NEUE WEGE IN DER SELBSTHILFE

Gruppentreffen im Freien vorbereiten und durchführen

Neue Wege wagen und gemeinsam mit der Selbsthilfegruppe ins Freie gehen? Frische Luft bietet die Chance, Energie zu tanken, den Kopf freizubekommen und neue Gedanken zu fassen. Doch was ist zu beachten, wenn Sie mit Ihrer Gruppe unter freiem Himmel unterwegs sind? Im Rahmen des Außentermins erwerben Sie methodisches Rüstzeug, um Spaziergänge und kleine Touren mit der Selbsthilfegruppe besser vorbereiten und umsetzen zu können.

Zielgruppe

Mitglieder und Verantwortliche von Selbsthilfegruppen; interessierte Personen, die in der Selbsthilfe aktiv sind oder Interesse an der Arbeit in der Selbsthilfe zeigen

Inhalte

• Organisatorische Planung: Streckenführung, Zeitbedarf, Gruppengröße, Barrierefreiheit, Wetter, Ausrüstung, Pausengestaltung usw.
• Inhaltliche Planung: Gruppenaktivierung/-motivation im Freien, Vorstellen und Einbeziehen neuer Teilnehmender, Kommunikation und Teambildung anregen
• Die Gruppe führen: authentisch, klar, wertschätzend
• Nachbereitung der Tour und Nachbesprechung

Methoden

Geführter Spaziergang im Großen Garten mit kurzen Theorie-Inputs und Austausch.
Sie erhalten eine Checkliste für die eigene Tourenplanung.

Voraussetzungen

der Witterung angepasste Bekleidung / ggf. Sonnen- bzw. Regenschutz

Hinweise

Sofern Unterstützungsbedarf besteht, wenden Sie sich bitte vorab an uns. Die Veranstaltung ist für Rollstuhlfahrer*innen geeignet. Genauere Informationen zum Veranstaltungsort erhalten Sie nach

Ihrer Anmeldung . Für einen Pausen-Imbiss ist gesorgt. Dies ist ein kostenfreies Angebot der Selbsthilfeakademie Sachsen, gefördert durch die AOK Plus. Es richtet sich vorrangig an Aktive der Selbsthilfe. Um eine frühestmögliche Anmeldung wird gebeten.

Dozent*in:

Dr. Anke Wolfert
(Freiberufliche Beraterin und Trainerin)

Kosten:
Kostenlos
Seminar-Nr:
SHA 22-07-01
Anmeldung bis:
21.06.2022

Datum/Uhrzeit	Ort	Anmeldung
01.07.2022 15:00 - 18:00 Uhr	Großer Garten / Dresden Dresden	