

Frische Quellen

kostenfreie Fortbildungen für Engagierte

Eine Kooperation mit:





Selbstfürsorge - damit die Quellen nicht versiegen

*Workshop
mit Dr. Dagmar Kreitzscheck*

Gute Selbstfürsorge ist ein Qualitätsmerkmal in der Flüchtlingsarbeit. In diesem Workshop wird der Frage nachgegangen, wie man trotz häufiger Belastung, Enttäuschung und Stress in der Arbeit mit Flüchtlingen psychisch und körperlich gesund bleiben, sich die Freude an der Arbeit erhalten und gute Selbstfürsorge auch in seinem Alltag produktiv umsetzen kann.

**Mi, 18.10.
19:00 Uhr**
vhs-Haus EB,
Großer Saal,
Bussemerstr. 2a

Begegnung mit der Vielfalt *Workshop mit Dr. Cristina Ricca*

Die Vielfalt der Gesellschaft, beeinflusst durch Globalisierung, Migration und demografischen Wandel, prägt das Leben in Deutschland und in der gesamten Welt. Für ein gutes Zusammenleben gilt es, die Vielfalt anzuerkennen und jedem die Möglichkeit zu geben, sich in die Gesellschaft einzubringen. Das ist die Grundlage für einen Dialog, der Wertekonflikte benennt, auslotet und zu einem anerkennenden und wertschätzenden Miteinander führen kann.



**Sa, 21.10.
10:00 Uhr**
Ev. Gemeinde-
haus,
Leopoldsplatz

Trauma - wenn die Seele streikt *Workshop mit Christine Binder-Häfele*

Wie entsteht ein Trauma? Wann spricht man von einer Posttraumatischen Belastungsstörung? Was sind Anzeichen von Beeinträchtigungen bei traumatisierten Menschen im Alltag? Was hilft den betroffenen Menschen und denjenigen, die mit ihnen zu tun haben? Eigene Anliegen, Beispiele und Fragen werden besprochen, um nach neuen Blickwinkeln und Lösungen zu suchen.

**Sa, 18.11.
10:00 Uhr**
vhs-Haus EB,
Großer Saal,
Bussemerstr. 2a



Um rechtzeitige Anmeldung wird gebeten, die Plätze sind begrenzt.
www.vhs-eb-ng.de oder telefonisch 06271 946210