Bilder von Gott zu hinterfragen. Aus biblischen Impulsen, aus der Theologie und aus Lebenserfahrungen werden Hinweise gesucht, die helfen können, Leben und Glauben mehr zusammen zu bringen.

Edmund Zwaygardt

T2 Wege durch die Trauer

Jede Trauer ist individuell. Ebenso individuell sind die Wege durch die Trauer. Wir alle kennen das Gefühl von Traurigkeit und wir kennen die Stimmungsschwankungen, die entstehen können. Wenn man einen geliebten Menschen verliert, erlebt man die höchste Stufe von Traurigkeit, die Trauer. Begegnen wir selbst einem Trauernden, wissen wir oft nicht, wie man sich verhalten soll. Ein gutes Konzept kann Sie in diesen Situationen unterstützen.

Petra Raditsch

T3 Und was kommt nach dem Ende? Vorstellungen über ein Leben nach dem Tode

Die Vorstellungen, was nach dem Tod geschieht, was uns als Menschen erwartet, sind vielfältig und so plural wie unsere Gesellschaft. Die großen Weltreligionen bieten uns Hoffnungsbilder an, die heute nicht mehr so einfach zu verstehen sind: Was meinen wir, wenn wir vom Himmel, Auferstehung, Reinkarnation reden?

Brigit Bronner

T4 Warum lässt Gott uns leiden?

Diese Frage ist nicht nur eine der schwierigsten Fragen der Theologie. Es ist eine Frage, die wahrscheinlich niemanden unberührt lässt, der an den in der Bibel bezeugten Gott glaubt, dessen Name ja lautet: „Ich bin der ich bin da“.- Der Blick auf Möglichkeiten und Grenzen von Antworten zu dieser Frage in der Bibel und christlichen Theologie soll helfen, auf eigenständige Weise mit ihr umgehen, leben und glauben zu können.

Georg Gebhard

T5 Systemische Beratung im Umgang mit Tod und Abschied, Krisen und anderen belastenden Erfahrungen

Systemische Beratung und Begleitung von Einzelpersonen oder Gruppen im Umgang mit Tod und Abschied, bei persönlichen oder beruflichen Krisen, bei belastenden Erfahrungen innerhalb der Familie wie Trauer, Trennung, Krankheit sowie bei Überlastung und Stress.

Dabei werden innere Ressourcen wiederentdeckt, um dann mit neuen Impulsen den nächsten Entwicklungsschritt zu wagen.

Susanne Regen

9 Coaching und Supervision

Referent*innen mit einer Zusatzqualifikation in Supervision oder Coaching begleiten und fördern sozial-caritativ tätige Ehrenamtliche im Rahmen der Honorarvereinbarungen der CKD im:

- **Einzelcoaching**, z. B. als ehrenamtliche Leitungskraft
- **Teamcoaching**, z. B. als Leitungsteam einer Gruppe oder eines Runden Tisches
- **Gruppencoaching**, z. B. für neue Initiativen oder Gruppen im Veränderungsprozess
- **Supervision**

Dabei geht es grundlegend immer um die Entwicklung eigener Lösungswege durch

- **Ressourcenaktivierung:** der/die Coach*in verdeutlicht die positiven Potentiale, die vielfältigen Talente und förderlichen Rahmenbedingungen der Gruppe/des Teams/der Person.
- **Problemaktualisierung:** die Gesprächsführung wird so gestaltet, dass problematische oder belastende Erfahrungen und Emotionen in der Sitzung erneut erlebt werden. Diese fasst der/die Coach*in in Worte und macht sie damit „greifbar“ und lösbar.
- **Unterstützung bei der aktiven Problembewältigung:** der/die Ehrenamtliche macht im Gespräch die Erfahrung, dass anstehende Herausforderungen oder Probleme, die bisher als nicht lösbar erschienen, aus eigener Kraft bewältigt werden können.
- **Motivationale Klärung:** dabei unterstützt ein(e) Coach*in Ratsuchende, ihre bewussten oder unbewussten Motive, Ziele und Werte klarer zu sehen. Dies fördert das Verständnis für die eigenen Verhaltensweisen und Handlungsmuster.

Die folgenden Referent*innen haben entsprechende Qualifikationen und Bereitschaft gemeldet (Details zu den einzelnen Personen finden Sie jeweils in der Liste auf den Folgeseiten):

- **Daniela Fischer**, Supervision
- **Martha Higler-Kühner**, Coaching
- **Gerald Koch**, Coaching
- **Andrea Schieweck**, Coaching
- **Hildegard Schnetz-Frangen**, Supervision
- **Barbara Strifler**, Coaching

10 Referent*innen und Supervisor*innen

Sie finden im Folgenden eine Liste von Referent*innen und Supervisor*innen, alphabetisch geordnet nach Nachnamen. Abrufbare Angebote dieser Personen finden Sie auf den vorangegangenen Seiten. Diese Referent*innen können Sie über die CKD Geschäftsstelle anfragen. Sollte Ihnen ein bestimmtes Thema fehlen oder Sie weitere Vorschläge für passende Referent*innen haben, dann melden Sie sich bitte bei uns.



Hatice Avci

Sozialarbeiterin (M.A.), Systemische Therapeutin, Bildungsreferentin & Trainerin für Rassismuskritik und Empowerment
Reutlingen



Stephanie Barette

Achtsamkeitstrainerin, MBSR-Lehrerin, Yogalehrerin, freie Dozentin
Berlin, Stuttgart, Hamburg (100km), online



Freda Blob

Kunsttherapeutin DFKGT, Focusing und Expressive Arts Therapeutin TIFI, Guided Drawing Practitioner
Tübingen



Anke Böhm

Kunstpädagogin, Kunstgeragogin
Stuttgart



Anne Demuth

Zertifizierte Kunstbegleiterin im Alter und mit Demenz, Kognitives Training nach Dr. Stengel
Denkendorf



Dorothea Endreß

Naturheilkunde-Beraterin DNB, Med. Fachangestellte, Dozentin VHS und Familienbildungsstätte Weinstadt
Weinstadt



Daniela Fischer

Dipl. Sozialpädagogin (FH), Supervisorin, Beraterin für integrale Lebensweise
Bondorf, im Umkreis von 80 Km



Georg Gebhard

Pastoralreferent, Gefängnisseelsorger, Meditation und Kontemplation
Vogt Oberschwaben



Patrizia Glass

BA Digital Humanities/Ökonomie
Plochingen



Ines Gläsle

Empathische Mediatorin auf der Grundlage der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg
Stuttgart



Sr. Marlies Göhr

Diplom Religionspädagogin (FH), Geistliche Begleiterin, Exerzitienbegleiterin
Untermarchtal



Annette Heizmann

Theologin, Religionspädagogin, Systemische Familientherapeutin
Autorin „Der Hildegard-Code“, Genussfasten-Seminare
Hirrlingen



Martha Higler-Kühner

Religionspädagogin, Kunst- und Kreative Leibtherapeutin,
Burnout-Therapeutin, Coaching
Oberstenfeld



Gabriele Holland-Junge

Sozialpädagogin (FH), Dipl. Tanzpädagogin/Tanztherapeutin,
Qualifizierte Pilgerbegleiterin
Herbrechtingen



Christina Kaiser

Therapeutische Seelsorgerin (BTS), Systemische Beraterin (It.DGSF),
Erwachsenenbildnerin, Biografiearbeit (LebensMutig) Begleitung von Ver-
änderungs- und Reifungsprozessen, Spirituelle Zugänge, Seelische Gesundheit
Tamm



Thomas Knöllner

Freier Redner, Autor und Ritualbegleiter
Tübingen



Gerald Koch

Dipl.-Ing., Lehrer, Coach
Asperg



Sr. Marzella Krieg
Geistliche Leiterin im Bildungsforum, Gestaltseelsorgerin (DGfP), Ergotherapeutin
Untermarchtal



Marion Lüer
Pädagogin, Gewaltfreie Kommunikation nach Rosenberg
Blaubeuren



Diana Müller
Dipl. Verwaltungswirtin, Journalistin und Autorin
Böblingen



Thomas Münsch
Dipl.-Pädagoge, Dipl.-Soz.päd (FH), Weiterbildungsstudium Betriebswirtschaft,
Trauerbegleiter
Munderkingen



Georg Plank
Dr. theol. Georg Plank, Gründer von Pastoralinnovation
Graz



Petra Raditsch
Lebensberaterin, Übungsleiterin, Entspannungstrainerin
Aichwald-Aichelberg



Susanne Regen
Krankenschwester, Pflegepädagogin, Moderatorin für das Curriculum
Palliative Praxis
Adelberg



Ulla Reyle
Gerontologin, Supervisorin (WIT Uni Tübingen), Geistliche Begleiterin Tübingen
Tübingen



Dagmar Schenk
Historikerin, Biografin, Podcasterin und Erzählcafé-Moderatorin
Rottenburg



Andrea Schieweck
Dipl.-Sozialpädagogin, Personalreferentin, Sozialwirtin, Coaching
Stuttgart



Christopher Schmidhofer
CKD-Referent für neue Bildungsformate, Coworking Experte, Facilitation,
Moderation
Kusterdingen



Hildegard Schnetz-Frangen
Gemeindereferentin, Supervisorin, Gemeinde- und Organisationsberaterin,
Gerontologin
Asperg

**Doris Schuppe**

Digital Fitness & Finesse · New Work Catalyst · Online Event Superhero
Santanyí (Spanien)

**Barbara Strifler**

Dipl. - Theologin, Systemische Beraterin und Coach, Rational-emotive
Verhaltenstherapie, Change-Management

Deizisau**Edmund Zwaygardt**

Diplomtheologe, Pastoralreferent und Klinikseelsorger

Vaihingen

11 CKD - DAS NETZWERK VON EHRENAMTLICHEN

Caritas-Konferenzen Deutschlands Diözesanverband Rottenburg-Stuttgart e. V. Das Netzwerk von Ehrenamtlichen - verbindet weltweit!

Der Caritas-Konferenzen Deutschlands Diözesanverband Rottenburg-Stuttgart e. V. (CKD) sind das Netzwerk sozial-caritativ tätiger Ehrenamtlicher. Als Fachverband des Diözesancaritasverbandes (DiCV) setzt er sich für Menschen in Not und für die Interessen der Ehrenamtlichen ein. Die CKD Rottenburg-Stuttgart sind demokratisch organisiert in einem gemeinnützigen, mildtätigen eingetragenen kirchlichen Verein. Geleitet wird der Diözesanverband von einem auf 4 Jahre gewählten ehrenamtlichen Diözesanvorstand.

250 Gruppen, in denen etwa 5.500 Ehrenamtliche soziale Aufgaben wahrnehmen und Hilfen organisieren, sind Mitglied im Diözesanverband Rottenburg-Stuttgart. Diözesanweit sind die CKD mit weiteren, insbesondere caritativen Fachverbänden, vernetzt und vertreten ihre Interessen in der ako, der Arbeitsgemeinschaft katholischer Organisationen in der Diözese Rottenburg-Stuttgart und weiteren Organisationen.

Der Bundesverband der CKD, dessen Geschäftsstelle seit Januar 2023 in Berlin ist, ist zusammen mit den Gliederungen der BAG Katholische Krankenhaushilfe in 21 Diözesen mit ca. 60.000 Ehrenamtlichen vertreten. Er ist Mitglied in der AIC, Association Internationale de Charité. Weltweit sind ca. 150.000 caritativ tätige Ehrenamtliche aus 55 Nationalverbänden über die AIC verbunden. Der Sitz dieser internationalen Organisation ist in Belgien.

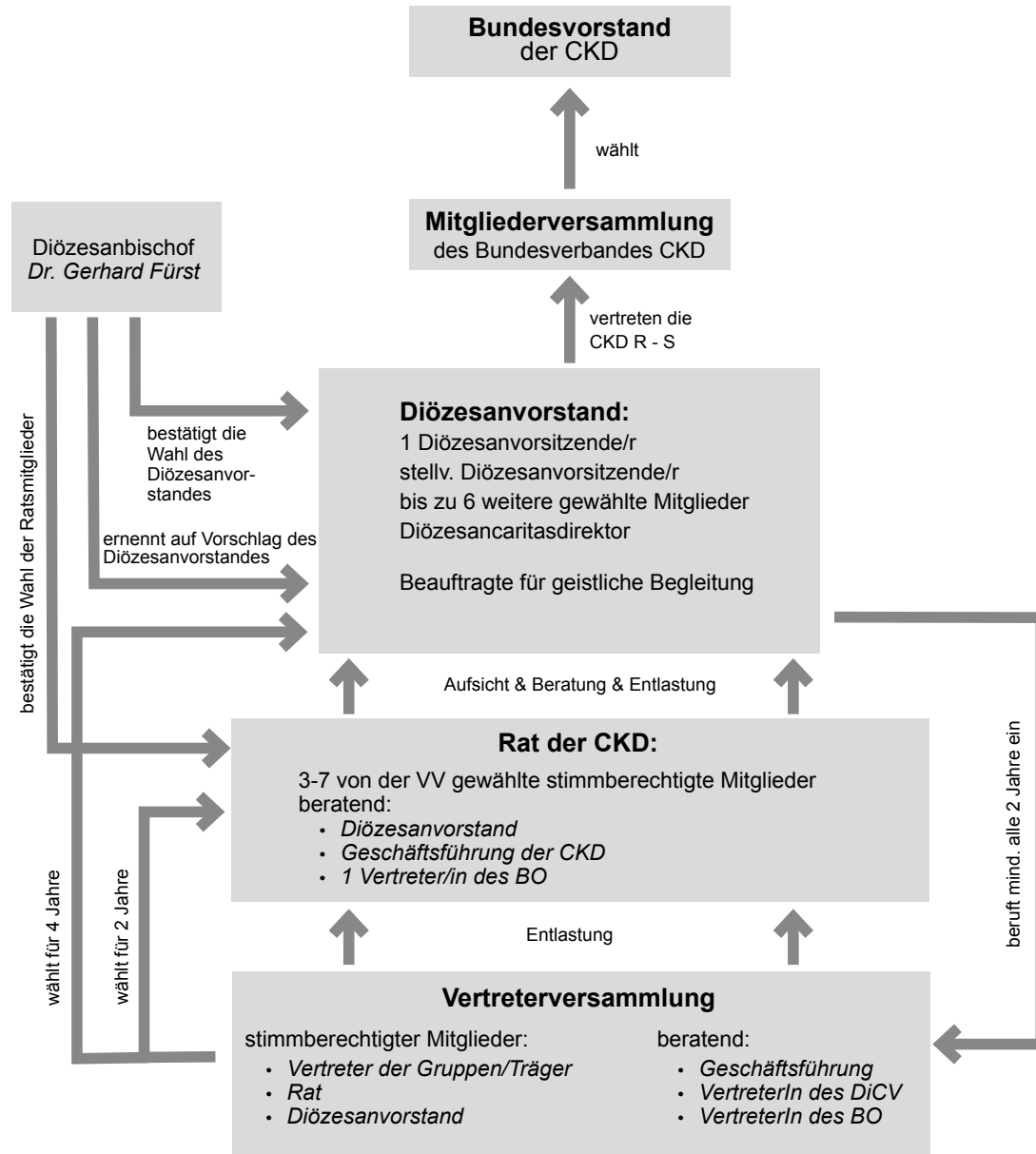
Die Caritas-Konferenzen fördern Ehrenamt!

Der Diözesanverband der CKD

- berät und begleitet Ehrenamtliche in kirchlichen und sozialen Einrichtungen
- bietet preisgünstige Fortbildungen und Besinnungstage auf Diözesan-, Dekanats-, Seelsorgeeinheiten- und Gemeindeebene an
- fördert die Solidarität mit Menschen in Not
- bietet regelmäßige Informationen zu Themen und Fragen rund ums Ehrenamt
- erstellt Arbeitsmaterialien für das praktische Freiwilligenengagement vor Ort
- unterstützt beim Aufbau neuer ehrenamtlicher Gruppen und Tätigkeitsfelder
- setzt sich ein für attraktive Rahmenbedingungen für ehrenamtliches Engagement
- organisiert die Interessenvertretung der caritativ tätigen Ehrenamtlichen in Kirche und Gesellschaft.

Weitere Informationen zum Diözesanverband der CKD finden Sie unter www.ckd-rs.de und www.meet-campus.de. Aktuelle Neuigkeiten erfahren Sie im monatlichen Newsletter - melden Sie sich gern an!

Das Organigramm der CKD



Runde Tische Karte



Runde Tische in den Dekanaten der Diözese Rottenburg-Stuttgart

Engagierte aus sozialen kirchlichen Handlungsfeldern kommen auf Dekanatsebene zu einem „Runden Tisch“ zusammen, um sich über aktuelle gesellschaftliche und soziale Themen zu informieren, ihre Erfahrungen im Ehrenamt auszutauschen und um sich zu aktuellen sozialen Fragen und Herausforderungen weiterzubilden. Der „Runde Tisch“ dient als Sprachrohr der Ehrenamtlichen gegenüber den Kirchengemeinden und dem Dekanat. Geleitet wird der Runde Tisch von den sogenannten Dekanatsverantwortlichen, gewählten Ehrenamtlichen, und einer/m Mitarbeiter*in der Caritasregion. Durch die Zusammenarbeit mit der Caritasregion ist gewährleistet, dass Fachwissen aus dem sozialen Bereich in die Beratungen am Runden Tisch eingebracht werden kann. Wenn Sie zum Runden Tisch in Ihrem Dekanat eingeladen werden wollen, kontaktieren Sie bitte die CKD-Geschäftsstelle unter geschaeftsstelle@ckd-rs.de oder das zuständige Dekanatsteam per Email:

Allgäu-Oberschwaben

Z. Zt. noch nicht bekannt

Begleitung durch die Caritas-Bodensee-Oberschwaben, z.Zt. noch nicht bekannt

Kontaktaufnahme: geschaeftsstelle@ckd-rs.de

Allgäu-Oberschwaben

Z. Zt. noch nicht bekannt

rt.rv.allgaeu-oberschwaben@ckd-drs.de

Begleitung durch das Caritas-Zentrum Ravensburg, Christine Wienand

Ehingen-Ulm

Monika Thoma, Ulm

rt.ulm-ehingen@ckd-drs.de

Begleitung durch das Caritas-Zentrum Ulm, Carmen Diller

Esslingen-Nürtingen

Susanne Weber, Neuhausen

Marlene Kärcher, Filderstadt

rt.esslingen-nuertingen@ckd-drs.de

Begleitung durch das Caritas-Zentrum Esslingen, Petra Gauch

Friedrichshafen

Katharina Klarowski, Friedrichshafen

Cordula Geiger, Tettnang

rt.friedrichshafen@ckd-drs.de

Begleitung durch das Caritas-Zentrum Friedrichshafen, Susanne Magino

Heidenheim

Mechthild Bürsken, Giengen a. d. Brenz

Rosemarie Fischer, Herbrechtingen

Doris Pryss, Giengen a. d. Brenz

rt.heidenheim@ckd-drs.de

Begleitung durch das Caritas-Zentrum Heidenheim, Gabriele Holland-Junge

Heilbronn-Neckarsulm

Ursula Baier, Heilbronn

rt.heilbronn-neckarsulm@ckd-drs.de

Begleitung durch das Caritas-Zentrum Heilbronn, Kerstin Denner-Wörner

Hohenlohe

Angelika Protzer, Kupferzell

rt.hohenlohe@ckd-drs.de

Begleitung durch das Caritas-Zentrum Künzelsau, Christine Grünemay von Tils

Ludwigsburg

N.N.

bing@caritas-ludwigsburg-waiblingen-enz.de

Leitung durch das Caritas-Zentrum Ludwigsburg, Daniela Bing

Mühlacker

Gertrud Eckert-Klittich, Mönshheim

Angelika Ziebart, Maulbronn

rt.muehlacker@ckd-drs.de

Begleitung durch das Caritas-Zentrum Mühlacker, Irmgard Muthsam-Polimeni

Ostalb

Hilde Weber, Oberkochen

rt.ostalb@ckd-drs.de

Begleitung durch das Caritas-Zentrum Aalen, Beatrice Gold

Reutlingen-Zwiefalten

Elena Welsch, Reutlingen

Begleitung durch die Caritas-Region Fils-Neckar-Alb, Gerd Aigeltinger

Rottenburg

Karin Kern, Rottenburg-Wendelsheim

Doris Lorenz, Tübingen

rt.rottenburg@ckd-drs.de

Begleitung durch das Caritas-Zentrum Tübingen, z. Zt. n. bek.

12 Fit fürs Ehrenamt - Der Stiftungsfonds der CKD Rottenburg-Stuttgart

Der Stiftungsfonds der CKD „Fit fürs Ehrenamt“ wurde im Rahmen der Mitgliederversammlung 2005 gegründet.

Mit dem Stiftungsfonds wollen die CKD die Aus- und Weiterbildung im Ehrenamt fördern und zugleich auf die Notwendigkeit verlässlicher Strukturen im Ehrenamt hinweisen.



Wenn Sie Ehrenamtliche in ihrem Einsatz für eine solidarische Gesellschaft fördern wollen, können Sie entweder dem Stiftungsfonds zustiften, d. h. Ihr Beitrag fließt in den Aufbau einer Stiftung auf der Grundlage des Stiftungsfonds. Oder Sie fördern vorbildliche Projekte zeitnah, indem Sie an den Stiftungsfonds spenden. Denn: Die jährliche Ausschüttung des Stiftungsfonds kommt innovativen CKD-Projekten zugute, deren Arbeit und Wirken dann veröffentlicht wird

12 Hier können Sie zustiften oder spenden:

**BW-Bank, IBAN DE25 6005 0101 0002 5612 79 BIC SOLADEST600
Kennwort „Stiftungsfonds Fit fürs Ehrenamt“**

Bis 300,- € Zustiftung / Spende gilt der Überweisungsträger als Spendenbescheinigung. Für höhere Beträge wird eine Spendenbescheinigung ausgestellt.

Schon heute **Ein herzliches DANKE** für Ihren Beitrag zum CKD-Stiftungsfonds!

Übrigens: Verwaltet wird der CKD Stiftungsfonds von der CaritasStiftung Lebenswerk Zukunft, die am 09. September 2003 durch den Caritasverband der Diözese Rottenburg-Stuttgart gegründet wurde und 93 Stiftungen und 27 Stiftungsfonds mit sozialen Schwerpunkten betreut (Stand August 2022). Weitere Informationen unter www.lebenswerk-zukunft.de. Sitz der CaritasStiftung: Haus der Caritas, Strombergstr. 11, 70188 Stuttgart, Telefon: 0711/2633-1144, info@lebenswerk-zukunft.de.

13 AGB

Anmeldeverfahren und Regeln bei Absagen – die AGB des MEET CAMPUS:

Der Diözesanverband der CKD Rottenburg-Stuttgart e. V. ist als Bildungsträger nach dem Bildungszeitgesetz Baden-Württemberg (BzG BW) beim Regierungspräsidium in Karlsruhe anerkannt. Veranstaltungen, für die Sonderurlaub nach dem BzG BW beantragt werden kann, sind mit dem Bildungszeit-Hinweis markiert. Anträge nach dem BzG BW müssen mindestens 9 Wochen vor Beginn der Veranstaltung beim Arbeitgeber eingereicht werden. Das Formular dazu finden Sie unter <https://rp.baden-wuerttemberg.de/themen/bildung/seiten/bildungszeit/> oder auch im Bereich weitere Informationen für Arbeitgeber und Beschäftigte.

1. Allgemeine Hinweise

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen gelten für alle Fort- und Weiterbildungen des MEET CAMPUS, sofern sich aus den Ausschreibungen bzw. den getroffenen Vereinbarungen keine abweichenden Regelungen ergeben.

2. Teilnehmende

An den Veranstaltungen des MEET CAMPUS und seiner Partner kann jede und jeder teilnehmen, sofern im jeweiligen Angebot keine Beschränkungen angegeben sind.

3. Anmeldeverfahren

Die Anmeldung zu den Veranstaltungen muss schriftlich vor Ablauf der Anmeldefrist erfolgen (oder über das Internetportal www.meet-campus.de oder direkt beim Diözesanverband der CKD bei den hier ausgewiesenen Veranstaltungen der CKD). Bei digitalen Angeboten ist die Anmeldung ausschließlich über die Plattform www.meet-campus.de möglich. Sollte Ihnen das nicht möglich sein, wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle unter 0711-2633-1161 oder hallo@meet-campus.de. Nach Ablauf der Anmeldefrist erhalten Sie mit der Anmeldebestätigung die Rechnung über die Teilnahmegebühren (bei kostenpflichtigen Angeboten). Diese ist vor der Veranstaltung zu begleichen. Wenn eine Fortbildung bereits ausgebucht ist, werden zusätzliche Anmeldungen auf die Warteliste gesetzt und der/die Interessierte darüber informiert.

4. Anmeldezeiten

Anhand der Anmeldezeiten erstellen die CKD Rottenburg-Stuttgart eine Teilnehmendenliste und (bei Präsenzveranstaltungen) eine Unterschriftenliste, die der CKD Geschäftsstelle, der organisatorischen

13

69

Leitung, der/dem Referenten sowie bei Präsenzveranstaltungen allen Teilnehmenden derselben Veranstaltung zugeht. Mit der Anmeldung erklärt sich die/der Teilnehmende damit einverstanden, dass seine/ihre Adressdaten in einer Teilnehmenden- und Unterschriftenliste aufgeführt und seine Anmeldedaten an die teilnehmenden Personen zur Bildung von Fahrgemeinschaften weitergegeben werden. Diese dürfen von den Teilnehmenden nicht an Dritte weitergeleitet werden.

5. Versand des Teilnahmelinks bei digitalen Veranstaltungen

Spätestens drei Tage vor Beginn der Online-Veranstaltung ist der Teilnahmelink unter Ihrem persönlichen Bestelllink abrufbar. Eine Erinnerung erfolgt am Durchführungstag der Online-Veranstaltung. Sollte Ihnen die Teilnahme doch nicht möglich sein, melden Sie sich bitte von der Veranstaltung ab (über den Bestelllink oder an hallo@meet-campus.de)

6. Absage und Rücktrittserklärungen bei kostenpflichtigen Angeboten

Der/die Teilnehmende kann bis Veranstaltungsbeginn jederzeit schriftlich seine/ihre Abmeldung erklären. Es ist möglich, den eigenen Platz an eine Ersatzperson zu übertragen. In diesem Fall müssen alle für die Anmeldung benötigten Daten der Person mitgeteilt werden.

Steht kein Nachrücker zur Verfügung und wurde nichts anderes vereinbart, fallen folgende Stornogebühren an:

- Nach Seminarbestätigung bis 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn werden 50 % des Teilnahmebeitrags in Rechnung gestellt.
- Bei einer Abmeldung ab 10 Tage vor der Veranstaltung werden 75% des Teilnahmebeitrags in Rechnung gestellt.
- Bei einer Abmeldung ab 3 Tagen vor der Veranstaltung wird die gesamte Teilnahmegebühr fällig.

Stichtag ist der Eingang der Rücktrittserklärung beim Veranstalter. Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung.

7. Teilnahmebeitrag

Soweit keine anderen Vereinbarungen getroffen sind, gelten die jeweils zum Zeitpunkt der Anmeldung in den Angeboten ausgewiesenen Preise der einzelnen Veranstaltungen.

Der Teilnahmebeitrag setzt sich zusammen aus den Kursgebühren, Materialkosten und Verpflegung sowie den Kosten für Übernachtung/en (bei mehrtägigen Veranstaltungen). Reisekosten müssen vom Teilnehmenden oder nach Absprache mit dem Träger des Ehrenamts von diesem übernommen werden. Wir empfehlen allen Ehrenamtlichen, sich frühzeitig mit dem Träger zwecks Kostenübernahme oder Bezuschussung des Bildungsangebots in Verbindung zu setzen.

8. Absage von Veranstaltungen

Der Veranstalter kann bei Vorliegen eines wichtigen Grundes eine Veranstaltung absagen. Dazu gehört auch, dass sich die CKD Rottenburg-Stuttgart vorbehalten die Fortbildung abzusagen, wenn die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wurde. Sollte eine Veranstaltung nicht stattfinden, werden bereits bezahlte Beiträge zurückerstattet. Weitergehende Ansprüche entstehen nicht.

9. Teilnahmebescheinigung

Nach der Fortbildung erhält jede/r Teilnehmende auf Wunsch eine Teilnahmebestätigung.

10. Datenschutz

Unter Beachtung der Bestimmungen des Gesetzes über den Kirchlichen Datenschutz (KDG), der Europäischen Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO), des Bundesdatenschutzgesetzes (BDSG) sowie aller weiteren einschlägigen Gesetze zur Verarbeitung personenbezogener Daten werden bei der Anmeldung zu den angebotenen Fort- und Weiterbildungen personenbezogene Daten elektronisch gespeichert und zum Zweck der Veranstaltungsorganisation verarbeitet. Dazu zählt auch die in Punkt 4 beschriebene Verwendung der Anmeldedaten. Die Teilnehmenden stimmen mit der Anmeldung der Verwendung ihrer Daten zu diesem Zweck zu.

Einblick in die Datenschutzbestimmungen erhalten Sie über www.ckd-rs.de.

Fotos werden nur mit Einwilligung der Betroffenen für unsere Öffentlichkeitsarbeit verwendet.



Weitere Veranstaltungen und Informationen finden Sie auf dem MEET CAMPUS





**HÄNDE
REICHEN.
WERTE
SCHÜTZEN.**

Ihr Interessenvertreter in allen Versicherungsangelegenheiten der Sozialwirtschaft

Wir analysieren den individuellen Absicherungsbedarf Ihrer Einrichtung, kaufen den dafür notwendigen Versicherungsschutz zu besten Bedingungen ein und sind auch an Ihrer Seite, wenn ein Schaden eingetreten ist.

Partner der Caritas

- ✓ Versicherungs- und Risikoberatung
- ✓ Versicherungseinkauf
- ✓ Vertragsbetreuung

ECCLESIA
VERSICHERUNGSDIENST

Ecclesia Versicherungsdienst GmbH – Selbsthilfe
Versicherungsdienst des Deutschen Caritasverbandes
Ecclesiastraße 1–4 • 32756 Detmold
Telefon +49 5231 603-0 • info@ecclesia.de
www.ecclesia.de

▲ Schwarzwald
○ Bodensee
▲ Allgäu

SCHRAMBERG
Immer Entschlossen

LANGENARGEN
Unsere Zeit am See!

EGLOFS
Der Natur ein Stück näher!

→ Erholung und Stärkung für Familien
→ spezielle Angebote für belastete Familien
→ vielfältige Freizeiten
(z.B. Demenzkranke u. deren Angehörige)
→ Kooperationspartner für Kirchengemeinden,
Verbände, Vereinigungen



Jahnstr. 30 | 70597 Stuttgart
Tel. 0711 / 9791-240
Fax 0711 / 9791-149
Mail few@blh.dr.s.de
Web www.familienherholungswerk.de
Facebook www.facebook.com/fewdrs



FEW

www.familienherholungswerk.de

Raum für Notizen

A large grid of small '+' symbols intended for taking notes.

Anmeldung zu Fort- und Weiterbildungen

Wir nehmen Ihre Anmeldung gerne über das Internet entgegen (www.meet-campus.de).

Sie dürfen uns auch eine E-Mail schreiben an hallo@meet-campus.de - wir melden Sie an oder unterstützen Sie bei Fragen zur Anmeldung.

Telefonisch erreichen Sie uns unter 0711 2633 1160 oder -1161. Auch hier können wir Sie bei der Anmeldung unterstützen, oder diese für Sie durchführen.

Wir freuen uns, wenn Sie an unseren Fort- und Weiterbildungen teilnehmen. Das Angebot ist für Sie da. Gerne nehmen wir auf den oben genannten Wegen auch Ihre Ideen auf. Welche Themen fehlen Ihnen? Wo ist ein Bedarf bei Ihnen in der Gruppe oder in der Gemeinde aufgetreten. Sie dürfen gerne direkt mit uns Kontakt aufnehmen.

Wir als Geschäftsstelle der „Caritas-Konferenzen Deutschlands Diözesanverband Rottenburg-Stuttgart e.V.“ sind für Sie als Mitglied oder für Sie als Teil einer Mitgliedsgruppe da.



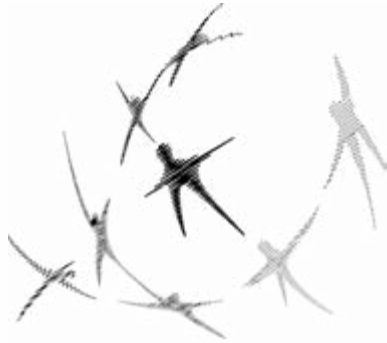
MEET-CAMPUS

Unsere digitale Bildungsplattform für Ehrenamtliche

Besuchen Sie uns:

www.meet-campus.de





CKD Das Netzwerk
von Ehrenamtlichen

Caritas-Konferenzen Deutschlands
Diözesanverband Rottenburg-Stuttgart e. V.
Das Netzwerk von Ehrenamtlichen

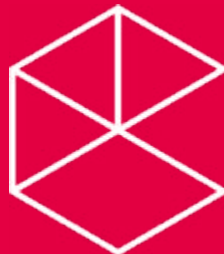
Strombergstr. 11 | 70188 Stuttgart

0711 2633-1160

geschaeftsstelle@ckd-rs.de

www.ckd-rs.de

Unsere Bildungsplattform finden Sie unter
www.meet-campus.de



**MEET
CAMPUS**

DEINE SOZIALE
LERNPLATTFORM IM
FREIWILLIGEN ENGAGEMENT

