

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.

»Frühling lässt sein blaues Band...« Lyrik zum Frühling mit **Dr. Jutta Höfel**

Kurz vor Beginn des Frühlings laden wir Sie ein, sich von Dichterinnen und Dichtern aus drei Jahrhunderten entführen zu lassen in die aufkommende Wärme und das steigende Licht, in wieder ergrünende Landschaften und erblühende Gärten – und trotz wachsender Euphorie den Boden nicht unter den Füßen zu verlieren!



© privat

Mit Texten unter anderen von Bertolt Brecht, Simon Dach, Hilde Domin, Annette von Droste-Hülshoff, Heinrich Heine, Hugo von Hofmannsthal, Else Lasker-Schüler und Eduard Mörike tauschen wir uns unter der Leitung von **Dr. Jutta Höfel**, Literaturwissenschaftlerin, über unsere Ideen zu dieser besonderen Zeit aus.

Sa., 14. März 2026, 16.00 – 18.15 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 22. Mai 2026 erforderlich unter anmeldung@bildungswerk-wuppertal.de oder Tel.: 0202 49583-0

Sa., 30. Mai 2026, 10.00 – 13.30 Uhr,
»LauBe« im Kath. Stadthaus, Laurentiusstraße 7, 42103 Wuppertal

