

# Eine Veranstaltungsreihe für Ehrenamtliche in den Gemeinden

# Danke, Ehrenamt!

Ehrenamtliches Engagement ist von unschätzbarem Wert für unsere Gemeinschaft. Es schafft nicht nur ein vielfältiges und lebendiges Zusammenleben in Kirche und Gesellschaft, sondern fördert auch ein respektvolles Miteinander. Ehrenamtliche leisten einen wichtigen Beitrag, indem sie Hilfe anbieten und Unterstützung in unterschiedlichen Lebenslagen geben. Diese sinnstiftenden Aktivitäten tragen dazu bei,

dass sich Menschen miteinander verbinden, Vertrauen aufbauen und ein Gefühl der Zugehörigkeit entwickeln.

Die Veranstaltungsreihe »DANKE EHRENAMT« richtet sich speziell an Ehrenamtliche und möchte neue Impulse für das Engagement geben.

## Moderieren und Leiten von Gruppen Ein Workshop mit **Christine Vollmer**

Gemeindeleben vor Ort mitzugestalten bedarf unterschiedlicher Kompetenzen. Wie moderiere ich zum Beispiel eine Gruppe im Rahmen meines ehrenamtlichen Engagements?



© privat

In diesem Workshop unter der Leitung von **Christine Vollmer**, Coach und Training, werden Ihnen Grundlagen der Moderationstechniken sowie Basiswissen über die Moderationsrolle und -verantwortung vermittelt. Doch wir bleiben nicht nur bei der Theorie: In einer Praxiseinheit üben Sie Moderieren und tauschen die unterschiedlichen Erfahrungen aus.

**Anmeldung bis zum 16. Mai 2025** erforderlich unter [anmeldung@bildungswerk-wuppertal.de](mailto:anmeldung@bildungswerk-wuppertal.de) oder Tel.: 0202 49583-0

**Sa., 24. Mai 2025, 10.00 – 13.30 Uhr,  
»LauBe« im Kath. Stadthaus, Laurentiusstraße 7, 42103 Wuppertal**

## Achtsamkeit und Selbstfürsorge im Ehrenamt Ein Workshop mit **Linda Gilfert**

In Ihrem Ehrenamt sind Sie für andere da, engagieren sich z.B. für ein aktives Gemeindeleben, unterstützen Menschen in schwierigen und herausfordernden Lebenssituation. Nicht selten verlieren Sie dabei sich selbst aus dem Blick.



© privat

In diesem Workshop steht Ihre Rolle im Ehrenamt im Mittelpunkt: im Austausch in der Gruppe und mit praktischen Übungen. Unter der Leitung von Linda Gilfert, Coach, Achtsamkeitstrainerin und Systemische Beraterin, schauen Sie auf Ihre Ressourcen und lernen Strategien, wie Sie mit Ihren Ressourcen achtsam umgehen können.

**Anmeldung bis zum 27. Juni 2025** erforderlich unter [anmeldung@bildungswerk-wuppertal.de](mailto:anmeldung@bildungswerk-wuppertal.de) oder Tel.: 0202 49583-0

**Sa., 5. Juli 2025, 10.00 – 13.30 Uhr,  
»LauBe« im Kath. Stadthaus, Laurentiusstraße 7, 42103 Wuppertal**

