

Die **Herner Akademie für Selbsthilfe und Bürgerengagement** ist eine gemeinsame Initiative des **Bürger-Selbsthilfe-Zentrums (BüZ)** und des **Ehrenamtsbüros der Stadt Herne**.

Bürgerschaftliches Engagement – egal, ob im Verein, in der Selbsthilfegruppe oder in der Familie und Nachbarschaft – benötigt besondere Fertigkeiten, Informationen und spezielles Wissen. Diese Qualifikationen vermittelt die Akademie seit 2008 in regelmäßigen Informationsveranstaltungen, Fortbildungskursen und Gesprächskreisen.

Das Weiterbildungsangebot der Akademie richtet sich an alle interessierten Herner Bürgerinnen und Bürger. Besonders eingeladen sind jedoch Menschen, die sich bereits bürgerschaftlich engagieren oder zukünftig engagieren wollen. Darüber hinaus sind auch hauptberufliche Mitarbeiter/-innen sozialer und gesundheitlicher Einrichtungen und Dienste willkommen.

Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kostenfrei. Um Anmeldung per Telefon oder E-Mail wird gebeten.

Telefon 02323 16-3636

oder

02323 16-1716

E-Mail buenger-selbsthilfe-zentrum@herne.de

oder

ehrenamt@herne.de



Bürger-Selbsthilfe-Zentrum (BüZ)

Rathausstraße 6
44649 Herne

Ehrenamtsbüro

Rathaus Herne
Friedrich-Ebert-Platz 2
44623 Herne

 **Stadt Herne**

Veranstaltungen 1 / 2019



Herner Akademie für Selbsthilfe und Bürgerengagement



 **Stadt Herne**

Montag | 21. Januar 2019

10:00 - 15:00 Uhr

Rathaus Herne | Friedrich-Ebert-Platz 2
44623 Herne | Raum 429 / 3. OG

„Es war einmal ...“

In den Märchen der Völker finden wir einen kostbaren Schatz an Lebenserfahrungen zahlloser Generationen. In Kindergärten und Schulen treffen verschiedene Kulturen aufeinander. Was uns verbindet sind unter anderem die Märchen.

Sie erzählen von Themen, die alle Menschen kennen und interessieren. Die Teilnehmenden lernen Märchen für Kinder auch aus anderen Kulturkreisen kennen.

Folgende Themen werden außerdem Inhalt des Seminars sein:

- **Märchentheorie**
- **Märchen kreativ umgesetzt (Boden-Bild-legen / Märchen aus der Schachtel / Kamishibai)**
- **Märchen und Bilderbuch**
- **Aktuelle Literatur**

Dieser Workshop eignet sich insbesondere für Lesepatinnen und Lesepaten.

Die Teilnahme an dieser Veranstaltung ist kostenfrei, eine Anmeldung ist erforderlich.

REFERENTIN: **Sabine Schulz**

(Dipl. Sozialwissenschaftlerin, Literaturpädagogin, Erzählerin)

Donnerstag | 7. März 2019

15:00 - 16:30 Uhr

Bürger-Selbsthilfe-Zentrum (BüZ) | Fachbereich
Gesundheit | Rathausstraße 6 | 44649 Herne

Yoga auf dem Stuhl

Eine Auszeit für Ehrenamtliche

Ehrenamtliche Unterstützung schenkt oft Freude – sowohl dem Adressaten der Hilfeleistung als auch dem Ehrenamtlichen selbst. Um jedoch genügend Kraft für das Ehrenamt bereit zu stellen, sind Stunden des Auftankens und Bei-sich-seins wichtig.

Sorgen Sie daher bei einer Yoga-Stunde auf dem Stuhl für sich selbst, genießen Sie die einfachen Körperübungen, die Sie sitzend ausführen können. Lassen Sie Ihren Atem fließen und entspannen Sie bei einer Phantasiereise und den Klängen von Klangschalen.

Um Anmeldung wird gebeten.

REFERENTIN: **Silke Mattelé**

(Diplom-Pflegewissenschaftlerin, Yogalehrerin)



Donnerstag | 4. April 2019

15:00 - 18:00 Uhr

Bürger-Selbsthilfe-Zentrum (BüZ) | Fachbereich
Gesundheit | Rathausstraße 6 | 44649 Herne

Erste-Hilfe-Kurs

für Senioren/-innen oder körperlich eingeschränkte Personen

Themenschwerpunkte, die in einem verkürzten Erste-Hilfe-Kurs besprochen und geübt werden sollen:

1. Notwendigkeit zum Helfen und Rechtsgrundlagen der Ersten Hilfe
2. Erkennen eines Notfalls, erstes Handeln, Auffinden einer Person
3. Vorgehensweise für Ersthelfer demonstriert am Beispiel einer gestürzten Person
4. Notruf absetzen und Rettungskette
5. Bewusstlosigkeit, stabile Seitenlage, Anwenden der stabilen Seitenlagen, bzw. Anleitung durch Dritte
6. Herz-Kreislauf Erkrankungen erkennen, sicheres Handeln und Lagern von betroffenen Personen
7. Schlaganfall
8. Herz-Lungen Wiederbelebung (HWL), Übung am Phantom, bzw. Einweisung in die HWL durch Dritte
9. Anwendung der HWL unter Zuhilfenahme eines Defibrillators
10. Verbandskunde und Wundversorgung allgemein, praktische Übungen verschiedener Verbandstechniken durch die Kursteilnehmer

Um Anmeldung wird gebeten.

REFERENTIN: **Dr. G. Krause**

(DRK Kreisverband Herne/Wanne-Eickel e.V.)