

benevol Aargau

Weiterbildungen und Workshops 2022

Für Freiwilligen-Koordinator:innen, Vereinsvorstände
sowie freiwillig und ehrenamtlich Engagierte

*«Lernen ist wie Rudern gegen den Strom.
Sobald man aufhört, treibt man zurück.»*

Benjamin Britten

Für Freiwilligen-Koordinator:innen und Vereinsvorstände

Ab 18. Januar	Austauschgruppe für Freiwilligen-Koordinator:innen	Online	Seite 4
22. März	Juristische Aspekte der freiwilligen Tätigkeit	Online	Seite 5
26. März	Krisenkommunikation		Seite 6
Ab 26. März	Social Media für Einsteiger:innen	Online	Seite 7
6. April	Konflikte in der Freiwilligenarbeit		Seite 8
Ab 6. April	Austauschgruppe für Freiwilligen-Koordinator:innen		Seite 9
Ab 13. Mai	Fundraising		Seite 10
Ab 18. Mai	Lehrgang Freiwilligen-Koordination		Seite 11
Ab 10. Sept.	Social Media für Fortgeschrittene	Online	Seite 12
22. Oktober	Vorstandsarbeit attraktiv gestalten		Seite 13
10. November	Freiwilligenkoordination kompakt		Seite 14

Für freiwillig und ehrenamtlich Engagierte

22. Februar	Asyl in der Schweiz: Rechtliche Grundlagen		Seite 15
9. März	Einführungskurs Gesprächsführung und aktives Zuhören		Seite 16
28. April	Übergänge – verstehen, gestalten und erleben		Seite 17
7. Juni	Balance von Nähe und Distanz – Grenzen üben und ausloten		Seite 18
8. September	Spiritualität in der Begleitung		Seite 19
19. Oktober	Flucht und Trauma		Seite 20
16. November	Humor in der Begleitung älterer Menschen		Seite 21
Unsere Referent:innen			Seite 22
Anmeldeformular			Seite 23

Digitale Austauschgruppe für Freiwilligen-Koordinator:innen

Online

Sie sind für die Koordination der Freiwilligenarbeit in Ihrer Organisation, Ihrem Verein zuständig und sind somit die erste Anlaufstelle für alle Fragen und Anliegen rund um die Freiwilligenarbeit. Obwohl dies in der Regel eine sehr erfreuliche Aufgabe ist, gibt es doch auch herausfordernde Situationen und Fragestellungen. Ein Austausch mit anderen in derselben Position kann sehr hilfreich sein. Um an dem Angebot teilzunehmen, müssen Sie keine «Probleme» haben, sondern sich gerne austauschen, bereit sein, Ihre Kompetenz mit anderen zu teilen und von deren Erfahrungen profitieren wollen.

An drei Abenden bieten wir digital eine begleitete Austauschgruppe an. Die fortlaufenden Treffen in der gleichen Zusammensetzung bieten die Möglichkeit in einer kleinen Gruppe gemeinsam etwas Neues auszuprobieren und Bewährtes zu etablieren.

Die Teilnehmenden

- können ihre Anliegen und Fragen einbringen und in einem vertraulichen Rahmen besprechen
- profitieren von der Erfahrung der anderen Teilnehmenden, die in einer ähnlichen Situation sind
- erarbeiten gemeinsam Best Practice-Beispiele

Datum	Dienstag, 18. Januar / 15. Februar / 15. März 2022
Zeit	17:30 – 19:30 Uhr
Ort	Der Kurs findet online statt. Einladungslink wird versandt. Voraussetzung: stabile Internetverbindung und Endgerät mit Kamera und Lautsprecher
Referentin	Ursula Baum, Geschäftsleiterin GGG Benevol Basel, Supervisorin BSO
Kosten pro Person	CHF 55.– für Träger von benevol Aargau
für alle 3 Termine	CHF 90.– für Mitglieder von benevol Aargau, benevol Baselland und Kund:innen von GGG Benevol
	CHF 110.– für Weitere
Anmeldeschluss	Montag, 3. Januar 2022

Dieser Kurs ist ein Angebot der Kooperationspartner benevol Aargau, benevol Baselland und GGG Benevol Basel.

Juristische Aspekte der freiwilligen Tätigkeit

Online

Freiwilliges Engagement ist vielfältig – und damit sind es auch die rechtlichen Aspekte. Einsatzorganisationen und Freiwillige sind sich oft nicht bewusst, welche Rechte entstehen. Erst bei Unstimmigkeiten stellt man sich die entsprechenden Fragen. Der Workshop will potenzielle Konflikte aufgreifen und gemeinsam mit den Teilnehmenden praktikable Lösungen finden und für den Alltag vorsorgen. Walter Wagner, Rechtsanwalt, befasst sich im einleitenden Referat mit den unterschiedlichen Rechtsverhältnissen beim Einsatz von Freiwilligen und mit der Haftungsproblematik. Im zweiten Teil haben die Teilnehmenden die Wahl zwischen verschiedenen Spezialthemen wie Einsatzvereinbarung, Beendigung des Einsatzes, Weisungen der Einsatzorganisation, Spesen, Geheimhaltung, Urheberrecht bei schöpferischen Tätigkeiten (Fotos, Texte), Datenschutz, Gesundheitsschutz oder Einsätze von Migrant:innen und Stellensuchenden. Der Referent wird die gewünschten Themen kurz präsentieren und mit den Teilnehmenden diskutieren.

Die Teilnehmenden

- lernen die unterschiedlichen Rechtsverhältnisse beim Einsatz von Freiwilligen kennen
- haben die Möglichkeit, gewünschte juristische Themen mit dem Referenten zu diskutieren
- erhalten die Juristischen Notizen zur Freiwilligenarbeit von Dr. Markus Edelmann (im Kursbeitrag inbegriffen)

Datum	Dienstag, 22. März 2022
Zeit	17:30 – 20:00 Uhr
Ort	Der Kurs findet online statt. Einladungslink wird versandt. Voraussetzung: stabile Internetverbindung und Endgerät mit Kamera und Lautsprecher
Referent	Walter Wagner, Rechtsanwalt und Präsident benevol St. Gallen
Kosten pro Person	CHF 50.– für Träger von benevol Aargau CHF 70.– für Mitglieder von benevol Aargau CHF 100.– für Weitere
Anmeldeschluss	Montag, 7. März 2022

Krisenkommunikation – Fit für die Vereinsführung

Steuern Sie sicher durch die Krise, wenn die Vereinsstruktur von einem auf den anderen Moment auf eine harte Probe gestellt wird. Krisen kommen häufig unerwartet und in ganz unterschiedlicher Form: Interne Unstimmigkeiten bringen das Verbandsschiff vom Kurs ab, eine Pandemie verunmöglicht den geordneten Vereinsbetrieb, ein plötzlicher Todesfall bringt nebst grosser Trauer auch eine organisatorische Herausforderung mit sich. Gut vorbereitet lassen sich solche Krisen meistern. Dabei hilft eine Krisen-Matrix, mit der die Risiken und die Krisenbereitschaft der eigenen Organisation eingeschätzt werden kann. Dazu sind Grundkenntnisse der Krisenkommunikation mit Betroffenen, Mitgliedern und Eltern sowie der Öffentlichkeit und Medien wichtig.

Die Teilnehmenden

- sind in der Lage, in einer Krise angemessen, empathisch und zielführend zu agieren und kommunizieren
- kennen die wichtigsten Schritte der Krisenkommunikation
- können ein Krisenkonzept für die eigene Organisation erstellen
- üben Krisenbewältigung und Krisenkommunikation an echten Fallbeispielen

Datum	Samstag, 26. März 2022
Zeit	7:45 – 15:00 Uhr
Ort	Weiterbildungszentrum Lenzburg, Neuhofstrasse 36, Lenzburg
Referent	Michael Freudiger, KrisenKompetenz GmbH
Kosten pro Person	CHF 95.– für Träger von benevol Aargau CHF 135.– für Mitglieder von benevol Aargau CHF 165.– für Mitglieder aarg. Sportorganisationen CHF 195.– für Weitere
Anmeldeschluss	Mittwoch, 9. März 2022

Die Kurse der Serie «Fit für die Vereinsführung» sind ein Angebot der Kooperationspartner IG Sport Aargau, Weiterbildungszentrum Lenzburg wbz und benevol Aargau.

Social Media für Einsteiger:innen

Online

Social Media bringen viele Vorteile für Vereine, Organisationen und Gemeinden, z.B. bei der Öffentlichkeitsarbeit, der Bewerbung von Veranstaltungen, der Mitgliedergewinnung und spielen eine immer wichtigere Rolle im Kommunikationsmix. In diesem Kurs lernen Einsteiger:innen und Anfänger:innen das Management und das Betreuen von Facebook, Instagram und Co. anhand von konkreten Praxisbeispielen kennen. Der Kurs richtet sich an Personen, die Social Media noch nicht oder nur im persönlichen Rahmen nutzen und keine Erfahrung im Administrieren von Social-Media-Auftritten haben.

Die Teilnehmenden

- kennen die Voraussetzungen für den Einsatz von Social Media
- wissen, worauf es beim Einsatz von Social Media ankommt
- haben erste Überlegungen zur Pflege von Social Media in ihrem Verein / ihrer Organisation / ihrer Gemeinde gemacht
- wissen, welche Social-Media-Plattformen sich für welche Zwecke eignen
- wissen, wie man einen guten Social-Media-Beitrag erstellt
- wissen mehr über Kosten, Aufwand und Nutzen von Social Media
- erarbeiten Social-Media-Strategien für ihren Verein/Organisation/Gemeinde

Datum	Samstag, 26. März und 2. April 2022 Zwischen den beiden Kursdaten besteht die Möglichkeit, in Gruppenarbeiten via Videokonferenz Themen zu vertiefen.
Zeit	9:00 – 12:00 Uhr
Ort	Der Kurs findet online statt. Einladungslink wird versandt. Voraussetzung: stabile Internetverbindung und Endgerät mit Kamera und Lautsprecher
Referent	Marc Böhler, Internet-Soziologe und Trainer neue Medien
Kosten pro Person	CHF 100.– für Träger von benevol Aargau CHF 160.– für Mitglieder von benevol Aargau, benevol Baselland und Kund:innen von GGG Benevol CHF 200.– für Weitere
Anmeldeschluss	Mittwoch, 9. März 2022

Dieser Kurs ist ein Angebot der Kooperationspartner benevol Aargau, benevol Baselland und GGG Benevol Basel.

Konflikte in der Freiwilligenarbeit

Auch in der Freiwilligenarbeit sind Konflikte immer wieder Thema. Unterschiedliche Motivationen, Einstellungen und praktische Handhabungen der Aufgaben können bereichernd sein, aber auch zu Spannungen oder gar ersten Konflikten führen. Zwar sind Anspruch und Erwartung hoch, im Bereich der Freiwilligenarbeit sorgsam und freundlich miteinander umzugehen, doch sollte dies nicht dazu führen, dass Konflikte verschwiegen und nicht bearbeitet werden. Dies betrifft sowohl Konflikte unter den Freiwilligen selber wie auch Konflikte mit der Leitung bzw. Koordinator:in.

Nach einer Einführung in verschiedene Aspekte von Konflikten geht es in diesem Workshop darum, verschiedene Wege der Konfliktklärung kennenzulernen und auszuprobieren. Dazu werden die Teilnehmenden gebeten, eigene Beispiele aus ihrer Tätigkeit mitzubringen.

Die Teilnehmenden

- erhalten Grundwissen zu Konflikten im Bereich Freiwilligenarbeit (bzw. frischen dieses auf)
- reflektieren ihr eigenes Verhalten in Konflikten
- lernen unterschiedliche Wege der Konfliktklärung kennen
- arbeiten an praktischen Beispielen, möglichst aus der eigenen Praxis

Datum	Mittwoch, 6. April 2022
Zeit	18:00 – 21:00 Uhr
Ort	Pro Senectute, Bahnhofstrasse 40, Baden
Referent	Jürgen Heinze, Theologe und Supervisor
Kosten pro Person	CHF 50.– für Träger von benevol Aargau CHF 70.– für Mitglieder von benevol Aargau CHF 100.– für Weitere inkl. kleinem Imbiss und Getränk
Anmeldeschluss	Montag, 21. März 2022

Austauschgruppe für Freiwilligen-Koordinator:innen – persönlich

Sie sind für die Koordination der Freiwilligenarbeit in Ihrer Organisation, Ihrem Verein zuständig und sind somit die erste Anlaufstelle für alle Fragen und Anliegen rund um die Freiwilligenarbeit. Obwohl dies in der Regel eine sehr erfreuliche Aufgabe ist, gibt es doch auch herausfordernde Situationen und Fragestellungen. Ein Austausch mit anderen in derselben Position kann sehr hilfreich sein. Um an dem Angebot teilzunehmen, müssen Sie keine «Probleme» haben, sondern sich gerne austauschen, bereit sein, Ihre Kompetenz mit anderen zu teilen und von deren Erfahrungen profitieren wollen.

An drei Abenden bieten wir eine persönliche, begleitete Austauschgruppe an. Die fortlaufenden Treffen in der gleichen Zusammensetzung bieten die Möglichkeit in einer kleinen Gruppe gemeinsam etwas Neues auszuprobieren und Bewährtes zu etablieren.

Die Teilnehmenden

- können ihre Anliegen und Fragen einbringen und in einem vertraulichen Rahmen besprechen
- profitieren von der Erfahrung der anderen Teilnehmenden, die in einer ähnlichen Situation sind
- erarbeiten gemeinsam Best Practice-Beispiele

Datum	Mittwoch, 6. April, 4. Mai und 1. Juni 2022
Zeit	17:30 – 19:30 Uhr
Ort	GGG Benevol, Marktgasse 6, 4051 Basel
Referentin	Ursula Baum, Geschäftsleiterin GGG Benevol Basel, Supervisorin BSO
Kosten pro Person	CHF 60.– für Träger von benevol Aargau
für alle 3 Termine	CHF 100.– für Mitglieder von benevol Aargau, benevol Baselland und Kund:innen von GGG Benevol
	CHF 120.– für Weitere inkl. kleinem Imbiss und Getränk
Anmeldeschluss	Montag, 14. März 2022

Dieser Kurs ist ein Angebot der Kooperationspartner benevol Aargau, benevol Baselland und GGG Benevol Basel.

Fundraising – Fit für die Vereinsführung

Woher kommt das Geld? Wie viel Geld brauchen wir und wie erarbeitet man ein auf den Verein zugeschnittenes Budget? Weshalb soll uns jemand Geld zur Verfügung stellen? Beiträge, Spenden, Sponsoring . . . Die Mittelbeschaffung ist für viele Vereine eine zentrale und immer wiederkehrende Aufgabe. Die langfristige Sicherung der notwendigen Mittel – für die Vereinsaufgaben und für das Durchführen von speziellen Anlässen – ist für die Entwicklung des Vereins entscheidend. Diese Weiterbildung zeigt verschiedene Möglichkeiten der Mittelbeschaffung auf und vermittelt die notwendigen Vorgehensschritte.

Die Teilnehmenden

- wissen, wie sie die Leistungen des eigenen Vereins sichtbar machen können
- kennen die Möglichkeiten und Grenzen der Mittelbeschaffung
- wissen wie vorzugehen ist und können den Aufwand der verschiedenen Massnahmen einschätzen
- kennen die Wichtigkeit der Lobbyarbeit

Datum	Freitag, 13. und 20. Mai 2022
Zeit	17:00 – 20:00 Uhr
Ort	Weiterbildungszentrum Lenzburg, Neuhofstrasse 36, Lenzburg
Referentin	Elsbeth Fischer-Roth, benevol Schweiz
Kosten pro Person	CHF 95.– für Träger von benevol Aargau CHF 135.– für Mitglieder von benevol Aargau CHF 165.– für Mitglieder aarg. Sportorganisationen CHF 195.– für Weitere
Anmeldeschluss	Mittwoch, 27. April 2022

Die Kurse der Serie «Fit für die Vereinsführung» sind ein Angebot der Kooperationspartner IG Sport Aargau, Weiterbildungszentrum Lenzburg wbz und benevol Aargau.

Lehrgang Freiwilligen-Koordination

Machen Sie Ihre Organisation zu einem attraktiven Einsatzort! Schaffen Sie professionelle Rahmenbedingungen und koordinieren Sie das freiwillige Engagement, damit die Freiwilligen ihre Talente, Kenntnisse, Erfahrungen und ihre Zeit sinnvoll einbringen können. Dieser Lehrgang richtet sich an Verantwortliche (Ehrenamtliche und Angestellte) in Institutionen, Organisationen und Kirchen.

Die Teilnehmenden

- kennen die Grundlagen und Grenzen der Freiwilligenarbeit
- wissen, wie Freiwilligenarbeit in der Struktur und Kultur einer Organisation verankert wird
- kennen förderliche Rahmenbedingungen für attraktive Freiwilligenarbeit
- setzen sich mit der Gewinnung, dem Einsatz und dem Begleiten von Freiwilligen auseinander
- kennen die Möglichkeiten von Social Media und Öffentlichkeitsarbeit
- wenden das Gelernte in einem kleinen Praxisprojekt an

Datum	Mittwoch, 18. Mai / 25. Mai / 1. Juni 2022
Zeit	9:15 – 17:15 Uhr Zusätzlich ca. 2 Stunden vorgängiges Selbststudium pro Kurstag
Erfahrungsaustausch	Mittwoch, 19. Oktober 2022 13:30 – 16:30 Uhr
Ort	Bullingerhaus, Jurastrasse 13, Aarau
Kursleitung	Samuel Steiner, Geschäftsleiter benevol Aargau
Referierende	Ursula Baum, Christian Härtli, Viola Hofmann, Samuel Steiner, Markus Wentink, Karin Zanoskar
Kosten pro Person	CHF 330.– für Träger sowie Vertretungen aus Kirchgemeinden der ref. und röm.-kath. Landeskirchen Aargau CHF 450.– für Mitglieder von benevol Aargau CHF 580.– für Organisationen mit Sitz im Aargau CHF 780.– für Weitere
Anmeldeschluss	Montag, 2. Mai 2022

Dies ist ein Kooperationsangebot der benevol Fachstellen Aargau und Bern sowie der ref. und kath. Landeskirchen des Kantons Aargau.

Social Media für Fortgeschrittene

Online

Sie betreuen für Ihren Verein, Ihre Organisation oder Ihre Gemeinde einen Facebook- oder Instagram-Auftritt und verfügen schon jetzt über eine kleine «Community» mit 30 und mehr Followern. In diesem Kurs lernen Sie, wie man für unterschiedliche Marketingziele auf Facebook und/oder auf Instagram zusätzliche kostenpflichtige Kampagnen startet, zum Beispiel um die Community zu vergrössern oder um mehr Personen auf die Webseite zu bringen. Der Kurs richtet sich an Personen, die Facebook oder Instagram für Organisationen erfolgreich im Gratis-Bereich betreuen und jetzt Praxis-Knowhow für kostenpflichtige Aktivitäten und bezahlte Werbekampagnen auf diesen Social-Media-Plattformen wünschen.

Die Teilnehmenden

- können ihre Facebook- und Instagram-Seiten professionell bewirtschaften
- verfassen erfolgreiche Social-Media-Beiträge und erzielen organische Reichweite
- sind in der Lage, selbst kostenpflichtige Werbeanzeigen auf Facebook und Instagram zu starten und ihre Zielgruppen gezielt anzusprechen
- können die wichtigsten Kennzahlen (KPI) prüfen und interpretieren

Datum	Samstag, 10. und 24. September 2022 Zwischen den beiden Kursdaten besteht die Möglichkeit in Gruppenarbeiten via Videokonferenz Kursthemen zu vertiefen.
Zeit	9:00 – 12:00 Uhr
Ort	Der Kurs findet online statt. Einladungslink wird versandt. Voraussetzung: stabile Internetverbindung und Endgerät mit Kamera und Lautsprecher
Referent	Marc Böhler, Internet-Soziologe und Trainer für neue Medien
Kosten pro Person	CHF 100.– für Träger von benevol Aargau CHF 160.– für Mitglieder von benevol Aargau, benevol Baselland und Kund:innen von GGG Benevol CHF 200.– für Weitere
Anmeldeschluss	Mittwoch, 24. August 2022

Dieser Kurs ist ein Angebot der Kooperationspartner benevol Aargau, benevol Baselland und GGG Benevol Basel.

Vorstandsarbeit attraktiv gestalten – Fit für die Vereinsführung

Der Vorstand ist das zentrale Organ jedes Vereins. Vorstandsarbeit ist interessant, bietet Gestaltungsspielraum und die Möglichkeit, mitzubestimmen und Verantwortung zu tragen. Trotzdem ist es oft nicht einfach, neue Vorstandsmitglieder zu gewinnen. Dies wirft Fragen auf: Wie kann sich der Verein verjüngen? Welche Strategien helfen weiter? Welche strukturellen Veränderungen könnten helfen? Was können wir zu einem guten Image der Vorstandsarbeit und unseres Vereins beitragen?

Der Erfahrungsaustausch steht an diesem Morgen im Zentrum, dazu werden fachliche Inputs und Verbesserungsvorschläge geboten.

Die Teilnehmenden

- setzen sich mit der eigenen Vorstandstätigkeit auseinander
- tauschen Möglichkeiten aus, wie Vorstandsarbeit attraktiver gemacht werden kann
- kennen Wünsche und Ansprüche von potenziellen Vorstandsmitgliedern
- lernen Strategien kennen, wie sie neue Vorstandsmitglieder suchen und finden können

Datum	Samstag, 22. Oktober 2022
Zeit	8:30 – 12:00 Uhr
Ort	benevol Aargau, Entfelderstrasse 11, Aarau
Referent	Samuel Steiner, Geschäftsleiter benevol Aargau
Kosten pro Person	CHF 50.– für Träger von benevol Aargau CHF 70.– für Mitglieder von benevol Aargau CHF 85.– für Mitglieder aarg. Sportorganisationen CHF 100.– für Weitere inkl. kleinem Imbiss und Getränk
Anmeldeschluss	Mittwoch, 5. Oktober 2022

Die Kurse der Serie «Fit für die Vereinsführung» sind ein Angebot der Kooperationspartner IG Sport Aargau, Weiterbildungszentrum Lenzburg wbz und benevol Aargau.

Freiwilligen-Koordination kompakt

In wenigen Stunden lernen Sie die Grundlagen der Freiwilligen-Koordination kennen. Schaffen Sie gute Rahmenbedingungen und koordinieren Sie freiwilliges Engagement, damit die Freiwilligen ihre Kenntnisse, Erfahrungen und Zeit sinnvoll einbringen können. Finden Sie neue Freiwillige dank guter Ausschreibungen am richtigen Ort. Fördern und qualifizieren Sie die Freiwilligen, wertschätzen Sie ihr Engagement gezielt und weisen es mit einem Dossier nach. Machen Sie Ihre Organisation zu einem attraktiven und erfolgreichen Anbieter von freiwilligen Einsätzen.

Für eine vertiefte Auseinandersetzung mit dem Thema empfehlen wir den dreitägigen Lehrgang Freiwilligen-Koordination.

Die Teilnehmenden

- kennen die Grundlagen und Grenzen der Freiwilligenarbeit
- setzen sich mit der Motivation, den Bedürfnissen und Kompetenzen von Freiwilligen auseinander
- können Freiwilligenarbeit in ihrer Organisation verankern und fördern
- kennen zentrale Prozesse bei der Koordination von Freiwilligen
- lernen wichtige Hilfsmittel und Tools für die Koordination von Freiwilligen kennen

Datum	Donnerstag, 10. November 2022
Zeit	16:15 – 20:15 Uhr
Ort	Hotel Amaris, Tannwaldstrasse 34, Olten
Kursleitung	Samuel Steiner, Geschäftsleiter benevol Aargau
Referierende	Karin Zanoskar, Ursula Baum, Samuel Steiner
Kosten pro Person	CHF 50.– für Träger von benevol Aargau CHF 80.– für Mitglieder von benevol Aargau, benevol Baselland und Kund:innen von GGG Benevol CHF 100.– für Weitere inkl. kleinem Imbiss und Getränk
Anmeldeschluss	Mittwoch, 26. Oktober 2022

Dieser Kurs ist ein Angebot der Kooperationspartner benevol Aargau, benevol Baselland und GGG Benevol Basel.

Asyl in der Schweiz: Rechtliche Grundlagen, Verfahren und Zuständigkeiten

Stossen Sie in Ihrem Engagement als Freiwillige für asylsuchende und geflüchtete Menschen immer wieder auf Fragen, die Sie beschäftigen und wichtig sind für Ihre Arbeit? Dieser Workshop durchleuchtet das Schweizer Asylverfahren und schafft Klarheit. Sie erfahren, wer in der Schweiz als Flüchtling anerkannt wird und welche Auswirkungen die verschiedenen Aufenthaltsstatus auf die Asylsuchenden haben. Neben Inputs zur Theorie erkunden die Teilnehmenden gemeinsam das Asylverfahren und tauschen sich zu den verschiedenen Verfahrensschritten aus.

Die Teilnehmenden

- erfahren, wie das Asylwesen in der Schweiz aufgebaut ist
- wissen über die Zuständigkeiten im Asylbereich Bescheid
- setzen sich mit den Konsequenzen der Rechtslage für die Asylsuchenden im Alltag auseinander

Datum	Dienstag, 22. Februar 2022
Zeit	17:30 – 20:30 Uhr
Ort	benevol Aargau, Entfelderstrasse 11, Aarau
Referent	El Uali Emmhammed Said, Jurist
Kosten pro Person	CHF 35.– für Freiwillige von Trägern CHF 50.– für Freiwillige von Mitgliedern CHF 70.– für Weitere inkl. kleinem Imbiss und Getränk
Anmeldeschluss	Montag, 7. Februar 2022

Einführungskurs Gesprächsführung und aktives Zuhören

Sich freiwillig zu engagieren heisst oft auch zu kommunizieren. Begegnung und Interaktion mit anderen Menschen gehört zu vielen Bereichen der Freiwilligenarbeit. Sprechen und Zuhören, verstehen und verstanden werden sind unumgänglich für ein gelingendes Engagement. Manchmal geraten Freiwillige auch in herausfordernde Kommunikationssituationen, die Aufmerksamkeit, Klärung oder auch Abgrenzung erfordern können. Dieser Kurs versteht sich als Basiseinführung in die Kommunikation und vermittelt grundlegende Fähigkeiten für das aktive Zuhören in klientenzentrierten Gesprächen, den Umgang mit Emotionen in Gesprächen, der Selbst- und Fremdwahrnehmung in Sprechsituationen, der Vorbereitung auf schwierige Gesprächssituationen und den Umgang mit negativer Rhetorik.

Die Teilnehmenden

- lernen, sich auf herausfordernde Kommunikationssituationen vorzubereiten
- kennen die Grundlagen mündlicher Kommunikation
- wissen mit Emotionalität in Gesprächssituationen umzugehen
- üben Techniken des Aktiven Zuhörens
- erfahren etwas über ihre eigenen Ressourcen und die Macht der Empathie

Datum	Mittwoch, 9. März 2022
Zeit	14:00 – 17:00 Uhr
Ort	Bullingerhaus, Jurastrasse 13, Aarau
Referent	Markus Olaf Wentink, Theologe, Sprechwissenschaftler, Kommunikationstrainer, Sprecherzieher
Kosten pro Person	CHF 40.– für Freiwillige von Trägern CHF 60.– für Freiwillige von Mitgliedern CHF 85.– für Weitere
Anmeldeschluss	Montag, 21. Februar 2022

Übergänge – verstehen, gestalten und erleben

«Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe
bereit zum Abschied sein und Neubeginne.»

aus «Stufen» von H. Hesse

Unser Leben verläuft nicht gradlinig – manche Ereignisse werfen uns aus der Bahn, andere erfreuen uns. Wir kennen diese Lebensübergänge, die gewünschten, aber auch die herausfordernden. Auch in der zweiten Lebenshälfte stehen Menschen vor Übergängen.

Übergänge sind Schlüsselmomente auf jedem Lebensweg und können je nach verfügbaren körperlichen, psychischen und sozialen Ressourcen, Herausforderungen mit neuen Chancen oder aber auch zu Lebenskrisen werden.

Was sind die bedeutenden Lebensübergänge im Älterwerden? Was sind hilfreiche Möglichkeiten, diese Lebensübergänge zu gestalten? Wie können Menschen in diesem Übergang begleitet werden?

Die Teilnehmenden

- setzen sich mit Lebensübergängen im Älterwerden auseinander
- reflektieren ihre persönlichen Lebensübergänge
- erhalten Einblick in die rituelle Gestaltung von Lebensübergängen
- üben anhand von Beispielen, wie Menschen an Lebensübergängen begleitet werden können

Datum	Donnerstag, 28. April 2022
Zeit	14:00 – 17:00 Uhr
Ort	Bullingerhaus, Jurastrasse 13, Aarau
Referentin	Frieda Hachen, Sozialarbeiterin und Gerontologin MAS
Kosten pro Person	CHF 40.– für Freiwillige von Trägern CHF 60.– für Freiwillige von Mitgliedern CHF 85.– für Weitere
Anmeldeschluss	Mittwoch, 13. April 2022

Balance von Nähe und Distanz – Grenzen üben und ausloten

«Wer seine Grenzen kennt,
kann offener auf andere zugehen.»

Ernst Ferstl

Wenn Menschen, die wir besuchen, sich uns anvertrauen, würden wir gerne oft mehr tun, als möglich ist. Dann heisst es sich abzugrenzen. Das ist jedoch leichter gesagt als getan. Wie nehmen wir diese eigene Grenze bei uns selbst, und wie bei unserem Gegenüber wahr? Was hält uns davon ab, Grenzen zu setzen? Wie können wir durch klares 'Nein-Sagen' Nähe zulassen und auch besser 'Ja-Sagen'? Wir loten die beiden Pole aus und lassen uns dabei immer wieder anziehen von der Balance zwischen Nähe und Distanz, von der Entscheidung zwischen Ja und Nein.

Die Teilnehmenden

- bekommen Einblick in die Konzepte von Nähe und Distanz
- wissen um die Wichtigkeit der Abgrenzung und des sich Einlassens
- bekommen Sicherheit für die eigenen Grenzen anhand von Übungen und in Gruppenarbeiten

Datum **Dienstag, 7. Juni 2022**

Zeit 14:00 – 17:00 Uhr

Ort Müllerhaus, Bleicherain 7, Lenzburg

Referentin Frieda Hachen, Sozialarbeiterin und Gerontologin MAS

Kosten pro Person CHF 40.– für Freiwillige von Trägern
CHF 60.– für Freiwillige von Mitgliedern
CHF 85.– für Weitere

Anmeldeschluss **Montag, 23. Mai 2022**

Spiritualität in der Begleitung

Was ist unter dem vielfältigen Begriff von Spiritualität zu verstehen? Was bedeutet mir persönlich Spiritualität? Haben alle Menschen spirituelle Bedürfnisse? Wie äussern sich diese in herausfordernden Lebensphasen? Wie kann eine spirituelle Begleitung im freiwilligen Engagement aussehen?

Spiritualität eines Menschen zeigt sich manchmal deutlicher, manchmal weniger deutlich oder sogar verborgen. In gewissen Lebensphasen sind bestimmte existentielle Grundfragen dringlicher als in anderen.

Menschen spirituell zu begleiten kann deren Lebensqualität erhöhen, wenn sie auf die Biografie und das persönliche Werte- und Glaubenssystem Bezug nimmt.

Die Teilnehmenden

- machen sich Gedanken zu ihren eigenen Vorstellungen von Spiritualität
- vertiefen sich in Wahrnehmungs- und Beobachtungsfragen zu Spiritualität
- achten auf Hinweise von spirituellen Bedürfnissen und Ressourcen der Menschen
- setzen sich damit auseinander, wie und wo in der Beziehungsgestaltung die spirituelle Dimension berücksichtigt werden kann

Datum	Donnerstag, 8. September 2022
Zeit	14:00 – 17:00 Uhr
Ort	Pro Senectute, Bahnhofstrasse 40, Baden
Referentin	Frieda Hachen, Sozialarbeiterin und Gerontologin MAS
Kosten pro Person	CHF 40.– für Freiwillige von Trägern CHF 60.– für Freiwillige von Mitgliedern CHF 85.– für Weitere
Anmeldeschluss	Mittwoch, 24. August 2022

Flucht und Trauma: Worunter Betroffene leiden und wie Freiwillige damit umgehen können

Fluchtgründe und Flucht sind belastende, meist auch traumatisierende Ereignisse im Leben eines Menschen. Traumatisiert – ein häufig gebrauchter Begriff zur Beschreibung von Menschen mit Fluchthintergrund. Doch was bedeutet das?

Die Teilnehmenden

- erfahren, was ein Trauma ausmacht und was dabei mit einem Menschen passiert
- kennen die verschiedenen Arten von Traumata und die Auswirkungen auf die psychische und körperliche Gesundheit
- lernen, welche unmittelbare und längerfristige Reaktionen es auf traumatische Erfahrungen gibt
- kennen das Vorgehen und die Ziele in der Traumabehandlung
- erfahren, wie sie die Ressourcen von Flüchtlingen stärken können
- lernen, wie es einem gelingt, eine Balance zwischen Engagement und Abgrenzung zu finden

Neben der Informationsvermittlung bietet dieser Abend Gelegenheit zum Austausch mit anderen Freiwilligen und zur Selbstreflexion.

Datum	Mittwoch, 19. Oktober 2022
Zeit	17:30 – 20:30 Uhr
Ort	Seffel-Raum, Habich Dietschy Strasse 1, Rheinfelden
Referentin	Sara Michalik-Imfeld, Psychotherapeutin
Kosten pro Person	CHF 35.– für Freiwillige von Trägern CHF 50.– für Freiwillige von Mitgliedern CHF 70.– für Weitere
Anmeldeschluss	Montag, 3. Oktober 2022

Humor in der Begleitung älterer Menschen

Die Aufgabe ältere Menschen in ihrem Alltag zu begleiten ist nicht immer ganz einfach. Sie haben aufgrund ihrer Lebenserfahrung eigene Ideen, wie etwas umgesetzt werden soll. Dabei spielt es oft keine grosse Rolle, ob die Ressourcen ihnen auf ihrem Weg helfen oder ihnen im Weg stehen. So passiert es im persönlichen Austausch mit den zu Begleitenden immer wieder einmal, dass es zu Spannungen kommt, weil die Ansichten unterschiedlich sind. Auch bei Menschen mit Demenz setzt sich mitunter eine Ansicht durch, der nicht mit der Ratio zu begegnen ist. Dabei hat jedes Alter seinen Humor. An diesem Abend werden wir spielerisch einen humorvollen Ansatz in der Begleitung üben.

Die Teilnehmenden

- kennen den Unterschied zwischen kognitivem und emotionalem Humor
- erfahren eine kurze Theorie vom Humor im höheren Lebensalter
- lernen ihren eigenen Humor besser kennen
- machen Übungen zum Thema Schlagfertigkeit
- lernen, was Humor mit den Menschen macht
- gewinnen Mut, spielerisch in Kontakt mit ihrem Gegenüber zu treten
- lernen einen Humorkoffer kennen

Datum	Mittwoch, 16. November 2022
Zeit	18:00 – 21:00 Uhr
Ort	Bullingerhaus, Jurastrasse 13, Aarau
Referentin	Bea Wildhaber, Gerontologin und Humortrainerin
Kosten pro Person	CHF 40.– für Freiwillige von Trägern CHF 60.– für Freiwillige von Mitgliedern CHF 85.– für Weitere inkl. kleinem Imbiss und Getränk
Anmeldeschluss	Montag, 31. Oktober 2022

Unsere Referent:innen

Ursula Baum ist ausgebildete Sozialarbeiterin und Supervisorin BSO. Seit 2013 leitet sie GGG Benevol und hat über 20 Jahre Erfahrung in der Koordination von Freiwilligen.

Marc Böhler ist Internet-Soziologe und Gadget-Liebhaber der ersten Stunde. Seit 2011 ist er freischaffend und leitet Kurse im Bereich Digitalisierung und Medienbildung.

Karin Zanoskar, lic. rer. pol. mit CAS in Freiwilligenmanagement. Seit 2019 leitet sie benevol Baselland und hat über 10 Jahre Erfahrung in der Koordination von Freiwilligen in NPOs.

Michael Freudiger ist Psychotherapeut, Dozent, Notfallpsychologe, Supervisor und Geschäftsleiter der KrisenKompetenz GmbH.

Elsbeth Fischer-Roth ist Projektmitarbeiterin bei benevol Schweiz und Sachbearbeiterin im Rechnungswesen mit langjähriger Erfahrung im Fundraising.

Frieda Hachen ist pensionierte Sozialarbeiterin und Gerontologin MAS. Als Sozialarbeiterin arbeitete sie mit Jugendlichen und Erwachsenen, später vor allem mit älteren Menschen in der Praxis und Bildung.

Christian Härtli ist Sozialdiakon und Supervisor / Coach BSO und arbeitet für die Reformierte Landeskirche des Kantons Aargau auf der Fachstelle Diakonie. Seine Themenschwerpunkte sind Freiwilligenarbeit, Alters- und Familienarbeit sowie Diakonie.

Jürgen Heinze ist Theologe und Supervisor. Er arbeitet hauptberuflich als Spitalseelsorger für die Römisch-Katholische Kirche im Aargau und nimmt nebenberuflich Bildungs- und Beratungsmandate wahr.

Viola Hofmann ist Public Relations-Fachfrau und bei benevol Aargau für den Bereich Marketing und Kommunikation zuständig. Sie hat sich in der Schweiz und im Ausland in unterschiedlichen Projekten freiwillig engagiert.

Sara Michalik ist Fachpsychologin für Psychotherapie FSP, spezialisiert für Traumatherapie, mit eigener Praxis in Aarau. Sie ist zudem Dozentin für interkulturelle Dolmetschende, Präsidentin des Verbands der Aargauer Psychologinnen sowie Gründerin des Netzwerks Psy4Asyl.

El Uali Emmhammed Said ist Jurist und verfügt über langjährige Erfahrung im Asyl- und Migrationsbereich. Seit 2020 führt er die Rechtsberatungsstelle für Asylsuchende AG / SO von Heks.

Samuel Steiner ist Soziologe und Geschäftsleiter von benevol Aargau. Er war Präsident und Vorstandsmitglied verschiedener Vereine auf lokaler, kantonaler und nationaler Ebene und arbeitet seit 15 Jahren mit Freiwilligen.

Walter Wagner ist Rechtsanwalt in St. Gallen, Präsident von Benevol St. Gallen, ehemaliger Präsident des Vereins Pflegeheim St. Otmar, St. Gallen und ehemaliges Vorstandsmitglied der Pflegekinder-Aktion St. Gallen.

Bea Wildhaber ist Sozialpädagogin, Gerontologin und Humortrainerin.

Markus Olaf Wentink ist Theologe, Sprechwissenschaftler und Coach für rhetorische Kommunikation. Er arbeitet für die Römisch-katholische Kirche im Aargau mit den Schwerpunkten: Kommunikation und Selbstmanagement, Kompetenz für Freiwillige und theologische Weiterbildung.

Anmeldeformular Workshops benevol Aargau 2022

Workshop

Datum

Name Teilnehmer:in

Strasse

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

- Wir sind Träger von benevol Aargau**
- Wir sind Mitglied von benevol Aargau**
- Rechnung an Teilnehmer:in senden**
- Rechnung an Institution senden**

Institution

Strasse

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Bedingungen und Kosten

Ihre Anmeldung wird per E-Mail bestätigt. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eintreffens berücksichtigt. Nach Anmeldeschluss erhalten Sie die definitive Teilnahmebestätigung. Bei Abmeldung nach dem Anmeldeschluss werden die vollen Kosten berechnet. Es ist möglich, eine Ersatzperson zu melden. Die Teilnahmegebühr ist im Voraus zu bezahlen.

- Ich bin mit den Bedingungen einverstanden.

Datum/Unterschrift

benevol Aargau

Entfelderstrasse 11

5000 Aarau

062 823 30 44

benevol@benevol-aargau.ch

www.benevol-aargau.ch

Anmeldung auch online möglich
via www.benevol-aargau.ch
oder per E-Mail an benevol@benevol-aargau.ch



Freiwilligenarbeit
braucht Qualität –
Qualität braucht
Bildung.

Kompetenzzentrum Freiwilligenarbeit

benevol Aargau

Entfelderstrasse 11

5000 Aarau

062 823 30 44

benevol@benevol-aargau.ch

www.benevol-aargau.ch



[@benevol.aargau](https://www.instagram.com/benevol.aargau)