

# Fit fürs Ehrenamt

Fortbildungsangebot 2017



SERVICESTELLE  
EHRENAMT



Die Servicestelle Ehrenamt als Koordinierungszentrum für Bürgerschaftliches Engagement (KoBe) bietet auch 2017 für alle Ehrenamtlichen (unabhängig der Ehrenamtskarte) Fortbildungen rund um das Thema Ehrenamt an.

Nutzen Sie das kostenlose Schulungsangebot zu folgenden Themen:

## **Samstag, 4. März von 9:00 – 16:00Uhr** **Zeit- und Selbstmanagement** **- für Ehrenamtliche**

Ehrenamtliches Engagement ist eine Frage der Zeit. Es findet neben der täglichen Arbeit statt und muss mit familiären Verpflichtungen abgestimmt werden. Dazu kommen die Ruhephasen, in denen wir Energie für unsere Tätigkeiten schöpfen. So ist ein gutes Selbstmanagement und eine gute Organisation wichtig, um den zeitlichen Herausforderungen eines Ehrenamtes gerecht zu werden. Dieses Seminar unterstützt Sie, Ihr persönliches Zeitmanagement zu optimieren und Prioritäten zu setzen. So haben Sie Zeit, sich wieder auf das Wesentliche zu konzentrieren und managen entspannter Ihren Alltag.

### **Themenschwerpunkte**

- Analyse des individuellen Zeittyps
- Persönliche Leistungsfähigkeit
- Methoden zur Priorisierung und Zeitplanung
- Zeitfresser und Gegenmaßnahmen

**Ort: Sitzungssaal II**

**Teilnehmerzahl: begrenzt auf 15 Teilnehmer**

**Referentin: Denise Treutlein, zertifizierte Trainerin (IHK), Betriebswirtin (BA)**

**Samstag, 25. März von 9:00 – 16:00 Uhr**  
**Sonntag, 26. März von 9:00 – 16:00 Uhr**

## **Führungspositionen im Ehrenamt** **- eine besondere Herausforderung**

Führung findet in jeder Organisation statt, in der Menschen arbeitsteilig zusammenwirken. Gute Führung kann Menschen zu Höchstleistungen motivieren, sie Wertschätzung erfahren lassen und ihnen klare Ziele und Rückmeldungen geben. Dadurch können die Ziele der Organisation erreicht werden und Menschen persönlich wachsen. Führung im Ehrenamt stellt eine besondere Herausforderung dar. Formale Druck- und Sanktionsmittel sind nicht gegeben, und die zur Verfügung stehende Zeit ist begrenzt. Dadurch muss in diesem Kontext eine besonders motivierende, partizipative und wertschätzende Führung praktiziert werden, welche in diesem 2-Tages-Workshop besonders eingeübt wird.

### **Themenschwerpunkte**

- Definition Führung und Führungspersönlichkeit
- Grundsätze wertschätzender Führung
- Selbst- und Fremdwertschätzung
- Aufbau von Wertschätzungscompetenz
- wertschätzende Kommunikation und Konfliktlösung

**Ort: Sitzungssaal II**

**Teilnehmerzahl: begrenzt auf 15 Teilnehmer**

**Referentin: Christine Scheckenbach, Dipl. Sozialpädagogin, Trainerin, Betrieblicher Gesundheitscoach**



**Samstag, 29. April von 9:00 – 16:00 Uhr**  
**Erfolgreiche Körpersprache  
für Ehrenamtliche**

Der größte Teil unserer Wirkung hängt von der Körpersprache ab. Diese wird von unserem Gegenüber bewusst oder unterbewusst wahrgenommen und entscheidet über Sympathie oder Antisympathie. Ob im Berufsleben, im privaten Alltag oder in der Tätigkeit eines Ehrenamtes – Körpersprache ist ein entscheidender Erfolgsfaktor für ein positives Gespräch. Hierbei spielen Mimik, Gestik, Bewegung und Körperhaltung eine entscheidende Rolle.

In diesem Seminar lernen Sie die nonverbalen Signale Ihrer Gesprächspartner zu deuten und trainieren durch praxisnahe Übungen Ihre persönliche Körpersprache. Denn wer natürlich und authentisch kommuniziert, wird auch glaubhaft wahrgenommen.

**Themenschwerpunkte**

- Grundlagen der erfolgreichen Kommunikation
- Individuelle und spontane Körpersprache
- Elemente der Körpersprache
- Körpersprache des Gegenübers lesen können
- Nonverbale Kommunikation gezielt einsetzen

**Ort: Sitzungssaal II**

**Teilnehmerzahl: begrenzt auf 15 Teilnehmer**

**Referentin: Denise Treutlein, zertifizierte Trainerin (IHK), Betriebswirtin (BA)**

**Samstag, 13. Mai von 9:00 – 16:00 Uhr**  
**Herausforderungen im Ehrenamt mit  
Gelassenheit und Resilienz meistern**

Freiwilliges Engagement bringt viel Freude, neue Erfahrungen aber auch vielerlei Herausforderungen in ihren Alltag. Die vielfältigen Aufgaben in Beruf, Familie und Ehrenamt zu meistern, kann schnell auch als Stress erlebt werden. Damit der Spaß dabei nicht verloren geht, lernen Sie in diesem Seminar verschiedene Methoden und Verhaltensweisen, wie Sie aufkommenden Problemen mit Widerstandskraft und Flexibilität begegnen können. Das Wort „Resilienz“ stammt aus dem Englischen und bedeutet so viel wie Elastizität, Schwung und Unverwüstlichkeit.

**Themenschwerpunkte**

- Veränderbare und unveränderbare Themen erkennen
- Analyse der eigenen Fähigkeiten, Widerstände und Schwierigkeiten zu meistern
- Grenzen setzen und achten
- Eigene Glaubenssätze
- Persönliche „Kraftquellen“

**Ort: Sitzungssaal II**

**Teilnehmerzahl: begrenzt auf 15 Teilnehmer**

**Referentin: Christine Scheckenbach, Dipl. Sozialpädagogin, Trainerin, Betrieblicher Gesundheitscoach**



Mittwoch, 28. Juni  
von 19:00 – ca. 21:30 Uhr

## Kulturmanagement

Die Gestaltung der vielfältigen kulturellen Angebote im Landkreis Würzburg ist in erster Linie dem freiwilligen Engagement vieler Bürger zu verdanken. Rechtsanwalt Malte Jörg Uffeln erörtert in diesem Seminar gemeinsam mit den Teilnehmern Fragen und Probleme im Kulturmanagement anhand praktischer Fallbeispiele.

### Themenschwerpunkte

- Urheberrechte, Persönlichkeitsrechte
- Verträge mit Künstlern
- Steuerfragen
- GEMA, Künstlersozialkasse

Konkrete Fragen aus der ehrenamtlichen Praxis sind willkommen – gerne auch schon vorab an [ehrenamt@lra-wue.bayern.de](mailto:ehrenamt@lra-wue.bayern.de).

**Ort:** Sitzungssaal II

**Teilnehmerzahl:** begrenzt auf 30 Teilnehmer

**Referent:** Malte Jörg Uffeln, Rechtsanwalt,  
Bürgermeister der Stadt Steinau an der Straße

Freitag, 13. Oktober von 18:00 – 21:00Uhr  
Samstag, 14. Oktober von 10:00 – 16:00 Uhr

## „Das Rede-ABC“ – Rhetorikkurs für ehrenamtlich Tätige

Gutes Zuhören als ersten Schritt der Kommunikation, den eigenen Kommunikationsstil zu entwickeln, den eigenen Stil dann bei Reden und Vorträgen auch zeigen – neben einer guten Portion Kommunikationspsychologie und praktischen Tipps zu Gestaltung der freien Rede wird der Kurs auch viel Raum zum persönlichen Üben bieten.

**Ort:** Sitzungssaal II

**Teilnehmerzahl:** begrenzt auf 15 Teilnehmer

**Juliane Freund, Rhetoriktrainerin**

Beruflich ist sie beim Bayerischen Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration für Grundsatzfragen rund um das Ehrenamt zuständig.



Samstag, 28. Oktober 2016  
von 9:00 – 14:00 Uhr

## Mit dem Verein/der Initiative erfolgreich in die Zukunft

Ein Workshop für Vorstandsmitglieder und Freiwillige, die sich in ihrer Initiative in dem Bereich Organisation/ Struktur/Leitung engagieren. Organisationsstrukturen und deren Weiterentwicklung für mehr Effizienz und damit mehr Zeit und Spaß in ihrem Verein/ ihrer Initiative. Ein Thema das viele Ehrenamtliche beschäftigt. Wir beginnen den Workshop-Vormittag mit zwei Impulsvorträgen: Malte Jörg Uffelmann beleuchtet zuerst aus rechtlicher Sicht das Thema; aus systemischer Sicht referiert anschließend Thomas Stadler über Organisationsstrukturen und Änderungsmöglichkeiten und stellt Ihnen Abläufe und Werkzeuge der Organisationsentwicklung vor. In Kleingruppen werden Sie danach genügend Zeit haben, anhand von Praxisbeispielen die Anwendung dieser Methoden einzuüben.

**Ort: Sitzungssaal I**

**Teilnehmerzahl: begrenzt auf 24 Teilnehmer**

**Referenten: Malte Jörg Uffelmann, Rechtsanwalt, Bürgermeister der Stadt Steinau an der Straße  
Thomas Stadler, Betriebswirt (VWA), Trainer und Moderator, Kreisgeschäftsführer BRK Bad Kissingen**

Samstag, 25. November  
von 9:00 – 16:00 Uhr

## Zeit- und Selbstmanagement für Ehrenamtliche

Ehrenamtliches Engagement ist eine Frage der Zeit. Es findet neben der täglichen Arbeit statt und muss mit familiären Verpflichtungen abgestimmt werden. Dazu kommen die Ruhephasen, in denen wir Energie für unsere Tätigkeiten schöpfen. So ist ein gutes Selbstmanagement und eine gute Organisation wichtig, um den zeitlichen Herausforderungen eines Ehrenamtes gerecht zu werden. Dieses Seminar unterstützt Sie, Ihr persönliches Zeitmanagement zu optimieren und Prioritäten zu setzen. So haben Sie Zeit, sich wieder auf das Wesentliche zu konzentrieren und managen entspannter Ihren Alltag.

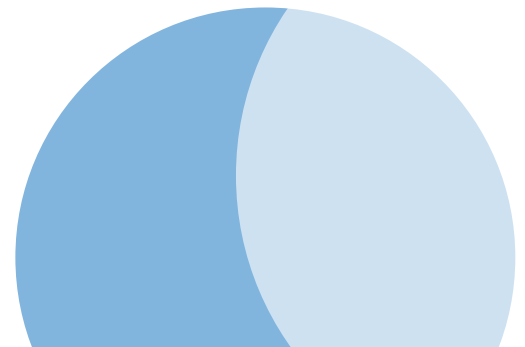
### Themenschwerpunkte

- Analyse des individuellen Zeittyps
- persönliche Leistungsfähigkeit
- Methoden zur Priorisierung und Zeitplanung
- Zeitfresser und Gegenmaßnahmen

**Ort: Sitzungssaal II**

**Teilnehmerzahl: begrenzt auf 15 Teilnehmer**

**Referentin: Denise Treutlein, zertifizierte Trainerin (IHK), Betriebswirtin (BA)**





## „Fit fürs Ehrenamt“ 2017

### Wo:

Alle Angebote finden im Landratsamt Würzburg, Zeppelinstraße 15, 97074 Würzburg statt, der Raum ist jeweils in der Angebotsbeschreibung genannt. Für die Erste-Hilfe-Kurse finden Sie die Adressen in der Angebotsbeschreibung.

### Anmeldung:

Unter Angabe ihres Namens, Adresse, Engagement und Kontaktmöglichkeiten per E-Mail an [ehrenamt@lra-wue.bayern.de](mailto:ehrenamt@lra-wue.bayern.de) oder telefonisch unter 0931-8003 448. Die Platzvergabe erfolgt nach der Reihenfolge der Anmeldungen.

### Fahrtkosten:

Ab 15 km Anfahrt bietet die Servicestelle Ehrenamt an, Ihnen die Fahrtkosten zu erstatten. Sprechen Sie uns darauf an!

Koordination:  
Kerstin Gressel



**LANDRATSAMT  
WÜRZBURG**

SERVICESTELLE EHRENAMT

Zeppelinstraße 15 | 97074 Würzburg  
Telefon 0931 8003-448 | 0931 8003-90448  
[www.ehrenamt-im-landkreis-wuerzburg.de](http://www.ehrenamt-im-landkreis-wuerzburg.de)