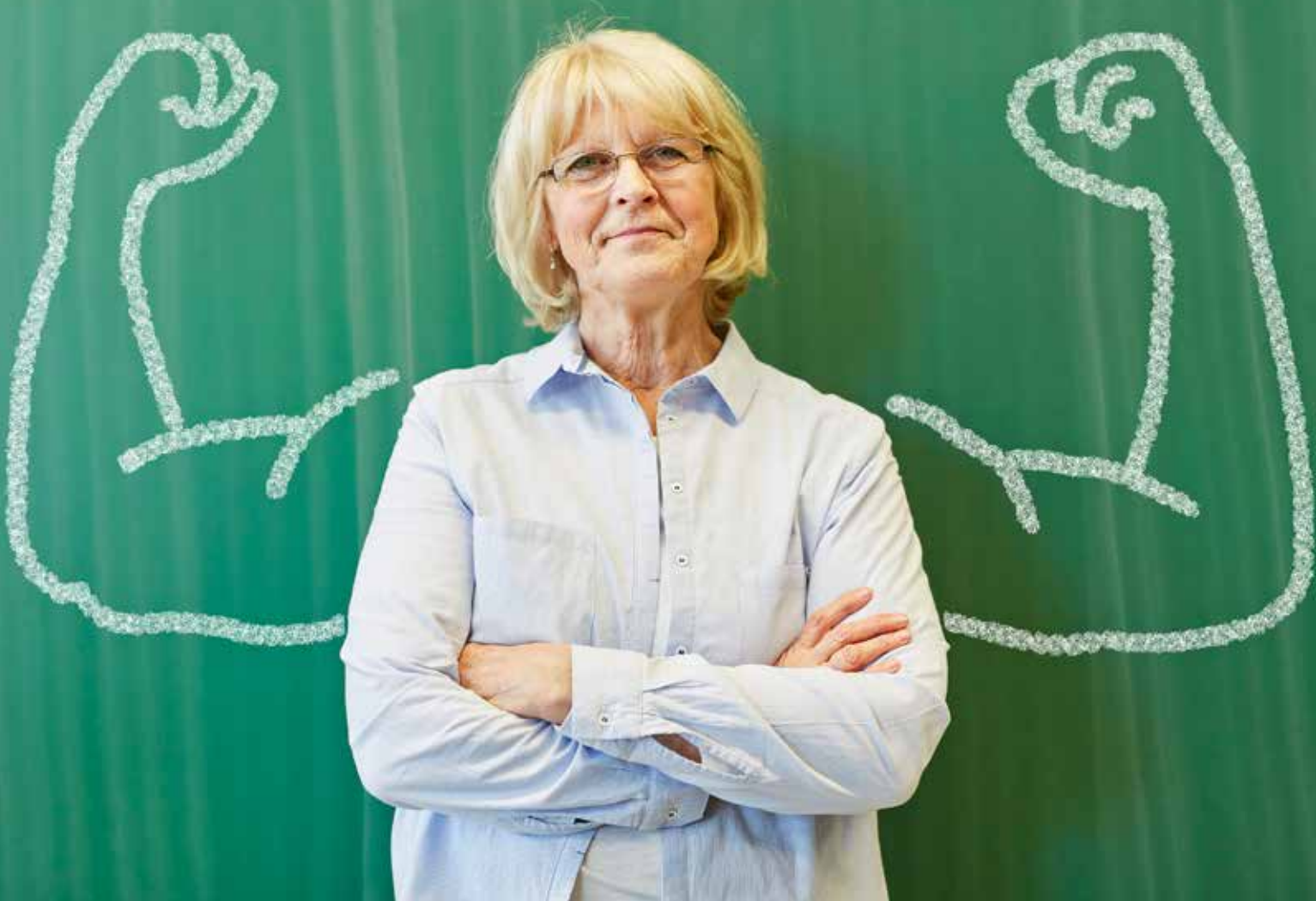


# Bildung macht stark!



≡ **Evangelisches  
Sozialwerk Wiesental e.V.**



Angebote vom Evangelischen Sozialwerk Wiesental e.V. für hauptamtliche und freiwillige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Evangelischen Sozialwerks, der Curare gGmbH, der Georg-Reinhardt-Haus gGmbH, unsere Freunde und Kooperationspartner

**2022**



## Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,

**mal ganz ehrlich:** Sind Ihnen die Grundlagen der wichtigsten geriatrischen Krankheitsbilder noch präsent? Und Kinästhetik als wertvolles Handlungskonzept und Kunst der Bewegungswahrnehmung?

Haben Sie sich nicht schon lange einmal wieder Momente einer Auszeit gewünscht, in denen Sie Kraft schöpfen können; innehalten, um zu schauen, wie es weiter gehen soll?

**Wann haben Sie sich** zuletzt mit Achtsamkeitsübungen befasst oder gezieltem Stressabbau? Wussten Sie, dass man gerade in der Natur zu neuen Erfahrungen für sich selbst und gemeinsam im Team finden kann?

Kennen Sie bewährte Kommunikationsstrategien und Wege zur Vermeidung eines Burn-Out?

**Warum lohnt es sich,** mit den Erfahrungen der Kampfkunst andere Zugänge zu Bewegungskonzepten und Körperwahrnehmungen zu erlangen? Und wann haben Sie zum letzten Mal – auch im Dienst – so richtig herzlich gelacht?

Das sind nur auf den ersten Blick merkwürdige Fragen. Das Nachdenken darüber und die Antworten darauf machen sicher auch Sie neugierig, also lesen Sie gerne auf den nächsten Seiten weiter.

**Das Evangelische Sozialwerk** lädt Sie mit einem durchdachten Angebot zu neuen Wegen und neuen Erfahrungen ein. Das Programm ersetzt dabei keine (Pflicht-)Fortbildungen im klassischen Sinne, sondern ergänzt diese vielmehr mit interessanten, dynamischen aber auch persönlich zielführenden Seminaren, Vorträgen, mit Bewegung, Nähe zur Natur und Humor!

**Sie wollen dieses Angebot nutzen?** Das freut uns sehr! Bitte lesen Sie die Teilnahmebedingungen auf der folgenden Seite. Wir freuen uns über Ihr Engagement und Ihre Lust auf Neues!



**Martin Mybes**

*Geschäftsführer /  
Vorstand ESW*



**Pia Maria Späth**

*Stellv. Geschäftsführerin /  
Vorstand ESW*



## ← Unser Angebot – Ihr Einsatz

- **Alle Angebote sind für Sie als Teilnehmer\*in kostenfrei.**
- Unsere Angebote richten sich an alle hauptamtlichen und freiwilligen Mitarbeiter\*innen in den Einrichtungen und Diensten des Evangelischen Sozialwerks.
- Eine Teilnahme Externer ist auf Anfrage möglich, wenn diese im Zuge einer partnerschaftlichen Kooperation in unseren Einrichtungen und Diensten tätig sind.
- Über die Vergabe von Teilnehmer\*innenplätzen entscheidet die Geschäftsführung im Zusammenwirken mit der Personalabteilung. Dies gilt insbesondere für Angebote mit limitierter Platzzahl.
- Jede Teilnahme setzt eine verbindliche Anmeldung voraus. Sie verpflichten sich zur Teilnahme durch Ihre Anmeldung. Ungeplante Verhinderungen teilen Sie so früh wie möglich mit.
- Eine vielleicht notwendige Freistellung von Ihren Dienstpflichten besprechen Sie eigenständig in Ihrer Einrichtung oder Ihrem Dienst. Dies gilt insbesondere für mehrteilige Angebote.
- Wenn Sie mit Blick auf ein Sie interessierendes Seminar unsicher sind, sprechen Sie uns an. Wir haben alle Angebote sorgfältig gemeinsam mit den Referentinnen und Referenten geplant und können Ihnen hierzu verlässlich Auskunft geben.

### ➔ **Mitmachen! Anmelden! Es lohnt sich!**

Für alle Angebote – außer Angebot 5 (Geriatrische Krankheitsbilder)  
– ist Ihre persönliche Anmeldung erforderlich.

*Diese richten Sie bitte formlos an unsere Personalabteilung:*

Frau Lilija Roth

✉ l.roth@esw-wiesental.de | ☎ 07622 / 3900-105 *oder*

Frau Lea Schlageter

✉ l.schlageter@esw-wiesental.de | ☎ 07622 / 3900-109





**Den eigenen  
Weg finden ...**



Angebot 1

## **Humor in der Pflege** oder: Lachen gefährdet die Krankheit!

Seite 6/7

Angebot 2

## **Kompetenz und Kunst** Kinästhetik als Interaktion durch Berührung und Bewegung

Seite 8/9

Angebot 3

## **Oasentag** Einfach weil es gut tut: Ort und Zeit zum Kraft schöpfen und Innehalten

Seite 10/11

Angebot 4

## **Kampfkunst in der Altenpflege?** Bewegungskonzepte – Körperwahrnehmung – Gesundheitsförderung

Seite 12/13

Angebot 5

## **Ich glaube, ich weiß es – also vielleicht – aber nicht ganz sicher** Geriatrische Krankheitsbilder für Anfänger und Fortgeschrittene

Seite 14/15

Angebot 6

## **An Herausforderungen wachsen und eigene Ressourcen kennen** Resilienz: Das Geheimnis der inneren Stärke

Seite 16/17

Angebot 7

## **Naturerlebnis – Teamerlebnis** Gemeinsames Erleben – Vertrauen schaffen – Selbstbewusstsein stärken

Seite 18/19



**Die humorvolle Interaktion ist keine Therapie.  
Sie ist auch keine Kunstform. Sie ist eine Begegnung  
zwischen Menschen.** Marcel Briand

- **MARCEL BRIAND** war lange als Dipl. Pflegefachmann als Abteilungsleiter im Pflegezentrum Reusspark im Kanton Aargau, Schweiz tätig. In dieser Zeit entstand, inspiriert durch die Bewohner\*innen, den Teamkolleg\*innen und mit Unterstützung der Heimleitung, die Idee der humorvollen Interaktion. Seit nunmehr 20 Jahren ist Marcel Briand als Moderator, Kabarettist, Begegnungs-Clown mit Seminaren und Workshops insbesondere in Pflegeeinrichtungen selbständig tätig.

# Lachen gefährdet die Krankheit



### Seminar A

## Humor in der Pflege oder: Lachen gefährdet die Krankheit!

Dienstag, 24. Mai 2022, 9.00 bis 17.00 Uhr

- Humorvolle Interaktion und die Methode des Inner-Clowning in der Pflege und Betreuung von demenzbetroffenen Menschen.

### Ziele

- Humor als »Schmiermittel einer heiteren Betriebskultur«
- Kennen lernen von einigen theoretischen Hintergründen und praktischen Anwendungen zu Humor und Lachen
- Humorvolle Interaktion als Kommunikationsstil erfahren

### Inhalte

- Humordefinition, Humorthorien, Unterschied von Humor und Lachen,
- Körperliche und emotionale Wirkungen durch Lachen und Humor
- Wie kann ein humorvoller Alltag gefördert werden?
- Praktische Bewegungs- und Clownerfahrungen



### Seminar B

## Bewusstsein in der Pflege

Dienstag, 18. Oktober 2022, 9.00 bis 17.00 Uhr

Intuition, Präsenz und Vertrauen für Mitarbeitende in der Langzeitpflege

### Ziele

- Ich möchte den Teilnehmer\*innen Mut machen, das eigene Berufsverständnis unter Berücksichtigung eigener Wertvorstellungen und in eigenverantwortlicher Weise zu reflektieren und kontinuierlich zu prüfen, ob sich diese Werte im täglichen Handeln wiederfinden.

### Inhalte

- Erleben und Reflektieren von eigenen berufsspezifischen Handlungsmustern
- Sichtbarmachen von Stressfaktoren im eigenen Arbeitsfeld – eine spielerische Auseinandersetzung
- Pflegen heißt lieben. Aber was heißt das schon?
- Die drei Grundlagen der humorvollen Kommunikation
- Der schmale Grat zwischen Handeln und Misshandeln
- »Nur wer sich ändert, bleibt sich treu« — Gedanken zum Aufbruch

### **Bewegung ist die Grundlage allen Lebens, denn jede Aktivität – vom Essen über das Gehen bis zum Liegen – ist mit Bewegung verbunden.**

■ **SILVIA SCHIFFERER** ist seit fast 18 Jahren Kinaesthetics-Trainerin für Grund- und Aufbaukurse. Sie ist Mitglied im Ausbilder\*innenteam der EKA (European Kinaesthetics Association), hat zudem die Weiterbildung »Kinaesthetics Pflegende Angehörige« absolviert. Weiter verfügt sie als Gesundheits- und Krankenpflegerin über langjährige Erfahrungen in den Bereichen Innere Medizin, Intensivpflege und ambulante Pflege. Eine weitere berufliche Vertiefung hat sie als Absolventin des Kontaktstudiums Palliative Care für sich erreicht. Aktuell ist Frau Schifferer neben ihrer Trainerinnentätigkeit als stellvertretende Stationsleitung in einem Krankenhaus tätig.

■ **Der Kinaesthetics-Grundkurs** ist der erste Basiskurs im Kinaesthetics-Bildungssystem. Im Mittelpunkt steht die Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegung. Dabei helfen die Kinaesthetics-Konzepte, alltägliche Aktivitäten wie zum Beispiel das Aufstehen vom Stuhl, das Drehen im Bett, oder die Nahrungsaufnahme zu erforschen und verschiedene Bewegungsmöglichkeiten zu entdecken. Dadurch können die Kursteilnehmer\*innen in ihrem Berufsalltag erste Anpassungen vornehmen und variabler handeln, was sich positiv auf ihre eigene Gesundheit und die der unterstützten Menschen auswirkt.



**Silvia Schifferer**

*Ich freue mich mit Euch auf die  
Entdeckung vieler Möglichkeiten.*

---

# Kompetenz und Kunst





Seminar in vier Einheiten

## Grundkurs Kinaesthetik in der Pflege



### ■ Zielgruppe

Fach- und Assistenzkräfte in der Pflege  
Präsenz- und Betreuungskräfte

■ Montag, 21. März 2022

■ Montag, 28. März 2022

■ Montag, 04. April 2022

■ Montag, 25. April 2022

- An allen Tagen von 8.00 bis 15.30 Uhr im Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Luisenstraße 1, 79650 Schopfheim, Bonhoeffer-Saal
- Das Lehrmaterial wird Ihnen zum Kursbeginn von der Trainerin zur Verfügung gestellt und erläutert.
- In Absprache mit Ihnen und dem Evangelischen Sozialwerk bietet Silvia Schifferer ergänzend auch eine individuelle Praxisbegleitung (stationär/ambulant) an.

### Ihr Einsatz

- Lust sich auf Neues einzulassen
- Bereitschaft zur vollständigen Teilnahme am Kurs
- Angemessen Beschäftigung mit dem Lehrmaterial (Theorie)
- Berücksichtigung und Anwendung des Erlernten in der Praxis
  
- Zu allem weiteren (persönliche Ausstattung u.a.) informieren wir Sie nach Ihrer Anmeldung
- Alle Teilnehmer\*innen erhalten nach dem vollständig absolvierten Kurs ein Zertifikat.



**Oasentage haben einen gestalteten Rahmen u.a. mit Elementen aus der Meditations- und Körperarbeit, mit Gesprächsrunden und Zeiten der Stille und versuchen – wenn es lokal möglich ist – auch Naturerfahrungen mit einzubeziehen. Oasentage wollen helfen, die „Kunst der Unterbrechung“ neu zu entdecken, um so mitten im Alltag einen Raum zu bilden, in dem neu Kraft geschöpft werden kann.**

■ Es ist eine Binsenweisheit: wer viel für andere da ist, sollte besonders gut für sich selbst sorgen. Aber wie geht das im dicht gedrängten Alltag? Und was heißt denn „für mich selbst sorgen“ für mich persönlich? Ist es einfach mal die Seele an der frischen Luft baumeln lassen? Sind es Impulse von außen, die mich anregen zu entdecken, was ich brauche? Ist es ein Schärfen der Sinne, um das eigene Dasein wieder sinnvoll zu erleben? Um sich dem anzunähern, sind Sie herzlich eingeladen!

**Gönne dich dir selbst!** Bernhard von Clairvaux



Tagesseminar

## Oasentag in St. Peter

- **Termin:** Donnerstag, 29. September 2022 von 9.00 bis 17.30 Uhr
- **Veranstaltungsort:** Haus Maria Lindenberg, St. Peter  
Ein Fahrdienst ab dem Evangelischen Sozialwerk, Luisenstraße 1 und zurück ist für alle Teilnehmer\*innen eingerichtet

### Ziele & Inhalte

- Was ist Lebensenergie? – *Und meine persönlichen Energiequellen?*
- Bewährte und neue Möglichkeiten meiner Selbstsorge – *Miteinander im Gespräch*
- Stress und Entspannung – *Ursachen und Methoden*
- Die Kunst der Unterbrechung – *Formen und Wege*
- Naturerfahrungen – *Mit allen Sinnen*
- Singen berührt – Singen bewegt – *Körper und Geist zum Schwingen bringen*
- Spiritualität – *Grenzen »nur« von Logik und Verstand überschreiten*
- Progressive Muskelentspannung – *Eine wirksame Entspannungsmethode kennen und üben*

**Wer sich noch nie einen Oasentag gegönnt hat, jetzt ist die Chance da – unbedingt ausprobieren! Zwei erfahrene »Trainerinnen« freuen sich auf Sie!**



### DOROTHEE MEYER-MYBES

Krankenschwester, Gestalttherapeutin, Diakonin und Psychoonkologin mit Weiterbildungen u. a. in Gesundheitscoaching und Entspannungstherapie, arbeitet als Klinikseelsorgerin und Psychoonkologin im Diakoniekrankenhaus Freiburg. Sie hat zudem langjährige Erfahrungen in der Seelsorgearbeit mit alten und pflegebedürftigen Menschen und in Palliative Care.



### ANITA BÜHLER-UNTERBERG

Krankenschwester und Kirchenmusikerin. Ihre Liebe zur Musik bringt sie als Organistin in Ottoschwanden zum Ausdruck. Sie arbeitet seit über 40 Jahren in der Inneren Medizin des Diakoniekrankenhauses Freiburg und ist dort zudem Mitglied in der ständigen Arbeitsgruppe Palliativ Care.

### Den Körper ins Gleichgewicht bringen, Schnellkraft entwickeln, den 360-Grad-Blick erlernen, die richtigen Impulse finden und geben, Entspannung und Glücksgefühle finden. Günter Witzig

■ **GÜNTER WITZIG** ist leidenschaftlicher Sportler. Sein Alter, knapp 60, sieht man ihm nicht an. Seine Passion: Taekwon-Do. Seit über 40 Jahren betreibt er diesen Sport, seit über 30 Jahren hat der Trainer und Großmeister (6. Dan) seine eigene Schule in Lörrach. Taekwon-Do ist eine koreanische Kampfkunst, aber dahinter steckt viel mehr als »Kampf«: Kräftigung des Körpers, kontrollierte Atemtechnik und die Entwicklung einer positiven geistigen Haltung um nur einige Beispiele zu nennen.

Und was können Mitarbeitende aus Pflege, Hauswirtschaft und Betreuung hier erfahren? Auf einem neuen und unkonventionellen Weg etwas zu Selbstsicherheit, Akzeptanz eigener Grenzen, Respekt gegenüber anderen, Bescheidenheit und innere Ruhe. Probieren Sie es unabhängig von Ihrer Fitness oder Ihrem Alter aus, lassen Sie sich überraschen. **Übrigens:** Die Kurssprache des Trainers ist nicht koreanisch, sondern sympathisch-alemannisch!



Foto | Kampfkunst: Uriel Soberanes / unsplash.com

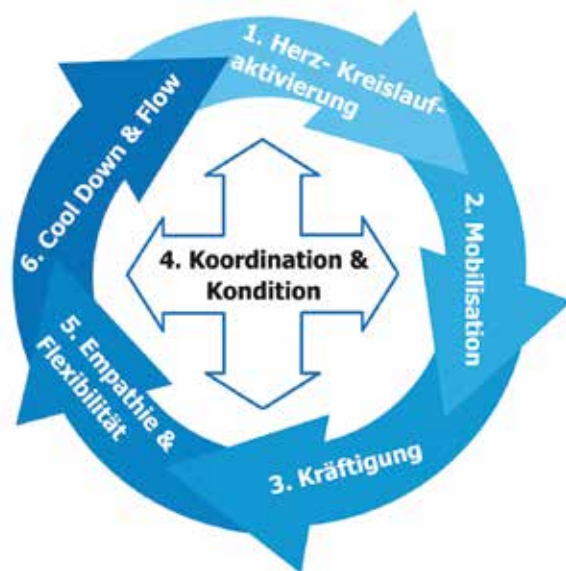
# Kampfkunst – Taekwon-Do



Seminar mit **10 Einheiten**

## Die Kunst der Bewegung – Aktives Work-Live-Management

- Dienstag, 22. Februar 2022
- Dienstag, 01. März 2022
- Dienstag, 08. März 2022
- Dienstag, 15. März 2022
- Dienstag, 22. März 2022
- Dienstag, 29. März 2022
- Dienstag, 05. April 2022
- Dienstag, 12. April 2022
- Dienstag, 19. April 2022
- Dienstag, 26. April 2022



- **Jeweils von 17.30 bis 18.30 Uhr im Taekwon-Do Center Dreiländereck**  
Beim Haagengsteg 5, Lörrach (Freizeitcenter imPULSIV, Landschaftspark Grütt)

- **Ein ungewöhnlicher Ansatz:** Mitarbeiter\*innen in der Altenpflege, die sonst eher traditionelle Formen der Gesundheitsvorsorge kennen und angeboten bekommen, erhalten hier ihre ganz persönliche Chance zu ganz neuen Erfahrungen, Schritt für Schritt, ohne Beobachter und Prüfer, nur für sich selbst: Lernen Sie sich und Ihre Stärken kennen!

### Ziele & Inhalte

- Herz- Kreislaufaktivierung – *Den richtigen Impuls geben*
- Mobilisation – *Den Körper ins Gleichgewicht bringen*
- Kräftigung – *So werden Sie widerstandsfähig*
- Atemtechnik – *Zeit zum Luftholen*
- Koordination & Kondition – *Schnellkraft lernen*
- Empathie & Flexibilität – *Eigen- und Fremdwahrnehmung*
- Cool down & Flow – *Entspannung und Glücksgefühle*



### GÜNTER WITZIG

*Taekwon-Do-Trainer: Mit Freude und Begeisterung zu einem neuen Gesundheitsbewusstsein!*

## Seminarangebote

### Kompetenz durch Bildung | Geriatrische Krankheitsbilder für Anfänger und Fortgeschrittene



#### **Dementielle Entwicklungen: Klinische Bilder – Diagnostik – Therapie – Prävention**

**Dr. med. Fuat Zarifoglu**

Leitender Arzt der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie  
Kreiskrankenhaus Schopfheim

**Montag, 17. Januar 2022, 18.30 Uhr**



#### **Kardiologie – Herz-Kreislauferkrankungen im Alter**

**Prof. Dr. med. Hans-H. Osterhues**

Facharzt für Innere Medizin, Kardiologie u.a.  
Chefarzt, Klinik für Innere Medizin, Kreiskrankenhaus Lörrach

**Donnerstag, 10. Februar 2022, 18.30 Uhr**



#### **Urologie – Herausforderungen im Alter**

**Dr. med. Johanna Diesel**

Fachärztin für Urologie  
Oberärztin Schwarzwald-Baar-Klinikum Villingen-Schwenningen

**Donnerstag, 10. März 2022, 18.30 Uhr**

■ Erfahrene und namhafte Ärztinnen und Ärzte helfen uns in dieser Vortragreihe, vorhandenes Wissen zu (geriatrischen) Krankheitsbildern wieder aufzufrischen und zu vertiefen. Auch wer sich bislang noch nicht intensiv mit den unterschiedlichen Fachthemen befasst hat, aber mehr hierzu erfahren möchte, ist bei unseren Vortragsabenden richtig!



## Diabetes Mellitus – Ursachen, Symptome, Behandlung

**Dr. med. Michael Maraun**

Facharzt für Innere Medizin

Chefarzt Innere Medizin, Kreiskrankenhaus Schopfheim

**Mittwoch, 04. Mai 2022, 18.30 Uhr**



## Pneumologie im Alter: Ursachen, Symptome, Behandlung

**Frau Anne Tschacher FMH (Foederatio Medicorum Helveticorum)**

Fachärztin für Pneumologie, Langjährige leitende Ärztin/Oberärztin

Kantonsspital Baselland und Gesundheitszentrum Fricktal

Gruppenpraxis Pneumologie Nordwest, Rheinfelden/CH

**Dienstag, 31. Mai 2022, 18.30 Uhr**



## Gastroenterologie: Diagnostik, Therapie, Prävention

**N.N.**

Fachärztin / Facharzt, Krankenhaus / Praxis

**September / Oktober 2022**

- Diese Fortbildungsreihe ist offen für alle Interessierten. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, der Eintritt ist frei!
- **Hinweis:** Eine persönliche Beratung durch die Referentinnen und Referenten kann an den Vortragsabenden nicht erfolgen!
- Alle Vortragsabende finden im Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Bonhoeffer-Saal, Luisenstraße 1, 79650 Schopfheim statt.

**Vielen Menschen fehlen persönliche Ressourcen, um für eine intensive und anhaltende Arbeitsbelastung gerüstet zu sein. Das Empfinden von Sinn, Verstehen und persönlichen Bewältigungsmöglichkeiten sind aber zentrale Schutzfaktoren. Wenn diese instabil werden, steigt die gesundheitliche Belastung stark an.** Anette Maaßen-Boulton

■ **ANETTE MAASSEN-BOULTON** ist in Essen geboren und aufgewachsen. Nach dem Abitur folgte ein Studium (Diplomwissenschaften). Ökologie-, Frauen- und Friedensbewegung haben ihre Werte Ende der siebziger und Anfang der achtziger Jahre stark geprägt. Während und nach dem Studium war Frau Maaßen-Boulton in sozialen und politischen Projekten engagiert; seitdem hat sie sich intensiv mit Gesundheit und mit psychischen und spirituellen Wachstumsprozessen beschäftigt.

Als Tochter eines Arztes ist sie in dem Bewusstsein aufgewachsen, wie kostbar die Gesundheit ist. Sie hat sich später bewusst für einen Heilberuf entschieden. Als sie 2007 gemeinsam mit ihrer Schwester die Maaßen-Stiftungs-gGmbH gründete, gab es viel Wissen darüber, wie die körperliche Gesundheit gestärkt werden kann. Wie aber unsere seelische Gesundheit erhalten werden kann, war weniger erforscht und bekannt. Dies zu ändern war und ist Frau Maaßen-Boulton ein Herzensanliegen. Und sie möchte Menschen darin unterstützen, Tatkraft und Mut zu entwickeln, um ihr Wissen über heilsames Verhalten in übereinstimmendes Handeln umzusetzen.



### **ANETTE MAASSEN-BOULTON**

*Mein Anliegen ist, Ihre Resilienz zu stärken. Mit Resilienz meine ich die Fähigkeit, an Herausforderungen zu wachsen, die eigenen Ressourcen zu kennen, mit sich selbst Freundschaft zu schließen, Sinn zu empfinden und gute Netzwerke zu haben.*

# Ressourcen & Resilienz





## Seminar in zwei Einheiten

# An Herausforderungen wachsen und eigene Ressourcen kennen Resilienz: Das Geheimnis der inneren Stärke

## Seminar in zwei Einheiten

- **Teil 1** // Mittwoch, 18. Mai 2022
- **Teil 2** // Mittwoch, 06. Juli 2022

- **Beide Termine jeweils von 13 bis 18 Uhr**

im Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Bonhoeffer-Saal  
Luisenstraße 1, 79650 Schopfheim

- **Mitarbeiter\*innen in der Pflege/Betreuung** sind einem großem Druck ausgesetzt. Zunächst stellt der Beruf an sich schon hohe Anforderungen, und darüber hinaus bestehen hohe Erwartungen von verschiedensten Seiten: Die Einrichtungsträger legen Wert auf effiziente und kostengünstige Dienstleistungen, die Vorgesetzten erwarten professionelle Arbeit und reibungslose Abläufe und die Kranken und deren Angehörige viel Zuwendung und Geduld. Das heißt: Hohe Belastungen bis hin zu Überlastungen bleiben für viele Pflege- und Betreuungskräfte an der Tagesordnung. Ob Pflege/Betreuung gut gelingt und die Pflegenden langfristig gesund bleiben, hängt auch davon ab, wie sie mit ihren beruflichen Belastungen umgehen und eine gute Balance finden. Gleicher Belastungsdruck wird unterschiedlich empfunden. Es muss also verschieden ausgeprägte Möglichkeiten geben, damit umzugehen. In der Fachsprache werden diese als Resilienz bezeichnet.

## Ziele & Inhalte

- Selbstfürsorge ist machbar – *Impulse für mich*
- Was ist Stress? – *Stressverstärkern auf der Spur*
- Selbstachtung und Selbstvertrauen – *Wege zu mehr Unabhängigkeit*
- Seien Sie achtsam mit sich selbst! – *Aber wie geht das?*
- Lernen »Nein« zu sagen – *Grenzen setzen*
- Aus Krisen lernen – *Nur Mut!*
- Resilienz ist eine Haltung – *Resilienz lässt sich lernen*

*Sie selbst sind  
der einzige Mensch,  
der genau weiß,  
was er braucht!*

*Gabriela Kostowski*

### Zusammenkommen ist der erste Schritt, Zusammenarbeiten der zweite, Zusammenbleiben der Erfolg! Henry Ford



■ Unter dem Motto **»Wann haben Sie zum letzten Mal etwas zum ersten Mal gemacht?«** führen Sie abwechslungsreiche Aktivitäten an der frischen Luft durch, die Spaß und Dynamik in die Gruppe bringen. Die Aktivitäten schaffen eine Verbindung der Kolleginnen und Kollegen untereinander. Für jeden ist etwas Passendes dabei – von ruhigen Naturerlebnissen bis zu aktionsgeladenen Programmpunkten. Sie erleben sich als Individuum und in der Gruppe, in einem geschützten Raum, aus einer neuen Perspektive und außerhalb der Alltagsroutine.

Sie unterstützen sich gegenseitig, erfahren Wertschätzung, haben Zeit zum Durchatmen und kommen auf unterschiedlichen Ebenen miteinander in Austausch – beim gemeinsamen Tun und in Gesprächen.

# Entwicklung ist unsere Natur



Tagesseminar

## Gemeinsam in der Natur unterwegs sein – Spaß haben – erfolgreich zusammenarbeiten!

- **Termin:** Dienstag, 28. Juni 2022 von 9.00 bis 17.00 Uhr
- **Veranstaltungsort:** Aktionsgelände Zwerger & Raab, Alpersbacher Schlucht, Hinterzarten  
Ein Fahrdienst ab dem Evangelischen Sozialwerk, Luisenstraße 1 und zurück ist für alle Teilnehmer\*innen eingerichtet

### Ziele & Inhalte

- Zu den Teamübungen können alle ihren Beitrag leisten, sich etwas zutrauen, ihre Stärken und Ideen einbringen und so zum gemeinsamen Teamerfolg beitragen. Nach den Übungen /Aktivitäten kommen bei den Reflexions- und Transferrunden alle miteinander in Austausch, vertiefen ihre Erfahrungen und nehmen schließlich wertvolle Erkenntnisse mit in ihre tägliche Arbeit.



#### DEBORA WIDMANN

seit 2015 freiberufliche Trainerin im Team Zwerger & Raab Sozialarbeiterin, Religionspädagogin, Psychosoziale Beraterin i.A.. Frau Widmann verfügt über zahlreiche Zusatzqualifikationen z.B. Weiterbildung Erlebnispädagogik, Kanulehrerin nach American Canoe Association ACA und DAV Kletterbetreuerin. Einer ihrer Tätigkeitsschwerpunkte ist handlungsorientiertes Training für Mitarbeiterteams, hier Kommunikation und Kooperation, Teamfindung, Konfliktbearbeitung, Persönlichkeitsentwicklung.



#### STEFAN EHRENFRIED

Diplom-Betriebswirt FH, seit 1997 bei der Zwerger & Raab GmbH, seit 2013 Geschäftsführer. Arbeitsschwerpunkte: Konzeption, Organisation und Durchführung von Team- und Führungskräfte trainings, Team- und Organisationsberatung. Zusatzqualifikationen /Ausbildung: Erlebnispädagogik, Organisationsentwicklung, Prozessberatung, Trainer. Tätigkeitsschwerpunkte: Trainings für Führungskräfte und Mitarbeiterteams, Workshops für Nachwuchskräfte, Coaching für Führungskräfte u.a..



# **C**rashkurse werden hier nicht geboten, aber fundiertes Wissen, für jeden der richtige Anspruch und vor allem viel Spaß!

Rudi Drescher, Mitarbeiter Curare gGmbH, Tagespflege

