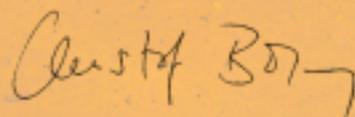


Grußwort

Eine Stadt lebt von dem Engagement ihrer Bürger/innen. Ostfildern kann sich über ein reges und vielfältiges Bürgerengagement freuen. Gute Rahmenbedingungen dafür zu schaffen, steht im Fokus der städtischen Engagement- und Vereinsförderung. Neben der Dankes- und Dialogkultur gehört dazu auch das traditionelle Fortbildungsprogramm. Dank Ihrer Rückmeldungen auf unsere Umfrage, die im Frühjahr 2022 stattfand, ist ein buntes Programm entstanden. Es reicht von kreativen Angeboten bis hin zu fachbezogenen Veranstaltungen. Außerdem lädt Sie der Workshop „Was brauche ich für mein Engagement“ ein, mit uns in den Austausch zu gehen. So fließt Ihr Unterstützungsbedarf in die Planung der nächsten Fortbildungsreihe ein.

Wir freuen uns, wenn Sie die Gelegenheit nutzen, mit Gleichgesinnten in Kontakt zu kommen. Neben den inhaltlichen Anregungen geht es auch darum, Teil eines Netzwerkes zu sein, das sich für Andere einsetzt. Ich wünsche Ihnen viel Spaß!



Ihr Christof Bolay

Oberbürgermeister



Bewegung und Spaß Leichte Übungen für Senior/innen anleiten Elisabeth Bräuning

Regelmäßige Bewegung fördert das körperliche und seelische Wohlbefinden. Welche Übungen eignen sich dafür, ältere Menschen zur Bewegung zu motivieren? Wie kann der Spaß an Bewegung vermittelt oder reaktiviert werden? Mit abwechslungsreichen Übungen unter fachlich qualifizierter Anleitung unserer langjährigen Dozentin Elisabeth Bräuning lernen Sie, wie Ihnen das Gelingen kann. Sie wenden die Übungen direkt an und können sich mit anderen ehrenamtlich Engagierten austauschen.

Freitag, 23.09.2022 | 16.00 – 18.00 Uhr
An der Halle, Esslinger Straße 26, kleiner Saal, Ostfildern-Nellingen
Teilnahme-Beitrag: 15 €

Diskriminierung in unserer Gesellschaft Sophia Hartlieb

Diskriminierung hat viele Gesichter. Manche sehen wir direkt, für andere haben wir unseren Blick noch nicht geöffnet. In einem zweistündigen Workshop wird eine Sensibilisierung aller Diskriminierungsformen angetrebt. Nach einem fachlichen Input wird es viel Raum und Zeit für offenen Austausch geben. Ziel des Workshops der Antidiskriminierungsstelle Esslingen ist es, Diskriminierung besser zu erkennen und zu vermeiden.

Freitag, 07.10.2022 | 16.00 – 18.00 Uhr
An der Halle, Esslinger Straße 26, Ostfildern-Nellingen
Teilnahme-Beitrag: 20 €

Selbstfürsorge durch Achtsamkeit Laura Wiedenmann

Oft verschieben wir Selbstfürsorge auf freie Tage und den Urlaub und erhoffen uns davon langanhaltende Effekte. Doch der stressige Alltag holt uns schneller ein, als uns lieb ist – denn Selbstfürsorge bedeutet nicht nur kurzfristig die Seele baumeln zu lassen. Es bedeutet mit sich selbst wohlwollend umzugehen, die eigenen Grenzen zu kommunizieren und für sich einzustehen. Dazu müssen wir zunächst unsere eigenen Bedürfnisse kennen. Die Psychologin und Achtsamkeits-Trainerin Laura Wiedenmann zeigt Ihnen Wege, wie Sie Achtsamkeit erleben können. Im Kurs lernen Sie eine Reihe von alltagstauglichen Übungen kennen und wenden diese direkt an. Sie sind selbst im stressigen Alltag einfach durchführbar. Insbesondere Menschen, die viel für andere da sind, dürfen sich die Erlaubnis geben, auch einmal für sich zu sorgen!

Donnerstag, 17.11.2022 | 16.00 – 19.00 Uhr
Online-Kurs | Teilnahme-Beitrag: 52 €

Interesse wecken, aber wie? Gewinnung von ehrenamtlich und bürgerschaftlich Engagierten Andreas Kern

Ehrenamtliches und bürgerschaftliches Engagement sind aus unserem Gemeindeleben nicht wegzudenken, sie stehen für demokratische Formen der Selbstorganisation und Interessenvertretung. Insbesondere in diese Strukturen hat Corona große Lücken gerissen. Daher widmen wir uns der Frage, wie Sie Bürger/innen für ein ehrenamtliches Engagement gewinnen können. Wie gestalten Sie attraktive Angebote, die neue Interessierte anzieht? Welche Methoden haben sich dabei bewährt? Eine wichtige Grundlage dafür ist Selbstreflexion: Gemeinsam mit Coach und Supervisor Andreas Kern stellen Sie Ihren Verein oder Ihre Gruppe auf den Prüfstand. Danach entwickeln Sie gemeinsam kreative Ideen, die Ihnen ganz praktisch weiterhelfen.

Dienstag, 06.12.2022 | 17.30 – 20.30 Uhr
Online-Kurs | Teilnahme-Beitrag: 30 €

Erzähl mir (k)ein Märchen Einstieg in das mündliche, freie Erzählen Stefanie Keller

Das Geschichtenerzählen gehört zu den ältesten Kulturformen der Menschheit. Mit frei erzählten Märchen und Geschichten erlauben wir unseren Zuhörer/innen in die Geschichten und die eigenen inneren Bilder einzutauchen. Die ausgebildete Märchenerzählerin Stefanie Keller vermittelt Ihnen in diesem Kurs das Handwerkszeug, wie Sie Geschichten frei vom Text lebendig und mitreisend erzählen können. Wie? Sie wollen keine Märchen erzählen? Nun, eine gut erzählte Geschichte braucht man auch an anderer Stelle. Wer eine gute Geschichte erzählen kann, der kann sich auch im Beruf gut ausdrücken, begeistert bei gesellschaftlichen Zusammenkünften und kann entspannt vor größeren Gruppen sprechen.

Donnerstag, 26.01.2023 | 18.00 – 21.00 Uhr
An der Halle, Esslinger Straße 26, Ostfildern-Nellingen
Teilnahme-Beitrag: 35 €

Kritik konstruktiv ansprechen Eva Reiff

Wo Menschen zusammenkommen und sich engagieren, gibt es neben vielen positiven Erlebnissen auch immer wieder Reibereien und Konflikte. Die oder der andere zeigt ein Verhalten, das einen stört. Man überlegt, ob man es ansprechen soll, aber wie? In diesem Workshop mit Trainerin und Coach Eva Reiff erfahren Sie, wie Sie andere auf ein störendes Verhalten ansprechen und wie Sie selbst mit einer kritischen Rückmeldung bestmöglich umgehen können. Gemeinsam üben Sie anhand praktischer Beispiele.

Montag, 06.02.2023 | 14.00 – 17.00 Uhr
An der Halle, Esslinger Straße 26, Ostfildern-Nellingen
Teilnahme-Beitrag: 60 €

Selfie? – Selber malen! Anke Böhm

Statt schnellem Klick mit dem Handy, ein selbst gemaltes Porträt – geht das? Probieren Sie es einfach mal aus. Mit der fachlichen Begleitung von KUNSTgeragogin und Kunsthistorikerin Anke Böhm lernen Sie eine einfache Technik kennen, begegnen sich zeichnend und malend neu und erschaffen ein bleibendes Bild von sich. Außer Neugier sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Das Material wird gestellt und ist im Kurs zu bezahlen. Bitte bequeme Kleidung mitbringen, die auch bunt werden darf.

Donnerstag, 02.03.2023 | 14.00 – 17.00 Uhr
Atelier im Nachbarschaftshaus, Bonhoefferstraße 4, Ostfildern-Scharnhauser Park
Teilnahme-Beitrag: 35 € zzgl. 5 € Materialkosten pro Person, im Kurs zu bezahlen

Kindeswohlgefährdung Rose Sonnet-Fuchs

Die Zusammenarbeit mit Kindern und Jugendlichen ist eine fordernde und gewinnbringende Aufgabe. Kinder wollen liebevoll begleitet werden, Grenzen entdecken, Regeln in Frage stellen und Neues lernen. Dazu benötigen sie Erwachsene, die Nähe zulassen, Grenzen setzen und Regeln aushandeln und ermutigen, Neues zu lernen. Bei dem gemeinsamen Tun können jedoch Grenzen überschritten werden und Erwachsene gefährden das Wohl des Kindes. Was könnten dies für Situationen sein? Was tun, wenn Kinder von Gewalterfahrungen in ihrem häuslichen Umfeld berichten? Dieser Workshop setzt sich mit der Kindeswohlgefährdung im rechtlichen Sinne auseinander, beleuchtet Handlungsstrategien, und benennt Lösungsschritte.

Donnerstag, 27.04.2023 | 17.00 – 20.00 Uhr
An der Halle, Esslinger Straße 26, Ostfildern-Nellingen
Gebührenfrei

**Für alle
Kurse gilt:
Kostenübernahme
für Ehrenamtliche
und bürgerschaftlich
Engagierte
möglich!**

Wie tickt eine Stadtverwaltung?

Gerhard Gorzellik & Daniel Blank

Als ehrenamtlich Engagierte in der Stadt Ostfildern leisten Sie einen wichtigen Beitrag für die Kommune. Die Strukturen der Stadtverwaltung zu verstehen, ist dabei oft eine Herausforderung. Wie ist eine Stadtverwaltung aufgebaut? Wer trifft welche Entscheidungen, wer ist für ehrenamtlich Engagierte ansprechbar, wie geht die Finanzplanung vonstatten? Wie ist das Zusammenspiel mit den politischen Gremien? Gerhard Gorzellik, ehemaliger Ordnungsamtsleiter der Stadt Esslingen und langjähriger Gemeinderat in der Gemeinde Köngen, skizziert in einem Vortrag die praktische Arbeit von Stadtverwaltungen. Daniel Blank, Abteilungsleitung „Kultur und Bewegung“ (auch mit Zuständigkeit für die Vereinsförderung) in Ostfildern wird ergänzend auf die spezifische Organisationsstruktur in der Stadtverwaltung Ostfildern eingehen. Dabei sollen die Perspektiven und Fragestellungen der ehrenamtlich Engagierten den Ausgangspunkt der Veranstaltung darstellen – und viel Raum für einen unmittelbaren Austausch gegeben werden.

Donnerstag, 11.05.2023 | 18.00 – 19.30 Uhr
An der Halle, Esslinger Straße 26, Ostfildern-Nellingen
gebührenfrei

Was brauche ich für mein Engagement?

Jana Janßen & Nathalie Stengel-Deroide

Unsere Gesellschaft braucht freiwilliges Engagement. Davon profitiert unsere Stadt und unsere Demokratie. Die Koordinierungsstelle für Bürgerschaftliches Engagement (KoBE) sowie die Vereinsförderung haben als Aufgabe, für ehrenamtlich Engagierte gute Rahmenbedingungen zu schaffen.

Dazu gehören unsere Leitlinien, die Fortbildungen, aber auch die Zusammenarbeit zwischen Haupt- und Ehrenamt und unsere gegenseitige wertschätzende Haltung. In diesem Workshop möchten wir mit Ihnen ins Gespräch kommen: Wie kann die Stadt Sie in Ihrem Engagement noch besser unterstützen? An welchen Stellen können Sie mehr oder andere Hilfestellungen und Angebote brauchen? Auch im Hinblick auf das nächste Fortbildungsprogramm: Welche Bedarfe können Sie uns zurückmelden? Der Workshop ist als moderierter Austausch geplant.

Donnerstag, 15.06.2023 | 17.00 – 18.30 Uhr
An der Halle, Esslinger Straße 26, Ostfildern-Nellingen
gebührenfrei

Grundlagenschulung „Demenz“

Ute Hauser

Bürgerschaftlich Engagierte und Ehrenamtliche können auf unterschiedliche Weise mit dem Thema Demenz in Berührung kommen – bei der Begleitung älterer Menschen, im Kontakt mit pflegenden Angehörigen oder in Alltagssituationen. Diese Fortbildung möchte Kenntnisse zum Krankheitsbild Demenz vermitteln, Verständnis für die Bedürfnisse von Betroffenen und Angehörigen wecken und hilfreiche Tipps für die Kommunikation mit Betroffenen und Angehörigen geben. Die Teilnehmenden lernen die Angebote der Alzheimergesellschaft Baden-Württemberg e.V. kennen, erhalten Einblicke in das Netzwerk der Hilfen in Ostfildern und bekommen im Anschluss eine Demenz Partner-Urkunde.

Donnerstag, 06.07.2023 | 17.00 – 20.00 Uhr
Treffpunkt Ruit, Scharnhauser Str. 25,
Gradmannhaus, Ostfildern-Ruit
Teilnahme-Beitrag: 54 €

Die Kurse sind für bürgerschaftlich Engagierte und Ehrenamtliche kostenfrei.

Wir freuen uns auf Sie, bedanken uns für Ihr Engagement und wünschen Ihnen eine gute Fortbildung!

Anmeldung:

Die An- bzw. Abmeldung für eine Teilnahme an den Veranstaltungen erfolgt direkt bei der Volkshochschule über die Homepage: <https://vhs-ostfildern.de> oder per E-Mail: Volkshochschule@ostfildern.de oder Tel: 0711 34 04 800

Für die Rückerstattung der Gebühren wenden sich bürgerschaftlich Engagierte und Ehrenamtliche aus Ostfildern an ihre Ehrenamtskoordinatoren / Ansprechpartner/in bzw. an ihren Verein. Die Stadt Ostfildern wird nach der Teilnahme an der Veranstaltung die Gebühren für diesen Personenkreis rückerstatten. Die Veranstaltungen werden auch im Programm der Volkshochschule Ostfildern veröffentlicht und sind offen für Menschen, die (noch) nicht ehrenamtlich engagiert sind – für diesen Personenkreis fallen die angegebenen Gebühren an und werden nicht rückerstattet.

Herausgegeben von

Stadt Ostfildern, Koordinierungsstelle für Bürgerschaftliches Engagement (KoBE)

Nathalie Stengel
Klosterhof 4, 73760 Ostfildern
Tel: 0711 34 04 254
E-Mail: engagiert@ostfildern.de



Volkshochschule Ostfildern

Anne Rist
Esslingerstr. 26, 73760 Ostfildern, Tel: 0711 34 04 800
E-Mail: Volkshochschule@ostfildern.de

In Zusammenarbeit mit folgenden Partnern

Vereinsförderung

Mirjam Grieninger
Klosterhof 4, 73760 Ostfildern, Tel: 0711 34 04 274
E-Mail: m.grieninger@ostfildern.de

Beratungsstelle für Ältere Ostfildern

Simona Steimle
Bonhoefferstr. 4, 73760 Ostfildern,
Tel: 0711 44009733
E-Mail: s.steimle@ostfildern.de

„eins plus b“

Doris Kirschner
Robert-Koch-Str. 87/1, 73760 Ostfildern
Tel: 0711 30539596
E-Mail: leitung.einsplusb@ostfildern.de

Integrationsbeauftragter

Daniel Lopes
Gerhard-Koch-Str. 1, 73760 Ostfildern
Tel: 0711 34 04 156
E-Mail: d.lopes@ostfildern.de

Treffpunkte der Stadt Ostfildern

<https://treffpunkt-ostfildern.de>

Mentoring Projekt der Bürgerstiftung, des Freundeskreises Asyl und der Stadt Ostfildern

Daad Lorenz, Tel: 0178 8255337
Email: mentoring.buergerstiftung@outlook.de

Lust auf Fortbildung?

Fortbildungsangebot für ehrenamtlich und bürgerschaftlich Engagierte der Stadt Ostfildern

Programm 2022/23

