



ea



Programm  
Herbst/Winter 2017/18

ehrenamtsakademie



Liebe Leserin, lieber Leser,

Sie halten die 13. Auflage unseres Programmheftes in den Händen. Erneut haben wir fachlich hochwertige Veranstaltungen für Sie ausgewählt und vorbereitet, und wir hoffen, dass Sie sich die Teilnahme an mindestens einer Veranstaltung einrichten können. Die Themen der Fort- und Weiterbildung bestimmen Sie selbst, entweder durch direkte Hinweise oder durch Ihre Teilnahme in den letzten Jahren. Diese Erfahrungen verbinden wir dann mit gesellschaftlichen Entwicklungen und Fragestellungen aus der konkreten Arbeit. Unsere Ehrenamtsakademie ist erfolgreich, das zeigen die Teilnehmerzahlen, aber auch die Aufmerksamkeit in Fachkreisen. Das freut uns und spornt uns an. Sicherlich bringen auch die neuen Mehrgenerationenhäuser in Schweinfurt Mitte und in Schwebheim Impulse und Bedarfe, sie bieten aber auch gute Räume für Veranstaltungen der Akademie.

Noch ein Wort zu den Finanzen. Natürlich kostet die Ehrenamtsakademie Geld, obwohl es oft heißt „Kosten: Keine“. Das stimmt natürlich nicht. „Hauptsponsor“ ist das Diakonische Werk Schweinfurt mit einem fünfstelligen Betrag. Wir freuen uns entsprechend überschwänglich über freiwillige Beiträge oder Spenden – vielleicht einmal statt Geschenke zum Geburtstag oder einfach so.

Ihr

Pfarrer Jochen Keßler-Rosa, Vorstand

ehrenamtsakademie

**Diakonie**   
**Schweinfurt**

Evang.-Luth.  
Dekanat



Evangelisches  
Bildungswerk



Alle Angebote sind für Ehrenamtliche und zukünftig ehrenamtlich Mitarbeitende in der Evang.-Luth. Kirche sowie in der Diakonie kostenlos.

Das vorliegende Programm gliedert sich wie folgt:

- Eine Übersicht über alle Angebote Seite 4-5
- Fortbildungsangebote für die Vesperkirche Seite 6-8
- Fortbildungsangebote der diakonischen Dienste und Einrichtungen Seite 9-24
- Unter dem Titel „Zeit für mich“ finden Sie kreative Angebote, bei denen Sie selbst einmal im Mittelpunkt stehen Seite 25-27

Der Ansprechpartner für ehrenamtliche Tätigkeiten im Bereich der Evang.-Luth. Kirche, ist:

**Norbert Holzheid, Martin-Luther-Platz 18, Tel. 09721/21655 E-Mail: [norbert.holzheid@elkb.de](mailto:norbert.holzheid@elkb.de)**

Verantwortlich für die kirchliche Bildungsarbeit, Evangelisches Bildungswerk, ist:

**N.N. Friedenstraße 23, Tel.: 09721/22556 E-Mail: [info@ebw-schweinfurt.de](mailto:info@ebw-schweinfurt.de)**

Verantwortlich für ehrenamtliche Tätigkeit in der Diakonie, ist:

**Helmtrud Hartmann, An den Schanzen 6, Tel: 09721/2087-102 E-Mail: [ea@diakonie-schweinfurt.de](mailto:ea@diakonie-schweinfurt.de)**

Wenn Sie Fragen, Anregungen oder Kritik zur Ehrenamtsakademie haben, wenden Sie sich bitte an:

**Jacqueline Meyer, An den Schanzen 6, Tel: 09721/2087-102 E-Mail: [ea@diakonie-schweinfurt.de](mailto:ea@diakonie-schweinfurt.de)**

<b>Anmeldung bei:</b> Andrea Zehe, (KASA) An den Schanzen 6 Tel.: 09721 / 2087-102 Fax: 09721 / 2087-117 E-Mail: <a href="mailto:ea@diakonie-schweinfurt.de">ea@diakonie-schweinfurt.de</a>	<b>Verantwortlich:</b> Jacqueline Meyer An den Schanzen 6 97421 Schweinfurt Diakonie SW Fotos: Druck: flyeralarm, Auflage: 2500 Stück
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## Terminübersicht Herbst/Winter 2017/18

06. September 2017	Erfahrungsaustausch für die Ehrenamtlichen des f.i.t. Energiesparprojektes	Seite 16
13. September 2017	Flüchtlinge im Ehrenamt	Seite 16
18. September 2017	Arbeitskreis Wohnen lädt ein	Seite 17
21. September 2017	Ulis Ideenkiste: Den Herbst spüren, fühlen und erleben	Seite 14
02. Oktober 2017	„Kleine Frage...“ - Achte auf deinen Jobcenter-Bescheid!	Seite 17
04. Oktober 2017	Sprechen Sie interkulturell?	Seite 14
09. Oktober 2017	„Kleine Frage...“ - Achte auf deinen Jobcenter-Bescheid!	Seite 18
09. Oktober 2017	Sprachkurse, Nachhilfe und Prüfungsvorbereitung	Seite 18
09. Oktober 2017	Treffpunkt für die Helfer der Begegnungscafés	Seite 19
18. Oktober 2017	Nein, ich möchte keinen Seniorenteller	Seite 20
28. Oktober 2017	Fortbildungstag für die Ehrenamtlichen des f.i.t. Energiesparprojektes	Seite 16
06. November 2017	Darf ich umziehen? Wohnsitzzuweisung?	Seite 20
06. November 2017	Koordinatoren-Treffen der Helferkreise	Seite 21
08. November 2017	Vorstellungsabend der Vesperkirche	Seite 7
09. November 2017	Film „Die Farbe des Paradieses“	Seite 26
13. November 2017	Darf ich umziehen? Wohnsitzzuweisung?	Seite 21
15. November 2017	Was brauchen Menschen mit Demenz?	Seite 11

## Terminübersicht Herbst/Winter 2017/18

16. November 2017	Ulis Ideenkiste: Besinnliche Advents- und Weihnachtszeit	Seite 14
21. November 2017	Seniorenimpulstag	Seite 12
23. November 2017	Yoga	Seite 27
23. November 2017	Ehrenamtliche in der Notfallseelsorge	Seite 13
24. November 2017	Andere Kirche - andere Gestaltung	Seite 13
30. November 2017	Schulungsabend für Reisebegleiter	Seite 12
11. Januar 2018	Einstimmungsabend für Gastgeberinnen und Gastgeber der Vesperkirche	Seite 8
15. Januar 2018	Treffpunkt für die Helfer der Begegnungscafés	Seite 19
17. Januar 2018	Einstimmungsabend für Gastgeberinnen und Gastgeber der Vesperkirche	Seite 8
22. Januar 2018	Neues im Asylrecht	Seite 22
30. Januar 2018	Ulis Ideenkiste: Winterfreuden	Seite 14
05. Februar 2018	Dolmetschen in der Flüchtlingsarbeit	Seite 22
28. Februar 2018	Den Alltag mit Demenz meistern: Herausfordernde Situationen	Seite 11
12. März 2018	Gemeinsam sind wir stark - Teamtag am Volkersberg	Seite 15
15. März 2018	Film: „Der Hundertjährige, der aus dem Fenster sprang und verschwand“	Seite 26
20. März 2018	Seniorenimpulstag	Seite 12

# Vesperkirche

## Stellen Sie sich vor...

Sie sitzen gemeinsam mit anderen an einem gedeckten Tisch beim Essen. Und das mitten in der Kirche. Die Mahlzeit kann sich jede und jeder leisten. Ganz unterschiedliche Menschen sitzen beisammen.

Es entstehen Gespräche: Über Gott und die Welt und über unsere unterschiedlichen Berufs- und Lebenswelten, an denen wir einander teilhaben lassen.

Gespräche auf Augenhöhe.

Gäste erhalten in der Mittagszeit eine warme Mahlzeit sowie Getränke, Kaffee und Kuchen für 1,50 € (Kinder für 0,50 €).

Außerdem bietet die Vesperkirche: Kultur, Beratung und Informationen über Unterstützungsmöglichkeiten in Schweinfurt.

Die Vesperkirche ist als Begegnungsprojekt unterschiedlicher gesellschaftlicher Gruppen konzipiert. Daher legen wir Wert darauf, dass Menschen mit und ohne gesichertem Einkommen in die Vesperkirche zum Essen kommen.

Die Vesperkirche lebt vom Engagement Ehrenamtlicher. Gastfreundschaft - darum geht es uns an erster Stelle. Auf Seite 6 des Programmheftes finden Sie die Termine der Vorbereitungskurse.

Gastgeberinnen und Gastgeber der Vesperkirche Schweinfurt sind all ihre ehren- und hauptamtlichen Mitarbeiter.

...Herzlich Willkommen!

Weitere Informationen unter: [www.vesperkirche-schweinfurt.de](http://www.vesperkirche-schweinfurt.de)



Miteinander für Leib und Seele  
21. Januar bis 11. Februar 2018



## Vesperkirche - Vorstellungabend

Referenten: Diakon Norbert Holzheid,  
Gisela Bruckmann, Pfarrerin  
Sebastian Grumann, Soz.Päd. (B.A.)

Mittwoch, 08. November 2017  
18:00 - 20:00 Uhr

Ort: Martin-Luther-Haus,  
Bodengasse 1, SW

Kosten: keine

Personenkreis: Interessierte an der Vesperkirche

### Beschreibung:

Haben Sie schon etwas von der Vesperkirche-Schweinfurt-St. Johannis gehört? Essen in der Kirche? Darf denn sowas sein? Nur 1,50 Euro? Die können sich doch mehr leisten? Fragen, die auftauchen, wenn man sich mit dem Thema Vesperkirche beschäftigt. Die Vesperkirche als Begegnungsprojekt findet nun schon zum vierten Mal statt. Die Vesperkirche lebt auch vom Engagement Ehrenamtlicher. Wollen Sie Näheres über die Hintergründe, die uns bewegen haben Vesperkirche zu veranstalten, dann kommen Sie zu diesem Vorstellungabend. Wir wollen die Hinter- und Beweggründe vor Augen führen.

Bitte bis zum 01.11.2017 anmelden unter :  
[ea@diakonie-schweinfurt.de](mailto:ea@diakonie-schweinfurt.de) - Tel. 09721/2087-102



## ▶ Einstimmungsabende für Gastgeberinnen und Gastgeber der 4. Schweinfurter Vesperkirche 21. Januar bis 11. Februar 2018 in Schweinfurt – St. Johannis „Miteinander für Leib und Seele“

Referenten: Norbert Holzheid, Diakon  
Gisela Bruckmann, Pfarrerin,  
Sebastian Grumann, Soz.Päd. (B.A.)

■ Donnerstag, 11. Januar 2018  
18:00 – 20:00 Uhr  
Mittwoch, 17. Januar 2018  
18:00 – 20:00 Uhr

Ort: Martin-Luther-Haus,  
Bodengasse 1, Schweinfurt

Kosten: keine

Personenkreis: Interessierte, die bisher noch nicht  
mitgearbeitet haben

### Beschreibung:

Die Vesperkirche lebt davon, dass sich viele ehrenamtlich als Gastgeberinnen und Gastgeber einbringen. Das kann bei einem einmaligen Einsatz für einen Tag sein oder auch öfter, je nach Möglichkeit, bei folgenden Tätigkeiten:

- Begrüßung und Begleitung zu den Plätzen
- Essensausgabe
- Bedienen an den Esstischen
- Geschirrrücknahme
- Einsatz im Bereich „Kaffee und Kuchen“
- Kinderbetreuung in der Kinderecke
- Spülen und Waschen
- Transport

Zusammenzuwirken zur besonderen Atmosphäre der Vesperkirche, ist die Aufgabe.

Sich miteinander einzustimmen auf die Idee und den Geist der Vesperkirche, darum geht es an diesem Abend. Und darum, den Tagesablauf und die Aufgaben, die einen Vesperkirchentag bestimmen, in den Blick zu nehmen. Das Begleitprogramm wird vorgestellt und die Kenntnis der Hygienevorschriften aufgefrischt.

Wir freuen uns auf Sie.

Bitte bis zum 04.01.2018 anmelden unter:  
ea@diakonie-schweinfurt.de – Tel. 09721/2087-102





Fortbildungsangebote  
für Kirche und Diakonie

## Einladung der Ehrenamtsakademie der Diakonie Schweinfurt in die Universität Bamberg

Die Universität Bamberg hatte am 21.04.2017 bis 22.04.2017 zu der Fachtagung „Soziale Arbeit mit Geflüchteten – Bilanz und Ausblick“ eingeladen. Als ein Baustein der Fachtagung war die Ehrenamtsakademie des Diakonischen Werkes Schweinfurt eingeladen.

Themenschwerpunkte des Austausches waren insbesondere die beiden Fragestellungen:

- Wie sind Asylsuchende in Deutschland insbesondere in Bamberg aufgenommen worden?
- Wie hat sich die Soziale Arbeit in der Flüchtlingsarbeit inzwischen bezüglich der theoretischen Grundlagen und Fragestellungen und damit einhergehend in der alltäglichen Praxis der Asylsozialarbeit aufstellen können?

Sozialpädagogische Vorträge von Forschenden aus Deutschland und Österreich wurden ergänzt durch aktuelle Erfahrungsberichte von Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeitern aus der Praxisarbeit. Beiträge aus journalistischer und ehrenamtlicher Perspektive erweiterten und vertieften den Fokus des Austausches. In fünf Themenblöcken ging es z.B. um die politischen Debatten in Deutschland oder um Bildungschancen geflüchteter Menschen.

In Kooperation mit dem Bamberger Verein „Freund statt fremd“, konnte die Ehrenamtsakademie der Diakonie Schweinfurt, ergänzt durch professionelle fachliche Studien, die elementare Wichtigkeit ehrenamtlicher Arbeit im gesamten Feld der Arbarbeit eindrucksvoll aufzeigen. Die Studien haben gezeigt, wie essentiell wichtig und kostbar das Engagement von Bürgern und Bürgerinnen ist. Immer kam die Frage auf: Wo müssen Grenzen zwischen Haupt- und Ehrenamt gezogen werden? Wie können Ehrenamtliche z.B. vor dem „Ausbrennen“ geschützt werden? Wie kann eine Plattform zur Strukturierung und damit Nachhaltigkeit des Erreichten geschaffen werden? Die Universität Bamberg hat die Ehrenamtsakademie der Diakonie Schweinfurt als eine sehr gut funktionierende Lösung der professionellen Begleitung und Anleitung angekündigt. Die Darstellung der Finanzierungswege, der Strukturen und Inhalte ließen die Tagungsteilnehmer mehr als einen skizzenhaften Einblick gewinnen. Dies wurde durch das große Echo der vielen Nachfragen und des regen Interesses bestätigt, wie wichtig die gute Zusammenarbeit von Ehrenamtlichen und des Diakonischen Werkes und anderen Sozialträgern ist.

Ein herzliches Dankeschön galt der Universität Bamberg für die Einladung mit der Möglichkeit der Darstellung unserer Ehrenamtsakademie und ganz besonders allen Ehrenamtlichen, die an dem Erfolg des wertvollen Projektes beteiligt sind!!!

### Was brauchen Menschen mit Demenz

Referentin: Rebecca Seemann Gerontologin (M.Sc.)

Mittwoch, 15. November 2017  
18:00 – 19:30 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus Schwebheim,  
Hauptstraße 25, Schwebheim

Kosten: keine

Personenkreis: Ehrenamtliche in der Seniorenarbeit /  
Interessierte

#### Beschreibung:

Menschen mit Demenz können ihre Gefühle und Bedürfnisse nicht immer verständlich ausdrücken. Dennoch sind sie besonders feinfühlig und möchten wahrgenommen werden. (Pfleger) Angehörige, Bekannte sowie ehrenamtlich Tätige fragen sich deshalb häufig, wie man herausfinden kann, was ein Demenzerkrankter benötigt. Wie können Schmerzäußerungen, der Wunsch nach Nähe und Bindung oder aber die stetige Unruhe verstanden und diesen Bedürfnissen nachgegangen werden? Der Vortrag soll Wege aufzeigen, Gefühle und Bedürfnisse der Betroffenen einfühlsam zu erkennen.

Bitte bis zum 08.11.2017 anmelden unter :  
ea@diakonie-schweinfurt.de – Tel. 09721/2087–102

### Den Alltag mit Demenz meistern: Herausfordernde Situationen

Referentin: Rebecca Seemann (Gerontologin (M.Sc.)

Mittwoch, 28. Februar 2018  
18:00 – 19:30 Uhr

Ort: Diakonisches Werk, großer Saal  
Gymnasiumstr. 16, 3. Stock, SW

Kosten: keine

Personenkreis: Ehrenamtliche in der Seniorenarbeit /  
Interessierte

#### Beschreibung:

Einen Menschen mit Demenz zu versorgen, sowie die Krankheit und die Veränderungen zu akzeptieren ist keine leichte Aufgabe. Verhaltensweisen des Demenzerkrankten sind häufig nicht nachvollziehbar und kosten viel Energie. Innere Unruhe, Rufe nach den eigenen Eltern, aggressives Verhalten, sexuelle Auffälligkeiten, fehlende Einsicht in die eigene Krankheit, Horten von Gegenständen und vieles andere können tagtägliche Begleiter im Umgang mit einem Menschen mit Demenz sein. Im Vortrag soll es darum gehen, Verständnis für Betroffene und deren Verhaltensweisen zu entwickeln sowie praktische Tipps zu erlangen.

Bitte bis zum 21.02.2018 anmelden unter :  
ea@diakonie-schweinfurt.de – Tel. 09721/2087–102

### Seniorenimpulstag

Referent: Diakon Norbert Holzheid

■ Dienstag, 21. November 2017  
Dienstag, 20. März 2018  
14:30 - 17:00 Uhr

Ort: Martin-Luther-Haus,  
Bodengasse 1, SW

Kosten: keine

Personenkreis: ehrenamtliche Seniorenkreisleiter/innen  
Interessierte

Beschreibung:  
Die Seniorenarbeit unterliegt immer wieder Veränderungen. Bei den Impulstagen wollen wir uns mit allen Bereichen der Seniorenarbeit beschäftigen. Wollen auch Veränderungen für unsere Arbeit in den Blick bekommen. Neben der Beschäftigung mit unterschiedlichen Themen werden auch Programmvorschläge für die tägliche Arbeit mit Senioren vorgestellt. Aus der Praxis für die Praxis – Seniorenimpulstag.

Bitte bis je eine Woche vorher anmelden unter:  
ea@diakonie-schweinfurt.de - Tel. 09721/2087-102

### Schulungsabend für Reisebegleiter

Referent: Diakon Norbert Holzheid

■ Donnerstag, 30. November 2017  
18:00 - 19:30 Uhr

Ort: Diakonisches Werk, großer Saal  
Gymnasiumstr. 16, 3. Stock, SW

Kosten: keine

Personenkreis: ehrenamtliche Reisebegleiter /  
Interessierte

Beschreibung:  
Reisen vorbereiten, Reisen begleiten  
Als Ehrenamtlicher Reisen vorbereiten und begleiten ist eine große Verantwortung und eine schöne und wichtige Aufgabe. An diesem Abend wollen wir uns intensiv mit verschiedenen Punkten rund um die Reisen und Tagesfahrten beschäftigen.

Bitte bis zum 23.11.2017 anmelden unter:  
ea@diakonie-schweinfurt.de - Tel. 09721/2087-102

### ▶ Ehrenamtliche in der Notfallseelsorge

Referent: Norbert Holzheid,  
Diakon und Notfallseelsorger

■ Donnerstag, 23. November 2017  
18:00 – 20:00 Uhr

Ort: Martin-Luther-Haus,  
Bodengasse 1, SW

Kosten: keine

Personenkreis: Ehrenamtliche der Kirchengemeinden /  
Interessierte

#### Beschreibung:

„Notfallseelsorge – Erste Hilfe für die Seele“. Zu über 100 Einsätzen im Jahr wird die Notfallseelsorge gerufen. Neben den Verkehrsunfällen und Todesnachrichten werden auch häusliche Einsätze gefahren. Menschen begleiten, die sich in Krisen befinden – unsere Aufgabe als Notfallseelsorger. Die Notfallseelsorge geschieht grundsätzlich im ökumenischen Miteinander. Auch als Ehrenamtlicher besteht die Möglichkeit, unter bestimmten Voraussetzungen, mitzuarbeiten. Wie das möglich ist, können Sie an diesem Abend erfahren.

Bitte bis zum 16.11.2017 anmelden unter :  
ea@diakonie-schweinfurt.de – Tel. 09721/2087–102

### ▶ Andere Kirche – andere Gestaltung

Referent: Norbert Holzheid, Diakon

■ Freitag, 24. November 2017  
13:00 – 18:30 Uhr

Ort: Abfahrt 13:00 Uhr  
Diakonisches Werk,  
Gymnasiumstr. 16, SW

Kosten:

Personenkreis: Mesner und Mesnerinnen

#### Beschreibung:

Mit Mesnerinnen und Mesnern andere Kirchenräume besuchen und anschauen. Wir wollen vier unterschiedliche Kirchen in den Haßbergen anschauen. Geplant sind die Kirchen in: Altenstein, Rabelsdorf, Fischbach und Rentweinsdorf. All diese Kirchen sind stark geprägt von der Familie „von Rotenhan“. Wir wollen die unterschiedliche Gestaltung des Kirchenraumes betrachten.

Bitte bis zum 17.11.2017 anmelden unter :  
ea@diakonie-schweinfurt.de – Tel. 09721/2087–102

### ► Sprechen Sie interkulturell?

Referentin: Christine Barthelme, M.A. Arabistik

■ Mittwoch, 04. Oktober 2017  
15:00 – 16:30 Uhr

Ort: Mitarbeiterraum in der Schweinfurter  
Tafel, Brombergstraße 9

Personenkreis: ehrenamtlich Mitarbeitende der  
Tafeln aus der Region

Beschreibung:

Bei Kommunikation und Interaktion mit Menschen aus unterschiedlichen Herkunftsländern steht man nicht selten vor einigen Herausforderungen. Es kommt zu Missverständnissen aufgrund von Sprachhürden, wegen unterschiedlichen Sozialisationserfahrungen und kulturellen Prägungen oder vielleicht auch durch Fehlinterpretationen und Unsicherheiten. Sicher gibt es kein Rezept dafür, wie man solche Probleme vermeiden kann! Aber wir können versuchen, die „fremden“ Kommunikations- und Verhaltensweisen kennen zu lernen. Die Theorie wird durch praktische Beispiele ergänzt. Darüber hinaus soll auch Platz für Erfahrungsaustausch sein.

Bitte bis zum 27.09.2017 anmelden unter:  
ea@diakonie-schweinfurt.de – Tel. 09721/2087-102

### ► Uli's Ideenkiste

Lieder spielen und Gestaltungsideen für die Gruppenarbeit und zu Hause mit Ein- bis dreijährigen

Termine jeweils 18:30 – 20:30 Uhr

■ Donnerstag, 21. September 2017:  
Den Herbst spüren, fühlen und erleben

■ Donnerstag, 16. November 2017:  
Besinnliche Advents- und  
Weihnachtszeit

■ Dienstag, 30. Januar 2018  
Winterfreuden

Referentin: Uli Schmittknecht, Erzieherin,  
Fachpädagogin für frühkindl. Bildung

Veranstaltungsort: Evang. Bildungswerk Schweinfurt,  
Friedenstr. 23, Eingang Ludwigstr., SW

Kosten: 8,-€; keine für Ehrenamtliche aus  
Mitgliedseinrichtung des Evangelischen  
Bildungswerks Schweinfurt

Personenkreis: Eltern-Kind-Spielgruppenleiterinnen/  
Interessierte

Bitte jeweils eine Woche vorher beim EBW anmelden:  
info@ebw-schweinfurt.de – Tel. 09721/22556

### Bahnhofsmission Schweinfurt

Manchmal gerät das Leben aus der Spur. Dann brauchen Menschen Hilfe. Die Bahnhofsmission hilft jedem – sofort, ohne Anmeldung, ohne Voraussetzungen erfüllen zu müssen und gratis. Sei es ein freundliches Wort und Überbrückung des Aufenthaltes am Bahnhof für gestrandete Reisende, eine Tasse Kaffee oder Tee, eine Stärkung oder ein Gespräch für Menschen, die sich nicht immer eine Mahlzeit leisten können oder die Reisebegleitung, die Kinder oder allein reisende Seniorinnen und Senioren auf ihrer Fahrt bis zur nächsten Bahnhofsmission begleitet. Das Team der Bahnhofsmission braucht Unterstützung, deshalb werden engagierte ehrenamtlich Mitarbeitende gesucht.

Die Mitarbeit in der Bahnhofsmission stiftet Sinn und fordert heraus. Damit man dieser Aufgabe immer gut gewachsen ist, werden Sie sorgfältig auf Ihre Tätigkeit vorbereitet und kontinuierlich begleitet. Erleben Sie die Zusammenarbeit in einem engagierten Team aus haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitenden und lernen Sie die interessante und abwechslungsreiche Tätigkeit im Zentrum Bahnhof Schweinfurt kennen.

### ► Gemeinsam sind wir stark – Teamtag am Volkersberg

Referent: Ralf Sauer, stv. Leiter  
■ Montag, 12. März 2018  
ganztägig  
Ort: Volkersberg 1, Bad Brückenau  
Kosten: keine  
Personenkreis: Ehrenamtliche der Bahnhofsmission

Beschreibung:  
Verschiedene Teamübungen, bei denen Kommunikation und Kooperation ebenso im Mittelpunkt stehen, wie Spaß an der Sache, Abenteuer und Herausforderung, prägen den Teamtag. Durch Reflexionen und Erfahrungstransfers wird das Erlebte auch für den (Arbeits-)Alltag in der Bahnhofsmission zu einem gewinnbringenden Gemeinschaftserlebnis. Aber auch jeder einzelne wird aus diesem Tag gestärkt herausgehen – Hilfe annehmen und Hilfe geben, die eigenen Bedürfnisse im Team erkennen und äußern lernen werden ebenso im Mittelpunkt stehen wie das Erkennen eigener Stärken und Schwächen – und wie man diese für das Team zur wertvollen Ressource werden lässt. Alle Übungen werden am Boden / in Absprunghöhe durchgeführt.  
Bitte bis zum 05.03.17 anmelden unter :  
ea@diakonie-schweinfurt.de - Tel. 09721/2087-102

### f.i.t. Energiesparprojekt

#### Erfahrungsaustausch

■ Donnerstag, 06. September 2017  
18:30 - 21:00 Uhr

#### Fortbildungstag

■ Samstag, 28. Oktober 2017  
09:30 - 16:00 Uhr

Referent: Siegfried Fuchs  
Ort: Diakonisches Werk, großer Saal,  
Gymnasiumstr. 16, 3. Stock, SW  
Kosten: keine  
Personenkreis: ehrenamtliche EnergieberaterInnen

#### Beschreibung:

Die Energiesparberatung von Haushalten beinhaltet ein großes Spektrum an Heizformen (Elektro- und Gasheizungen in verschiedenen Varianten) und Elektrogeräten. Bei unserem ersten Treffen sprechen wir über die Erfahrungen bei den Beratungen. Was ist gut gelaufen? Was hat Probleme bereitet? Welche energiefachlichen Fragen sind aufgetaucht? Während unseres Fortbildungstages erhalten wir neues theoretisches Wissen und erweitern unser praktisches Können.

Bitte jeweils eine Woche vorher anmelden unter :  
ea@diakonie-schweinfurt.de - Tel. 09721/2087-102

### Flüchtlinge im Ehrenamt

Referentin: Monika Hofmann, Dipl.Soz.Päd. (FH)

■ Mittwoch, 13. September 2017  
18:30 - 20:30 Uhr

Ort: Treffpunkt Mitte,  
Markt 51, SW

Kosten: keine

Personenkreis: Flüchtlinge, die sich ehrenamtlich engagieren / Ehrenamtliche, die Flüchtlinge begleiten

#### Beschreibung:

„Mir wurde viel geholfen, jetzt möchte ich auch helfen!“ Übersetzen, Kleider sortieren, Fahrräder reparieren... Hier können sich Flüchtlinge über ihr bisheriges Engagement austauschen und Impulse für neues Engagement erhalten: Freizeitangebote organisieren, Veranstaltungen planen, Patenschaften übernehmen... Eigeninitiative ist gefragt und wird gerne von uns begleitet. Wir bitten darum, diese Einladung an Flüchtlinge weiter zu geben

Bitte bis zum 06.09.2017 anmelden unter:  
ea@diakonie-schweinfurt.de – Tel. 09721/2087-102



### ▶ Arbeitskreis Wohnen lädt ein

Referentinnen: Catrin Sauer, Dipl.Soz.Päd. (FH)  
Monika Hofmann, Dipl.Soz.Päd (FH)

■ Montag, 18. September 2017  
18:30 – 20:30 Uhr

Ort: Diakonisches Werk, großer Saal,  
Gymnasiumstr. 16, 3. Stock, SW

Kosten: keine

Personenkreis: Flüchtlingshelfer / Interessierte

#### Beschreibung:

Eine Wohnung für Flüchtlinge finden ist schwer genug; in der eigenen Wohnung gut leben ist gar nicht so einfach. Umzugsanzeigen, Heizen und Lüften, Mülltrennung und Hausordnung... Gut, dass es die Ehrenamtlichen gibt. Aktuelle Informationen und Erfahrungsaustausch sind die Grundlage von effektiver Unterstützung für Flüchtlinge.

Bitte bis zum 11.09.2017 anmelden unter:  
ea@diakonie-schweinfurt.de – Tel. 09721/2087-102

### ▶ „Kleine Frage...“ – Achte auf deinen Jobcenter – Bescheid!

Referentinnen: Laura Geiling, Sozialpädagogin (BA)  
Erika Aleksonis, Dipl. Pädagogin (univ.)

■ Montag, 02. Oktober 2017  
18:30 – 20:30 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus Schweinfurt –  
Treffpunkt Mitte, Markt 51, SW GU

Kosten: keine

Personenkreis: anerkannte Flüchtlinge / Interessierte

#### Beschreibung:

Ein neuer Bescheid flattert ins Haus. Was steht geschrieben, worauf muss ich achten? Was kann ich ohne Beachtung zur Seite legen? Wo ist mein Handeln gefragt? In einfachen Worten erklären wir den Jobcenter-Bescheid. Weisen auf die Stichworte hin, aus denen der Handlungsbedarf ersichtlich ist.

...die Fragen und der Austausch...

Bitte bis zum 26.09.2017 vorher anmelden unter:  
ea@diakonie-schweinfurt.de – Tel. 09721/2087-102

► Sprachkurse, Nachhilfe und  
Prüfungsvorbereitung

Referentin: in Kooperation mit der vhs Schweinfurt

■ Montag, 09. Oktober 2017  
18:30 - 20:30 Uhr

Ort: Diakonisches Werk, großer Saal,  
Gymnasiumstr. 16, 3. Stock, SW

Kosten: keine

Personenkreis: ehrenamtliche Sprachkurslehrkräfte

Beschreibung:

„Ich verstehe die Hausaufgaben nicht!"; „Mir geht es im Deutschkurs viel zu schnell!"; „Ich brauche Unterstützung bei der Prüfungsvorbereitung!" Wie können ehrenamtliche Sprachkurslehrkräfte Flüchtlinge angemessen unterstützen? Wie können Inhalte von Integrationskursen sinnvoll ergänzt werden? Wie kann unter gegebenen Umständen Nachhilfe aussehen? Auf diese Fragen versucht die Referentin eine Antwort aus Sicht der vhs Schweinfurt zu geben.

Bitte bis zum 02.10.17 anmelden unter:  
ea@diakonie-schweinfurt.de - Tel. 09721/2087-102

► „Kleine Frage..." - Achte auf  
deinen Jobcenter - Bescheid!

Referentinnen: Laura Geiling, Sozialpädagogin (BA)  
Erika Aleksonis, Dipl. Pädagogin (univ.)

■ Montag, 09. Oktober 2017  
18:30 - 20:30 Uhr

Ort: Conn Barracks,  
Conn Straße 1, Geldersheim

Kosten: keine

Personenkreis: anerkannte Flüchtlinge / Interessierte

Beschreibung:

Ein neuer Bescheid flattert ins Haus. Was steht geschrieben, worauf muss ich achten? Was kann ich ohne Beachtung zur Seite legen? Wo ist mein Handeln gefragt? In einfachen Worten erklären wir den Jobcenter-Bescheid. Weisen auf die Stichworte hin, aus denen der Handlungsbedarf ersichtlich ist.

...die Fragen und der Austausch...

Bitte bis 02.10.2017 anmelden unter:  
ea@diakonie-schweinfurt.de - Tel. 09721/2087-102

### ► Treffpunkt für die Helfer der Begegnungscafés

Referentinnen: Christine Barthelme, M.A. Arabistik  
Stefanie Mager, Dipl.Soz.Päd. (FH)

■ Montag, 09. Oktober 2017  
18:30 - 20:30 Uhr

Ort: Gochsheim  
Schweinfurter Straße 1

■ Montag, 15. Januar 2018  
18:30 - 20:30 Uhr

Ort: Aufnahmeeinrichtung für Asylbewerber  
Kasernenweg 1, SW

Kosten: keine

Personenkreis: Ehrenamtliche der Begegnungscafés

#### Beschreibung:

Egal ob Begegnungscafé, Interkultureller Treff, Asylcafé oder oder oder; der Grundgedanke der Treffs war bei allen sicher der Gleiche: Einen Ort schaffen, an dem Flüchtlinge und Migranten mit Einheimischen in Kontakt treten können und in angenehmer Atmosphäre einfach eine schöne Zeit verbringen können.

Viele der Begegnungsorte in und um Schweinfurt bestehen nun schon seit 1-2 Jahren. Zeit um ein erstes Resümee zu ziehen und sich auszutauschen. Wie haben sich die Treffs entwickelt, was läuft gut und wo gab es vielleicht auch Enttäuschungen, wie geht es weiter?

Im Rotationsverfahren möchten wir die Chance bieten, jeden Treff mit seiner Geschichte und seinem Programm kennen zu lernen. So konnten wir bereits das „Wern-Café“ in Niederwerrn und den Asyltreff in Schwebheim kennenlernen.

Die nächsten Treffen sind im Asylcafé in Gochsheim, sowie im Camp Café der Aufnahmeeinrichtung für Asylbewerber in Schweinfurt geplant. Eingeladen sind alle Gastgeber aus den Cafés, sowie Initiativen, die sich dafür interessieren, ein neues Café zu starten.

Bei unseren nächsten beiden Treffen sollen die Themen Verbraucherbildung und gesunde Ernährung besonders im Fokus stehen. Wir diskutieren und planen, wie diese Themen den Gästen der Cafés vorgestellt werden können.

Für das Treffen im Camp Café ist eine Anmeldung unbedingt erforderlich! Einlass auf das Gelände der Aufnahmeeinrichtung erhält man nur unter Vorzeigen eines gültigen Ausweises! Also Ausweis bitte nicht vergessen!

Bitte jeweils eine Woche vorher anmelden unter:  
[ea@diakonie-schweinfurt.de](mailto:ea@diakonie-schweinfurt.de) - Tel. 09721/2087-102

### ▶ Nein, ich möchte keinen Seniorenteller

Referentin: Monika Hofmann, Dipl.Soz.Päd. (FH)

■ Mittwoch, 18. Oktober 2017  
18:30 - 20:30 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus Schweinfurt -  
Treffpunkt Mitte, Markt 51, SW

Kosten: keine

Personenkreis: Senioren im Ehrenamt

Beschreibung:  
Demografischer Wandel hin oder her – es gibt zahlreiche fitte, flexible, pfiffige Menschen im besten Alter, die im Ehrenamt eine sinnstiftende Tätigkeit gefunden haben. Sie gestalten unsere Gesellschaft mit, in der jedes Alter wichtig ist. Menschen über 60 gehören auch zu den „Zeithabern“; viele nutzen die Zeit endlich für sich und ihre Familien; viele möchten aber auch die Nachbarschaft und Gemeinschaft pflegen. Die Mehrgenerationenhäuser Schweinfurt und Schwebheim bieten hier eine ideale Plattform für Gemeinschaften und Unterstützungsmöglichkeiten. Herzliche Einladung zur Diskussion über „Senioren“, den demografischen Wandel und bürgerschaftliches Engagement in der Flüchtlingsarbeit.

Bitte bis zum 11.10.17 anmelden unter:  
ea@diakonie-schweinfurt.de - Tel. 09721/2087-102

### ▶ Darf ich umziehen? Wohnsitzzuweisung

Referentinnen: Laura Geiling, Sozialpädagogin BA  
Erika Aleksonis, Dipl. Pädagogin (univ)

■ Montag, 06. November 2017  
18:30 - 20:30 Uhr

Ort: GU Conn Barracks,  
Conn Straße 1, Geldersheim

Kosten: keine

Personenkreis: anerkannte Flüchtlinge / Interessierte

Beschreibung:  
An diesem Abend widmen wir uns dem Thema Wohnsitzzuweisung und klären über die Möglichkeit der Aufhebung oder Abänderung auf. Zudem werden wir Themen wie Elterngeld, Landeserziehungsgeld, Jobcenterbescheid, Kindergeld und BAföG-Weiterbewilligungsantrag näher betrachten.

Es gibt gesetzliche Vorgaben und Fristen bei der Antragstellung. Wir schauen uns die Bescheide und Anträge an und klären, worauf geachtet werden muss.

Bitte bis zum 30.10.17 vorher anmelden unter:  
ea@diakonie-schweinfurt.de - Tel. 09721/2087-102

### ► Koordinatoren-Treffen der Helferkreise

Referentinnen: Monika Hofmann, Dipl.Soz.Päd. (FH)  
Heike John, Asylsozialberatung

■ Montag, 06. November 2017  
18:30 - 20:30 Uhr

Ort: Diakonisches Werk, großer Saal,  
Gymnasiumstr. 16, 3. Stock, SW

Kosten: keine

Personenkreis: Koordinatoren der Helferkreise

#### Beschreibung:

Die Asylsozial- und Migrationsberatung ist dringend auf die Rückmeldung aus den einzelnen Helferkreisen und der Situation vor Ort angewiesen. Wir wollen die Menschen, die vorübergehend und auf Dauer ein Zuhause bei uns haben, nicht aus dem Blick verlieren. Wo sind die Herausforderungen in ihrem Alltag? Was sind die Herausforderungen in unserer Gemeinde? Eine aktuelle Tagesordnung wird vor dem Termin versandt.

Bitte bis zum 30.10.17 anmelden unter:  
ea@diakonie-schweinfurt.de - Tel. 09721/2087-102

### ► Darf ich umziehen? Wohnsitzzuweisung

Referentinnen: Laura Geiling, Sozialpädagogin BA  
Erika Aleksonis, Dipl. Pädagogin (univ)

■ Montag, 13. November 2017  
18:30 - 20:30 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus Schweinfurt -  
Treffpunkt Mitte, Markt 51, SW

Kosten: keine

Personenkreis: anerkannte Flüchtlinge / Interessierte

#### Beschreibung:

An diesem Abend widmen wir uns dem Thema Wohnsitzzuweisung und klären über die Möglichkeit der Aufhebung oder Abänderung auf. Zudem werden wir Themen wie Elterngeld, Landeserziehungsgeld, Jobcenterbescheid, Kindergeld und BAföG-Weiterbewilligungsantrag näher betrachten.

Es gibt gesetzliche Vorgaben und Fristen bei der Antragstellung. Wir schauen uns die Bescheide und Anträge an und klären, worauf geachtet werden muss.

Bitte bis zum 06.11.17 vorher anmelden unter:  
ea@diakonie-schweinfurt.de - Tel. 09721/2087-102

### ▶ Neues im Asylrecht

Referentin: Monika Morick-Kraus, Dipl.Soz.Päd. (FH)

Montag, 22. Januar 2018  
18:30 - 20:30 Uhr

Ort: Diakonisches Werk, großer Saal,  
Gymnasiumstr. 16, 3. Stock, SW

Kosten: keine

Personenkreis: interessierte Ehrenamtliche

Beschreibung:  
Änderungen im Asylbewerberleistungsgesetz und im Bereich des Aufenthaltsgesetzes, Neues im Bereich der Arbeitsförderung und die Verordnung zum Integrationsgesetz... Wir stellen die für Ehrenamtliche relevanten Informationen zusammen und schaffen so die Grundlage für eine gute Kooperation zwischen Ehren- und Hauptamtlichen und einer effektiven Hilfe für Asylbewerber und Flüchtlinge. Dieses Update ist für Neueinsteiger, Interessierte und in der Flüchtlingshilfe erfahrene Ehrenamtliche konzipiert.

Bitte bis zum 17.01.18 anmelden unter:  
ea@diakonie-schweinfurt.de - Tel. 09721/2087-102

### ▶ Dolmetschen in der Flüchtlingsarbeit

Referentinnen: Monika Morick-Kraus, Dipl.Soz.Päd. (FH)  
Marie-Louise Andersen de Medrano,  
staatl. geprüfte Dolmetscherin  
und Übersetzerin

Montag, 05. Februar 2018  
18:30 - 20:30 Uhr

Ort: Diakonisches Werk, großer Saal,  
Gymnasiumstr. 16, 3. Stock, SW

Kosten: keine

Personenkreis: ehrenamtliche Dolmetscher in der  
Asylsozialberatung

Beschreibung:  
Gibt es Regeln für das Dolmetschen?  
Ohne Dolmetscher ist die Asylsozialberatung nahezu undenkbar. Viele Ehrenamtliche übernehmen dankenswerterweise diesen Dienst. Als Dolmetscher bzw. Sprachmittler kann man auch in schwierige Situationen geraten, weil das zu Übersetzende oft persönlich und emotional sehr berührend ist. Die Fortbildung gibt Tipps, wie Sie sich auf solche Situationen vorbereiten können. Die Referentinnen werden Ihnen Anleitungen geben und auch kleine Übungen durchführen, die für Ihre Praxis hilfreich sind.

Bitte bis zum 30.01.18 anmelden unter:  
ea@diakonie-schweinfurt.de - Tel. 09721/2087-102

### Wohnraum ist Lebensraum!

Wohnen, Arbeiten, Leben – wichtige Schritte der Integration von Flüchtlingen in und um Schweinfurt. Doch bezahlbare Wohnungen sind äußerst knapp und Heizen, Lüften, Hausordnung, Mülltrennung werden erst nach und nach verstanden. Wir suchen Ehrenamtliche, die Flüchtlingen mit Rat und Tat zur Seite stehen:

#### 1. Wohnungsbörse

Wohnungssuche, Wohnungsbesichtigung, Abschluss des Mietvertrages

Koordinator: Udo Wachter, Tel. 0151-55564631, E-Mail: [wohnungsboerse25@gmail.com](mailto:wohnungsboerse25@gmail.com)

Sprechstunde des AK Wohnungsbörse mit Udo Wachter: Jeden Montag, 15.00 – 17.00 Uhr im Treffpunkt Mitte, Markt 51 in Schweinfurt

#### 2. WohnIntegrationsPatenschaften

Formalitäten nach dem Umzug, Abläufe im Mietverhältnis, Orientierungshilfe

Koordinatorin: Catrin Sauer, Tel. 09721/2087-102, E-Mail: [sauer@diakonie-schweinfurt.de](mailto:sauer@diakonie-schweinfurt.de)

Sprechstunde des AK WohnIntegrationsPatenschaften:

Flyer und weitere Infos bei Monika Hofmann:

[hofmann.m@diakonie-schweinfurt.de](mailto:hofmann.m@diakonie-schweinfurt.de)

### Neue Ehrenamtliche!

Des Weiteren suchen wir dringend ehrenamtliche Fahrer für Transporte und Umzüge.

Eine neue Wohnung ist nur der erste Schritt in ein neues, selbstständiges Leben.

Die Beschaffung von Möbeln sowie der Transport in die neue Wohnung stellen für die Flüchtlinge meist eine unüberwindbare Herausforderung dar.

Sie haben Zeit Transporte zu übernehmen? Sie haben einen Anhänger oder Zugang zu einem großen Auto?

Dann melden Sie sich bitte bei:

Jacqueline Meyer: [meyerj@erstaufnahme-sw.de](mailto:meyerj@erstaufnahme-sw.de) oder

Monika Hofmann: [hofmann.m@diakonie-schweinfurt.de](mailto:hofmann.m@diakonie-schweinfurt.de)

#### Informationen:

Bitte beachten Sie unsere Arbeitshilfen für Ehrenamtliche – schriftlich und digital auf [www.asyl-diakonie-sw.de](http://www.asyl-diakonie-sw.de)

1. Leitfaden für Ehrenamtliche in der Flüchtlingsarbeit
2. Anerkannt – Was nun?
3. Wohnungsflyer – Wohnraum ist Lebensraum

### Mehrgenerationenhäuser Schweinfurt und Schwebheim



Mehr  
Generationen  
Haus

Die Mehrgenerationenhäuser der Diakonie in Schweinfurt und Schwebheim sind eine wichtige Anlaufstelle für Bürgerinnen und Bürger in jedem Alter geworden. Die Häuser sind an jedem Tag 4 Stunden geöffnet – so ist der Offene Treff das Herzstück der Häuser. Täglich stehen Möglichkeiten der Begegnung, Zeitung lesen oder vorgelesen bekommen, Spielen & Basteln, Tee & Kaffee und W-LAN zur Verfügung. Kreative Angebote und Sprechstunden, Vorträge und Arbeitskreise haben in den Mehrgenerationenhäusern ihren Platz gefunden, sodass sie auch zu einem Treffpunkt für ehrenamtliches Engagement geworden sind. Lassen Sie sich einladen, kommen Sie einfach mal vorbei...

Leitung der Mehrgenerationenhäuser der Diakonie in Schweinfurt und Schwebheim: Helmutrud Hartmann,  
Tel. 09721-2087102, An den Schanzen 6, 97421 Schweinfurt.

#### Treffpunkt Mitte – Das Mehrgenerationenhaus im Herzen Schweinfurts:

Markt 51, 97421 Schweinfurt  
Öffnungszeiten: Mo/Mi/Do 13.00 – 17.00 Uhr,  
Di/Fr 10.00 – 14.00 Uhr

#### Weitere Infos und Kontakte:

Tel.: 09721/7303020 während der Öffnungszeiten  
Leitung Offener Treff: Gloria Mac Lachlan,  
Kordinatorin: Christine Barthelme  
E-Mail: mehrgenerationenhaus-schweinfurt@diakonieschweinfurt.de  
<http://www.facebook.com/Treffpunkt.Mitte.SW>  
[www.mehrgenerationenhaus-schweinfurt.de](http://www.mehrgenerationenhaus-schweinfurt.de)

#### Mehrgenerationenhaus Schwebheim – Das Netzwerk für Schwebheim

Hauptstr. 25, Bürgerhaus, 97525 Schwebheim  
Öffnungszeiten: Mo/Mi/Fr 10.00–14.00 Uhr,  
Di/Do 14.00 – 18.00 Uhr

#### Weitere Infos und Kontakte:

Tel. 09723/9381395 während der Öffnungszeiten  
Leitung Offener Treff: Ute Fromm  
Kordinatorin: Monika Hofmann  
E-Mail: mehrgenerationenhaus-schwebheim@diakonieschweinfurt.de  
[www.mehrgenerationenhaus-schwebheim.de](http://www.mehrgenerationenhaus-schwebheim.de)





Zeit für mich

25

### ▶ Filmvorführung: „Die Farben des Paradieses “

Leitung: Diakon Norbert Holzheid

■ Donnerstag, 09. November 2017  
15:00 Uhr

Ort: Martin-Luther-Haus,  
Bodengasse 1, Schweinfurt

Kosten: keine

Personenkreis: Ehrenamtliche in der Seniorenarbeit,  
Interessierte

#### Beschreibung:

In den Sommerferien kehrt ein blinder Junge aus der Schule in Teheran in sein abgelegenes Heimatdorf zurück, wo er mit seinen reduzierten Sinnen die ganze Schönheit des Lebens aufsaugt, schließlich aber das tragische Opfer im verzweifelten Lebenskampf seines Vaters wird, der sich für den blinden Sohn schämt und ihn als Strafe Gottes empfindet

Dauer: 85 Minuten

### ▶ Filmvorführung: „Der Hundert-jährige, der aus dem Fenster stieg und verschwand “

Leitung: Diakon Norbert Holzheid

■ Donnerstag, 15. März 2018  
15:00 Uhr

Ort: Martin-Luther-Haus,  
Bodengasse 1, Schweinfurt

Kosten: keine

Personenkreis: Ehrenamtliche in der Seniorenarbeit,  
Interessierte

#### Beschreibung:

Eine Stunde, bevor die Feier seines 100. Geburtstages beginnt, steigt Allan Karlsson aus seinem Fenster im Seniorenheim und flieht. Weil er am Busbahnhof einen Koffer mitnimmt, in dem sich die Einnahmen aus einem Drogengeschäft befinden, sucht bald außer der Polizei eine Verbrecherbande nach ihm.

Dauer: 115 Minuten

### Yoga

- Referentin: Lea; zertifizierte Hatha Yoga Lehrerin
- Donnerstag, 23. November 2017  
18:30 - 20:00 Uhr
- Ort: Diakonisches Werk, großer Saal,  
Gymnasiumstr. 16, 3. Stock, SW
- Kosten: keine
- Personenkreis: Ehrenamtliche in der Seniorenarbeit,  
Interessierte

#### Beschreibung:

Im Yoga lernen wir, uns so zu akzeptieren, wie wir sind, unseren Körper wahrzunehmen und so Zugang zu unseren Emotionen zu erlangen. Es geht um den Ausgleich zwischen Körper und Geist, es werden Atemübungen (Pranayama) in Verbindung mit Körperstellungen (Asanas) und einer anschließenden Meditation unterrichtet, die man auch gut in seinen individuellen Alltag einbauen kann. Hatha Yoga ist eine gute Mischung aus kräftigenden und dehnenden Elementen und für Einsteiger bestens geeignet. Bitte in bequemer (Sport-) Kleidung kommen und eine Gymnastik-/ Yogamatte oder einfach ein großes Handtuch sowie ein Kissen, eine Tagesdecke und vielleicht Wollsocken wegen der kalten Jahreszeit mitbringen

Bitte bis zum 16.11.17 anmelden unter:  
ea@diakonie-schweinfurt.de - Tel. 09721/2087-102

#### Herausgeber und Anschrift der Redaktion:

Diakonisches Werk Schweinfurt  
Ehrenamtsakademie  
Jacqueline Meyer  
An den Schanzen 6  
97421 Schweinfurt  
Tel.: 09721/2087-102  
ea@diakonie-schweinfurt.de

#### Redaktion:

Helmutrud Hartmann, Norbert Holzheid, Rebecca Seemann, Sebastian Grumann Jacqueline Meyer

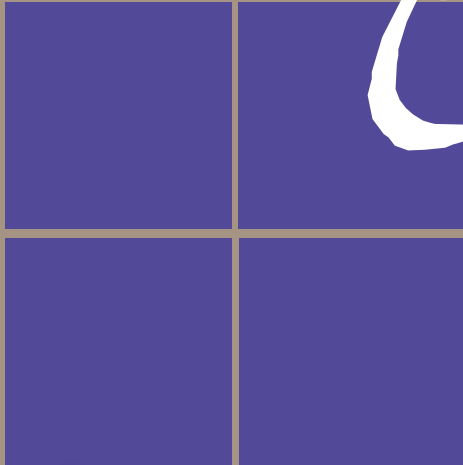
Fotos: Norbert Holzheid  
Philip Koppenhöfer  
www.yogajournal.com

Gestaltung und Layout: Jacqueline Meyer

Druck: flyeralarm GmbH  
Alfred-Nobel-Str. 18  
97080 Würzburg

Auflage: 2500

ea



Programm  
Herbst/Winter 2017/18

# ehrenamtsakademie

**Diakonie**   
**Schweinfurt**

Evang.-Luth.  
Dekanat



Evangelisches  
Bildungswerk

