



Kinderhaus
Wittlager Land e.V.
-Ehrenamtstag-
Meller Straße 3
49152 Bad Essen

EHRENAMTSTAG

Workshop-Angebot von 13:30 bis 15:00 Uhr

1. AG N1: Leben retten auf Knopfdruck (max. 12 Teilnehmer/-innen)

Referent/-in: Melanie Sälter oder André Dreckmann
DRK Wittlage e.V.

Ein plötzlicher Herzstillstand kann jedem widerfahren – jederzeit und überall. Die sofortige Behandlung ist entscheidend. Die Überlebenschance eines Patienten nimmt mit jeder Minute ohne Behandlung drastisch ab. Gezeigt wird, wie man Leben mit einem „automatisierten externen Defibrillator“ (AED) „auf Knopfdruck“ retten kann.

2. AG N2: Patientenverfügung: Wer sorgt für mich, wenn ich es nicht mehr kann?

Referentin: Vera Smekal
Sozialdienst katholischer Frauen e.V.

Jeder kann, unabhängig vom Alter, in Situationen geraten, in der er seine Angelegenheiten nicht mehr selber regeln kann. Für einen solchen Fall können Sie vorsorglich bestimmen, wer für Sie in welchem Umfang handeln soll. In diesem Vortrag werden die Themen Vorsorgevollmacht im Alter, bei Unfall oder Krankheit, Betreuungsrecht sowie Patientenverfügung vorgestellt und kurz erläutert.

3. AG N3: Stress vermeiden

Referentin: Sabine Bolwin
WortWechsel – Agentur für Kommunikation

Auslöser für Konflikte und Stress gibt es viele, und nicht immer haben wir Einfluss auf sie. Doch die Ursachen dafür liegen ausschließlich in uns selbst. Wenn uns diese bewusst sind, können wir wirksam Konflikte und Stress vermeiden und verarbeiten. In unserem Workshop kommen wir unserer persönlichen Wahrnehmung auf die Spur, lernen die Risiken und Chancen von Bewertung-

gen kennen, betätigen uns als „Wahrsager“ und finden wirkungsvolle Wege für ein harmonisches und entspanntes Miteinander.

4. AG N4: Folgebelehrung nach Infektionsschutzgesetz

Referentin: Jutta Anton
Freiwilligenagentur Ostercappeln

Wer im Bereich Lebensmittelzubereitung, des Lebensmittelverkaufs oder in der Gastronomie, auch ehrenamtlich, tätig werden möchte, benötigt eine Bescheinigung nach §§42 und 43 des Infektionsschutzgesetzes. Nach einer Erstbelehrung durch den Gesundheitsdienst müssen in zweijährigen Abständen Folgebelehrungen erfolgen. Dieser Workshop bietet ehrenamtlich Tätigen mit Bescheinigung der Erstbelehrung die Möglichkeit zur Auffrischung.

Noch Fragen?

Für weitere Informationen wenden Sie sich gerne an das Vorbereitungsteam. Entweder vorab per Telefon oder im Rahmen des Ehrenamtstags am Infostand im Schulgebäude.

Lars Herrmann	0151-62 96 88 40
Karin Helm	0160-90 74 01 18
Ann Bruns	0171-706 41 75
Jutta Anton	0151-58 49 80 83

Tagungsort

Wir sind zu Gast in den Räumen der Oberschule Bohmte
Gebäude G, Bahnwinkel 2, 49163 Bohmte

Einladung zum



Ehrenamtstag

Samstag, 3. März 2018
10:30 Uhr bis 17:00 Uhr
Oberschule Bohmte
Gebäude G, Bahnwinkel 2

Sehr geehrte Damen und Herren, Liebe Ehrenamtliche,



am 3. März 2018 findet nunmehr zum 8. Mal der Ehrenamtstag für das Wittlager Land statt. Ich freue mich, Sie alle hierzu in der Oberschule in Bohmte begrüßen zu dürfen. Wir im Wittlager Land haben zum Glück eine sehr große Anzahl an Menschen, die sich in den unterschiedlichsten

Bereichen ehrenamtlich engagieren. Hierüber sind die Gemeinden Bad Essen, Bohmte und Ostercappeln sehr froh und dankbar, denn diese ehrenamtliche Arbeit ist von unschätzbarem Wert für unser Leben in den Ortschaften und Gemeinden im Wittlager Land.

Z. B. im sportlichen Bereich, im sozialen Bereich, im kulturellen und musischen Bereich, im Bereich des Rettungsdienstes und der Feuerwehren, bei der Betreuung und Integration der Flüchtlinge engagieren sich unzählige Menschen im Ehrenamt. Immer wichtiger dabei werden aber auch die Rahmenbedingungen und Strukturen, die die Gemeinden im Wittlager Land den Ehrenamtlichen bieten. Daher gilt mein besonderer Dank an dieser Stelle den Aktiven im Vorbereitungsteam, die zur Vorbereitung und Durchführung dieser Veranstaltung beigetragen haben, die aber auch darüber hinaus immer wieder Ihr Bestes geben, um den Ehrenamtlichen hilfreich zur Seite zu stehen.

Der Ehrenamtstag möchte Ihnen Unterstützung und Hilfestellung zu den verschiedenen Themen geben und eine Plattform für einen Ausbau der Vernetzung zwischen den vielen Ehrenamtlichen bieten.

Nutzen Sie diese Gelegenheit, und nehmen Sie zahlreich am Ehrenamtstag teil. Wir freuen uns auf Sie und sagen Ihnen Dank und Respekt für Ihre ehrenamtliche Arbeit.

Im Namen der „Wittlager Bürgermeister“, Ihr

Klaus Goedejohann
Bürgermeister der Gemeinde Bohmte

Ihr Vorbereitungsteam

Ann Bruns, Angelika Haasis, Jutta Anton, Judith Rother, Karin Helm, Olga Kreutel, Lars Herrmann

Tagesplan

ab 10:30 Uhr	Ankommen
10:45 Uhr	Begrüßung und Einstimmung auf den Tag
11:00 – 12:30 Uhr	1. Workshop-Phase
12:30 Uhr	Mittagessen
13:30 – 15:00 Uhr	2. Workshop-Phase
15:00 Uhr	Kaffeepause
15:30 – 17:00 Uhr	Vortrag

Workshop-Angebot von 11:00 bis 12:30 Uhr

1. AG V1: Motivation der ehrenamtlichen Flüchtlingshelfer/-innen

Referent: Werner Hülsmann
Integrationsbeauftragter Landkreis Osnabrück

Ehrenamtliches Engagement im Bereich der Migrations- und Integrationshilfe bringt schöne Momente, aber auch Herausforderungen mit sich. Die Begleitung von Menschen in Ausnahmesituationen, der Umgang mit anderer kultureller Prägung, die vielen bürokratischen Prozeduren und Entscheidungen sind nur einige Aspekte, die als belastender Stress wahrgenommen werden. Dieser Workshop soll helfen, Stressfaktoren zu erkennen, um sie besser zu bewältigen, eigene Einstellungen zu reflektieren, um Stressgefühle zu verringern und das persönliche Stressmanagement zu verbessern, um so Motivation und Zufriedenheit aufrechtzuerhalten.

2. AG V2: Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) Was ich besser beachten sollte

Referentin: Sabine Nieragden-Henschen
Vorsitzende VfL Lintorf

Was kommt nach dem Schulabschluss? Eine von vielen Möglichkeiten ist ein Freiwilliges Soziales Jahr. Sabine Nieragden-Henschen wird berichten, welche Aufgaben auf junge Menschen im VfL Lintorf warten und inwiefern die FSJ-Kräfte das Vereinsleben bereichern. Außerdem wird sie erklären, welche Voraussetzungen erfüllt sein müssen, damit ein Verein oder eine Institution eine FSJ-Stelle ausschreiben kann.

3. AG V3: Von der Idee bis zum Antrag

Referentinnen: Anna Becker und Henning Spenthoff
Regionalmanagement/ILEK bzw. Niedersächsische Landgesellschaft mbH

Am Anfang steht eine Idee! Diese gilt es in eine konkrete Projektskizze zu bringen, um finanzielle Unterstützung beantragen zu können und auch zu bekommen. Wie kann das funktionieren? Wo kann ich Förderung anfragen? Wie stelle ich Kontakte her? Dieser Workshop will einen kleinen Überblick zu Projektstrukturierung und Fördermöglichkeiten geben.

4. AG V4: Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Referent: Lars Herrmann
Presse- & Öffentlichkeitsarbeit Verbund Sozialer Dienste

Von der ersten Kontaktaufnahme bis zur Veröffentlichung in der Zeitung: Lars Herrmann als ehemaliger Redakteur der Nordwest-Zeitung weiß, wie wichtig die Tageszeitung für Vereine und Initiativen ist – und umgekehrt. In dem Workshop geht es aber auch darum, wie man eigene Veranstaltungen im Internet, zum Beispiel auf Facebook, im Blog oder auf der Homepage, ansprechend begleiten und präsentieren kann.

15:30 – 17:00 Uhr
Nicht noch so ein „Tschaka - du schaffst das!“-Vortrag
Referentin: Nora Bickmann, Psychologin

Haben Sie auch schon mal den Satz gesagt oder gehört: „Dieses Jahr halte ich meine Neujahrsvorsätze wirklich ein!“ und sofort gewusst, dass dies eine Lüge ist?! Möchten Sie etwas an Ihrer (Selbst-) Motivation ändern und erfahren, was der Unterschied zwischen aktiver und passiver Prokrastination ist? In ihrem interaktiven Vortrag zeigt Nora Bickmann Ihnen, was Antoine de Saint-Exupéry mit Willenskraft zu tun hat und warum Cortisol zugleich Ihr bester Freund und auch Feind ist! Erfahren Sie außerdem, was „Aufschieberitis“ auch mit Ihrem Leben zu tun hat, wie Sie das teils heikle Thema Selbstmotivation angehen können und warum alles andere besser hilft als „Tschaka - ich schaff das!“

Anmeldung

Die Veranstaltung (inklusive Essen) ist **kostenlos**. Sie haben folgende Möglichkeiten, sich bis zum **24. Februar 2018** anzumelden:

- per Post mit diesem Teilnahmeabschnitt
- oder per Telefon: 05472-4043725
- oder per E-Mail: larsherrmann@kinderhaus-wittlagerland.de

Name, Vorn. _____

Straße _____

PLZ/ Wohnort _____

Telefon _____

E-Mail _____

Workshop-Wahl am Vormittag

1. Wahl _____ 2. Wahl _____

Workshop-Wahl am Nachmittag

1. Wahl _____ 2. Wahl _____

Ich möchte mir den Vortrag „Nicht noch so ein „Tschaka - du schaffst das!“-Vortrag anhören:

Ja Nein

Ich möchte vegetarisches Essen:

Ja Nein

Datum und Unterschrift _____