



Freiwilligenagentur GemeinSinn  
Gorch-Fock-Str. 15  
97421 Schweinfurt

Tel.: 09721-94 904 27  
Fax: 09721-94 904 19  
Email: [info@freiwilligenagentur-gemeinsinn.de](mailto:info@freiwilligenagentur-gemeinsinn.de)  
[www.freiwilligenagentur-gemeinsinn.de](http://www.freiwilligenagentur-gemeinsinn.de)

## Kostenfreie Seminare für ehrenamtlich Engagierte



Freiwilligenagentur  
**GemeinSinn**  
+ zusammen geht's!

### Kontakt VHS Schweinfurt:

Volkshochschule der Stadt Schweinfurt  
Markt 1  
97421 Schweinfurt

Telefon: 09721 - 51 54 44  
Telefax: 09721 - 51 54 45  
E-Mail: [vhs@schweinfurt.de](mailto:vhs@schweinfurt.de)

### Öffnungszeiten:

Mo - Mi & Fr: 8:30 - 12:00  
Do: 8:30 - 12:00, 15:00 - 17:00

### Kontakt VHS Gerolzhofen:

Volkshochschule der Stadt Gerolzhofen  
Spitalstraße 10  
97447 Gerolzhofen

Telefon: 09382 - 99 60 3  
Telefax: 09382 - 99 60 5  
E-Mail: [vhs@gerolzhofen.de](mailto:vhs@gerolzhofen.de)

### Öffnungszeiten:

Mo & Di: 9:00 - 12:30, 14:00 - 16:00  
Mi & Fr: 9:00 - 12:30  
Do: 9:00 - 12:30, 14:00 - 17:00

Die Kursreihe ist ein Angebot der Freiwilligenagentur GemeinSinn in Kooperation mit der Volkshochschule Gerolzhofen und der Volkshochschule Schweinfurt.  
Der Druck dieses Flyers erfolgte CO2-neutralisiert.



**Bayerisches  
Rotes  
Kreuz**



Die Freiwilligenagentur GemeinSinn wird gefördert durch den Landkreis Schweinfurt. Träger: BRK Kreisverband Schweinfurt

Wir freuen uns, Ihnen auch im Frühjahr 2016 wieder Fortbildungsveranstaltungen zur Unterstützung Ihrer ehrenamtlichen Arbeit anbieten zu können.

In diesem Semester gibt es für Sie wieder bewährte, wie auch einige neue Themen und Referenten.

Bitte beachten Sie bei der Anmeldung den jeweiligen Anmeldestart und Ansprechpartner. Um Personen in der Warteliste eine Teilnahme zu ermöglichen, bitten wir bei Verhinderung um möglichst frühe Abmeldung.

Die Freiwilligenagentur GemeinSinn ist eine Einrichtung zur Förderung des bürgerschaftlichen Engagements im Landkreis Schweinfurt. Sie wird gefördert durch den Landkreis Schweinfurt, Träger ist der BRK Kreisverband Schweinfurt.

Wir wünschen viel Spaß und Erfolg bei Ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit und freuen uns über Ihren Besuch!

**Die Teilnahme an den Veranstaltungen aus dieser Veranstaltungsreihe ist kostenfrei.**

## Durch Sprache gewinnen - Tipps und Tricks aus Rhetorik und Körpersprache

Die Fähigkeit heute durch Sprache und Auftreten Menschen für Ideen und Projekte zu gewinnen, ist einer der wichtigsten Erfolgsfaktoren. Gerade im ehrenamtlichen Bereich gilt es Energie und Engagement auszustrahlen, um auch andere Menschen zu motivieren.

Lassen Sie sich deshalb mitreißen in die spannende Welt der menschlichen Überzeugungskraft! Lernen Sie die Geheimnisse des sprachlichen und nonverbalen Wirkens kennen, die Menschen oft so erstaunlich erfolgreich macht.

Staunen Sie über Erfolge, die Sie sofort in Ihrem Alltag mit Menschen einbauen können.

**Referentin:** Susanne Lohrey,  
Kommunikationstrainerin und  
Business-Coach

**Ort:** Gerolzhofen, Bürgerspital,  
Spitalstr. 10

**Termin:** 12.03.2016, 09:00 bis 17:00 Uhr

**Anmeldung:** VHS Gerolzhofen: 09382-99603

**Anmeldestart:** 1. Februar 2016

## Zeitmanagement

Wenn man versucht Freunde, Familie, Arbeit und auch noch ein Ehrenamt unter einen Hut zu bekommen entsteht häufig das Gefühl „Ich habe ja keine Zeit!“. Daraus folgt die Gefahr, Prioritäten falsch zu setzen, sich auf unwichtige Dinge zu konzentrieren und somit wirklich wertvolle Zeit zu verlieren.

In diesem Vortrag werden Grundlagen und Techniken des Zeit- und damit auch Selbstmanagements vermittelt. Alles im Fokus der Freiwilligenarbeit bzw. des Ehrenamts.

**Referent:** Thomas Stadler (Betriebswirt, Train the Trainer, Dozent der Erwachsenenbildung)

**Ort:** Gerolzhofen, Mittelschule,  
Lülsfelder Weg 6

**Termin:** 16.03.2016, 18:30 bis 21:00 Uhr

**Anmeldung:** VHS Gerolzhofen: 09382-99603

**Anmeldestart:** 1. Februar 2016

## Versicherungsschutz bei ehrenamtlichen Tätigkeiten Schwerpunkt: Sportvereine und Kirchen

Sie sind in Ihrem (Sport-)Verein ehrenamtlich engagiert oder arbeiten ehrenamtlich für eine kirchliche Einrichtung?

Dieser Kurs informiert über die gesetzlichen Voraussetzungen und Möglichkeiten des Versicherungsschutzes bei ehrenamtlicher Tätigkeit im Zuständigkeitsbereich der Verwaltungsberufsgenossenschaft. Sie erhalten einen Überblick über den Umfang des Versicherungsschutzes sowie über die daraus resultierenden Leistungen.

**Referentin:** Martina Fuchs VBG,  
Unternehmensbetreuung

**Ort:** Schwebheim Mehrzweckhalle,  
Schulstr. 20

**Termin:** 04.04.2016, 18:30 bis 21:00 Uhr

**Anmeldung:** VHS Außenstelle Schwebheim,  
Frau Klenk: 09723-910118

**Anmeldestart:** 15. Februar 2016

## Praxiskurs: MS Excel für Vereine

Der Kurs richtet sich an Verantwortliche in einem Verein, die mit Excel arbeiten und ihr Wissen auffrischen oder vertiefen möchten. Im Kurs wird zu Beginn auf die wichtigsten grundlegenden Programmfunktionen eingegangen. Anschließend werden einzelne Themen intensiver betrachtet.

- mit Funktionen arbeiten, Zellbezüge, effiziente Listenverwaltung

- bedingte Formatierung, Diagramme, hilfreiche Tastenkombinationen

- effizient Serienbriefe im Zusammenspiel mit Word erstellen

Als hilfreiche Unterlage werden einige Tipps & Tricks sowie ein Übersichtsblatt zu den wichtigsten Tastenkombinationen ausgeteilt.

**Referent:** Volker Peter (EDV Dozent)

**Ort:** Schweinfurt, VHS Schweinfurt,  
Schultesstraße 19b

**Termin:** 23.04.2016, 10:00 bis 16:00 Uhr

**Anmeldung:** VHS Schweinfurt: 09721-515444

**Anmeldestart:** 15. Februar 2016

## Power durch Ernährung für das Ehrenamt

Eine richtige Ernährung ist die entscheidende Voraussetzung für unser Wohlbefinden, unsere Gesundheit und unsere Leistungsfähigkeit. Mit Spaß und Genuss gesund essen und trinken ist leichter gesagt als getan.

Ein Lebensmittel, das alle Nährstoffe in der richtigen Menge enthält, gibt es nicht. Deshalb ist die richtige Kombination von Lebensmitteln wichtig.

Ein alltagstaugliches Praxismodell, mit deren Hilfe jeder sein Essverhalten überprüfen und verbessern kann, ist die aid- Ernährungspyramide, die in der Veranstaltung näher besprochen wird.

**Referentin:** Antje Omert (Dipl.oec.troph.)

**Ort:** Gerolzhofen, Mittelschule,  
Lülsfelder Weg 6

**Termin:** 26.04.2016, 18:30 bis 21:00 Uhr

**Anmeldung:** VHS Gerolzhofen: 09382-99603

**Anmeldestart:** 1. Februar 2016

## Umgang mit verhaltensauffälligen Kindern

„Verhaltensauffällige Kinder“ - Bei den meisten taucht bei diesem Stichwort sofort das Bild eines ihrer Teilnehmer auf.

Diese stören, erschweren, bremsen und behindern die geplanten Stunden meist regelmäßig.

Um die Arbeit auf diesem Gebiet zukünftig zu erleichtern und Angebote möglichst ohne große Unterbrechungen möglich zu machen, bieten unsere Experten einen praxisorientierten Workshop an.

**Referenten:** Kristina Unsleber B.A. und  
Ronald Kraatz M.A.

**Ort:** Schweinfurt, BRK-Haus, Gorch-  
Fock-Str.15

**Termin:** 10.05.2016, 18:30 bis 21:00 Uhr

**Anmeldung:** Freiwilligenagentur GemeinSinn  
09721-94 904 27

**Anmeldestart:** 15. Februar 2016

## Vorankündigung: 5 Jahre Freiwilligenagentur

**Termin:** 12.11.2016

**Anmeldung:** Freiwilligenagentur GemeinSinn  
09721 - 94 904 27

