

caritas

Fortbildung im Ehrenamt

2024





Angebote für ehrenamtlich Engagierte der Kirchengemeinden und des Caritasverbandes

Angebote, die EINLADEN...

Wir möchten Ihnen eine Fülle von unterschiedlichen Angeboten und Veranstaltungen anbieten, die Sie einladen, abzuschalten, Abstand zu gewinnen, Neues zu entdecken, Ideen in die Tat umzusetzen und gemeinsam; miteinander zu sein. Bestimmt ist etwas Passendes dabei! Wir freuen uns auf Sie!

Sprech-Stunde

Jeden ersten und dritten Montag im Monat von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr möchten wir Ihnen eine Sprech-Stunde anbieten. Seien es Ideen, Vorschläge, Problemstellungen oder einfach nur kreatives Plaudern, wir sind für Sie da! Entweder per Telefon oder Sie schauen persönlich bei uns vorbei.

Um Voranmeldung wird gebeten.

Ansprechpersonen:

Sonja Böhm, Birgit Meschendörfer

Veranstaltungsort:

Kolkschenstraße 13, 47475 Kamp Lintfort

Die *Neuen Gesichter* der Gemeindecaritas und die Wohnberatung stellen sich vor

15. April 2024, 15.30 Uhr – 17.00 Uhr

Erleben Sie bei Kaffee und Kuchen in einer gemütlichen Atmosphäre einen Nachmittag voller Informationen, Austausch und Gemeinschaft.

1. Viele von Ihnen organisieren sich ehrenamtlich in Gruppen wie Caritas-Konferenzen, Pfarrcaritasgruppen oder Helferkreisen, alle mit dem gemeinsamen Ziel, den kirchlichen Auftrag zur Hilfe umzusetzen und solidarisches Miteinander sowie mehr Lebensqualität in den Gemeinden zu schaffen. Die Aufgaben von uns als Hauptamtliche der Gemeindecaritas:

→ Unterstützung und Begleitung: Wir stehen fest an Ihrer Seite, um Ihnen den Rückhalt zu geben, den Sie verdienen.

→ Förderung sozialer Netzwerke und Initiieren neuer Projekte: Gemeinsam bauen wir Brücken und verwirklichen mit Ihnen Ideen, die unser Miteinander stärken.

2. „Sicher zuhause wohnen“ – Wohnberatung für Seniorinnen und Senioren
„Ich möchte so lange wie möglich zuhause leben können.“ Mit zunehmendem Alter nehmen die eigenen vier Wände einen immer größeren Stellenwert ein, sind sie doch ein wichtiger und vertrauter Ort, der Sicherheit gibt. Die Wohnberatung hat daher das Ziel, die Selbstständigkeit im eigenen zuhause zu erhalten, zu fördern oder wiederherzustellen. Mit Hilfe kleinerer oder manchmal auch größerer Anpassungsmaßnahmen können viele Wohnungen barrierefrei gestaltet, Unfälle vermieden, der Pflegebedarf reduziert und die Selbstständigkeit verbessert werden. Informationen zu Finanzierungsmöglichkeiten, Beratung zu anderen Wohnformen und Anregungen bei barrierefreien/behindertengerechten Umbau- oder Neubauvorhaben.

Anmeldung möglich bis zum 11. April 2024.

Referentinnen:

Sonja Böhm, Birgit Meschendörfer (Caritasverband Moers-Xanten e.V.)

Veranstaltungsort:

Amaliencafé der evangelischen Kirchengemeinde Alpen
Burgstraße 42, 46519 Alpen

Trauer-Raum schaffen: Über den Umgang mit Verlust und die Gestaltung von Heilung

27. Mai 2024, 18.00 Uhr – 20.00 Uhr

Wenn ein geliebter Mensch stirbt, überkommen uns Gefühle von tiefer Trauer, Angst und Unsicherheit. Der schmerzliche Verlust lässt uns inmitten von Fragen zurück, die uns bis ins Innerste bewegen. Die Unsicherheit über das, was nun geschieht, und die Frage, wie es mit uns weitergeht, können überwältigend sein. In solch herausfordernden Augenblicken, in denen wir vor einem ungewissen Weg stehen, ist es von großer Bedeutung, einen Raum der Trauer zu schaffen. Ein Raum, der es uns ermöglicht, uns zurückzuziehen und die Trauer zuzulassen. Doch wie formt man einen solchen Raum? Welchen Menschen erlauben wir, uns in dieser Zeit Gesellschaft zu leisten? Wie können wir die notwendige Ruhe finden, um den Schmerz zu verarbeiten? Diese Fragen und Antworten gilt es zu ergründen.

Anmeldung möglich bis zum 22. Mai 2024.

Referent:

Frank-Schäfer-König (Bestatter)

Veranstaltungsort:

Haus der Begegnung in Xanten, Karthaus 12, 46509 Xanten

Gesprächsführung – effektive Kommunikation

22. Juni 2024, 09.30 Uhr - 13.00 Uhr

In der Welt des Ehrenamts spielt effektive Kommunikation eine entscheidende Rolle. Unser Seminar bietet die Gelegenheit Ihre kommunikativen Fähigkeiten zu vertiefen und somit die Zusammenarbeit im Team zu stärken. Erlernen Sie die Schlüsselfaktoren für eine klare, respektvolle und effektive Kommunikation. Die Themen umfassen:

- Empathie und aktives Zuhören: Lernen Sie sich einfühlsam in andere Menschen hineinzuversetzen, um Bedürfnisse besser zu verstehen
- Konfliktmanagement: Entwickeln Sie Strategien zur konstruktiven Bewältigung von Konflikten, um eine positive Teamatmosphäre aufrecht zu erhalten. Lernen Sie Grundkenntnisse der Kommunikation anhand der personenzentrierten Gesprächsführung nach Carl Rogers kennen. Diese ermöglicht Ihnen ein verständnisvolles Miteinander in allen Lebensbereichen. Beruflich, ehrenamtlich und privat.

Anmeldung möglich bis zum 14. Juni 2024.

Referentin:

Gabriele Klein (Caritasverband Moers-Xanten e.V.)

Veranstaltungsort:

Caritas Sozialpsychiatrisches Zentrum, Haagstraße 26, 47441 Moers

Ein Fest des Dankes: Gemeinsam erlebt, Gemeinsam getragen

05. Juli 2024, 14.30 Uhr – 17.30 Uhr

Herzliche Einladung zu unserem Dankesfest, welches ganz im Zeichen unserer Wertschätzung für Ihren Einsatz steht. Ihre unbezahlbare Zeit, Energie und Liebe haben unsere Gemeinschaft bereichert und gestärkt. Es ist an der Zeit, gemeinsam zu feiern und die Verbundenheit zu zelebrieren, die durch Ihr Engagement gewachsen ist. Gemeinsam möchten wir lachen, Geschichten teilen und uns an den vielen Momenten erfreuen, die wir dank Ihnen erleben durften. Wir genießen gemütliches Beisammenseins, Lifemusik mit den Moonlights aus Xanten, ein kleines Rahmenprogramm, köstliche Speisen und herzliche Geselligkeit. Dieses Fest ist der Dank für jede kleine und große Geste, die Sie für Andere getan haben. Lassen Sie uns gemeinsam auf das Erreichte zurückblicken und voller Vorfreude in die Zukunft schauen. Wir freuen uns darauf, diesen besonderen Tag mit Ihnen zu verbringen.

Anmeldung möglich bis zum 17. Juni 2024.

Ansprechpartnerinnen:

Sonja Böhm und Birgit Meschendörfer

Veranstaltungsort:

Pfarrgarten St. Peter Kirchplatz 8, 47495 Rheinberg

Ideenwerkstatt

26. August 2024, 15.00 Uhr – 17.00 Uhr

Im Stil eines Worldcafés möchten wir einen ungezwungenen Ideenaustausch anregen. Lebendige Gespräche und neue Blickwinkel entdecken und Ihr Engagement nach Ihren Wünschen gestalten. Hier geht es darum, gemeinsam Ideen zu entwickeln und unterschiedliche Herangehensweisen zu teilen. Bringen Sie Ihre Perspektive ein und lassen Sie sich von anderen inspirieren. Egal, ob Sie ein erfahrener Freiwilliger sind oder Ihre Reise im Ehrenamt gerade beginnt - jede Stimme zählt! Die Ideenwerkstatt bietet Raum für Vielfalt, kreative Einfälle, innovative Denkweisen und fördert einen offenen Dialog. Gestalten Sie die Zukunft Ihres Engagements mit uns!

Anmeldung möglich bis zum 22. August 2024.

Ansprechpersonen:

Sonja Böhm und Birgit Meschendörfer

Veranstaltungsort:

Katholisches Pfarrheim St.Ludger, Bahnhofstraße 12, 47447 Moers

Fürsorge und Vorsorge – gemeinsam schaffen wir Sicherheit für morgen!

05. September 2024, 16.00 Uhr – 17.30 Uhr

Die Themen Betreuungsverfügung/Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung mögen vielleicht nicht immer leicht sein, aber sie sind von essenzieller Bedeutung, um für die Zukunft vorzusorgen und sicherzustellen, dass Ihre Wünsche und Bedürfnisse respektiert werden. Es gibt Ihnen und Ihrer Familie Sicherheit für den *Fall der Fälle*. Der SKM Moers-Xanten begleitet Sie auf diesem Weg mit einfühlsamer Beratung und kompetenter Unterstützung. Darüber hinaus erfahren Sie heute mehr über unsere breit gefächerten Beratungsdienstleistungen, denn unabhängig von Ihrer aktuellen Lebenssituation, sind wir stets an Ihrer Seite.

Anmeldung möglich bis zum 27. August 2024.

Referentin:

Ruth Klingelhöller (SKM Moers-Xanten), Birgit Meschendörfer

Veranstaltungsort:

Pfarrheim der katholischen Kirchengemeinde in Sonsbeck
Herrenstraße 39, 47665 Sonsbeck

Besinnungstag für innere Ruhe und Erneuerung

21. September 2024, 10.00 Uhr – 13.00 Uhr

Ein Tag der Einkehr. Wir laden Sie ein, dem Trubel des Alltags zu entfliehen und sich eine Auszeit für Körper, Geist und Seele zu gönnen. Dieser Tag steht ganz im Zeichen innerer Balance, Ruhe und Entspannung und bietet die Möglichkeit zur persönlichen Weiterentwicklung. Impulse aus geistlicher und christlicher Tradition und einfache Übungen zur Achtsamkeit und Selbstwahrnehmung sollen dabei unterstützen, den Fokus auf das Wesentliche zu richten, neue Energie zu tanken und gestärkt in den Alltag zurückzukehren. Inmitten der Hektik des Lebens können Sie diese Gelegenheit zur spirituellen Vertiefung, zur Stärkung des Glaubens und zur gemeinschaftlichen Reflexion nutzen! Dieser Tag bietet die Chance. Nehmen Sie sich diese Zeit – Sie haben es sich verdient!

Anmeldung möglich bis zum 13. September 2024.

Referentin:

Angelika Helmrich

Veranstaltungsort:

Josef-Jeurgens-Haus, Königstraße 1, 47475 Kamp-Lintfort

Aromapflege für Kopf und Seele

09. Oktober 2024, 18.30 Uhr – 20.30 Uhr

In den 2 Stunden erhalten Sie einen Überblick wie ätherische Öle Sie im Alltag unterstützen können. Sie lernen stimmungsaufhellende Düfte kennen und welche, die das innere Gleichgewicht stärken. Wir schauen gemeinsam, wie jede*r sein persönliches Wohlfühl-Öl finden kann und stellen z.B. ein Schlaföl her bzw. Duftmischungen gegen Kopfschmerzen und für Entspannung.

Anmeldung möglich bis zum 20. September 2024.

Referentin:

Petra Steigerwald (Caritasverband Moers-Xanten e.V.)

Veranstaltungsort:

Caritas Tagespflege, Fasanenstraße 3, 47475 Kamp-Lintfort

Frühschicht: Innehalten im Gedankenkarussell Eine geführte Meditation mit Musik zur Entdeckung der inneren Stille und das Erfahren von Dankbarkeit

05. November 2024, 8.00 Uhr – 09.30 Uhr

Erleben Sie mit dieser geführten Meditation die transformative Kraft der inneren Stille und Gelassenheit. Unsere Aufmerksamkeit ruht meist auf den Dingen, die noch nicht so sind wie wir sie gerne hätten. Die wir uns anders wünschen, die wir nicht mögen. Oft lassen wir dabei außer Acht, wie viel Positives uns begegnet. Erfahren Sie unmittelbar, warum die Stille in Ihnen der wertvollste Ort ist. Nehmen Sie sich bewusst Zeit, Ihren Fokus von dem, was noch nicht perfekt ist, hin zu den positiven Aspekten Ihres Lebens zu lenken. Gönnen Sie sich diese kurze Auszeit und spüren die tiefe Dankbarkeit in Ihnen.

Anmeldung möglich bis zum 30. Oktober 2024.

Referentinnen:

Sonja Böhm, Birgit Meschendörfer (Caritasverband Moers-Xanten e.V.)

Veranstaltungsort:

Katholische Kirche St.Nikolaus Veen, Kirchstraße 12, 46519 Alpen

Austauschtreffen und gemütliches Beisammensein mit einem Frühstück

29. November 2024, 10.00 Uhr – 12.00 Uhr

Bei einem liebevoll gestalteten Frühstück bietet sich die Gelegenheit miteinander über die eigene Arbeit im Ehrenamt in Austausch zu treten und auf Wunsch unter Anleitung in der Gruppe zu reflektieren. Gemeinsam finden wir Wege zur Entlastung bei den Herausforderungen im Ehrenamt. Nutzen Sie die Plattform, um sich mit anderen Engagierten zu vernetzen und wertvolle Einblicke in die vielfältigen Einsatzbereiche zu

gewinnen. Das Angebot fördert die individuelle Entwicklung der eigenen Kompetenzen und Ressourcen. Lassen Sie uns gemeinsam wachsen! Nehmen Sie konkrete Impulse für Ihre ehrenamtliche Tätigkeit mit nach Hause. Wir freuen uns auf einen bereichernden Austausch und einen genussvollen Start in den Tag!

Anmeldung möglich bis zum 22. November 2024.

Ansprechpersonen:

Sonja Böhm und Birgit Meschendörfer

Veranstaltungsort:

Kolkschenstraße 13, 47475 Kamp-Lintfort

Fehlt Ihnen ein Angebot?
Wünschen Sie sich was! Sprechen Sie uns an!

Die Anmeldung für alle Angebote bitte über:

Sonja Böhm

Kolkschenstraße 13, 47475 Kamp-Lintfort

Tel.: 01511 141 49 74

E-Mail: Sonja.Boehm@caritas-moers-xanten.de

Birgit Meschendörfer

Augustastrasse 9, 47441 Moers

Tel.: 02841 880 48 32

E-Mail: Birgit.Meschendoerfer@caritas-moers-xanten.de

Fortbildung im Ehrenamt

2024

Kontakt

Caritasverband Moers-Xanten e.V.

Sonja Böhm

Kolkschenstraße 13, 47475 Kamp-Lintfort

Tel.: 01511 141 49 74

E-Mail: Sonja.Boehm@caritas-moers-xanten.de

Birgit Meschendorfer

AugustasträÙe 9, 47441 Moers

Tel.: 02841 880 48 32

E-Mail: Birgit.Meschendoerfer@caritas-moers-xanten.de