

**BFD Ü27**



# Seminarangebote

## Bundesfreiwilligendienst Ü27

Oktober 2021 – Juli 2022

**Diakonie**   
Württemberg

## ***Liebe Freiwillige im BFD Ü27,***

Sie haben Ihren Freiwilligendienst begonnen. Darüber freuen wir uns sehr und begrüßen Sie herzlich!

Jetzt lernen Sie viel Neues kennen:

- Die Einsatzstelle
- Den Tagesablauf
- Neue Tätigkeiten
- Das Team Ü27 im Diakonischen Werk
- Viele neue Menschen

Das ist manchmal anstrengend, aber es macht auch Freude.

Ihren neuen Alltag haben Sie schon ein bisschen kennen gelernt.

Im Diakonischen Werk sind wir - das TEAM Ü27 - für Sie da:

- Wenn Sie Fragen zum BFD haben
- Wenn es in der Arbeit Probleme gibt
- Wenn Sie Hilfe brauchen

Wir sind zuständig für die Seminare. Wir beraten Sie gerne.

Wir wünschen Ihnen einen gute Zeit im BFD mit vielen wertvollen Erfahrungen.

Wir freuen uns auf die persönliche Begegnung mit Ihnen!

Herzliche Grüße

Tobias Burgenmeister, Ute Fischer, Svenja Fuchs  
Klaus Pertschy, Sabine Zeller

*Team Bundesfreiwilligendienst Ü27*

*In diesem Heft finden Sie unsere Seminarangebote bis Juli 2022.*

*Im Frühjahr 2022 erhalten Sie dann automatisch ein neues Seminarheft mit weiteren Angeboten bis Februar 2023.*

## **BFD Ü27 (Bundesfreiwilligendienst über 27 Jahre): Das müssen Sie über die Seminartage wissen**

- Sie brauchen für jeden Dienstmonat einen Seminartag.
  - Für 12 Monate brauchen Sie insgesamt 12 Seminartage.
  - Für 6 Monate brauchen Sie insgesamt 6 Seminartage.Sie müssen aber nicht jeden Monat einen Seminartag besuchen. Manche Seminare sind zum Beispiel zwei oder drei Tage lang und man kann die Tage zusammenzählen.
- Für alle gibt es einen Begrüßungstag und einen Abschlusstag. Das sind zwei Seminartage. Die restlichen Tage suchen Sie sich aus diesem Heft aus.
- Die Seminartage sind für Sie kostenlos. Auch für das Essen und die Übernachtung müssen Sie nichts bezahlen.
- Die Fahrten in Baden-Württemberg bezahlt Ihre Einsatzstelle. Die anderen Fahrten bezahlt das Diakonische Werk.
- Die mehrtägigen Seminare sind mit Übernachtung. Meistens gibt es Einzelzimmer mit Dusche und WC.
- Ein Seminartag ist wie ein Arbeitstag. Auch wenn Sie in Teilzeit arbeiten (zum Beispiel 60%), bekommen Sie für einen Seminartag keine Überstunden.
- Das Formular zur Anmeldung finden Sie auf Seite 35.
  - Füllen Sie das Formular aus.
  - Schicken Sie uns das Formular innerhalb von vier Wochen per E-Mail.
- Wir schicken Ihnen und Ihrer Einsatzstelle eine Übersicht mit allen Seminartagen, für die Sie sich angemeldet haben.
- Sie bekommen zwei bis drei Wochen vor dem Seminar eine Einladung per E-Mail.
- Wenn ein Seminar ausfällt, schicken wir Ihnen eine E-Mail.

<b>Datum</b>	<b>Nummer</b>	<b>Thema</b>	<b>Ort</b>
Mo, 25.10.21	Ü27-2101	Gesunde Ernährung	Stuttgart
Do, 28.10.21	Ü27-2102	Armut in Deutschland	Kirchheim/ Teck
Do, 11.11.21	Ü27-2103	Stress und Entspannung	Wernau
Di, 16.11.21	Ü27-2104	BFD Ü27 und wie geht es weiter?	Stuttgart
Do, 18.11.21	Ü27-2105	Stuttgart kennenlernen – Jüdisches Leben	Stuttgart
Mo, 22.11. – Mi, 24.11.21	Ü27-2106	Weltreligionen	Online- Seminar
Mo, 29.11. – Di, 30.11.21	Ü27-2107	Dekorative Sterne selbst herstellen	Tübingen
Mi, 01.12. – Fr, 03.12.21	Ü27-2108	Empowerment in Übergängen	Sulz/Neckar
Mo, 06.12. – Di, 07.12.21	Ü27-2109	Tod und Sterben	Stuttgart
Di, 14.12.21	Ü27-2110	Stuttgart kennenlernen – Weihnachtsgeschichten	Stuttgart
Do, 13.01.22	Ü27-2111	Nähe und Distanz	Reutlingen
Do, 20.01.22	Ü27-2112	Stuttgart kennenlernen – Mode	Stuttgart
Do, 27.01.22	Ü27-2113	Tape Art	Stuttgart
Do, 03.02.22	Ü27-2114	Filzen	Stuttgart
Fr, 18.02.22	Ü27-2115	Reflexion und Theater	Stuttgart
Di, 22.02.22	Ü27-2116	Tipps und Infos zum Umgang mit Geld	Stuttgart
Mi, 23.02. – Do, 24.02.22	Ü27-2117	Rassismus im Alltag	Stuttgart
Mo, 21.03.22	Ü27-2118	Stuttgart kennenlernen – Villa Reitzenstein	Stuttgart
So, 27.03. – Di, 29.03.22	Ü27-2119	Klostertage	Bad Urach

<b>Datum</b>	<b>Nummer</b>	<b>Thema</b>	<b>Ort</b>
<i>Mo, 11.04. – Di, 12.04.22</i>	<i>Ü27-2120</i>	<i>Stress und Entspannung</i>	<i>Hechingen</i>
<i>Mi, 27.04. – Do, 28.04.22</i>	<i>Ü27-2121</i>	<i>Mobilität der Zukunft</i>	<i>Stuttgart</i>
<i>Do, 05.05. – Fr, 06.05.22</i>	<i>Ü27-2122</i>	<i>Rhythmus – Stimme – Bewegung</i>	<i>Bad Liebenzell</i>
<i>Mo, 23.05. – Fr, 27.05.22</i>	<i>Ü27-2123</i>	<i>Studienreise Hamburg</i>	<i>Hamburg</i>
<i>Do, 02.06.22</i>	<i>Ü27-2124</i>	<i>Verschwörungstheorien</i>	<i>Stuttgart</i>
<i>Mi, 29.06. – Fr, 01.07.22</i>	<i>Ü27-2125</i>	<i>Psychische Erkrankungen</i>	<i>Tübingen</i>
<i>Mi, 13.07.22</i>	<i>Ü27-2126</i>	<i>Klettern</i>	<i>Hessigheim</i>
<i>Mo, 25.07. – Mi, 27.07.22</i>	<i>Ü27-2127</i>	<i>Hüttentour in den Allgäuer Alpen</i>	<i>Allgäuer Alpen</i>

Der folgende Link führt zu unserer Internetseite mit den Seminarangeboten.

Dort kann man sehen, welche Plätze frei sind.

<https://ran-ans-leben.de/freiwilligendienste/besondere-programme/seminartage-bfd-ue27/>

Mit dem QR-Code kommt man auch zu den Seminarangeboten.



## **Begrüßungstag**

Was passiert an diesem Tag?

Wir geben Ihnen Informationen über den Bundesfreiwilligendienst.  
Wir fragen, wie es Ihnen geht.

Unsere Begrüßungstage finden regelmäßig statt.

Zu Beginn Ihres Bundesfreiwilligendienstes bekommen Sie von uns eine Einladung für einen Begrüßungstag.

Wir freuen uns, Sie an diesem Tag kennenzulernen!

Leitung: Tobias Burgenmeister  
Ute Fischer  
Svenja Fuchs  
Klaus Pertschy  
Sabine Zeller

## Abschluss-/Dankeschöntag

Ihr Freiwilligendienst ist bald zu Ende.

Es ist Zeit, zurückzublicken.

- Wie war Ihr Bundesfreiwilligendienst?
- Haben sich Ihre Erwartungen erfüllt?
- Was war gut - was war vielleicht auch schwierig?
- Was bleibt in Erinnerung?

An diesem Tag kann man mit anderen über den Dienst sprechen.

Und man kann sich verabschieden.

Mit einem kleinen Überraschungsprogramm sagen wir Danke für Ihren Einsatz im BFD.

Abschluss-/Dankeschöntage finden in regelmäßigen Abständen statt. Wir laden Sie rechtzeitig zu einem dieser Tage ein.

Leitung: Tobias Burgenmeister  
Ute Fischer  
Svenja Fuchs  
Klaus Pertschy  
Sabine Zeller

Seminarnummer: Ü27-2101

## **Gesunde Ernährung**

Warum ist es wichtig, sich ausgewogen und gut zu ernähren?  
Wie sieht eine abwechslungsreiche und gesunde Ernährung aus?

An diesem Seminartag gibt es grundlegende Informationen.

Weitere Themen können sein:

- Wie reagiert mein Körper auf bestimmte Lebensmittel?
- Welche Ernährung braucht es bei besonderen Krankheiten?
- Regionale und saisonale Lebensmittel
- Kennenlernen von neuen Lebensmitteln

Wir haben auch Zeit für Fragen.

Termin: Montag, 25. Oktober 2021 09:30 – 16:00 Uhr  
Ort: Stuttgart  
Leitung: Alisa Ponater, Diätassistentin  
Sabine Zeller, Referentin Freiwilliges Engagement



Seminarnummer: Ü27-2102

## **Armut in Deutschland**

Deutschland - ein reiches Land.

Wir sind sozial abgesichert. Viele Menschen haben Arbeit und im Supermarkt gibt es immer etwas zu kaufen.

Und trotzdem gibt es auch in Deutschland Menschen, die mit wenig Geld auskommen müssen.

Wie lebt es sich hier? Wie hilft der Staat diesen Menschen? Gibt es weitere Hilfen?

Warum werden Menschen arm und wie geht es Ihnen in dieser Situation?

Darüber wollen wir miteinander sprechen.

Wenn es möglich ist, wollen wir auch mit einer/einem Vertreter\*in einer sozialen Einrichtung sprechen, die Hilfe leistet.

Termin: Donnerstag, 28. Oktober 2021 09:30 – 16:30 Uhr

Ort: Kirchheim/Teck

Leitung: Klaus Pertschy, Referent Freiwilliges Engagement

Seminarnummer: Ü27-2103

## **Stress und Entspannung**

Stress macht krank. Das lesen wir oft, aber so allgemein stimmt das gar nicht.

Dauerstress macht krank. Das stimmt. Und deshalb heißt unser Seminar „Stress UND Entspannung“. Wichtig ist der Ausgleich. Und für Ausgleich zu sorgen, ist oft nicht so einfach.

Was tun wir bei unserem Seminar?

- Wir reden darüber, was uns stresst.
- Bewegung hilft gegen Stress. Deshalb machen wir Bewegungsübungen.
- Entspannung hilft gegen Stress. Deshalb lernen wir Entspannungsübungen kennen.

Wir freuen uns, wenn Sie diesen Tag genießen können. Und wir freuen uns, wenn Sie die Übungen zu Hause weiter machen.

Termin: Donnerstag, 11. November 2021 09:30 – 16:30 Uhr

Ort: Wernau (bei Plochingen)

Leitung: Simone Pertschy, Physiotherapeutin  
Ute Fischer, Referentin Freiwilliges Engagement

Seminarnummer: Ü27-2104

## **BFD Ü27 und wie geht es weiter?**

Diese Veranstaltung ist ein Angebot für Menschen aus dem Ausland!

- Der Bundesfreiwilligendienst ist beendet, was kommt danach?
- Welche berufliche Perspektive habe ich?
- Möchte ich eine Ausbildung im Sozialen Bereich machen?
- Welches sind die Voraussetzungen für eine Ausbildung in Deutschland?

Das „**Welcome Center Sozialwirtschaft**“ berät Menschen aus dem Ausland mit dem Ziel, internationale Fachkräfte zu gewinnen.

Termin: Dienstag, 16. November 2021 09:30 – 16:30 Uhr

Ort: Stuttgart

Leitung: Gunther Müller, Welcome Center Baden-Württemberg  
Klaus Pertschy, Referent Freiwilliges Engagement

Seminarnummer: Ü27-2105

## **Stuttgart kennenlernen**

### **Jüdisches Leben in Stuttgart – Ein Stadtpaziergang mit Synagogenführung**

2021 ist ein Jubiläum: 1700 Jahre jüdisches Leben in Deutschland.

In Stuttgart gab es bereits in der ersten Hälfte des 14. Jahrhunderts eine kleine jüdische Gemeinde.

Der erste Herzog von Württemberg, Eberhard im Barte, verbot im 15. Jahrhundert jüdischen Menschen, in seinem Gebiet einen Wohnsitz zu errichten.

Erst im 19. Jahrhundert wurde Juden die Niederlassung in Stuttgart wieder erlaubt.

Wir gehen durch Stuttgart und schauen uns verschiedene Orte an, an denen jüdische Menschen bis zur Pogromnacht 1938 gelebt und gearbeitet haben. Jüdinnen und Juden wurden verschleppt und ermordet.

Unser Gang durch Stuttgart endet bei der Synagoge, die 1938 von den Nazis zerstört wurde. 1951/1952 wurde sie wieder neu gebaut. Im Restaurant der Synagoge werden wir zu Mittag essen. Danach bekommen wir eine Führung in der Synagoge.

Termin: Donnerstag, 18. November 2021 09:30 – 16:00 Uhr

Ort: Stuttgart

Leitung: Andrea Welz, Diakonin und Kunsthistorikerin  
Ute Fischer, Referentin Freiwilliges Engagement

Seminarnummer: Ü27-2106

## **Weltreligionen**

Gemeinsam werden wir uns mit dem Thema Weltreligionen auseinandersetzen.

Dazu haben wir Vertreter\*innen der großen Religionen eingeladen.

Es werden Referent\*innen von „Meet a Jew“, einem Projekt vom Zentralrat der Juden, kommen. Eine praktizierende Buddhistin gibt uns Einblicke in ihren Alltag und in die Praxis des Buddhismus.

Und ein Referent der Ibn-Rushd-Goethe-Moschee in Berlin wird uns deren Konzept und Interpretation des Islam näher bringen.

Wir wollen miteinander ins Gespräch kommen und haben auch Zeit für Fragen.

Termin:	Montag, 22. November 2021	09:00 Uhr
	bis Mittwoch, 24. November 2021	16:00 Uhr
Ort:	Online-Seminar	
Leitung:	Tobias Burgenmeister, Referent Freiwilliges Engagement	

Seminarnummer: Ü27-2107

## **Dekorative Sterne selbst herstellen**

Aus Kleister, Tapete, Seidenpapier, Acrylfarben und Draht (Pappmaché) stellen wir weiße oder bunte Sterne her.

Wir werden auch weiße und mehrfarbige dreidimensionale Fröbelsterne aus Papier oder Glanzfolie falten. Wegen ihrer schönen Form kann man sie besonders zur Advents- und Weihnachtszeit als Dekoration oder als Geschenkanhänger verwenden.

Es können auch individuelle Briefumschläge und kleine Geschenkschachteln produziert werden.

Vorkenntnisse braucht es nicht. Der Spaß am kreativen Gestalten steht im Vordergrund.

Termin:	Montag, 29. November 2021	10:00 Uhr
	bis Dienstag, 30. November 2021	16:15 Uhr
Ort:	Tübingen	
Leitung:	Hanne Grünwaldt, Textildesignerin Sabine Zeller, Referentin Freiwilliges Engagement	

Seminarnummer: Ü27-2108

## **Empowerment in Übergängen – Einblick in die Kunsttherapie**

Der BFD ist eine Übergangsphase im Leben. Er ist zeitlich begrenzt und bietet Zeit für:

Orientierung, Ankommen im Hier und Jetzt sowie persönliche und berufliche Entwicklung.

Übergänge sind oft herausfordernd. In diesem Seminar werden wir....:

- unsere eigene Kraft (wieder) entdecken
- Ressourcen aufbauen
- den Künstler/die Künstlerin in uns kennenlernen
- ohne Leistungsdruck und Wertungen kreativ sein
- mit verschiedenen Materialien arbeiten (Farben, Techniken)
- verschiedene Gestaltungsprozesse erleben
- Werke betrachten
- einen fachlichen Input zur Kunsttherapie hören

Kunst ist eine Art des Ausdruckes. Sie hilft oft dort, wo Worte nicht ausreichen. Im Mittelpunkt steht der individuelle Ausdruckswunsch jeder/jedes Einzelnen. Schöpferisch zu sein beginnt mit dem persönlichen Erleben beim Gestalten und braucht Mut, Grenzen auszudehnen.

Wir freuen uns auf drei kreative und interessante Tage!

Termin:	Mittwoch, 01. Dezember 2021	10:00 Uhr
	bis Freitag, 03. Dezember 2021	16:00 Uhr
Ort:	Sulz am Neckar (Kloster Kirchberg)	
Leitung:	Nina Peitsch, Sozialpädagogin und Kunsttherapeutin Svenja Fuchs, Referentin Freiwilliges Engagement	

Seminarnummer: Ü27-2109

## Tod und Sterben

„Ich habe keine Angst vor dem Sterben,  
ich möchte nur nicht dabei sein,  
wenn's passiert.“

*Woody Allen*

Zum Leben gehören Sterben und Tod.  
Wir tauschen uns über das Thema aus.

Wir besuchen ein Hospiz und informieren uns über die Arbeit dort.

Und wir sind bei einem Bestattungsunternehmen und erfahren dort,  
was nach dem Tod mit einem Leichnam passiert und wie Trauernde  
begleitet werden.

Termin: Montag, 06. Dezember 2021 10:00 Uhr  
bis Dienstag, 07. Dezember 2021 16:15 Uhr

Ort: Stuttgart

Leitung: Dr. Christine Pfeffer, Hospiz Stuttgart  
Helmut Ramsaier, Bestatter  
Sabine Zeller, Referentin Freiwilliges Engagement



Seminarnummer: Ü27-2110

## **Stuttgart kennenlernen**

### **Weihnachtsgeschichten – Ein Tag in der Staatsgalerie Stuttgart**

Am Vormittag sehen wir uns Kunstwerke zur Weihnachtsgeschichte an. Warum musste sich Maria mit dem viel älteren Joseph verloben? Warum wollte Joseph Maria verlassen?

Wir werfen einen neuen Blick auf die vertraute Geschichte.

Am Nachmittag gehen wir auf eigene Entdeckungstour. Wir lassen uns durch einen zufällig ins Spiel gebrachten Gegenstand leiten und bekommen so einen neuen Blick auf die Kunstwerke.

Termin: Dienstag, 14. Dezember 2021 09:30 – 16:00 Uhr

Ort: Stuttgart

Leitung: Andrea Welz, Diakonin und Kunsthistorikerin  
Ute Fischer, Referentin Freiwilliges Engagement

Seminarnummer: Ü27-2111

## **Nähe und Distanz – Eine Herausforderung in helfenden Berufen**

In der professionellen Arbeit mit Menschen stellen wir uns oft die Frage:

- Ist eine enge Beziehung in helfenden Berufen unerlässlich?
- Ist die Arbeit im sozialen Bereich ohne Abgrenzung nicht möglich?

Mit vielen Übungen und Beispielen aus der Praxis wollen wir uns das Thema anschauen.

Wir werden uns damit beschäftigen, wie viel Nähe und wie viel Distanz angemessen ist und welche Rolle jede/r Einzelne dabei spielt.

Termin: Donnerstag, 13. Januar 2022 09:30 – 16:00 Uhr

Ort: Reutlingen

Leitung: Silvia Raidt, Sozialpädagogin  
Sabine Zeller, Referentin Freiwilliges Engagement

Seminarnummer: Ü27-2112

## **Stuttgart kennenlernen**

### **Mode**

Im Alten Schloss in Stuttgart gibt es eine Ausstellung.  
„Fashion?! - Was Mode zu Mode macht“

Wir besuchen gemeinsam die Ausstellung und fragen uns: Welcher Modetyp bin ich? Warum ist es nicht egal, was ich anziehe? Oder ist es doch egal?

Am Nachmittag machen wir einen Stadtspaziergang. Andrea Welz zeigt uns, wo man im späten 19. und frühen 20. Jahrhundert in Stuttgart eingekauft hat.

Sie erzählt uns, wie sich die „Einkaufsmeile Königstraße“ entwickelt hat.

Wir sprechen über „exklusive Mode“ und über „nachhaltige Mode“. Wir sprechen über Arbeitsplätze in der Modebranche und Arbeitsbedingungen von Näher\*innen weltweit.

Termin: Donnerstag, 20. Januar 2022 09:30 – 16:00 Uhr  
Ort: Stuttgart  
Leitung: Andrea Welz, Diakonin und Kunsthistorikerin  
Ute Fischer, Referentin Freiwilliges Engagement

Seminarnummer: Ü27-2113

## **Tape Art**

### **Heißt das wirklich „Klebeband-Kunst“? – Ein Werkstatt-Tag**

Klebeband (Tape) - das benutzt man doch zum Reparieren...

Das stimmt. Man kann mit Tapes aber auch Kunst machen. Auf kleineren und größeren Flächen gestalten wir Bilder aus verschiedenen bunten Tapes.

Wie das geht, zeigt uns Robby Höschele.

Lassen Sie sich überraschen!

Termin:	Donnerstag, 27. Januar 2022	09:30 – 15:30 Uhr
Ort:	Stuttgart	
Leitung:	Robby Höschele, Playing Artist und Diakon Ute Fischer, Referentin Freiwilliges Engagement	

Seminarnummer: Ü27-2114

## **Filzen – Bezaubernde kleine Figuren aus Filz selbst herstellen**

Leuchtende Farben und weiche Wolle - ein Erlebnis für die Sinne!

Sabine Götz-Münz zeigt uns das „Trocken-Filzen“. Wir filzen mit einer Nadel und feiner Wolle kleine Tiere oder Figuren.

Das können Schafe oder Mäuse sein...

...oder ein eigenes Phantasie-Tier?

Wir lassen uns überraschen.

Termin: Donnerstag, 03. Februar 2022 09:30 – 16:00 Uhr

Ort: Stuttgart

Leitung: Sabine Götz-Münz, Filzerin  
Ute Fischer, Referentin Freiwilliges Engagement

Seminarnummer: Ü27-2115

## **Reflexion der Arbeit und Theater**

An diesem Tag können Sie zusammen mit anderen Kolleginnen und Kollegen aus dem Bundesfreiwilligendienst über Ihre Arbeitserfahrungen sprechen.

Ramona Suresh ist Schauspielerin. Sie führt uns mit spielerischen Übungen durch den Seminartag. Sie bekommen Unterstützung bei Fragen, die Sie zu bestimmten - vielleicht auch schwierigen - Arbeitssituationen haben.

Termin: Freitag, 18. Februar 2022 09:30 – 16:00 Uhr  
Ort: Stuttgart  
Leitung: Ramona Suresh, Schauspielerin  
Klaus Pertschy, Referent Freiwilliges Engagement

Seminarnummer: Ü27-2116

## **Tipps und Informationen zum Umgang mit Geld**

Geld - alle brauchen es, aber wie kann man den Umgang damit optimieren?

Darum geht es:

- Wie kann ich mit meinem Budget optimal planen?
- Wo kann ich etwas einsparen, ohne dass es zu sehr weh tut?
- Welche Schuldenfallen gibt es?
- Wichtige Versicherungen

Termin: Dienstag, 22. Februar 2022 09:30 – 16:00 Uhr

Ort: Stuttgart

Leitung: Hans-Joachim Strüder, Finanzpate Schuldnerberatungsstelle  
Stuttgart  
Sabine Zeller, Referentin Freiwilliges Engagement

Seminarnummer: Ü27-2117

## Rassismus im Alltag

Was ist eigentlich Rassismus? Wo kommt er her? Und was hat Rassismus mit mir zu tun?

- Bei unserem Seminar suchen wir Antworten.
- Wir lernen, dass Rassismus mehr ist als Benachteiligung.
- Wir sprechen über verschiedene Formen von Rassismus im Alltag und in der Sprache.
- Wir denken darüber nach, was wir „normal“ finden und was wir „anders“ finden.
- Wir üben, was wir gegen Rassismus tun können.

Termin: Mittwoch, 23. Februar 2022 09:30 Uhr  
bis Donnerstag, 24. Februar 2022 16:00 Uhr

Ort: Stuttgart

Leitung: Marlene Gärtner, Kulturwissenschaftlerin  
Svenja Fuchs, Referentin Freiwilliges Engagement



Seminarnummer: Ü27-2118

## **Stuttgart kennenlernen**

### **Stuttgart als Landeshauptstadt – Stadtspaziergang und Besuch der Villa Reitzenstein**

Wir machen einen Spaziergang durch die Innenstadt. Wir sehen dort Gebäude, die geschichtlich und politisch eine Bedeutung haben. Wir sehen das Alte und das Neue Schloss, den Landtag, das Bürgerzentrum und vieles mehr - von außen.

Von innen sehen wir die Villa Reitzenstein. Die Villa aus dem frühen 20. Jahrhundert ist heute der Amtssitz des Ministerpräsidenten von Baden-Württemberg. Dort hat auch das Staatsministerium seinen Sitz. In der Villa Reitzenstein wird heute Landespolitik gestaltet.

Termin: Montag, 21. März 2022 09:30 Uhr – 16:00 Uhr  
Ort: Stuttgart  
Leitung: Andrea Welz, Diakonin und Kunsthistorikerin  
Ute Fischer, Referentin Freiwilliges Engagement

Seminarnummer: Ü27-2119

## Klostertage

Innehalten, sich auf sich selbst besinnen, Ruhe finden, Stille erleben, meditieren, Kraft schöpfen an der Quelle des Lebens...

Das verbinden wir mit der Überschrift „Klostertage“.

Wir treffen uns im Stift Urach. Das Stift Urach ist ein ehemaliges Kloster in schöner Umgebung. Dort soll es Leib und Seele gut gehen.

Wir meditieren jeden Tag in unserem Raum und wir gehen hinaus in den Innenhof und in die Natur zum Uracher Wasserfall.

Es gibt Zeit für Gespräche und es gibt Zeiten der Stille. Es gibt Zeit zur Gestaltung eines Meditationsbuches.

Die Gebetszeiten im Stift Urach geben den Tagen Rhythmus.

Termin:	Sonntag, 27. März 2022	11:00 Uhr
	bis Dienstag, 29. März 2022	15:00 Uhr
Ort:	Bad Urach	
Leitung:	Susanne Büttner, Pfarrerin Ute Fischer, Referentin Freiwilliges Engagement	

Seminarnummer: Ü27-2120

## **Stress und Entspannung – Zweitägig!**

Stress macht krank. Das lesen wir oft, aber so allgemein stimmt das gar nicht.

Dauerstress macht krank. Das stimmt. Und deshalb heißt unser Seminar „Stress UND Entspannung“. Wichtig ist der Ausgleich. Und für Ausgleich zu sorgen, ist oft nicht so einfach.

Was tun wir bei unserem Seminar?

- Wir reden darüber, was uns stresst.
- Bewegung hilft gegen Stress. Deshalb machen wir Bewegungsübungen.
- Entspannung hilft gegen Stress. Deshalb lernen wir Entspannungsübungen kennen.
- Die Zeit vergessen, hilft gegen Stress. Deshalb gibt es Zeit für etwas, was die Zeit vergessen lässt.

Wir freuen uns, wenn Sie diese Tage genießen können. Und wir freuen uns, wenn Sie die Übungen danach zu Hause weiter machen.

Termin: Montag, 11. April 2022 09:30 Uhr  
bis Dienstag, 12. April 2022 15:00 Uhr

Ort: Hechingen

Leitung: Simone Pertschy, Physiotherapeutin  
Ute Fischer, Referentin Freiwilliges Engagement

Seminarnummer: Ü27-2121

## **Mobilität der Zukunft**

Wir stehen im Stau oder dicht gedrängt in der S-Bahn. Wir schieben Kinderwagen durch schadstoffbelastete Straßen. Wir radeln über mehr oder weniger gut ausgebaute Radwege. Wir stehen am Check-in für den Flug in den Urlaub.

Das alles ist heute Realität. Doch unsere Mobilität ist im Umbruch. Wie bewegen wir uns in zehn oder zwanzig Jahren?

- Wird es noch Verbrennungsmotoren geben oder gelingt die Umstellung auf den Elektromotor?
- Werden private Fahrzeuge gemeinsam genutzt wie heute schon Bus und Bahn?
- Setzen sich Fortbewegungsmittel wie Flugtaxis oder innerstädtische Seilbahnen durch oder bleibt das Science Fiction?

Diese und andere Fragen werden wir ansprechen und vertiefen.

Termin: Mittwoch, 27. April 2022 10:00 Uhr  
bis Donnerstag, 28. April 2022 16:00 Uhr

Ort: Stuttgart

Leitung: Ralf Frühwirt, Erziehungswissenschaftler  
Sabine Zeller, Referentin Freiwilliges Engagement

Seminarnummer: Ü27-2122

## **Rhythmus – Stimme – Bewegung**

Rhythmus steckt in jedem Menschen. Egal, welche Sprache wir sprechen. Rhythmus ist eine Sprache, die wir alle im Körper haben.

Wir erzeugen vielfältige Klänge:

- Mit Bodypercussion
- Sprachrhythmen
- Einfachen Melodien

Wir bewegen uns:

- Im Tanz
- Mit Jonglage
- Im Spiel

Dieser Workshop ist ein besonderes musikalisches Erlebnis.

Termin: Donnerstag, 05. Mai 2022 10:00 Uhr  
bis Freitag, 06. Mai 2022 16:00 Uhr

Ort: Bad Liebenzell (Monbachtal)

Leitung: Michael Siefke, Musiker und Pädagoge  
Ute Fischer, Referentin Freiwilliges Engagement

Seminarnummer: Ü27-2123

## Hamburg – Eine Studienreise

Hamburg - Hafen der Welt. Das Stadtbild ist geprägt von Containern und großen Schiffen. Tausende Tonnen von Waren werden von hier aus in die ganze Welt verladen. Aber auch für viele Menschen Europas war Hamburg vor ca. 250 Jahren der Start, um in Amerika ein neues Leben zu beginnen.

Bei unserer Studienreise werden wir den Hafen kennenlernen, aber auch andere Stellen in Hamburg, die von der Schifffahrt und den Menschen geprägt worden sind.

Außerdem sind wir unterwegs und lernen einen neuen Stadtteil kennen und informieren uns über ein soziales Hilfsprojekt.

Termin:	Montag, 23. Mai 2022	10:00 Uhr
	bis Freitag, 27. Mai 2022	17:00 Uhr
Ort:	Hamburg (Treffpunkt Stuttgart Hauptbahnhof)	
Leitung:	Klaus Pertschy, Referent Freiwilliges Engagement	

Seminarnummer: Ü27-2124

## Verschwörungstheorien

Wir alle bekommen ständig Informationen über angebliche Sachverhalte.

- Wer bringt Informationen in die Welt, ins Internet, in die Zeitungen...?
- Welche Interessen und Ziele sind mit der Verbreitung von Informationen verbunden?
- Sind die Informationen richtig oder sind sie "fake"?
- Können wir erkennen, ob es sich um eine sachliche Information, eine Behauptung oder eine Falschinformation / fake handelt?

Termin: Donnerstag, 02. Juni 2022 09:30 – 16:00 Uhr

Ort: Stuttgart

Leitung: Dr. Fabian Erhardt, Referent  
Sabine Zeller, Referentin Freiwilliges Engagement

Seminarnummer: Ü27-2125

## Psychische Erkrankungen

Nicht wenige Menschen sind von psychischen Erkrankungen betroffen. Gemeinsam wollen wir uns informieren über mögliche Ursachen, Behandlungsmethoden, Heilungschancen und Verläufe von z.B.:

- Schizophrenie
- Depression
- Manie
- Ängsten und Zwängen
- Borderline-Persönlichkeitsstörung
- Psychischen Alterskrankheiten

Wie gehen wir mit Betroffenen um? Was bedeutet die Erkrankung für sie und deren Umfeld? Wie lassen sich solche Krisen aushalten und eventuell bewältigen?

Während des Seminars ist ein Gespräch in einer Einrichtung der Sozialpsychiatrie geplant.

Termin:	Mittwoch, 29. Juni 2022	10:00 Uhr
	bis Freitag, 01. Juli 2022	15:00 Uhr
Ort:	Tübingen	
Leitung:	Silvia Raidt, Sozialpädagogin Sabine Zeller, Referentin Freiwilliges Engagement	



Seminarnummer: Ü27- 2126

## **Klettern – Schnuppern, Grenzen testen und Spaß haben**

Wer wollte nicht schon immer mal einen Berg bezwingen und hat sich dann doch nicht getraut?

Gemeinsam wollen wir uns auf den Weg zum Klettergarten Hessigheim machen und uns am Naturfels ausprobieren. Das beinhaltet sowohl das eigene Klettern als auch das gegenseitige Sichern mit Klettergurt und Seil.

Der Klettergarten Hessigheim liegt zwischen Wald und Reben mit schönem Blick über das Neckartal. Es gilt die acht bis 15 Meter hohen Naturfelsen, die angenehm schattig liegen, aus eigener Kraft zu erklimmen. Wer Spaß am Ausprobieren hat, seine Grenzen testen, aber auch die Verantwortung für die Anderen der Gruppe erleben möchte, ist hier genau richtig.

Für die Teilnahme braucht es keine Vorerfahrung und auch mit Höhenangst ist der Tag gut zu meistern.

Termin:	Mittwoch, 13. Juli 2022	09:30 – 17:00 Uhr
Ort:	Hessigheim (bei Besigheim)	
Leitung:	Fabian Dubberke, Erlebnispädagoge Tobias Burgenmeister, Referent Freiwilliges Engagement	

Seminarnummer: Ü27-2127

## Hüttentour in den Allgäuer Alpen

Die Allgäuer Alpen bieten viele schöne und spannende Wanderwege in toller Natur. Insbesondere, wenn man sich weiter von den Bergstationen entfernt und sich aufmacht ins „Hinterland“ der Berge, gibt es viel Unberührtes zu entdecken.

Wir werden drei Tage unterwegs sein, mit Rucksack und Schlafsack.

Zunächst steigen wir auf zu unserer ersten Hütte und übernachten dort. Am nächsten Tag machen wir uns dann auf zu einer längeren Wanderung durch die schönen Berge hin zu unserer nächsten Hütte, wo wir erneut die Nacht verbringen.

Am letzten Tag geht es dann zurück, hinab ins Tal.

Das Angebot ist für jede und jeden geeignet. Jedoch sollten Sie in der Lage sein, fünf bis sechs Stunden zu wandern und dabei Ihr Gepäck selbst zu tragen.

Termin:	Montag, 25. Juli 2022	10:00 Uhr
	bis Mittwoch, 27. Juli 2022	17:00 Uhr

Treffpunkt: Stuttgart

Leitung: Fabian Dubberke, Erlebnispädagoge und Wanderführer  
Tobias Burgenmeister, Referent Freiwilliges Engagement

**Anmeldeformular Seminare BFD Ü27**

	<b>Seminar-Nr.</b>	<b>Seminartitel</b>	<b>Datum</b>	<b>Anzahl Tage</b>
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				

Name: \_\_\_\_\_

Einsatzstelle: \_\_\_\_\_

Telefonnummer dienstlich: \_\_\_\_\_ privat: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

**Anmeldung zu den Seminaren:**

Diakonisches Werk Württemberg  
BFD Ü27  
Postfach 10 11 51  
70010 Stuttgart  
Tel.: 07 11 / 16 56 - 427  
Fax: 07 11 / 16 56 - 49 427  
E-Mail: [bufdi27@diakonie-wuerttemberg.de](mailto:bufdi27@diakonie-wuerttemberg.de)

**Ihre Ansprechpersonen für den BFD Ü27 im Diakonischen Werk Württemberg:**

Tobias Burgenmeister  
Tel.: 07 11 / 16 56 - 440  
E-Mail: [burgenmeister.t@diakonie-wue.de](mailto:burgenmeister.t@diakonie-wue.de)

Ute Fischer  
Tel.: 07 11 / 16 56 - 415  
E-Mail: [fischer.u@diakonie-wue.de](mailto:fischer.u@diakonie-wue.de)

Svenja Fuchs  
Tel.: 07 11 / 16 56 - 456  
E-Mail: [fuchs.s@diakonie-wue.de](mailto:fuchs.s@diakonie-wue.de)

Klaus Pertschy  
Tel.: 07 11 / 16 56 - 427  
E-Mail: [pertschy.k@diakonie-wue.de](mailto:pertschy.k@diakonie-wue.de)

Sabine Zeller  
Tel.: 07 11 / 16 56 - 311  
E-Mail: [zeller.s@diakonie-wue.de](mailto:zeller.s@diakonie-wue.de)

**Infos zum BFD Ü27 in der Diakonie Württemberg:**

[www.bufdi27-diakonie.de](http://www.bufdi27-diakonie.de)