

Fortbildungsangebote für Ehrenamtliche

2. Halbjahr 2020



Leben im Alter – Heim oder daheim?

24. August 2020
18.00 bis 20.15 Uhr
im Caritasverband für die Stadt Köln e.V.
Bartholomäus-Schink-Straße 6, 50825 Köln-Ehrenfeld

Hilfe- und Pflegebedürftigkeit ist etwas, was im Alter viele von uns treffen wird. Sicheres und altersgerechtes Wohnen wird zu einem wichtigen Faktor. Oftmals wird das Leben in den eigenen vier Wänden nur schwer oder gar nicht mehr möglich. Dies wirft Fragen auf: Welche Vor- und Nachteile hat ein Leben im Alter in den eigenen vier Wänden? Welche Unterstützungsmöglichkeiten gibt es für eine häusliche Versorgung? Wie können diese finanziert werden? Welche Vor- und Nachteile haben andere, möglicherweise stationäre Wohnformen? Wie können diese finanziert werden? Auf diese und ähnliche Fragen sollen Antworten gegeben werden.

Themen:

- Ambulante Unterstützungsmöglichkeiten
 - Pflegedienste
 - Betreuungsdienste/Seniorenassistenz
 - Hausnotruf
 - Pflegehilfsmittel
 - Wohnumbau
- Verschiedene Wohnformen
 - Betreutes/Service Wohnen
 - Demenz WGs
 - Seniorenwohnungen
 - Pflegeheime
 - Mehrgenerationenhäuser

Referentin: Kerstin Prenzel, Dipl. Sozialarbeiterin

Teilnahmegebühr: 15,- € (frei für Kölsch Hätz Ehrenamtliche)

Anmeldeschluss: 16.08.2020

Die Veranstaltungen finden statt im

Caritasverband für die Stadt Köln e.V. Bartholomäus-Schink-Straße 6, 50825 Köln-Ehrenfeld

zu erreichen mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Bahnhof Ehrenfeld: S / RG / U Venloer/Gürtel: 3 / 4 / 13 oder U Subbelrather/Gürtel: 13 / 5

Anmeldung an:

Annette Offermann, Geisselstraße 1, 50823 Köln
Telefon: 0221 569 578 16, Email: annette.offermann@caritas-koeln.de

Kooperationspartner:



Fortbildungsangebote für Ehrenamtliche 2. Halbjahr 2020



Die Kunst des Zuhörens I Das Personenzentrierte Konzept nach Carl Rogers

an drei Abenden
21. / 28.09. und 05.10.2020
18:00 bis 20:30 Uhr
im Caritasverband für die Stadt Köln e.V.
Bartholomäus-Schink-Straße 6, 50825 Köln-Ehrenfeld

Freiwilliges Engagement in sozialen Nachbarschaftsprojekten erfordert vielfältige kommunikative Kompetenzen und die Auseinandersetzung mit dem eigenen Gesprächsverhalten. „Die Kunst des Zuhörens“ bietet Ihnen die Möglichkeit, unterschiedliche Kommunikations- und Beratungsmodelle kennen zu lernen.

An diesen drei Abenden lernen Sie das Beratungsmodell von Carl Rogers kennen. Praktische Übungen helfen, das eigene Gesprächsverhalten zu reflektieren und weiter zu entwickeln, um das theoretische Wissen für zukünftige Situationen nutzbar zu machen

Themen:

- Das Personenzentrierte Konzept nach Rogers
- Vorstellung der Grundhaltungen
 - Einführendes Verstehen
 - unbedingte Wertschätzung
 - Echtheit
- Gesprächs- und Wahrnehmungsübungen
- Reflexion eigener Gesprächserfahrungen, vor allem in helfenden Beziehungen.

Referentin: Heike Sperber, Dipl. Soz. Pädagogin

Teilnahmegebühr: 30,- € (frei für Kölsch Hätz Ehrenamtliche)

Anmeldeschluss: 08.09.2020 für die gesamte Fortbildungsreihe

Die Veranstaltungen finden statt im

Caritasverband für die Stadt Köln e.V. Bartholomäus-Schink-Straße 6, 50825 Köln-Ehrenfeld

zu erreichen mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Bahnhof Ehrenfeld: S / RG / U Venloer/Gürtel: 3 / 4 / 13 oder U Subbelrather/Gürtel: 13 / 5

Anmeldung an:

Annette Offermann, Geisselstraße 1, 50823 Köln
Telefon: 0221 569 578 16, Email: annette.offermann@caritas-koeln.de

Kooperationspartner:



Fortbildungsangebote für Ehrenamtliche 2. Halbjahr 2020



Die Kunst des Zuhörens II "Die vier Ebenen einer Nachricht" nach Friedemann Schulz von Thun

an zwei Abenden
03.11. und 10.11.2020
18:00 bis 20:30 Uhr
im Caritasverband für die Stadt Köln e.V.
Bartholomäus-Schink-Straße 6, 50825 Köln-Ehrenfeld

Das Seminar ist an die Teilnehmer gerichtet, die in den vergangenen Jahren an der „Kunst des Zuhörens I - Die Personenzentrierte Gesprächsführung nach Carl Rogers“ teilgenommen haben.

Themen:

- Die vier Ebenen einer Nachricht
 - Sachinhalt
 - Selbstkundgabe
 - Beziehung
- vor allem in helfenden Beziehungen

Referentin: Heike Sperber, Dipl. Soz. Pädagogin

Teilnahmegebühr: 25,- € (frei für Kölsch Hätz Ehrenamtliche)

Anmeldeschluss: 25.10.2020 für die gesamte Fortbildungsreihe

Die Veranstaltungen finden statt im

Caritasverband für die Stadt Köln e.V. Bartholomäus-Schink-Straße 6, 50825 Köln-Ehrenfeld

zu erreichen mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Bahnhof Ehrenfeld: S / RG / U Venloer/Gürtel: 3 / 4 / 13 oder U Subbelrather/Gürtel: 13 / 5

Anmeldung an:

Annette Offermann, Geisselstraße 1, 50823 Köln
Telefon: 0221 569 578 16, Email: annette.offermann@caritas-koeln.de

Kooperationspartner:



Fortbildungsangebote für Ehrenamtliche 2. Halbjahr 2020



Grenzen setzen im Ehrenamt Wann ist nah zu nah oder nicht nah genug?

17. November 2020
18.00 – 21.15 Uhr
im Caritasverband für die Stadt Köln
Bartholomäus-Schink-Str. 6, 50825 Köln-Ehrenfeld

Viele ehrenamtlich Engagierte kennen dies: Sie haben eine Aufgabe, die Freude und Erfüllung mit sich bringt und das Gefühl: ich werde gebraucht. Als wichtigstes Werkzeug dienen dabei die eigene Persönlichkeit und die Fähigkeit, eine tragfähige Beziehung aufzubauen und zu gestalten. Manchmal passiert es dabei, dass „zu viel des Guten“ gegeben wird, die eigenen Grenzen verschwimmen, danach ein ungutes Gefühl entsteht oder dass es trotz Anstrengung nicht gelingt, Zugang zu jemand zu finden.

Die richtige Balance zwischen Nähe und Distanz immer wieder neu zu finden, ist eine spannende Aufgabe, an der die Persönlichkeit reifen kann. Diese Balance ist eine wichtige Voraussetzung für ein gelingendes Engagement, weil sie hilft, mit den eigenen Kräften zu haushalten und die Grenzen auf allen Seiten zu respektieren. Im Seminar wollen wir diese Balance aus verschiedenen Blickwinkeln betrachten, die Fallen dabei erkennen und uns mit Übungen dafür sensibilisieren.

Themen:

- Tragfähige Beziehung aufbauen und gestalten
- Balance von Nähe und Distanz
- Achtsamkeit
 - mit den eigenen Kräften haushalten
 - beidseitige Grenzen achten
- Übungen zur Sensibilisierung

Referenten: Maristelle Angioni, Dipl. Sozialpädagogin und Interkulturelle Trainerin

Teilnahmegebühr: 10,- € (frei für Kölsch Hätz Ehrenamtliche)

Anmeldeschluss: 08.11.2020

Die Veranstaltungen finden statt im

Caritasverband für die Stadt Köln e.V. Bartholomäus-Schink-Straße 6, 50825 Köln-Ehrenfeld

zu erreichen mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Bahnhof Ehrenfeld: S / RG / U Venloer/Gürtel: 3 / 4 / 13 oder U Subbelrather/Gürtel: 13 / 5

Anmeldung an:

Annette Offermann, Geisselstraße 1, 50823 Köln

Telefon: 0221 569 578 16, Email: annette.offermann@caritas-koeln.de

Kooperationspartner:



Fortbildungsangebote für Ehrenamtliche 2. Halbjahr 2020



Die Kunst des Zuhörens IV "Die Macht der Sprache"

23.11.2020
17:30 bis 20:30 Uhr
im Caritasverband für die Stadt Köln e.V.
Bartholomäus-Schink-Straße 6, 50825 Köln-Ehrenfeld

Sprache ist eine Möglichkeit, Wissen über andere zu erwerben und eigene Erfahrungen, Bedürfnisse, Anliegen auszudrücken. Da Worte nie eine allgemeingültige Wahrheit beschreiben, wird in diesem Seminar die Fähigkeit weiterentwickelt, durch Sprache entstandene Irritationen aufzulösen und neue Dekodierungs-Ideen zu entwickeln.

Das Seminar ist an die Teilnehmer gerichtet, die in den vergangenen Jahren an der „Kunst des Zuhörens I - Die Personenzentrierte Gesprächsführung nach Carl Rogers“ teilgenommen haben.

Themen:

- Begrüßung und Kennenlernen
- Einführung in das Thema
 - Kennenlernen der Sprachverletzungen
 - Verallgemeinerung
 - Verzerrung
 - Tilgung
- Austausch über eigene Erfahrungen

Referentin: Heike Sperber, Dipl. Soz. Pädagogin

Teilnahmegebühr: 20,- € (frei für Kölsch Hätz Ehrenamtliche)

Anmeldeschluss: 15.11.2020

Die Veranstaltungen finden statt im

Caritasverband für die Stadt Köln e.V. Bartholomäus-Schink-Straße 6, 50825 Köln-Ehrenfeld

zu erreichen mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Bahnhof Ehrenfeld: S / RG / U Venloer/Gürtel: 3 / 4 / 13 oder U Subbelrather/Gürtel: 13 / 5

Anmeldung an:

Annette Offermann, Geisselstraße 1, 50823 Köln
Telefon: 0221 569 578 16, Email: annette.offermann@caritas-koeln.de

Kooperationspartner:



Fortbildungsangebote für Ehrenamtliche

2. Halbjahr 2020



Corona-Bestimmungen

Unter den jetzigen Corona-Bestimmungen werden die Fortbildungen nur mit begrenzten Teilnehmerzahlen stattfinden können (auf 5 m² 1 Person). Das bedeutet, dass je nach Raum und Fortbildung max. 16 Personen teilnehmen können. Dazu gelten folgende Regelungen in den Räumlichkeiten des Caritasverbandes für die Stadt Köln e.V.:

- Betreten des Hauses nur mit Mund-Nasen-Schutz
- 1,5 m Abstand halten
- am Eingang des Treppenhauses Hände desinfizieren
- direkter Weg in den Veranstaltungsraum
- am Sitzplatz kann der Mund-Nasen-Schutz entfernt werden
- bei Verlassen des Sitzplatzes Mund-Nasen-Schutz anlegen

Keine Teilnahme, wenn Sie in den vergangenen 14 Tagen

- in einem der durch die RKI benannten Risikogebieten waren
- Kontakt zu Infizierten hatten
- aktuelle Krankheitsanzeichen haben

Die Veranstaltungen finden statt im

Caritasverband für die Stadt Köln e.V. Bartholomäus-Schink-Straße 6, 50825 Köln-Ehrenfeld

zu erreichen mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Bahnhof Ehrenfeld: S / RG / U Venloer/Gürtel: 3 / 4 / 13 oder U Subbelrather/Gürtel: 13 / 5

Anmeldung an:

Annette Offermann, Geisselstraße 1, 50823 Köln

Telefon: 0221 569 578 16, Email: annette.offermann@caritas-koeln.de

Kooperationspartner:

