

# «Miteinander»

## Bildungsreihe 2023 für Freiwillige

Ein Kooperationsangebot der  
Caritas Bern und der  
Fachstelle Sozialarbeit der  
Katholischen Kirche Region Bern

**CARITAS** Bern  
Berne



Katholische Kirche Region Bern  
Pastoralraum Region Bern

Datum	Was
Mittwoch 25. Januar 18–20.30 Uhr	<b>Grundlagen Asylverfahren und Aufenthaltsbewilligungen</b> Menschen sind seit jeher auf der Flucht. Was sind die Hauptherkunftsländer von Geflüchteten in der Schweiz, was sind die Fluchtgründe? Welche Beurteilungskriterien werden für Asylgesuche angewandt? Welche Aufenthaltsbewilligungen gibt es und was sind die Folgen für den Aufenthalt im Kanton Bern? • <b>Expertinnen von der KKF</b>
Mittwoch 8. März 18–20.30 Uhr	<b>Workshop Selbstfürsorge</b> Freiwilligenarbeit kann mit hohen emotionalen Herausforderungen verbunden sein. Im Workshop setzen wir uns mit den eigenen Erwartungen auseinander und entdecken Wege mit schwierigen Gefühlen und Gedanken umzugehen. Wo finden wir Ressourcen und können Energie tanken? Übungen zeigen uns, wie wir achtsam mit uns und unserem Körper umgehen und Stress abbauen können. • <b>Daniela Luvisutti, dipl. Yogalehrerin/Coach Empathisches Counseling i.A. (basiert auf Gewaltfreier Kommunikation nach M. Rosenberg)</b>
Donnerstag 8. Juni 18–20.30 Uhr	<b>Humor verbindet!</b> Wenn wir miteinander lachen und humorvolle Momente erleben, sind Sprache und Herkunft nebensächlich. Humor bildet die gemeinsame Basis und lässt den wertschätzenden, spielerischen, unbefangenen und gelassenen Umgang miteinander zu. • <b>Gabriela Imhof, Humorberaterin/Erwachsenenbildnerin, RealisAction</b>
Mittwoch 23. August 18–20.30 Uhr	<b>Als Freiwillige mit Menschen mit Demenz unterwegs</b> Dementielle Erkrankungen begegnen uns bei freiwilligen Einsätzen und im Alltag. Wenn sich Menschen nicht «den Normen entsprechend» verhalten, kann dies bei uns Hilflosigkeit und Unsicherheiten auslösen. Warum ist das so? Was ist eigentlich Demenz? Wie kann ich mit bestimmten Verhaltensweisen umgehen? Was ist unsere Haltung, wie treten wir weiterhin in Kontakt miteinander? Anhand von (eigenen) Fallbeispielen werden konkrete Situationen besprochen und Situationen geübt. • <b>Natalie Hamela, Fachberaterin Demenz, Alzheimer Bern</b>

Datum	Was
Donnerstag 21. September 18–20.30 Uhr	<b>Transkulturelle Kompetenz - von eigenen und fremden Perspektiven</b> Interaktive Auseinandersetzung mit dem Kulturbegriff und stereotypisierten Denkweisen: Was bedeutet eigentlich «Kultur»? Wie kann ich in transkulturellen Situationen möglichst vorurteilsbewusst handeln? • <b>Expertinnen von der KKF</b>
Montag 30. Oktober 18–20.30 Uhr	<b>Kinderschutz und Kindeswohl</b> Der Schutz von Kindern vor sexuellen Übergriffen sowie eine professionelle Gestaltung von Nähe und Distanz gehören zu den Grundvoraussetzungen für die Arbeit mit und der Betreuung von Kindern. Doch was heisst das genau? Wie ist der Grundsatz «Mein Körper gehört mir» umsetzbar? Wie nah ist zu nah? Was können wir als Freiwillige zur Prävention beitragen? Was können wir tun, wenn wir vermuten, dass ein Kind Grenzverletzungen oder sexuelle Übergriffe erlebt? • <b>Linda Borner, Beraterin/Stv. Leiterin, Fachstelle Lantana</b>
<b>Wo?</b>	→ <b>Kursort:</b> Haus der Begegnung, Mittelstrasse 6a, 3012 Bern
<b>Wie?</b>	→ <b>Anmeldung bis eine Woche vor dem Anlass per Mail oder Telefon an:</b> <b>freiwilligenarbeit@caritas-bern.ch, 031 378 60 33</b> <b>Wir bitten um Angaben zu Ihrem Einsatzort (Pfarrei, Caritas oder andere) und Projekt sowie Kontaktangaben.</b>
<b>Weiteres?</b>	→ Informationen zur Freiwilligenarbeit • Caritas Bern unter <a href="http://www.caritas-bern.ch">www.caritas-bern.ch</a> > aktiv werden • Katholische Kirche Region Bern unter <a href="http://www.kathbern.ch/fasa">www.kathbern.ch/fasa</a>