

\*\*\* auf Anfrage \*\*\* Angebote auf Anfrage \*\*\*

## GELINGENDE KOMMUNIKATION UND UMGANG MIT KONFLIKTEN

Kommunikation in Gruppen geschieht ständig und verläuft dabei meist selbstverständlich. Ohne Unterbrechungen tauschen wir untereinander Informationen auf unterschiedlichste Art und Weise aus. Wir tun dies beim Sprechen sowie beim Schweigen, durch Worte, durch unsere Körpersprache oder Mimik. Aber obwohl Kommunikation so allgegenwärtig ist, sprechen wir erst dann bewusst darüber, wenn wir sogenannte „Kommunikationsprobleme“ erleben – wenn wir die anderen so ganz und gar nicht mehr verstehen können oder uns selbst missverstanden fühlen.

*Leitung:*

*Christine Sendes, Diplom-Pädagogin und Coach DGfC und arbeitet bei ZWAR*

## SUPERVISION UND BERATUNG

### Einzelberatung oder Beratung in Kleingruppen von Menschen in der Freiwilligenarbeit

Im Mittelpunkt dieser Beratung und Begleitung stehen Sie als freiwillig engagierte Menschen in Schwerte. Als Beraterin und Supervisorin bietet Ihnen Sigrid Reihs an, das eigene Handeln und die damit verbundenen Gefühle zu reflektieren. Bei möglichen Konflikten in der Freiwilligenarbeit können dadurch neue Perspektiven gewonnen werden.

Der Blick von außen auf das eigene Verhalten und die jeweilige Wirkung auf das Umfeld, bietet die Chance, neue Erkenntnisse zu gewinnen, die eigenen Stärken und Schwächen zu entdecken und vielleicht neue Wege auszuprobieren.

Für die Beraterin gilt, dass sie eine Haltung der Wertschätzung einnimmt und keine Ratschläge gibt. Es ist ein Angebot, um das Engagement zu unterstützen und zu ermutigen.

Es gibt die Möglichkeit des Einzelgesprächs und des Gesprächs in kleinen (bis zu 3 Personen) Gruppen.

*Beraterin:*

*Sigrid Reihs, Supervisorin und Pfarrerin und freiwillig engagiert*

*Ein Beratungstermin kann im persönlichen Kontakt unter Tel.: 0171 3692063 vereinbart werden.*

Informationen und Aktionen  
rund ums Bürgerengagement:



Die Homepage

**SCHWERengagierte**  
wir gestalten mit

Die Homepage [www.schwerengagierte.de](http://www.schwerengagierte.de) bietet Ihnen viele Informationen rund um das Thema Bürgerengagement. Auf der virtuellen Plattform der Schwerter Engagierten und Interessierten werden Projekte und Veranstaltungen von Schwertern für Schwerterinnen und Schwerter eingestellt, Mitmachende gesucht, eine Initiativenübersicht vorgestellt und unter dem Punkt „Service“ werden Hinweise auf Fördermöglichkeiten, Ideengeber, Qualifizierungen, Versicherungsschutz im Ehrenamt, Räume und Treffpunkte und viele weitere nützliche Informationen geboten. Die Homepage wird durch das Freiwilligenzentrum Die Börse betreut. Das Freiwilligenzentrum berät Interessierte, die sich gerne engagieren möchten, und bietet selbst Projekte zum Mitmachen wie z. B. die Lesepaten an.

### Die Homepage Schwerter Mitte

Die Homepage [www.schwerter-mitte.de](http://www.schwerter-mitte.de) bietet Informationen rund um das Ensemble St. Viktor. Hier entsteht ein neues Zentrum, das von Bürgerinnen und Bürgern bereits vor dem großen Umbau von Museum und alter Marktschänke mit vielen bürgerschaftlichen Aktionen und Projekten im -und am Museum belebt wird. Unter dem Punkt Bürgerprojekte zeigt die Homepage, was alles passiert und wann das nächste „Atelier der Ideen“ stattfindet. Eine Ideenschmiede, zu der alle Interessierten herzlich eingeladen sind.

### Spezielle Angebote für Ehrenamtliche in der Arbeit mit geflüchteten Menschen

Angebote für Engagierte, die geflüchtete Menschen unterstützen und begleiten, bietet das Kommunale Integrationszentrum des Kreises Unna an. Es bietet Ehrenamtlichen Informationsveranstaltungen und Seminare, unterstützt bei der Einrichtung Runder Tische in den Kommunen und berät mit einer Fragestunde, die gemeinsam mit Behörden und externen Gästen durchgeführt wird. Ansprechpartnerin für Schwerte ist Ina Ravenschlag, Tel.: 02307 92488-68, E-Mail: [ina.ravenschlag@kreis-unna.de](mailto:ina.ravenschlag@kreis-unna.de)

  
engagiertestadt

# 5. Schwerter Freiwilligen- akademie

**Angebote  
für freiwillig  
Engagierte in  
Projekten, Gruppen,  
Initiativen, Kirchen,  
Vereinen und  
Verbänden**

**Alle Angebote sind für Freiwillige  
kostenfrei.**

**Weiterbildungsprogramm  
1. Halbjahr 2018**

## Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Engagierte,

wir freuen uns Ihnen mit diesem Halbjahresprogramm I/2018 Interessantes, Wissenswertes und Stärkendes für Ihr Engagement bieten zu können. Die Angebote der Freiwilligenakademie sind für Engagierte kostenfrei und sollen Schwerterinnen und Schwerter, die sich für ihre Stadt und die gute Sache stark machen, in ihrem Engagement unterstützen. Neu ist unter anderen unser Treffpunkt zum Austausch, zur Vernetzung oder zur Beratung von Engagierten und denen, die es werden wollen. Das Café SCHWERengagierTE lädt Engagierte und Interessierte zu den Marktzeiten in das zentral gelegene Museum am Markt ein. Neu ist auch der Workshop GENERATION WOODSTOCK KOMMT IN DIE JAHRE! Hier wird der Frage nachgegangen, was die neue Altersgeneration heute interessiert, was sie bewegt und was sie bewegen will. Denn „abwarten und Tee trinken“ war gestern! Stöbern Sie herum und finden Sie Neues und Bewährtes und vor allem das passende Angebot, das Ihr Engagement unterstützt oder Ihnen neue Impulse gibt.

Das vorliegende Programm ist ein Gemeinschaftsprojekt, entwickelt durch die EFIs, das Freiwilligenzentrum Die Börse, die Volkshochschule, ZWAR, das Grete-Meißner-Zentrum und die Stadt Schwerte. Anregungen und Wünsche nehmen wir gerne auf.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldungen.  
Ihr Organisationsteam

## Übersicht der Veranstaltungen

---

**27.02.18** **Film:**  
**SCHWERTE UND DIE WELT BESSER MACHEN**

---

**07.04.18** **Workshop:**  
**GENERATION WOODSTOCK KOMMT IN DIE JAHRE!**

---

**21.04.18** **Offener Treffpunkt:**  
**30.06.18** **CAFÈ SCHWERengagierTE**  
**29.09.18**  
**17.11.18**

---

**02.05.18** **Lesung und Diskussion:**  
**DEMOKRATIESALON**

---

**18.05.18** **Seminare:**  
**30.05.18** **FIT VON KOPF BIS FUSS**

---

**05.06.18** **Seminare:**  
**12.06.18** **SERIENBRIEF**

---

**11.07.18** **Seminar:**  
**MACH DICH ARBEITSGLÜCKLICH**

---

**05.09.18** **Veranstaltung:**  
**VERNETZUNGSKONFERENZ 2018**

---

## Angebote auf Anfrage

---

GRUNDLAGENSEMINAR FÜR LESEPATINNEIN UND LESEPATEN  
UND SOLCHE, DIE ES WERDEN WOLLEN

---

WEITERBILDUNGSSEMINAR FÜR LESEPATINNEIN UND LESEPATEN

---

WEITERBILDUNGSSEMINAR FÜR SPRACHHELPERINNEIN  
UND SPRACHHELPER

---

PERSPEKTIVCOACHING FÜR TEAMS UND VEREINE

---

MODERATION

---

GELINGENDE KOMMUNIKATION UND UMGANG MIT  
KONFLIKTEN

---

SUPERVISION UND BERATUNG

---

FILM

## SCHWERTE UND DIE WELT BESSER MACHEN

Ein Film- und Diskussionsabend mit dem preisgekrönten Dokumentarfilm TOMORROW - DIE WELT IST VOLLER SCHÖNER LÖSUNGEN zur Gründung neuer Initiativen. Der Film zeigt Ideen und Initiativen, die das Zusammenleben überall auf der Welt bereichern und Städte nach vorne bringen. Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich inspirieren von Ideen, die Städte grüner und ökologischer machen, die mehr politische Selbstbestimmung fördern, die den Zusammenhalt über Parallelwährungen stärken oder die eine stärkere Unabhängigkeit von fossilen Energieträgern ermöglichen und die Stadt emissionsfreier werden lassen.

Der Film wird von einer Initiative verschiedener Kooperationspartnerinnen und Partner gezeigt, die den Zusammenhalt in der Stadtgesellschaft stärken möchten.

**Kursnr.:** 118-5412

**Termin:** Dienstag, 27.02.18, 19.00 Uhr

**Ort:** Rohrmeisterei, Ruhrstraße 20

WORK  
SHOP

## GENERATION WOODSTOCK KOMMT IN DIE JAHRE!

Alt werden, mitgestalten, einmischen ... Aufbruch in eine neue Lebensphase. Generation Woodstock kommt in die Jahre! Auch die Babyboomer stehen vor der Tür und mit ihnen ihre vielfältigen Erfahrungen, zeitgeschichtlichen und persönlichen Prägungen und Ressourcen. Viele fragen sich: Wie werden wir im Alter leben? Haben wir alles, was wir zu einem guten Leben brauchen? Brauchen wir alles, was wir haben? Und wie sieht es mit unserer Freiheit und Mitgestaltungsmöglichkeiten aus?

Karin Nell (inzwischen selbst 60+), beschäftigt sich seit vielen Jahren mit innovativen Bildungskonzepten im nachberuflichen Leben. In ihrem Workshop wird sie der Frage nachgehen, was die neue Altersgeneration heute interessiert, was sie bewegt und was sie bewegen will. Denn „abwarten und Tee trinken“ war gestern! Die Zeichen stehen auf Veränderung. Gefragt sind: Kritisches Hinschauen, Gesellschaft aktiv mitgestalten und mehr Demokratie wagen!

**Kursnr.:** 118-2320

**Termin:** Samstag, 07.04.18, von 11.00 bis 17.00 Uhr

**Ort:** Volkshochschule, Am Markt 11, Raum 1

**Leitung:** Karin Nell, Diplom Pädagogin und Studienleiterin beim Evangelischen Erwachsenenbildungswerk Nordrhein

## CAFÈ SCHWERengagierTE

Das Café SCHWERengagierTE ist ein Treffpunkt für freiwillig Engagierte und die, die es werden wollen. Vernetzung, Information, Austausch oder Beratung nach Bedarf stehen im Vordergrund des Cafés, das ohne offizielle Programmpunkte auskommt. Bei Kaffee, Kuchen und lockeren Gesprächen lernen sich Engagierte aus verschiedenen Bereichen kennen, wird das Neuste ausgetauscht, Informationen geteilt oder Rat gesucht.

Zur Beratung stehen das Freiwilligenzentrum Die Börse, der Arbeitskreis Asyl für Engagierte in der Flüchtlingshilfe und die Koordinierungsstelle der Stadt Schwerte zur Verfügung.

**Termine:** Samstag: 21.04.18 von 11.00 bis 13.00 Uhr  
Samstag: 30.06.18 von 11.00 bis 13.00 Uhr  
Samstag: 29.09.18 von 11.00 bis 13.00 Uhr  
Samstag: 17.11.18 von 11.00 bis 13.00 Uhr

**Ort:** Museum am Markt

**Leitung:** Das Café wird von Engagierten des Freiwilligenzentrums, einigen EFIs und der Koordinierungsstelle der Engagierten Stadt Schwerte organisiert.

## DEMOKRATIESALON

Eine Autorenlesung mit anschließender Diskussion bringt uns auf die Suche nach dem, was uns zusammenhält. Jürgen Wiebicke, Moderator des philosophischen Radios im WDR, bringt die Frage mit: Wie lässt sich ein gutes Leben leben, wenn das Land im Krisenmodus ist, die Welt in labilem Zustand? Er hat sich auf die Suche gemacht nach Menschen, die sich um mehr kümmern -als um ihr privates Wohlbefinden- und gerade deshalb glücklich sind. Und er stellt fest: Oft fängt es im Kleinen an. Es hilft, sich für seine unmittelbare Umgebung stark zu machen. Es befreit, nicht dem Unerreichbaren anzuhängen, sondern sich für das Machbare zu engagieren. Kommen Sie vorbei und lernen Sie den Unterschied kennen. Der Demokratiesalon wird von einer Initiative verschiedener Kooperationspartnerinnen und Partner veranstaltet, die den Zusammenhalt in der Stadtgesellschaft stärken möchten.

**Kursnr.:** 118-5411

**Termin:** Mittwoch, 02.05.18, 19.00 Uhr

**Ort:** Gemeindezentrum St. Viktor, Am Kirchhof 1

## FIT VON KOPF BIS FUSS

Neueste wissenschaftliche Studien belegen, dass neben einer gesunden Ernährung intensiver Bewegungssport und „Mentales Aktivierungstraining“ die geistige Leistungsfähigkeit fördern und im Hinblick auf zahlreiche Erkrankungen (z.B. Demenz) eine präventive Wirkung haben können. Belegt ist auch, dass Denk- und Bewegungssport, richtig dosiert und individuell angepasst, zur Vorbeugung oder Behandlung bei zahlreichen Erkrankungen den Effekten von Medikamenten mindestens ebenbürtig sind.

Halten Sie sich Fit und machen Sie mit!

Übungsbereiche:

- Koordination, Beweglichkeit, Gleichgewicht, Kraft, Sturzprävention
- Konzentration, Gedächtnis, Wortfindung, Denkfähigkeit, Wahrnehmung

Hinweise: Anmeldeschluss ist der 05.09.18; die Teilnehmerzahl beträgt mind. 7 und max. 15; bitte leichtes Schuhwerk und gute Laune mitbringen!

**Kursnr.:** 118-2323

**Termin:** Freitag, 18.05.2018, von 17.00 bis 19.00 Uhr und  
Mittwoch, 30.05.2018, von 17.00 bis 19.00 Uhr

**Ort:** Grete-Meißner-Zentrum, Schützenstr. 10,  
58239 Schwerte

**Leitung:** Dipl.Päd. Dr. Arno Weißgerber

## SERIENBRIEF

Die meisten Vereine versenden mindestens einmal im Jahr Briefe oder Emails an eine Gruppe von Empfängern, z.B. Einladungen zur Mitgliederversammlung, Erinnerung an die Beitragszahlung oder Infos zu Veranstaltungen. Diese Arbeit lässt sich mit der Serienbrieffunktion von Word wesentlich erleichtern. Lernen Sie gemeinsam mit anderen diese praktische Funktion und überraschen Sie Ihre Vereinsmitglieder beim nächsten Rundbrief.

**Kursnr.:** 118-2321

**Termine:** Dienstag, 05.06.18 und Dienstag, 12.06.18  
von 19.00 bis 21.00 Uhr

**Ort:** VHS, Am Markt 11, Raum 6

**Leitung:** Adelheid Grammon, Dozentin für EDV-Seminare  
und freiwillig engagiert.

Bei Rückfragen zu diesem Angebot steht die Seminarleiterin unter der Tel.: 02304/4688492 gerne zur Verfügung.

## MACH DICH ARBEITSGLÜCKLICH

Oft funktionieren wir nur im Alltag, im freiwilligen Engagement und laufen tapfer im Hamsterrad.

Obwohl wir in der bürgerschaftlichen Arbeit frei sind, sorgen nur wenige dafür, dass sie dabei zufrieden sind oder sich sogar arbeitsglücklich® fühlen.

Nutzen Sie die Chance dieses arbeitsglücklich® - Kurzworkshops und - setzen Sie einen gedanklichen und ersten Wendepunkt!

Das erwartet Sie: Sie verschaffen sich einen ersten Überblick, reflektieren das, was Kraft gibt, das, was Herzensanliegen sind und das, was leider kostbare Energie raubt. In diesem Workshop nutzen wir die Kreativität der Gruppe, um gemeinsam erste Ideen für eine positive Veränderung zu entwickeln und Pläne für eine realistische Umsetzung in den Alltag zu schmieden.

Nichts muss bleiben, wie es immer war. Es ändert sich, wenn Sie beschließen, dass es sich ändern darf. Lassen Sie sich in diesen zwei Stunden einladen, erste mutige Blicke auf eine mögliche Verbesserung Ihres Arbeitsalltages zu werfen.

**Kursnr.:** 118-2322

**Termin:** Mittwoch, 11.07.18 von 18.00 bis 20.00 Uhr

**Ort:** Volkshochschule, Am Markt 11, Raum 1

**Leitung:** Anne Kipple, Kommunikationstrainerin und systemischer Coach

## VERNETZUNGSKONFERENZ 2018

**Mitmachen – Mitbestimmen – Mitgestalten**

In der Entwicklung vom bürgerschaftlichen Engagement zur Bürgerkommune sind wir wieder ein Stück weiter gekommen. Unsere Fortschritte wollen wir gerne mit Ihnen diskutieren. Die Vernetzungskonferenz findet jährlich statt und bietet Raum und Zeit für Austausch, Vernetzung und Neues. Kommen Sie vorbei und mischen Sie mit.

**Termin:** Mittwoch, 05.09.18, 18.00 Uhr

**Ort:** Rohrmeisterei, Ruhrstraße 20

**Leitung:** Anke Skupin in Zusammenarbeit  
mit der Entwicklungsgruppe  
Bürgerkommune



Weiterbildungsprogramm

1. Halbjahr 2018

# 5. Schwerter Freiwilligen- akademie

Die Angebote unterstützen das bürgerschaftliche Engagement in Schwerte und sind für Freiwillige kostenfrei.

**Anmeldungen**  
VHS Schwerte, Am Markt 11,  
58239 Schwerte  
oder im Internet unter [www.kuwebe.de](http://www.kuwebe.de),  
Volkshochschule mit der  
angegebenen Kursnummer.

**Weitere Informationen  
zu den Angeboten:**  
Anke Skupin  
E-Mail: [anke.skupin@kuwebe.de](mailto:anke.skupin@kuwebe.de)  
Tel. 02304 104854

UnterstützerInnen:

Volkshochschule

Kultur- und  
Weiterbildungs-  
Betrieb

**Diakonie**  
Evangelische  
Kirchengemeinde  
Schwerte

**Freiwilligen  
Zentrum**  
Die Boerse

**Stadt Schwerte**

**efi** Erfahrungswissen  
für Initiativen

**ZWAR**  
Zentrum für  
WIRTSCHAFTS- und  
BERUFSAUSSTATTUNG  
Zentralstelle NRW

**KOMM-AN  
NRW**

Arbeitsgemeinschaft  
Schwerter  
Frauengruppen

**ROHRMEISTEREI**

**SCHWERengagierTE**  
wir gestalten mit

Die Freiwilligenakademie wird auch unterstützt  
durch das Förderprogramm Engagierte Stadt

**engagiertestadt**

Anfrage \*\*\* Angebote auf Anfrage \*\*\* Angebote auf Anfrage \*\*\* Angebote auf Anfrage \*\*\* Ange

## GRUNDLAGENSEMINAR FÜR LESEPATINNEN UND LESEPATEN UND SOLCHE, DIE ES WERDEN WOLLEN

Das Seminar richtet sich an Menschen, die Grundschul Kinder dabei unterstützen wollen, ihre Kompetenz im selbstständigen Lesen zu verbessern und die keine didaktisch-pädagogische Ausbildung haben.

Es geht um den Zugang der Kinder zum selbständigen Lesen mit kreativen Methoden.

Der Austausch zwischen denjenigen, die in diesem Bereich schon Erfahrungen haben und denen, die sich für dieses freiwillige Engagement interessieren, ist ein wichtiger Bestandteil des Seminars.

Wir freuen uns auf alle Interessierten.

**Termin:**

Ende März, bitte im Freiwilligenzentrum unter  
Tel.: 02304 257094 oder per E-Mail unter:  
[die-boerse@versanet.de](mailto:die-boerse@versanet.de) nachfragen.

**Leitung:**

*Carola Paulmichl, Leiterin der Jugendbücherei Beckum*

## WEITERBILDUNGSSEMINAR FÜR LESEPATINNEN UND LESEPATEN

Das Seminar richtet sich an alle Lesepatinnen und Lesepaten in Schwerte, die schon seit einiger Zeit durch ihr Engagement Grundschülerinnen und Grundschüler beim selbständigen Lesen unterstützen.

Inhalte sind die Erarbeitung neuer methodischer Zugänge und das Kennenlernen entsprechender Literatur.

Der Austausch zwischen den Ehrenamtlichen ist ein wichtiger Bestandteil des Seminars.

Wir freuen uns auf alle Interessierten.

**Termin:**

Ende Juni, bitte im Freiwilligenzentrum unter  
Tel.: 02304 257094 oder unter E-Mail:  
[die-boerse@versanet.de](mailto:die-boerse@versanet.de) nachfragen.

**Leitung:**

*Carola Paulmichl, Leiterin der Jugendbücherei Beckum*

## WEITERBILDUNGSSEMINAR FÜR SPRACHHELPERINNEN UND SPRACHHELPER

Das Seminar richtet sich an alle, die als Sprachhelferinnen und Sprachhelfer in den Schwerter Kindergärten tätig sind, und die Kinder beim Heimischwerden in der deutschen Sprache unterstützen.

Inhalte sind die Bearbeitung der gemachten Erfahrungen und die Begegnung mit neuen methodischen Möglichkeiten.

Der Austausch untereinander spielt eine zentrale Rolle.

Wir freuen uns auf alle Interessierten.

**Termin:**

April/ Mai 2018, bitte im Freiwilligenzentrum unter  
Tel.: 02304 257094 oder unter E-Mail:  
[die-boerse@versanet.de](mailto:die-boerse@versanet.de) nachfragen.

## PERSPEKTIVCOACHING FÜR TEAMS UND VEREINE

Dieses Angebot richtet sich an Teams und Vereine, die gemeinsam ihre bisherige Arbeit betrachten und sich für die Zukunft gut aufstellen wollen.

**Leitung:**

*Christine Sendes, Diplom-Pädagogin und Coach DGfC und arbeitet bei ZWAR*

## MODERATION

Das Angebot bietet Freiwilligen die Möglichkeit, den Unterschied zwischen Leiten und Moderieren kennen zu lernen, und Handwerkszeug für den Austausch in ihren Gruppen zu bekommen.

**Leitung:**

*Christine Sendes, Diplom-Pädagogin und Coach DGfC und arbeitet bei ZWAR*