



# Fortbildungsreihe für Engagierte 2023

## „Fit fürs Engagement“ – Vor Ort und Online

### TEILNAHMEBEDINGUNGEN UND ANMELDUNG

Teilnehmen können Alle, die sich in Esslingen freiwillig ehrenamtlich engagieren. Die Teilnahme ist kostenlos.

Zur Anmeldung bitten wir um die Nutzung des Online-Formulars ([www.esslingen.de/fobi-anmeldung](http://www.esslingen.de/fobi-anmeldung)).

Bei Problemen mit dem Online-Formular wenden Sie sich bitte telefonisch oder per E-Mail an die Kontaktstelle auf der Rückseite des Faltblatts.

Bitte teilen Sie uns in diesem Fall folgendes mit: Name des Angebots, Kontaktdaten (Vor- und Nachnamen, Anschrift, Telefonnummer, E-Mail-Adresse) sowie den Namen der Organisation, Initiative oder Gruppe, in der Sie engagiert sind.

Zeitnah nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung zur Teilnahme oder eine Mitteilung über einen Platz auf der Warteliste.

#### Stadt Esslingen am Neckar

Amt für Soziales, Integration und Sport  
Abteilung Sport und Bürgerengagement  
Beblingerstraße 3  
73728 Esslingen am Neckar

#### Kontakt und weitere Informationen:

Wolfgang Kirst  
Bereich Bürgerengagement  
Tel: 0711 3512 – 3406  
[wolfgang.kirst@esslingen.de](mailto:wolfgang.kirst@esslingen.de)



Ausführliche Beschreibungen der einzelnen Angebote finden Sie auf der Webseite der Stadt Esslingen:

[www.esslingen.de/fit-fuers-engagement](http://www.esslingen.de/fit-fuers-engagement)



» [www.esslingen.de/fit-fuers-engagement](http://www.esslingen.de/fit-fuers-engagement)

# FORTBILDUNGSPROGRAMM 2023

- 
- 1 ERSTE HILFE DRAUSSEN – Basics** VOR ORT  
Grundlagen für die erste Hilfe im Freien  
**19. September • 14 – 17 Uhr** – Mehrgenerationen- und Bürgerhaus (MGBH) – Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
- 
- 2 VORLESEN IM KINDERGARTEN – Mit Freude Vorleser:in sein (und bleiben)** VOR ORT  
Resilienz-Workshop für Vorleser:innen  
**27. September • 13:30 – 17 Uhr** – Forum Esslingen – Rita Reichenbach-Lachenmann
- 
- 3 IN BEZIEHUNGEN WIRKSAM SEIN – mit authentischer Kommunikation Menschen erreichen** VOR ORT  
und Themen voranbringen  
Tagesworkshop zur Bedeutung der Beziehungsebene für erfolgreiche Kommunikation  
**14. Oktober • 9 – 15:30 Uhr** – Forum Esslingen – Susanne Janthur
- 
- 4 NÄHE UND DISTANZ – Grenzen erkennen und deutlich machen** ONLINE  
Ein Kurs zum Grenzen erkennen, selbstsicher kommunizieren und Selbstfürsorge gestalten  
**19. Oktober • 18:30 – 21 Uhr** – Laura Wiedenmann
- 
- 5 ERSTE HILFE AM KIND – Fit für Notfälle mit Kindern, inklusive Übungen** VOR ORT  
Erste-Hilfe-Kurs der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.  
**24. Oktober • 14 – 17 Uhr** – Mehrgenerationen- und Bürgerhaus (MGBH) – Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
- 
- 6 ERFOLGREICHER UMGANG MIT STRESS – Stress erkennen und bewältigen** ONLINE  
Anregungen für den Weg zu einer passenden persönlichen Stressmanagement-Strategie  
**26. Oktober • 19:30 – 21 Uhr** – Udo Bittner, Elke Burkhard-Bittner
- 
- 7 WAS TUN WENN ´S „KNIRSCHT“? – Konflikte souverän lösen und anspruchsvolle** VOR ORT  
Gespräche führen  
Ein zweiteiliger Workshop, der dabei unterstützt Konflikte zu erkennen und zu bereinigen  
**8. und 22. November • 19 – 21:30 Uhr** – Forum Esslingen – Susanne Janthur
- 
- 8 DEUTSCHKURSE GEBEN FÜR ANFÄNGER:INNEN** VOR ORT  
Niederschwellige Deutschkurse gestalten ohne Vorkenntnisse  
**9. November • 17:30 – 20 Uhr** – Forum Esslingen – Ekaterina Fazio
- 
- 9 PLANSPIEL "ANKOMMEN – DIALOGE & PERSPEKTIVEN" – ein Perspektivwechsel im** VOR ORT  
Kontext Flucht und Asyl  
Ein interaktives Planspiel durchgeführt von Menschen mit Fluchterfahrung  
**14. November • 18 – ca. 20:30 Uhr** – Mehrgenerationen- und Bürgerhaus (MGBH) – Benjamin Scholz
- 
- 10 LACHEN – Zwerchfell begrüßt Verstand** VOR ORT  
Reinschnuppern in einfach zu erlernende Übungen des Lach-Trainings  
**16. November • 18:30 – 21 Uhr** – Forum Esslingen – Susanne Klaus
- 
- 11 STIMMBILDUNG – Die Stimme zum Klingen bringen** VOR ORT  
Sprech- und Vortragstraining an zwei Abenden  
**30. November und 14. Dezember • 18:30 – 21 Uhr** – Forum Esslingen – Philipp Falser
- 

Ausführliche Beschreibungen der Angebote auf der Webseite der Stadt Esslingen unter:

[www.esslingen.de/fit-fuers-engagement](http://www.esslingen.de/fit-fuers-engagement)