



FREIWILLIG AKTIV

Fortbildungsprogramm für Ehrenamtliche
im Landkreis Ravensburg

Angebote Februar 2024 – Juli 2024

STABSSTELLE SOZIALPLANUNG



Ausgabe: Februar 2024

Herausgeber: Landratsamt Ravensburg
Kreishaus II
Dezernat für Arbeit und Soziales
Stabsstelle Sozialplanung
Fachbereich Bürgerschaftliches Engagement
Gartenstraße 107
88212 Ravensburg
Tel. 0751 85-3119
Fax: 0751 85-773119
E-Mail: m.lauter@rv.de

Layout: designorganisation, Ravensburg

Inhaltliche Verantwortung:
Landratsamt Ravensburg
Stabsstelle Sozialplanung

INHALT

KOMMUNIKATION UND PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

- 9 Gewaltfreie Kommunikation
- 10 Mir fehlen die Worte...
- 11 Freies Sprechen und Auftreten vor Publikum
- 12 Umgang mit Konflikten und Störung durch Kursteilnehmende
- 13 Atem – Das A und Ω des Lebens
- 14 Neue Wege der Kommunikation – Friedvolle Kommunikation
- 15 Gesprächsführung – Gut Argumentieren und überzeugen

GESUNDHEIT, SELBSTFÜRSORGE UND STRESSBEWÄLTIGUNG

- 17 Qigong – Fliegender Kranich
- 18 Yoga "Die 7 Chakren" – Eine Reise durch den Körper
- 19 Yoga am Abend
- 20 Resilienz stärken und Lebensfreude finden
- 21 Entspannungszeit für mich
- 22 Geh Glückwärts – Natürlich, Achtsam, Stressfrei
- 23 Wenn es emotional wird...
Oder die Kraft der Empathie

WEITERBILDUNG – EDV

- 25 Office für Einsteiger
- 26 Computergrundlagen für Einsteiger – Windows 10
- 27 Protokollieren leicht(er) gemacht

- 28 Kontaktdaten
- 30 Richtlinien
- 31 Antrag

VORWORT



**Liebe Leserinnen und Leser,
liebe Engagierte im Landkreis Ravensburg,**

herzlich willkommen zu unserem Fortbildungsprogramm „freiwillig aktiv“ für Ehrenamtliche, dass wir in der ersten Jahreshälfte wieder anbieten können.

Unser Programmheft bietet Ihnen einen Überblick über die vielfältigen Fortbildungsmöglichkeiten, die es im Landkreis Ravensburg gibt. In diesem Halbjahr haben wir bei der Auswahl der Angebote einen Schwerpunkt auf „Kommunikation und Persönlichkeitsentwicklung“ gelegt.

Kommunikation spielt eine entscheidende Rolle in allen Aspekten unseres Lebens. Sie ist von grundlegender Bedeutung für den Austausch von Informationen, für das Verständnis zwischen Menschen und die Schaffung von Beziehungen.

In persönlichen Beziehungen so wie auch im Ehrenamt ermöglicht Kommunikation den Aufbau von Vertrauen, das Teilen von Gefühlen und Bedürfnissen sowie die Lösung von Konflikten. Durch klare und effektive Kommunikation können Missverständnisse vermieden und Beziehungen gestärkt werden.

Insgesamt ist die Kommunikation ein wesentlicher Bestandteil unseres täglichen Lebens und hat einen großen Einfluss auf unsere Beziehungen, unsere Arbeit und unsere Gesellschaft. Indem wir uns bewusst mit der Bedeutung der Kommunikation auseinandersetzen und unsere Fähigkeiten in diesem Bereich stärken, können wir zu einer besseren Verständigung und Zusammenarbeit beitragen.

Darüber hinaus gibt es Angebote im Bereich Gesundheit und EDV.

Vielen Dank für Ihr Engagement und viel Freude beim Durchstöbern unseres Programmhefts!

Ihr



Reinhard Friedel
Dezernent für Arbeit und Soziales

KOMMUNIKATION

UND

PERSÖNLICHKEITS-
ENTWICKLUNG

GEWALTFREIE KOMMUNIKATION

233-11120

Leitung: Katharina Kirn

Sie vermeiden Konflikte, weil sie Ihnen unangenehm sind und Sie oft nicht wissen, wie Sie sich ausdrücken sollen? Sie hören Vorwürfe vom Gegenüber und was Sie selbst sagen, wird oft nicht so verstanden, wie Sie es eigentlich meinen? Die Gewaltfreie Kommunikation kann dabei unterstützen, die eigenen Gefühle und Beweggründe sowie die anderen Menschen besser verstehen zu können und auf eine Art und Weise anzusprechen, dass keine Verletzungen entstehen. So können schwierige Gespräche leichter und mit mehr Klarheit angegangen werden und mit Bitten statt Forderungen tragfähige Lösungen für die eigenen Anliegen gefunden werden. In dieser Einführung wird das Menschenbild der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg sowie das Modell der vier Schritte betrachtet. Es wird vermittelt, wie man sich selbst anhand der vier Schritte aufrichtig ausdrücken kann und den Mitmenschen empathisch begegnen kann. Die in Vorträgen vermittelte Theorie wird anhand vorgegebener Beispiele zunächst geübt und das Erlernete dann an Beispielen aus dem eigenen Leben angewandt. Katharina Kirn ist Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation und Mediation, sowie Integrationsmanagerin.

Freitag	29.02.2024
Uhrzeit	19:00 – 20:00 Uhr
Dauer	4 Termine 29.2. 07.03. 14.03. 21.03.
Ort	VHS Bad Waldsee Raum 4 (Eingang Archiv) Klosterhof 2 Bad Waldsee
Teilnehmerzahl	7 – 10
Gebühr	72,00 €
Veranstalter	VHS Bad Waldsee

MIR FEHLEN DIE WORTE... ANLIEGEN AUSDRÜCKEN UND GEHÖRT WERDEN

241-50001R

Leitung: Karin Rutka

Wie kann man den Wunsch und das Bedürfnis nach einer Veränderung anderen gegenüber wirkungsvoll zum Ausdruck bringen? Eigene neue Erkenntnisse, oder der Wunsch, lange bestehende Zustände zu verändern, gefährden womöglich die Gewohnheiten der Menschen um uns herum und sind daher häufig schwer zu vermitteln. Mit den richtigen Worten ist es jedoch sehr gut möglich, in anderen Menschen die Bereitschaft zur Unterstützung zu wecken, auch wenn diese vielleicht auf den ersten Blick keinen Vorteil in einer Veränderung erkennen können. Inhalt dieses Kurses sind einige leicht verständliche Grundlagen zu gelingender wohlwollender Kommunikation und vor allem ein Übungsteil, um eigene Anliegen entsprechend wirkungsvoll zu formulieren.

Samstag	16.03.2024
Uhrzeit	10:00 – 13:45 Uhr
Dauer	1 Termin
Ort	Alter Lesesaal im Schloss Hauptstraße 35 Aulendorf
Gebühr	kostenfrei
Teilnehmerzahl	max. 20
Anmeldung	erforderlich
Veranstalter	VHS Oberschwaben

FREIES SPRECHEN UND AUFTRETEN VOR PUBLIKUM – TRAINIEREN SIE IHREN SELBSTBEWUSSTEN AUFTRITT

241.0111100.2

Leitung: Angelika Hermann

Wie wirke ich eigentlich auf andere? Wo bin ich selbst unsicher? Wo sehe ich Fehler bei mir? Was möchte ich verbessern, um gewandter, positiver, überzeugender, sicherer zu werden?

Um einen gekonnten Auftritt und eine überzeugendere sprachliche Artikulation als bisher zu erlangen, werden an vier Abenden trainiert:

- Verhalten
- Haltung und Körpersprache
- freies Sprechen
- Kommunikation
- Überzeugungskraft

Außerdem werden die Themen Kleidung, ‚guter Ton‘, Ausstrahlung und Persönlichkeitsentwicklung angeschnitten.

Anfallende Materialkosten sind in der Kursgebühr bereits enthalten.

Donnerstag	11.04.2024
Uhrzeit	17:00 – 18:30 Uhr
Dauer	4 Termine 11.04.2024 18.04.2023 25.04.2024 02.05.2024
Ort	VHS- Geschäftsstelle Ravensburg, Gartenstraße 33 Ravensburg
Gebühr	49,00 € (gültig bis 10 Teilnehmer)
Veranstalter	VHS Ravensburg

UMGANG MIT KONFLIKTEN UND STÖRUNGEN DURCH KURSTEILNEHMENDE

124-10014

Leitung: Nadine Hertkorn

Konflikte und Störungen durch Kursteilnehmende sind keine Seltenheit. Der Umgang mit konfliktreichen Situationen sind eine Herausforderung für Kursleitende. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie mit großen und kleinen Herausforderungen umgehen können. Wir besprechen die Ursachen von Konflikten und Störungen. Wir entwickeln Lösungsansätze und spielen verschiedenste Szenarien an praktischen Beispielen durch.

Samstag	13.07.2024
Uhrzeit	9:00 – 12:00 Uhr
Dauer	1 Abend
Ort	Bad Wurzach Maria Rosengarten Sitzungssaal im EG
Gebühr	34,00 €
Teilnehmerzahl	max. 10
Veranstalter	VHS Bad Wurzach

ATEM – DAS A UND Ω DES LEBENS

SEMINAR ATEM - STIMME – KOMMUNIKATION

Y1061-011

Leitung: Elisabeth- Maria Wachutka

Heilpraktikerin für Psychotherapie u. Atemtherapeutin
AFA®-zertifiziert

„Mein Körper ist Geist und Seele und Atem ist seine Sprache. Ich höre den Ruf mehr zu werden und mehr zu sein.“ Dies ist ein Zitat von Prof. Ilse Middendorf nach der Lehre des „Erfahrbaren Atems“. Der erste Teil dieses Seminars orientiert sich daran.

Im zweiten und dritten Teil wollen wir die Kraft und den Charakter unserer Stimme erfassen und ihre Bedeutung auf die Möglichkeiten in unserer Kommunikation zu- und miteinander.

Der Atem ist das tragende Instrument für unsere Körperempfindung, die die Basis für unser authentisches Erscheinungsbild nach außen wird.

Unsere Stimme und Kommunikationsmöglichkeiten sind die Grundlage, um unser Charisma prägen und stärken zu können.

Bitte mitbringen: rutschfeste Socken, Isomatte, Schreibzeug und Text/Gedicht/Liedtext

Samstag	15.06.2024
Sonntag	16.06.2024
Uhrzeit	10:00 – 17:00 Uhr jeweils 60 min. Pause
Dauer	Wochenendkurs
Ort	VHS- Geschäftsstelle, Raum 3 Heinrich- Schatz- Str. 16 88250 Weingarten
Gebühr	85,20 € (keine Ermäßigung, inkl. Skript)
Veranstalter	VHS Weingarten

NEUE WEGE DER KOMMUNIKATION - FRIEDVOLLE KOMMUNIKATION

241-11120

Leitung: Andrea Deeg-Grathwohl

Du gerätst immer wieder in Konfliktsituationen im familiären oder beruflichen Umfeld? Dabei möchtest du eine harmonische Beziehung im Familienalltag. Ein authentisches Gespräch auf Augenhöhe mit Kollegen und Vorgesetzten. Der Workshop vermittelt Strategien zur Bewältigung solcher Konflikte. Egal ob im familiären oder beruflichen Kontext: Deine innere Haltung ist Kompass und Spiegel für dein Gegenüber. Entscheidend ist, dich selbst wahrzunehmen. Welche Gedanken und Gefühle sind bei mir? Beim anderen? Welche Be-/Verurteilungen schwingen im Raum? Welche verwurzelten Glaubensmuster kommen zum Tragen? Welche Ziele werden verfolgt? Sich dessen bewusst zu werden ist die Basis, empathisch auf dein Gegenüber eingehen zu können. Hier beginnt Kommunikation auf Augenhöhe.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, Trinkflasche evtl. Pausensnack.

Freitag	01.03.2024
Uhrzeit	16:00 – 21:00 Uhr
Dauer	2 Nachmittage 01.03. 08.03.
Ort	Volkshochschule EG; Raum Lavendel Wangen
Gebühr	106,00 € 90,00 €
Teilnehmerzahl	5 – 9
Veranstalter	VHS Wangen

GESPRÄCHSFÜHRUNG – GUT ARGUMENTIEREN UND ÜBERZEUGEN

Y5060-041-Online



Leitung: Gunna Schiprowski

ONLINE

Erfolg im (Arbeits-)Alltag steht und fällt mit der Fähigkeit zur Kommunikation. Zuhören und verstehen, Sachverhalte verständlich darstellen, eigene Positionen sicher vertreten und überzeugend argumentieren: Sie lernen, worauf es ankommt, um mit unterschiedlichen Persönlichkeiten und in unterschiedlichen Situationen respektvoll zu kommunizieren und konstruktiv zu diskutieren.

Der Kurs findet über die Plattform Zoom statt, sodass Sie mit Ihrem Laptop, Tablet oder Smartphone ganz entspannt von zu Hause aus am Kurs teilnehmen können. Die Zugangsdaten erhalten Sie von uns rechtzeitig vor dem Kursstart.

Montag	06.05.2024
Uhrzeit	14:00 – 17:00 Uhr
Dauer	2 Nachmittage 06.05. 13.05.
Ort	Homeoffice
Gebühr	95,00 € (von 3 bis 8 Teilnehmenden) 142,00 € (bei 2 Teilnehmenden) keine Ermäßigung
Teilnehmerzahl	2 – 8
Veranstalter	VHS Weingarten

GESUNDHEIT

SELBSTFÜRSORGE

STRESSBEWÄLTIGUNG

QIGONG – FLIEGENDER KRANICH

30122

Leitung: Lena Dreier

Die Übungsreihe „Fliegender Kranich“ wird in China auch als „Intelligenz-Qigong“ bezeichnet. Die Bewegungen sind dem Vogel Kranich nachempfunden. Sie lockern insbesondere das Schultergelenk und fördern das Gleichgewicht. Die eleganten Bewegungsabläufe gleichen einem Tanz. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Bitte mitbringen:

bequeme Kleidung, dicke Socken, eine Decke, ein kleines Kissen.

Dienstag	04.06.2024
Uhrzeit	9:30 – 11:00 Uhr
Dauer	5 Termine 04.06. 11.06. 18.06. 25.06. 02.07.
Ort	VHS- Saal 1. Stock
Gebühr	48,50 €
Veranstalter	VHS Isny

YOGA „DIE 7 CHAKREN“ – EINE REISE DURCH DEN KÖRPER

241-83100

Chakra bedeutet das Rad und man geht in der Yoga-Philosophie davon aus, dass es in unserem Körper sieben Energieräder gibt, die, wenn sie ausgeglichen sind, zu einem Leben voller Harmonie führen.

Wir werden die unterschiedlichen Körperbereiche angefangen vom Beckenbereich bis hin zur Kopfkronen bearbeiten. Fließende Sonnengröße aber auch stärkende statische Haltungen sind Bestandteil der Stunden. Außerdem können wir gegen Ende auch auf individuelle Wünsche oder Problemzonen eingehen.

Bitte mitbringen:

Yogamatte, zwei Yogablöcke, Decke und warme Socken.

Mittwoch	06.03.2024
Uhrzeit	19:00 – 21:15 Uhr
Dauer	10 Abende 06.03. 13.3. 20.03. 27.03. 03.04. 10.04. 17.04. 24.04. 08.05. 15.05.
Ort	VHS- Außenstelle Aitrach Mehrzweckhalle Oberhauser Weg 12 88319 Aitrach
Gebühr	89,00 €
Veranstalter	VHS Leutkirch

YOGA AM ABEND II

241-73011

Die einfachen Übungen, mit Atem unterstützt, führen zu Beweglichkeit und entspanntem Wohlbefinden.

Bitte mitbringen:

Zwei Wolldecken oder eine Matte und eine Wolldecke

Donnerstag 06.06.2024	
Uhrzeit	19:00 – 21:00 Uhr
Dauer	5 Abende 06.06. 13.06. 20.06. 27.06. 04.07.
Ort	Haus der Vereine Aichstetten
Gebühr	46,00 €
Veranstalter	VHS Leutkirch

RESILIENZ STÄRKEN UND LEBENSFREUDE FINDEN

30150

Leitung: Cornelia Endres, Gesundheitsberaterin (IHK)

In diesem interaktiven 4-Stunden-Workshop entdecken Sie, wie Sie Ihre Resilienz steigern, Stress effektiv bewältigen und Lebensfreude im Alltag finden können. Wir werden gemeinsam Stärken und Ressourcen erkennen, Stressoren und schlechte Glaubenssätze identifizieren, um einen leichteren und erfüllteren Alltag zu gestalten. Dieser Kurs bietet praktische Techniken und Strategien zur Förderung Ihrer seelischen Widerstandskraft und zur Entfaltung Ihres vollen Potenzials. Das Ziel des Workshops: mit gestärkter Resilienz gesünder und leichter durchs Leben zu gehen.

Bitte mitbringen:

Matte, Decke, bequeme Sportkleidung, Trinken.

Freitag	15.03.2024
Uhrzeit	13:30 – 17:30 Uhr
Dauer	4 - Stunden Workshop
Ort	Alte Gerbe – Saal Seidenstr. 3 Isny
Gebühr	39,50 €
Veranstalter	VHS Isny

ENTSPANNUNGSZEIT FÜR MICH

241-30125



ONLINE

Leitung: Sabrina Hölzl

Der Alltag ist meist voll mit Terminen und ToDo-Listen. Druck, Hektik und Stress äußern sich oft in flachem, unruhigem und/oder unregelmäßigem Atem, Verspannungen und Energieverlust. Haben Sie auch das Gefühl, nicht richtig durchatmen zu können?

In diesem Kurs geht es darum, sich bewusst Zeit für sich und seinen Körper zu nehmen. Sie lernen praktische Atem- und Achtsamkeitsübungen kennen, verbunden mit sanften Bewegungs- und Entspannungselementen - und das ganz bequem online von zu Hause aus. Die Wirkung wird durch den Einsatz ätherischer Öle und durch sanfte Klänge unterstützt.

Ziel ist es, am Ende einen frei fließenden Atem und einen lockeren, entspannten Körper zu spüren. Beendet wird die Stunde mit einer geführten Meditation. Die Übungen sind für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse geeignet.

Die Öle sind in der Gebühr enthalten und werden Ihnen nach der Anmeldung von unserer Dozentin per Post zugeschickt. Falls eine Teilnahme am Live-Kurs nicht möglich ist, schicken wir Ihnen die Aufzeichnung der Stunde im Nachhinein bei Bedarf zu.

Wichtig:

Für die Teilnahme wird neben einem ruhigen Sitzplatz ein internetfähiges Gerät (Laptop, Smartphone, Tablet, etc.), benötigt.

Donnerstag	02.05.2024
Uhrzeit	20:00 – 21:00 Uhr
Dauer	8 Termin 02.05. 16.05. 06.06. 13.06. 20.06. 27.06. 04.07. 11.07.
Gebühr	70,00€
Anmeldeschluss	25.04.2024
Veranstalter	VHS Bad Waldsee

GEH GLÜCKWÄRTS – NATÜRLICH, ACHTSAM, STRESSFREI FUNKTIONIERST DU NOCH ODER LEBST DU SCHON?

Y3012-301-Online



ONLINE

Leitung: Glückwärts Steve & Julia Windisch

Unsichere Zeiten, ein forderndes Umfeld, häufiges Gedankenkreisen und körperliche Reaktionen? Möchtest du lieber auch gerne mit Freude und Leichtigkeit in den Tag starten?

Dieser zertifizierte Online-Kurs nimmt dich mit auf eine Reise und zeigt dir einen gesunden und achtsamen Umgang mit Stress. Du wirst lernen, wie du deinen Körper wieder in eine Balance bringst, damit du gelassener auch mit schwierigen Situationen und belastenden Umständen besser umgehen kannst und wie es dir gelingt, diese schrittweise zu verändern.

In 8 Wochen durchläufst du insgesamt 32 Videolektionen und baust deine Stresskompetenz schrittweise auf. Ein umfangreiches Arbeitsheft hilft dir, die Dinge für dich zu erkennen und zu lösen. Die zahlreichen Achtsamkeitsmeditationen helfen dir, dich sofort zu entspannen. Du kannst den Kurs jederzeit starten und zeitlich flexibel in deinem Tempo durchlaufen. Im Kursbereich kannst du dich jederzeit mit anderen und den Kursleitern austauschen.

Dank der ZPP-Zertifizierung **erstaten die Krankenkassen 75% - 100% der Kursgebühr** zurück.

Nach der Anmeldung bekommt jeder den Zugang, über den er sich für die Module anmelden kann.

Montag	26.02.2024
Uhrzeit	17:00 – 18:15 Uhr
Dauer	145 Tage 26.02. - 19.07.
Ort	Homeoffice
Gebühr	189,00 € (keine Ermäßigung)
Veranstalter	VHS Weingarten

WENN ES EMOTIONAL WIRD ... ODER DIE KRAFT DER EMPATHIE

241-10024

Leitung: Christine Schmidt

Wir haben aufwühlende Zeiten und erleben viel Emotionen: von Angst über Wut bis hin zu Ohnmacht und Niedergeschlagenheit. Was tun, wenn viel Gefühl im Raum ist? Wie reagieren wir üblicherweise und was kann Empathie in solchen Situationen bewirken? In diesem interaktiven Vortrag erfahren Sie, was Empathie so besonders macht, wie sie wirkt und wann sie sinnvoll ist. Anhand von eindrücklichen Beispielen und kleinen Experimenten bekommen Sie einen Einblick in die Empathie auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation.

Montag	11.03.2024
Uhrzeit	19:00 – 21:00 Uhr
Dauer	1 Abend
Ort	VHS-Wangen EG; Raum Minze
Gebühr	19,00 €
Teilnehmer	5 – 10
Veranstalter	VHS Wangen

WEITERBILDUNG –

EDV

OFFICE FÜR EINSTEIGER

50152

Leitung: Mathias Heine

Lernen Sie das neue Windows 11 von Microsoft als Kompaktkurs in kurzer Zeit kennen. Der Kurs ist für Einsteiger und Fortgeschrittene konzipiert und ist eine Kombination aus Grund- und Aufbaukurs. Erkunden Sie die neue Oberfläche, neue Darstellung sowie die Funktionen von Windows 11 mit den eigenen Apps von Microsoft. Die Teilnehmer können ihre eigenen Laptops mitbringen, ein Gäste-WLAN ist im Hause vorhanden!

Inhalte:

- Was gibt es Neues in Windows 11?
- Die Bedienungs- und Eingabetechniken prüfen
- Das Startmenü, die Taskleiste sowie das Info-Center nutzen
- Die Benutzeroberfläche nach Wunsch anpassen
- Die Apps verwalten Eigene Dateien speichern und verwalten
- Die Kommunikation mit den kostenlosen Apps von Microsoft nutzen
- Bilder mit der App Fotos verwalten
- Mit Microsoft Edge im Internet surfen
- Die Datensicherung organisieren
- Wichtige Einstellungen zu Sicherheit und Datenschutz prüfen

Lehrwerk: Lehrwerk Bildner Verlag:

Windows 11 vom Einsteiger zum Profi;

ISBN: 978-3-8328-0499-2 oder per Download als PDF

Mittwoch	08.05.2024
Uhrzeit	16:00 – 17:00Uhr
Dauer	3 Termin 08.05. 15.05. 05.06.
Ort	Alte Gerbe, Saal Isny
Gebühr	59,50 €
Veranstalter	VHS Isny

COMPUTERGRUNDLAGEN FÜR EINSTEIGER – WINDOWS 10

241.0501000.3

Referent: Alexander Saat

In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen und die Bedienung eines Computers kennen, damit Sie in Zukunft ohne fremde Hilfe zurechtkommen. Sie bekommen Hilfe, um der Tastatur und der Maus effektiv zu arbeiten und einfache Einstellungen in Windows10 selbst vorzunehmen. Sie lernen Apps zu bedienen, einfache Aufgaben mit Word, Excel und Powerpoint zu bearbeiten und Dateien und Ordner sinnvoll anzulegen.

Ziele: Die Teilnehmenden erlangen Wissen, welches Sie in der Praxis sicher anwenden können.

Inhalte: Im Kurs wird Ihnen aktuelles Wissen zum Thema Computer, MS Office und Windows 10 vermittelt, das Sie unmittelbar im Alltag anwenden können. Gearbeitet wird mit der Office Suite 2016.

Dienstag	09.04.2024
Uhrzeit	18:00 – 21:00 Uhr
Dauer	4 Termine 09.04. 16.04. 23.04. 30.04.
Ort	VHS-Geschäftsstelle Raum 1.03 Gartenstraße 33 88212 Ravensburg
Gebühr	115,00 € (ab 5 Teilnehmer) 145,00 € (ab 4 Teilnehmer) 190,00 € (bis 3 Teilnehmer)
Veranstalter	VHS Ravensburg

PROTOKOLLIEREN LEICHT(ER) GEMACHT



ONLINE

Y5072-011-Online

Leitung: Gunna Schiprowski Business Coach, Trainerin

Ein Protokoll fasst die Ergebnisse von Verhandlungen und Besprechungen zusammen. Damit es alle rechtlichen Anforderungen erfüllt und im Arbeitsalltag vielseitig genutzt werden kann, sind einige grundsätzliche Punkte zu beachten.

Sie lernen in diesem Kompaktseminar die Arten und Formen des Protokolls kennen und erfahren, welche Inhalte notwendig sind und wie Aufbau und Gliederung gestaltet werden. Der Einsatz als Arbeitsmittel und Management-Instrument wird ebenso besprochen wie die Anforderungen an den/die Schreibende*n – mit vielen Tipps, die es Ihnen leichter machen.

Der Kurs findet über die Plattform Zoom statt, sodass Sie mit Ihrem Laptop, Tablet oder Smartphone ganz entspannt von zu Hause aus am Kurs teilnehmen können. Die Zugangsdaten erhalten Sie von uns rechtzeitig vor dem Kursstart.

Mittwoch	20.03.2024
Uhrzeit	14:00 – 17:00 Uhr
Dauer	1 Nachmittag
Ort	Homeoffice
Gebühr	47,50 € (von 3 bis 8 Teilnehmer) 71,00 € (bei 2 Teilnehmer) (keine Ermäßigung)
Veranstalter	VHS Weingarten

KONTAKTDATEN

Katholische Erwachsenenbildung

Kreis Ravensburg e.V. (keb)

Allmandstraße 10

88212 Ravensburg

Telefon: 0751 36161-30

Fax: 0751 36161-50

Mail: info@keb-rv.de

www.keb-rv.de

Volkshochschule Bad Waldsee

Klosterhof 2

88339 Bad Waldsee

Telefon: 07524 94 30 50

Mail: vhs-info@bad-waldsee.de

www.vhs.bad-waldsee.de

Volkshochschule Bad Wurzach

Marktstraße 16

88410 Bad Wurzach

(Rathaus, 1. OG, Zimmer 102)

Telefon: 07564 302-110

Fax: 07564 02-3110

Mail: info@vhs-bad-wurzach.de

www.vhs-bad-wurzach.de

Volkshochschule Isny

Rainstraße 12 „Untere Bleiche“

88316 Isny im Allgäu

Telefon: 07562 56800

Mail: info@vhs-isny.de

www.vhs-isny.de

Volkshochschule Leutkirch i.A.

Marktstraße 32

88299 Leutkirch

Telefon: 07561 87187

Mail: vhs@leutkirch.de

www.vhs-leutkirch.de

KONTAKTDATEN

Volkshochschule Oberschwaben

Im Zweckverband Altshausen – Aulendorf – Bad Buchau –

Bad Saulgau – Bad Schussenried

Geschäftsstelle Aulendorf

Rathaus/Schloss

Hauptstraße 35

88326 Aulendorf

Telefon: 07525 923934-0

Fax: 07525 92393490

Mail: info@vhs-oberschwaben.de

www.vhs-oberschwaben.de

Volkshochschule Ravensburg

Gartenstraße 33

88212 Ravensburg

Telefon: 0751 3619911

Fax: 0751 3619921

Mail: info@vhs-rv.de

www.vhs-rv.de

Volkshochschule Wangen i.A.

Zunftausgasse 4

88239 Wangen im Allgäu

Telefon: 07522 74-242

Fax: 07522 74-243

Mail: vhs@wangen.de

www.vhs-wangen.de

Volkshochschule Weingarten

Heinrich-Schatz-Straße 16

88250 Weingarten

Telefon: 0751 560353-0

Mail: vhs@weingarten-online.de

www.vhs-weingarten.de

RICHTLINIEN

Richtlinien zur Bezuschussung des Fortbildungsprogramms für Ehrenamtliche „Freiwillig aktiv“ im Landkreis Ravensburg

Wer erhält einen Zuschuss?

- Zuschussberechtigt sind alle Personen im Landkreis Ravensburg, die sich ehrenamtlich in wesentlicher Funktion (Gruppenleiter, Kassierer etc.) im sozialen Bereich, z. B. in Selbsthilfegruppen, Familientreffs, Agendagruppen, Seniorenclubs und -begegnungsstätten oder ähnlichen Initiativen für das Gemeinwohl engagieren.
- Pro Person können maximal zwei Kurse pro Jahr bezuschusst werden.
- Das Budget für die Zuschüsse ist begrenzt. Die Anträge werden nach Eingangsdatum bearbeitet und können nur bis zur Ausschöpfung unseres Budgets berücksichtigt werden.

Wie hoch ist der Zuschuss?

- Der Zuschuss beträgt 50 % der Kursgebühren.

Wie erhalte ich einen Zuschuss?

- Sie beantragen den Zuschuss mit beiliegendem Formular vor Kursbeginn.
- Wir teilen Ihnen mit, ob Sie einen Zuschuss erhalten.
- Sie melden sich beim entsprechenden Veranstalter selbstständig für den ausgewählten Kurs an.
- Nach Beendigung des Kurses schicken Sie uns eine Teilnahmebestätigung und Ihre Kontoverbindung zu.
- Nach Eingang der Teilnahmebestätigung überweisen wir Ihnen den Zuschuss auf Ihr Konto.

Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

Landratsamt Ravensburg
Dezernat für Arbeit und Soziales
Stabsstelle Sozialplanung
Fachbereich Bürgerschaftliches Engagement
Gartenstraße 107
88212 Ravensburg
Tel. 0751/85-3119

„FREIWILLIG AKTIV“ – Antrag auf Bezuschussung einer Fortbildung

Ich engagiere mich bei folgender Gruppe, in folgender Funktion:

(z.B. Selbsthilfegruppe, Familientreff als Kassierer, Vorsitzender etc.)

Meine Kontaktdaten lauten wie folgt:

Name, Vorname

Anschrift

Telefon

E-Mail

Bank

IBAN

BIC

Ich beantrage einen Zuschuss für folgenden Kurs:

Titel des Kursangebots

Kursnummer/ Kursbeginn

Bei dem Bildungsträger:

Name des Bildungsträgers

Kosten des Kurses

Euro

Ich bestätige die Richtigkeit meiner Angaben:

Antragstellerin/Antragsteller

„FREIWILLIG AKTIV“ –

Antrag auf Bezuschussung einer Fortbildung

**BITTE REICHEN SIE DIESEN ANTRAG
VOR KURSBEGINN EIN!**

**Antrag hier abtrennen oder unter www.rv.de
downloaden.**

**Diesen finden Sie unter
Ihr Anliegen > Bürgerschaftliches Engagement**

Per Post

Landratsamt Ravensburg
Dezernat für Arbeit und Soziales
Stabsstelle Sozialplanung
Fachbereich Bürgerschaftliches Engagement

Postfach 19 40
88212 Ravensburg

Per Email

Stabsstelle Sozialplanung
Fachbereich Bürgerschaftliches Engagement
m.lauter@rv.de



Landratsamt Ravensburg

Kreishaus II

Dezernat für Arbeit und Soziales

Stabsstelle Sozialplanung

Fachbereich Bürgerschaftliches Engagement

Gartenstraße 107

88212 Ravensburg

