

Kinder- und Jugendwerk Ost  
**Referat Freiwilligendienste**

# **Bundesfreiwilligendienst 27+**

*Seminarprogramm Juli – Dezember 2020*



*Liebe Freiwillige,*

wir freuen uns, Ihnen unser Seminarangebot für das zweite Halbjahr 2020 präsentieren zu können. Bei der Auswahl der Seminarthemen haben wir versucht, verschiedene Themengebiete zu berücksichtigen. Alle Seminare werden durch eine Kollegin oder einen Kollegen unseres Teams begleitet. Für die fachlichen Inhalte haben wir zum Teil Gastreferenten eingeladen, die gemeinsam mit Ihnen die Themen erarbeiten.

Sie können rechnerisch pro Dienstmonat einen Seminartag einplanen, wobei es auch möglich ist, mehrere Seminare pro Monat zu besuchen. Bitte nutzen Sie dieses Heft als Orientierung, sodass Sie in Ihren Einsatzstellen schon vorab und langfristig klären können, zu welchen Zeiten Sie nicht arbeiten werden. Für die Seminartage werden Sie freigestellt.

Sie können sich mit dem beiliegenden Formular anmelden oder uns einfach eine E-Mail schicken. Die Kontaktdaten finden Sie auf dem Rückmeldebogen. Bitte beachten Sie bei der Anmeldung, dass alle Seminare in der Anzahl der Teilnehmer begrenzt sind. Eine rechtzeitige Rückmeldung zu Ihren Wunschseminaren erhöht Ihre und unsere Planungssicherheit. Sobald Ihre Anmeldung bei uns eingegangen ist, bekommen Sie eine Bestätigung Ihrer Seminartermine und ca. 2 Wochen vor dem Seminar eine ausführliche Einladung.

Rufen Sie uns bitte an, wenn Sie Fragen oder Anregungen zu dem vorliegenden Programmheft haben. Wir freuen uns auf die gemeinsame Zeit mit Ihnen.

Herzliche Grüße im Namen des gesamten Teams,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Luisa', with a long horizontal flourish extending to the right.

Luisa Kloese,

*Referentin Freiwilligendienste*

# juli 2020

---

**08.07.2020**

*Perspektive wechseln – eine Tour im Kanu*

Manchmal kommt es auf die Perspektive an... Wir werden an diesem Tag die Leipziger Gewässer aus der Bootsperspektive (Kanu) erleben. Und ganz nebenbei kommt es darauf an, exakte Absprachen zu treffen. Es gilt sich aufeinander abzustimmen und gemeinsame Strategien zur optimalen Bootsführung zu entwickeln. Geradeaus fahren ist nicht so einfach, wie man denkt!

*(nur für Schwimmer geeignet)*

*Ort: Leipzig*

*Leitung: Luisa Klose*



# *august 2020*

---

**12.08.2020**

*Umgang mit Krankheit – Leid – Tod*

"Krankheit – Leid - Tod" - ein schwieriges, oft mit Angst besetztes Thema! Dennoch gehört Krankheit und Sterben zu unserem Leben dazu, und nicht selten spielen sie in der Arbeit im Freiwilligendienst eine wichtige Rolle. Die Beschäftigung mit dem Thema soll helfen, eigene Ängste zu überwinden und auf den sensiblen Umgang mit betroffenen Menschen vorzubereiten. In Einzel- und Gruppenarbeit sowie kurzen theoretischen Einführungen wollen wir uns mit dem Thema auseinandersetzen.

*Ort: Chemnitz*

*Leitung: Luisa Klose*



# september 2020

---

**16.09.2020**

*Lebenskunst*

„Der Begriff Lebenskunst (lateinisch *ars vivendi*) ist ein Begriff aus der Philosophie, der in unterschiedlichen Zusammenhängen verwendet wird, in denen es um die Daseinsbewältigung des Individuums geht.“ (Quelle: [www.wikipedia.de](http://www.wikipedia.de)). Man könnte also sagen: Wir beschäftigen uns im Seminar mit einem philosophischen Thema. Und wie das so ist in der Philosophie, geht es an erster Stelle darum Fragen zu stellen und erst an zweiter Stelle, auf diese eine Antwort zu finden. Welche Fragen könnten wir uns also stellen? Fragen an das eigene Lebenskonzept, Fragen zum Umgang mit eigenen und fremden Erwartungen an das Leben und Fragen zu herausfordernden Lebenssituationen. Wir finden an dem Seminartag bestimmt noch weitere Fragen und vielleicht auch einige Antworten.

Ort: Leipzig

Leitung: Luisa Klose

**23.10.2020**

*Selbstverteidigung nach Krav Maga*

Krav Maga (hebräisch Kontaktkampf) ist ein israelisches Selbstverteidigungs-system, welches sich mit allen relevanten Aspekten der Selbstverteidigung (bewaffnete, unbewaffnete Angriffe; Überzahlsituationen; Bodenkampf,...) beschäftigt. Dieser Basiskurs vermittelt in Theorie und Praxis Grundlagen der Deeskalation und gibt dem Teilnehmer Lösungen an die Hand, falls ein Konflikt eskaliert.

Ort: Chemnitz

Leitung: Holger Zwinzschner

# oktober 2020

---

**15.10.2020**

*Wie gestalte ich mein Leben? – Gestalttherapie entdecken*

Gestalttherapie ist eine erfahrungsbezogene Psychotherapieform, bei der in Gesprächen und kleinen Übungen die bewusste Wahrnehmung unterstützt wird, wie ich mit mir und meiner Umwelt in Kontakt trete. Dieses Gewahrsein ist die Grundlage dafür, selbstbestimmt Neues zu tun. Der Workshop lädt ein, auszuprobieren mit sich und anderen auf achtsame Weise in Kontakt zu kommen.

*Ort: Leipzig*

*Leitung: Luisa Klose*



# *november 2020*

---

**03.11.2020**

*Besuch der Gedenkstätte „Geschlossener Jugendwerkhof Torgau“ e.V.*

Die Gedenkstätte dokumentiert die Geschichte des Geschlossenen Jugendwerkhofs Torgau und erinnert somit am authentischen Ort an die einzige geschlossene Disziplinierungseinrichtung der DDR-Jugendhilfe und somit an die mehr als 4.000 betroffenen Menschen.

Bei einer Führung durch die Gedenkstätte gibt es die Möglichkeit, das Jugendhilfesystem der DDR und die Geschichte des Jugendwerkhofes kennenzulernen. Im anschließenden Zeitzeugengespräch berichten Betroffene aus ihrer Biographie über ihre Zeit im Geschlossenen Jugendwerkhof Torgau und die Folgen für ihren persönlichen Lebensweg.

*Ort: Torgau*

*Leitung: Luisa Klose*

**25.11.2020**

*„Ein Gläschen in Ehren kann niemand verwehren.“ – Besuch einer Suchtberatungsstelle*

Wie gehen wir mit Süchten und Abhängigkeiten um, die das Leben und den Alltag bestimmen? Welche Wege führen in das Krankheitsbild Abhängigkeit und welche wieder heraus? Und was passiert den Menschen, die ebenfalls von Sucht und Abhängigkeit betroffen sind, weil sie mit Süchtigen zusammen leben oder arbeiten?

Wir werden versuchen, diesen und weiteren Fragen mit Experten aus der Praxis nachzugehen.

*Ort: Chemnitz*

*Leitung: Luisa Klose*

# dezember 2020

---

**16.12.2019**

*Advent, Advent...*

Das Weihnachtsfest steht vor der Tür und die Adventszeit sollte uns die Möglichkeit geben, uns in „freudiger Erwartung“ auf dieses Fest vorzubereiten.

Wie begehen wir die Adventszeit? Ist Weihnachten das besondere Fest oder eher eine Pflichtveranstaltung? Mit diesen Fragen wollen wir uns an diesem Tag über den persönlichen Bezug zur Advents- und Weihnachtszeit austauschen. Nebenbei werden wir uns bei besinnlichen Texten, kreativem Handwerkeln und kulinarischen Leckereien auf die Weihnachtszeit einstimmen.

*Ort:* Chemnitz

*Leitung:* Luisa Klose



# ÜBERSICHT DER SEMINARE

<b>Termin</b>	<b>Seminar</b>	<b>Ort</b>
<i>08.07.2020</i>	Kanutour	<i>Leipzig</i>
<i>12.08.2020</i>	Krankheit – Leid - Tod	<i>Chemnitz</i>
<i>16.09.2020</i>	Lebenskunst	<i>Leipzig</i>
<i>23.09.2020</i>	Krav Maga	<i>Chemnitz</i>
<i>15.10.2020</i>	Gestalttherapie	<i>Leipzig</i>
<i>03.11.2020</i>	Jugendwerkhof Torgau	<i>Torgau</i>
<i>25.11.2020</i>	Sucht	<i>Chemnitz</i>
<i>16.12.2020</i>	Advent, Advent...	<i>Chemnitz</i>



Bitte so schnell wie möglich ans Referat Freiwilligendienste per E-Mail ([fsj@kjwost.de](mailto:fsj@kjwost.de)), per Fax (0341/999 95 72) oder per Post (Paul-Gruner-Straße 26, 04107 Leipzig)

**Rückmeldung Bundesfreiwilligendienst 27+  
Seminarartnahme Juli - Dezember 2019**

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

Seminarwunschliste (nach Wichtigkeit bzw. Interesse des Teilnehmers geordnet):

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

6. \_\_\_\_\_

7. \_\_\_\_\_

Eingangdatum (vom Referat Freiwilligendienste auszufüllen):



Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend