

# EHRENAMTS AKADEMIE

SÜDWESTSACHSEN



## WEITERBILDUNG FÜR EHRENAMTLICHE

Unsere kostenfreien Angebote  
online und vor Ort in Sachsen

In Zusammenarbeit von:



## IHRE ANSPRECHPARTNERIN

*„Egal ob in der Pflegeeinrichtung, dem Sportverein oder der freiwilligen Feuerwehr – unsere Gesellschaft lebt von Menschen wie Ihnen, die zusätzlich Verantwortung übernehmen und sich einbringen. Vieles wäre ohne Sie als engagierte Bürger\*innen in unserem Land nicht möglich. Ich bin dankbar für Ihr Engagement und freue mich, dass wir Sie mit den Angeboten der Ehrenamtsakademie Südwestsachsen in Ihrer Tätigkeit stärken und unterstützen können.“*

**Michael Richter**, Landesgeschäftsführer  
Paritätischer Wohlfahrtsverband Landesverband Sachsen e.V.



*„Sie bringen eigene Fähigkeiten und Wissen ins jeweilige Ehrenamt mit ein. Wenn Ihre Kompetenzen sowie jene Ihrer Mitstreiter\*innen jedoch an Grenzen stoßen, dann sind wir für Sie da. Mit unseren kostenfreien Weiterbildungen online und vor Ort möchten wir Ihnen neue Impulse und Fertigkeiten für Ihr Engagement vermitteln. Alle Angebote haben wir passgenau auf ehrenamtliche Tätigkeiten zugeschnitten. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung und den Austausch mit Ihnen!“*

**Juliane Röder**, Teamleiterin Weiterbildung,  
parikom – Paritätisches Kompetenzzentrum  
für soziale Innovation

**Daniela Kannegießer**  
Referentin Weiterbildung



Sie finden die Anmeldung zu unseren Angeboten auf dem **Einleger** dieser Broschüre oder auf unserer Website.

Sie können sich telefonisch, über die Website, postalisch oder direkt an unserem Standort in der Landesgeschäftsstelle des Paritätischen Sachsen anmelden.

Die aktuellste Übersicht über die Angebote der Ehrenamtsakademie inklusive der detaillierten Ausschreibungen finden Sie immer auf unserer Website.

**Bald für Sie da - ein Treffpunkt für Erfahrungsaustausch und Netzwerken!**

**Paritätischer Sachsen –  
Ehrenamtsakademie Südwestsachsen**

Tel: 0351 828 71 431

E-Mail: [weiterbildung@parisax.de](mailto:weiterbildung@parisax.de)

[www.parisax.de/weiterbildung/ehrenamt](http://www.parisax.de/weiterbildung/ehrenamt)



## MEINE ROLLE IM EHRENAMT!?

Konstruktiver Umgang mit Rollenkonflikten und schwierigen Situationen

Bewusste und gute Kommunikation dient als Grundlage für eine gelingende Zusammenarbeit. Je vielfältiger die Unterschiede zwischen Menschen sind, umso häufiger kann es zu Spannungen und Konflikten kommen. Wenn noch dazu Rollen nicht klar verteilt sind, erschwert sich die Situation meist.

Im Workshop erhalten die Teilnehmenden Einblicke in die Grundlagen der zwischenmenschlichen Verständigung und erforschen dabei, wie sie in schwierigen Situationen sich selbst und andere wahrnehmen. Ebenfalls schauen wir uns an, wie man in Konfliktsituationen angemessen reagieren kann und was die Rollenklärung im Team damit zu tun hat.

### Inhalte:

- Rollen und den Rahmen der Möglichkeiten konstruktiv klären
- Mit Konflikten und Kritik souverän umgehen
- Zusammenhänge zwischen individuellen Motiven und Handlungen bewusst machen
- Mit dem richtigen Kommunikationsstil Vertrauen schaffen
- Grenzen erkennen und Ressourcen bewahren

### Dozent: Matthias Myska

Kommunikationstrainer und Projektleiter für Medizinalfach-, Heil-, Pflege- und Sozialberufe; intac - international training and coaching

**Termine: Plauen | 28.05.2021 | 15:00 - 19:00 Uhr**

Quartier 30 in Plauen, Bahnhofstraße 30, 08523 Plauen

**Zwickau | 05.11.2021 | 15:00 - 19:00 Uhr**

Aktiv ab 50 in Zwickau, Kopernikusstraße 7, 08056 Zwickau

Die Teilnahme ist kostenfrei und die Platzzahl begrenzt. Bitte melden Sie sich frühestmöglich an.

## STRESS IM EHRENAMT?

Achtsam im Umgang mit eigenen Grenzen

Wie kann es uns gut gelingen, achtsam zu sein, auch wenn äußere Anforderungen uns in Stress versetzen? In diesem Workshop wollen wir innehalten, die eigenen Grenzen erkennen und den Blick für neue Handlungsmöglichkeiten weiten. Neben Gruppenarbeit und Austausch bietet das Seminar auch Zeit für Achtsamkeitsübungen zur Stressbewältigung und die Aktivierung eigener Ressourcen für die Arbeit im Ehrenamt.

### Inhalte:

- Standortbestimmung: Wie gestresst bin ich?
- 6 Säulen einer gesunden Work-Life-Balance
- Wie gelingt mir ein Leben in Balance?
- Achtsamkeits- und Entspannungsübungen, Klangreise, Meditation
- Veränderungsideen für die Zukunft

### Dozentin: Sylke Kutschale

Sozialarbeiterin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Meditationslehrerin



**Termine: Annaberg-B: | 21.06.2021 | 14:30 - 18:30 Uhr**

ANNAdie gGmbH, Alte Poststraße 5, 09456 Annaberg-Buchholz

**online | 19.04.2021 | 15:30 - 18:00**

**Zwickau | 08.11.2021 | 15:00 - 19:00 Uhr**

Aktiv ab 50 in Zwickau, Kopernikusstraße 7, 08056 Zwickau

## VERSTEHST DU, WAS ICH DIR SAGEN WILL?

### Hilfreiche Methoden für eine gelingende Kommunikation

Nach einer kurzen Vorstellung der Grundlagen einer gelingenden Kommunikation steht das Ausprobieren verschiedener Kommunikationsmethoden (s.u.) im Zentrum dieses Workshops. Sehr gern können dabei auch aktuelle Anliegen, Herausforderungen und Fragen der Teilnehmenden eingebracht werden. Gemeinsam und in Kleingruppen werden wir an konkreten Beispielen Ideen und Lösungen für z.B. kritische Gespräche oder für konstruktive Rückmeldungen erarbeiten. Und da Kommunikation gar nicht so leicht ist, werden auch Wertschätzung und Humor eine wesentliche Rolle im Workshop spielen.

#### Inhalte:

- Gutes Zuhören!? – Wie geht das?
- „Sagen, was ich meine“ - Die Wirksamkeit von Ich-Botschaften
- „Mehr fragen als mutmaßen“ – Von den verschiedenen „Landkarten“ der Menschen
- Missverständnisse vermeiden – wie gelingt das?
- Sachlich und souverän im Konflikt

#### Dozentin: Annette Conrad

Dipl. Psychologin, Supervisorin und Coach (DGSv),  
Systemische Supervisorin (SG)

**Termine: Chemnitz | 18.05.2021 | 15:00 - 19:00 Uhr**

VdK Sachsen e.V., Eisenstraße 12, 09111 Chemnitz

**Annaberg-B. | 07.09.2021 | 14:30 - 18:30 Uhr**

ANNAdie gGmbH, Alte Poststraße 5, 09456 Annaberg-Buchholz

Die Teilnahme ist kostenfrei und die Platzzahl begrenzt. Bitte melden Sie sich frühestmöglich an.

## RECHTSKENNTNISSE FÜR EHRENAMTLICHE

Auch ehrenamtlich Tätige müssen im Rahmen ihrer Tätigkeit zahlreiche Rechtsvorschriften beachten, die in verschiedenen Vorschriften geregelt sind. Das Seminar gibt einen Überblick über die wichtigsten Regelungen, die anhand von Praxisbeispielen erläutert werden.

#### Inhalte:

- Ehrenamt aus rechtlicher Sicht – Abgrenzung zum arbeitsrechtlichen Beschäftigungsverhältnis
- Zur Bedeutung von Verträgen im Rahmen des Ehrenamts
- Voraussetzungen der Zahlung von steuer- und sozialversicherungsfreien Aufwandsentschädigungen
- Datenschutz und Schweigepflicht im Ehrenamt, Umgang mit personenbezogenen Daten sowie Fotos im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit
- Notwendigkeit und Bedeutung von (erweiterten) Führungszeugnissen
- Versicherungsschutz im Ehrenamt
- Haftungsfragen in Abhängigkeit von den Einsatzfeldern ehrenamtlich Tätiger

#### Dozent: Dr. Thomas Auerbach

Dipl.-Jurist

**Termine: Aue | 12.06.2021 | 10:00 - 15:00 Uhr**

KISS Erzgebirge in Aue, Postplatz 2, 08280 Aue

**Hinweis: Online-Termine zum Themenfeld „Recht im Ehrenamt“ auf unserer Website**

Die Teilnahme ist kostenfrei und die Platzzahl begrenzt. Bitte melden Sie sich frühestmöglich an.

## FÖRDERMITTEL FÜR EHRENAMTLICHES ENGAGEMENT ERHALTEN

### Wie geht das?

Für viele kleine Vereine und Initiativen gilt: Engagement ist eine Menge da – aber an Geld mangelt es leider. In diesem Workshop beschäftigen wir uns mit der Frage, wie auch kleineren Organisationen und selbstorganisierten Gruppen Fördermittel erhalten können. Was sind die besonderen Herausforderungen und was sind die besonderen Chancen? Wenn ich eine fördernde Einrichtung gefunden habe – wie komme ich zum Ziel? Der Basisworkshop vermittelt Handwerkszeug für die erfolgreiche Antragstellung und ist auch für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen geeignet. Er beantwortet die Frage, wie ich mein Vorhaben darstellen muss, um möglichst gute Chancen auf eine Förderung zu haben.

### Inhalte:

- Überblick über die Förderlandschaft
- Die Phasen einer erfolgreichen Fördermittel-Akquise
- Besondere Herausforderungen und Chancen für kleine Vereine, selbstorganisierte Initiativen, junge Projekte
- Entwicklung und Darstellung von Projektkonzepten für Förderanfragen
- Tipps für die Suche nach thematisch passenden Förderern

### Dozent: Daniel Pichert

Coach und Trainer für Fundraising, Projektmanagement und Organisationsentwicklung

**Termin:** Aue | 01.10.2021 | 15:00 - 19:00 Uhr

KISS Erzgebirge in Aue, Postplatz 2, 08280 Aue

**Hinweis:** Online-Termine auf Seite 11/12

Die Teilnahme ist kostenfrei und die Platzzahl begrenzt. Bitte melden Sie sich frühestmöglich an.

## VEREINSFINANZEN UND BUCHFÜHRUNG FÜR EHRENAMTLICHE

Zu einem Verein schließen sich Menschen zusammen, die ein gemeinsames Ziel verfolgen. Und plötzlich steht zumindest ein Mitglied des Vereins vor der – möglicherweise neuen – Situation, die finanziellen Vereinsgeschäfte regeln zu müssen und zu wollen.

Im Seminar werden grundsätzliche Regelungen und Vorschriften behandelt, die Ehrenamtlichen die notwendige Sicherheit im Umgang mit den finanziellen Erfordernissen im Verein gibt.

### Inhalte:

- Die ordnungsgemäße Führung der Vereinsgeschäfte
- Grundsätze und Aufbau ordnungsgemäßer Buchführung

### Dozentin: Simone Zimmermann

Bereichsleiterin Finanzen und Verwaltung, Paritätischer Sachsen



**Termine:** Chemnitz | 20.04.2021 | 15:00 - 19:00 Uhr

VdK Sachsen e.V., Eisenstraße 12, 09111 Chemnitz

**online** | 21.09.2021 | 15:30-18:00

**online** | 30.11.2021 | 15:30 -18:00

Die Teilnahme ist kostenfrei und die Platzzahl begrenzt. Bitte melden Sie sich frühestmöglich an.

## GUT GEPLANT IST HALB GEWONNEN

Realistisch planen - Zeitdruck reduzieren

Irgendwie reicht die Zeit nicht aus für all die verschiedenen Aufgaben? Der Druck droht die Freude an der Arbeit zu ersticken.

Eine gute und realistische Planung kann helfen, die wichtigen Aufgaben im Blick zu behalten und Platz für die kleinen Aufgaben zu schaffen.

Es sind aber nicht nur Tipps & Tricks, die ein gutes Zeitmanagement ausmachen. Es geht in diesem Seminar auch darum, Grenzen zu erkennen und wertzuschätzen, was Sie alles leisten.

### Inhalte:

- Analysieren des Zeitdrucks
- Realistisch den Tag planen
- Pausen und Unterbrechungen berücksichtigen

### Dozentin: Regula Corsten

Trainerin und Beraterin für Büroorganisation sowie Zeit- und Wissensmanagement



**Termin:** Online | 15.03.2021 | 15:30 - 18:00 Uhr

Online | 24.06.2021 | 15:30 - 18:00 Uhr

Die Teilnahme ist kostenfrei und die Platzzahl begrenzt. Bitte melden Sie sich frühestmöglich an.

## FÖRDERMITTEL FÜR EHRENAMTLICHES ENGAGEMENT

Erstorientierung im „Förder-Dschungel“

In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit Fördermöglichkeiten für bürgerschaftliches und lokales Engagement. Widmet man sich dem Thema „Fördermittel“ erstmalig, dann stehen viele Menschen vor einer großen Unübersichtlichkeit. Das Seminar vermittelt anhand von Leitfragen eine erste Orientierung im „Förder-Dschungel“. Wie ist die Förderlandschaft in Deutschland aufgebaut? Welche Fördermittel kommen überhaupt für mein Projekt infrage? Wie und wo finde ich Förderer? Dabei betrachten wir das Ganze praxisorientiert entsprechend der Interessen und Möglichkeiten von kleinen und lokal tätigen Initiativen und Vereinen.

### Inhalte:

- Überblick über die Förderlandschaft
- Typen von fördernden Einrichtungen, z. B. Stiftungen, öffentliche Mittel, Soziallotterien, Förderfonds
- Ausgewählte Beispiele für fördernde Einrichtungen
- Tipps & Recherchemöglichkeiten für die Suche nach thematisch passenden Förderern
- Allgemeine Voraussetzungen für eine Förderung
- Was lässt sich gut über Fördermittel finanzieren?
- Besondere Herausforderungen und Chancen

### Dozent: Daniel Pichert

Coach und Trainer für Fundraising, Projektmanagement und Organisationsentwicklung

**Termine:** Online | 09.02.2021 | 16:00 - 18:00 Uhr

**Hinweis:** weiterführende Veranstaltung auf Seite 12

Die Teilnahme ist kostenfrei und die Platzzahl begrenzt. Bitte melden Sie sich frühestmöglich an.

## FÖRDERMITTEL FÜR BÜRGERSCHAFTLICHES ENGAGEMENT

### Wie überzeugende Anträge schreiben?

Sie haben eine Einrichtung (wie z. B. eine Stiftung oder einen Förderfonds) gefunden, die Ihren Verein oder Ihre Initiative fördern könnte? Aber das Verfassen des Antrages fällt Ihnen schwer? Ein gut geschriebener und korrekt eingereichter Antrag ist die Voraussetzung dafür, dass eine Initiative oder ein Verein eine Förderung erhält. Deswegen beschäftigen wir uns im Seminar praxisorientiert mit den Themen Antrag schreiben, der eigenen Darstellung, typischen Fehlern und den Formalitäten. Das Seminar vermittelt viele Tricks und Tipps für Antragstellungen, die für alle Themen und Förderer nützlich sind.

#### Inhalte:

- Wie funktioniert die Vergabe von Fördermitteln?
- Welche Verfahren gibt es?
- Typische Antragsformulare und Fragen
- Auswahlkriterien von fördernden Einrichtungen
- Wie beantworte ich typische Fragen, die fördernde Einrichtungen stellen?
- Wie vermeide ich Fehler bei der Antragstellung?
- Was zeichnet ein Projekt aus, das gute Chancen auf eine Förderung hat?
- Besondere Herausforderungen und Chancen

#### Dozent: Daniel Pichert

Coach und Trainer für Fundraising, Projektmanagement und Organisationsentwicklung

**Termine: Online | 26.04.2021 | 16:00 - 18:00 Uhr**

**Hinweis: Basis-Veranstaltung auf Seite 11**

Die Teilnahme ist kostenfrei und die Platzzahl begrenzt. Bitte melden Sie sich frühestmöglich an.

## MIT KLARER STIMME IM EHRENAMT –

### Selbstbewusst mit Yoga, Körpersprache und Sprechtraining

Manchmal fällt es uns schwer, selbstbewusst aufzutreten und unser Gegenüber von unseren Ideen zu überzeugen. Yoga kann Ihnen helfen, Ihren Körper besser zu spüren und Ihr Selbstbewusstsein zu stärken. Wenn Sie mit beiden Beinen fest auf dem Boden stehen, eine aufrechte Haltung einnehmen und klar und deutlich sprechen, werden souveränes Auftreten und Kommunizieren zum Kinderspiel.

Dieses Seminar vereint praktische Übungen aus dem Yoga mit modernen wissenschaftlichen Erkenntnissen und bietet Teilnehmenden viele Übungen und Anregungen, die sie sofort und unmittelbar in ihren (Berufs-) Alltag umsetzen können. Sie erlernen kurze, effektive Yoga-Übungen zur Stärkung des Selbstwertgefühls und lernen, wie sie ihre Körpersprache und ihre Stimme gezielt einsetzen können.

#### Inhalte:

- Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein
- Souverän und wirkungsvoll kommunizieren
- Gezielte Yoga-Übungen
- Körpergefühl entwickeln und Körpersprache bewusst einsetzen
- Die eigene Stimme entdecken und schulen

#### Dozentin: Karin Matko

Psychologin, Yogalehrerin, Meditationsforscherin

**Termine: Online | 24.02.2021 | 15:30 - 18:00 Uhr**

**Plauen | 17.09.2021 | 15:00 - 19:00 Uhr**

Quartier 30 in Plauen, Bahnhofstraße 30, 08523 Plauen

Die Teilnahme ist kostenfrei und die Platzzahl begrenzt. Bitte melden Sie sich frühestmöglich an.



## VERANSTALTUNGSORTE



### Annaberg-Buchholz

ANNAdie gGmbH, Alte Poststraße 5, 09456 Annaberg-Buchholz  
[www.annadie.de](http://www.annadie.de)

### Aue

KISS Erzgebirge in Aue, Postplatz 2, 08280 Aue  
[www.buergerhaus-aue.de/pages/kiss](http://www.buergerhaus-aue.de/pages/kiss)

### Chemnitz

VdK Sachsen e.V., Elisenstraße 12, 09111 Chemnitz  
[www.vdk.de/kv-chemnitz](http://www.vdk.de/kv-chemnitz)

### Plauen

Quartier 30 in Plauen, Bahnhofstraße 30, 08523 Plauen  
[www.wohn-lebensraeume.de/verein/wohlgetroffen/quartier\\_30](http://www.wohn-lebensraeume.de/verein/wohlgetroffen/quartier_30)

### Zwickau

Aktiv ab 50 in Zwickau, Kopernikusstraße 7, 08056 Zwickau  
[www.aktivab50-zwickau.de](http://www.aktivab50-zwickau.de)

## HINWEISE ZU UNSEREN ONLINE-ANGEBOTEN

### Technische Informationen:

Wir nutzen die Software Zoom. Diese ist einfach zu bedienen und unkompliziert zugänglich über einen Link. Sie werden schrittweise in den virtuellen Raum eingewiesen.

### Technische Voraussetzungen:

Sie benötigen einen PC, Laptop oder ein Tablet, welche mit integriertem Mikrofon oder alternativ einem Headset ausgestattet sind. Eine Kameraoption ist von Vorteil. Wichtig ist außerdem eine stabile Internetverbindung.

Bei Fragen oder einem Techniktest vorab helfen wir Ihnen gern weiter!





Diese Maßnahme wird mitfinanziert mit Steuermitteln auf Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

## Impressum:

Herausgeber: Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband  
Landesverband Sachsen e.V.  
Am Brauhaus 8, 01099 Dresden  
Telefon: 0351 828 71 431 | Telefax: 0351 828 71 400  
E-Mail: [info@parisax.de](mailto:info@parisax.de) | Internet: [www.parisax.de](http://www.parisax.de)  
Verantwortlich i.S.d.P.: Michael Richter, Landesgeschäftsführer

Redaktion und Inhalte: Juliane Röder, Daniela Kannegießer  
Gestaltung: Caramedia – [www.caramedia.net](http://www.caramedia.net)  
Bildmaterial: [www.freepik.com](http://www.freepik.com) | Ellen Türke

## Kontakt:

Paritätischer Sachsen – Ehrenamtsakademie Südwestsachsen  
Am Brauhaus 8 | 01099 Dresden

Telefon: 0351 828 71 431  
E-Mail: [weiterbildung@parisax.de](mailto:weiterbildung@parisax.de)

**[www.parisax.de/weiterbildung/ehrenamt](http://www.parisax.de/weiterbildung/ehrenamt)**

