

# Arbeiter-Samariter-BUNT

## Deine Stimme zählt!

Liebe Samariter:innen,

im Rahmen des Projektes „Arbeiter-Samariter-BUNT – Deine Stimme zählt!“ hat der ASB Landesverband Schleswig-Holstein die Möglichkeit erhalten, ehrenamtliches Engagement im Verband auf vielfältige Art und Weise zu fördern. In verschiedenen Formaten soll die Möglichkeit für einen innerverbandlichen Austausch geschaffen werden, damit wir uns gemeinsam den aktuellen und zukünftigen Herausforderungen im Ehrenamt stellen können.

Mach mit!  
Für ein starkes  
Ehrenamt  
im ASB

Für das Jahr 2023 haben wir ein buntes Fortbildungsprogramm für euch zusammengestellt und hoffen, dass für jede und jeden etwas dabei ist. Wir freuen uns auf eure Anmeldungen!

[www.asb-sh.de/teilhabe](http://www.asb-sh.de/teilhabe)

Gefördert durch das Bundesministerium des Innern und für Heimat im Rahmen des Bundesprogramms „Zusammenhalt durch Teilhabe“.

## Wie anmelden?

### Bis wann anmelden?

Anmeldungen bitte ausschließlich an:

**teilhabe@asb-sh.de**

Vergesst nicht, den Seminartitel mit anzugeben und beachtet bitte den Anmeldeschluss. Bei einer Anmeldung zum Online-Workshop bekommt ihr vorab einen Link per Mail zugeschickt, um an der Veranstaltung teilzunehmen. Habt ihr Hemmungen im Umgang mit den Online-Workshops, wendet euch gerne an Menschen aus eurem Regionalverband, die helfen können, oder an uns. Wir wollen, dass alle die Möglichkeit haben, teilzunehmen und finden bestimmt eine Lösung!

SAVE THE DATE  
7.10.2023  
Innerverbandlicher  
Austausch  
„Zukunftswerkstatt“

#### Kontakt:

ASB Landesverband Schleswig-Holstein e.V.  
Kieler Straße 20a  
24143 Kiel  
[www.asb-sh.de](http://www.asb-sh.de)

#### Eure Ansprechpersonen:

Lena Struck  
Henning Jacobsen  
Berenike Pokatis  
Referat für Freiwilligenarbeit  
Tel. 0431 / 70694-0  
E-Mail: [teilhabe@asb-sh.de](mailto:teilhabe@asb-sh.de)

Bettina Spechtmeyer-Högel  
Axel Schröter  
Landesgeschäftsführung



Gefördert durch:



# Arbeiter Samariter Bunt.

Deine Stimme zählt!

## Workshops und Seminare 2023

Wir helfen  
hier und jetzt.



## Antidiskriminierungs-Seminar für die ASJ

24.03. 18 h –  
26.03. 16.30 h

**Ort:** Jugendherberge Plön

**Referent:innen:** Lena Struck, Henning Jacobsen

**Anmeldung bis zum 28.02.2023**

In unseren Gruppenstunden und darüber hinaus versuchen wir, bestmöglich füreinander da zu sein und ASJler:innen einen sicheren Raum zu geben. Gleichzeitig ist auch die ASJ ein Teil der Gesellschaft und somit kein diskriminierungsfreier Raum. Eine vielfältige Jugend- und Vereinsarbeit zu leben, bedeutet daher, sich mit eigenen Perspektiven und Wahrnehmungsweisen auseinanderzusetzen und sich selbst zu fragen: Wo habe ich Stereotype und Vorurteile im Kopf? Was sehe ich als „normal“ an? Und was für Konsequenzen hat mein Handeln? Gemeinsam wollen wir versuchen, unser Handeln wahrzunehmen und hier und da zu hinterfragen, um mehr zu sehen, mehr zu hören und gemeinsam neue Ideen für unsere Jugendarbeit zu entwickeln.

## Sensibilisierung für rechte Angriffe in Berufs- und Ehrenamtskontexten

28.03.  
18 - 19.30 h

**Online-Seminar**

**Referent:innen:** Zebra e.V. Kiel

**Anmeldung bis zum 18.03.2023**

Rechte Übergriffe passieren leider immer noch und immer wieder. Auch im Berufs- und Ehrenamtskontext. In unserem Workshop „Sensibilisierung für rechte Angriffe“ sprechen wir über unsere Erfahrungen, wie wir Angriffe erkennen und wie wir damit umgehen sollten. Lasst uns gemeinsam stark sein gegen Rassismus und zeigen, welche Werte wir als ASB vertreten.

## Zivilcourage im Ehrenamt

11.05.  
18 - 20 h

**Online-Seminar**

**Referent:innen:** Aktion Zivilcourage e.V.

**Anmeldung bis zum 01.05.2023**

Vorfälle von Ausgrenzung, Bedrohung und Diskriminierung sind Teil unseres Alltags. Doch nur wenige schauen hin oder greifen gar ein – oft bleibt es nur bei guten Absichten. Sich mutig für andere einzusetzen und zivilcouragiert zu handeln, lässt sich jedoch trainieren. Es bedarf keineswegs Heldentaten, um Ungerechtigkeiten wirksam zu begegnen! Der Workshop unterstützt euch beim Erwerb von Handlungskompetenzen. Ihr lernt, wie man in Situationen von Bedrohung und Diskriminierung mutig eingreifen kann und wie ihr dazu beitragen könnt, dass Konflikte mittels Verständigung gelöst werden.

## Selbst- und Zeitmanagement im Ehrenamt

06.06.  
18 - 20 h

**Online-Seminar**

**Referentin:** Melanie Hörenz-Pissang

**(über Aktion Zivilcourage e.V.)**

**Anmeldung bis zum 27.05.2023**

Wie kann die zur Verfügung stehende Zeit am produktivsten genutzt werden? Welche Methoden oder Techniken des Zeit- und Selbstmanagement gibt es (zum Beispiel Tagespläne, ABC-Methode, Kanban, Pomodoro-Technik, „Küss den Frosch“, Achtsamkeit)? Das Seminar geht außerdem den Fragen nach, welche Ursachen für Stress verantwortlich sind und wie ihr im Alltag für eine gute Energiebilanz sorgen könnt.

## Interkultureller Austausch – Stereotype, Schubladen denken und der richtige Umgang damit

13.07.  
18 - 20 h

**Online-Seminar**

**Referent:innen:** Jibbern Würzburg

**Anmeldung bis zum 03.07.2023**

Inwieweit helfen uns Stereotypen im Alltag? Ab wann schränken Sie uns ein? Und welche Möglichkeit gibt es, dem Anderen, dem Fremden zu begegnen? In unserem Vortrag über Stereotype

und Vorurteile stellen wir uns diesen Fragen und nehmen einen Blick in die Vergangenheit. Außerdem wird es Raum für Fragen, Erfahrungen und Diskussionen geben.

## Konfliktlösung mit praktischem Beispiel

12.10.  
18 - 20 h

**Online-Seminar**

**Referent:** Holger Koschek (Landesfeuerwehr SH, Konfliktberatungsteam)

**Anmeldung bis zum 02.10.2023**

In diesem Workshop wird Holger Koschek euch für das Erkennen von Konflikten sensibilisieren und ihr lernt einzuschätzen, wie weit ein Konflikt eskaliert ist, um angemessen damit umzugehen. Schnell erlernbare Werkzeuge sollen euch helfen, in Konflikten sicher zu handeln. Ein Erfahrungsbericht aus der Konfliktberatung im Landesfeuerwehrverband Schleswig-Holstein zeigt euch am praktischen Beispiel, wie Konfliktberatung in einer anderen großen Hilfsorganisation umgesetzt wird.

## Führung im Ehrenamt

18.11.  
09 - 16.30 h

**Ort:** ASB Landesgeschäftsstelle Kiel

**Referentin:** Silke Katterbach (Psychologin und Referentin für ASB Bundesverband)

**Anmeldung bis zum 06.10.2023**

In unserem Workshop „Führung im Ehrenamt“ wollen wir uns gemeinsam über die speziellen Anforderungen an Führungskräfte im Ehrenamtskontext austauschen. Frau Katterbach wird mit euch eure Position als ehrenamtliche Führungskräfte genauer betrachten und mit euch zusammen über neue Möglichkeiten von Führung sprechen, die es ermöglichen kompetente Mitarbeiter:innen zu fördern und zu binden. Neue Ansätze von Führung können außerdem unterstützen, die Beteiligung der Mitarbeiter:innen an Prozessen zu ermöglichen. Wir freuen uns auf eure Expertise und einen lebendigen Austausch zum Thema.