

**MACHEN  
SIE MIT!**



**Newsletter | Ehrenamt in Düsseldorf**

**AUSGABE 2017/4**

**DIES & DAS**



## Werbekampagne fürs Ehrenamt

Sie begegnen einem im Internet, als Poster auf Plakatwänden und Litfaßsäulen, als Gratispostkarten in Restaurants, Cafés und Kneipen – die nachdenklichen Motive aus der neuen Werbekampagne der Freiwilligenagenturen **impuls** (Caritas) und MachMit (Diakonie). Sie stellen Fragen, die einladen, sich Klarheit zu verschaffen. Sich Themen bewusst zu machen, die vielleicht noch unscharf sind – wie die Portraits hinter dem Text. Wahre Werte zu leben.

Düsseldorf ist bereit zu helfen, das hat die Flüchtlingskrise auf ergreifende Weise gezeigt. Doch nach der großen Welle steht das Thema Ehrenamt aktuell nicht mehr im Fokus. Das will die Kampagne ändern. Sie soll Menschen aktivieren, die sich engagieren möchten. Hunderte Einsatzorte stehen zur Auswahl. Wir freuen uns darauf, den richtigen für Sie zu finden – individuell nach Ihren Interessen und verfügbarer Zeit. Kontaktieren Sie uns, wir beraten Sie gerne!





## Lust auf Adventsstimmung

Die Abende werden länger, die Temperaturen sinken und die Adventszeit naht. Gönnen Sie sich jetzt ein wenig Seelenwärme und Besinnlichkeit.

### Wandkalender für den Advent

In den vergangenen Jahren ist das Angebot an Adventskalendern rapide angestiegen – mit Leckereien, Spielzeugen und anderen Überraschungen für Kinder, Erwachsene und sogar Haustiere. Schön, dass es auch inspirierende Varianten gibt wie den Wandkalender „Auszeit für die Seele“. Er lädt mit hochwertigen Bildern und einfühlsamen Texten ein, sich vom Trubel der Vorweihnachtszeit zu befreien und Momente der Ruhe und Besinnung zu schaffen. 54 Seiten, 5,90 Euro. Zu bestellen unter [www.vivat.de/shop/](http://www.vivat.de/shop/)

### Impulse per E-Mail

Oder lassen Sie sich elektronisch mit Adventsbotschaften versorgen: Das ökumenische Projekt „Advent-online.de“ versendet vom ersten Adventssonntag bis Heiligabend täglich eine E-Mail mit einem biblischen Text und einem geistlichen Impuls. Die Beiträge stammen abwechselnd von katholischen und evangelischen Autorinnen und Autoren. Einfach mit E-Mail-Adresse anmelden unter [www.advent-online.de/](http://www.advent-online.de/)

### Singen Sie mit!

Wer musikalische Unterstützung für seine Adventsstimmung sucht, findet Noten, Texte und Instrumentalversionen der beliebtesten Weihnachtslieder zum Herunterladen unter [www.anderezeiten.de/adventssingen/](http://www.anderezeiten.de/adventssingen/)



**MACHEN  
SIE MIT!**



**Newsletter | Ehrenamt in Düsseldorf**

AUSGABE 2017/4

## **Einladung zum DEG-Spiel**



**gegen**



**Zum Dank für Ihr ehrenamtliches Engagement laden wir Sie ein zum Eishockey-Spiel der Düsseldorfer DEG gegen die Krefelder Pinguine am 8. Dezember 2017.**

Seien Sie dabei und fiebern Sie mit! Sie erleben ein spannendes Heimderby mit spektakulärer Stimmung und eiskalten Spielzügen – beide Mannschaften liefern sich in der aktuellen Spielzeit ein knallhartes Duell. Wir freuen uns, wenn Sie dabei sind!

**DEG gegen KEV Pinguine  
Freitag, 8. Dezember 2017, 19:30 Uhr  
ISS-Dome  
Theodorstraße 281  
40472 Düsseldorf**

Als ehrenamtlich Aktive in den Diensten und Einrichtungen der Caritas erhalten Sie zwei Karten – für sich und für eine Begleitperson. **Bestellen Sie Ihre Karten bitte bis spätestens Mittwoch, den 15. November in Ihrer Einrichtung oder per E-Mail unter: [fwa.impuls@caritas-duesseldorf.de](mailto:fwa.impuls@caritas-duesseldorf.de)**

Bitte nennen Sie uns in der E-Mail Ihren Vor- und Nachnamen, E-Mail-Adresse, Telefonnummer, die Caritas-Einrichtung, in der Sie tätig sind, sowie die gewünschte Kartenanzahl.

Die Karten gelten als Fahrkarte im ÖPNV im Stadtgebiet. Ab ca. 2 Stunden vor Spielbeginn und bis ca. 22:30 Uhr fahren Sonderbusse von und zu den S-Bahnhöfen Rath sowie Unterath. Kosten für das Parkhaus am ISS-Dome (ca. 5 Euro) müssen selbst getragen werden.

**Die Karten liegen abholbereit für Sie ab dem 28. November 2017 in Ihrer Caritas Einrichtung oder auf Wunsch an der Rezeption des Sozialen Zentrums & Familienzentrums, Leopoldstraße 30, Düsseldorf-Innenstadt aus.**

**MACHEN  
SIE MIT!**



Caritasverband  
Düsseldorf

**Newsletter | Ehrenamt in Düsseldorf**

**AUSGABE 2017/4**

**FORTBILDUNGEN  
für Ehrenamtliche**



## Rolle – Motivation – Nähe-Distanzgestaltung

Ehrenamtliche Tätigkeit ist geprägt durch ein wechselseitiges Nehmen und Geben. Hierzu ist eine Rollensicherheit hilfreich, um sich nicht ausgenutzt zu fühlen. Je genauer die eigenen Motivationen bewusst sind und die der unterstützten Person, desto gelungener ist das Miteinander. Immer wieder neu gilt es nicht zuletzt auch kommunikativ Nähe und Distanz zu gestalten. An diesem Fortbildungstag wird es sehr praxisorientiert um das Miteinander in der ehrenamtlichen Tätigkeit gehen. Neben der Reflexion der eigenen Motive wird es auch darum gehen, was es für einen Menschen bedeutet Unterstützung annehmen zu müssen. Wie kann mit der Ablehnung von Hilfeangeboten oder der übermäßigen Forderung von Unterstützung umgegangen werden.

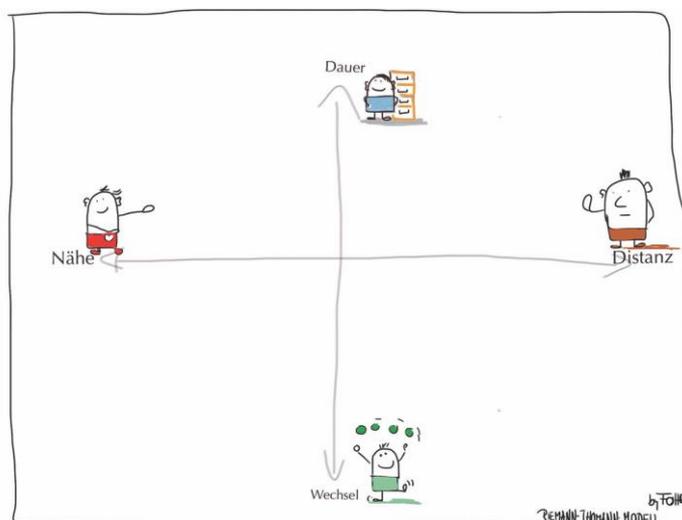
**Termin:** Samstag, 18. November 2017, 10 bis 16 Uhr

**Ort:** Caritashaus St. Barbara, Montanusstraße 42, 41515 Grevenbroich

**Leitung:** Adelheid von Spee

**Gebühren:** Die Teilnahme inkl. Verpflegung ist für Ehrenamtliche aus den Caritasverbänden Kreis Mettmann, Remscheid, Wuppertal/Solingen, Rhein-Kreis Neuss, Düsseldorf und Oberbergischer Kreis kostenfrei.

**Anmeldung:** schnellstmöglich bei Jürgen Weidemann, Caritasverband Rhein-Kreis Neuss e. V., Berghheimer Str. 13, 41515 Grevenbroich  
Tel.: 02181/8199-207  
E-Mail: [juegen.weidemann@caritas-neuss.de](mailto:juegen.weidemann@caritas-neuss.de)





**Newsletter | Ehrenamt in Düsseldorf**

AUSGABE 2017/4

## **Zivilgesellschaft in Bewegung**

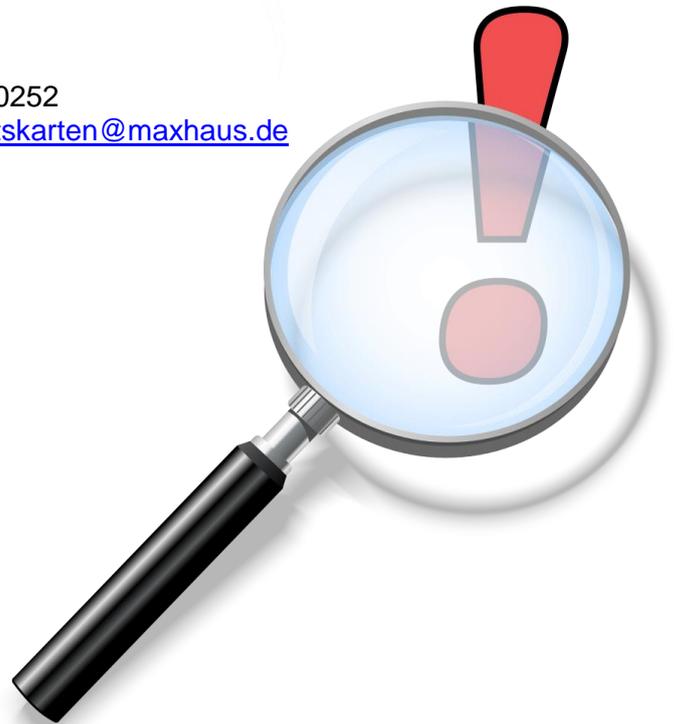
### **Unter die Lupe genommen: Zivilgesellschaftliches Engagement in Düsseldorf**

Seine Stadt lebenswerter gestalten, sich für benachteiligte Menschen einsetzen oder auf die problematischen Folgen der Globalisierung hinweisen – auf unterschiedlichste Weise prägen Bürgerinnen und Bürger die Gesellschaft mit. So handeln wir aus, wie wir leben wollen. Doch wie sieht die Situation konkret in Düsseldorf aus? Wie arbeiten unterschiedliche Initiativen? Und wo warten Herausforderungen? Ausgehend von Positivbeispielen möchte der Abend auf zivilgesellschaftliches Engagement in Düsseldorf blicken.

#### **Darüber sprechen wir mit:**

Marianne Hojczyk, Caritas Freiwilligenagentur **impuls**  
Michael Brockerhoff, Bürgerstiftung Gericcus  
Thomas Eberhardt-Köster, Attac Düsseldorf  
Volker Neupert, Düsseldorfer Appell/Respekt und Mut

- Termin:** Dienstag, 21. November 2017, 19.30 Uhr
- Ort:** Antoniussaal des Maxhauses, Schulstraße 11, 40213 Düsseldorf
- Gebühren:** Eintritt: 3 Euro (erm. 1 Euro)
- Anmeldung:** Telefonisch unter: 0211 9010252  
oder per E-Mail unter: [eintrittskarten@maxhaus.de](mailto:eintrittskarten@maxhaus.de)





**Newsletter | Ehrenamt in Düsseldorf**

AUSGABE 2017/4

## **Einladung zum Stammtisch:**

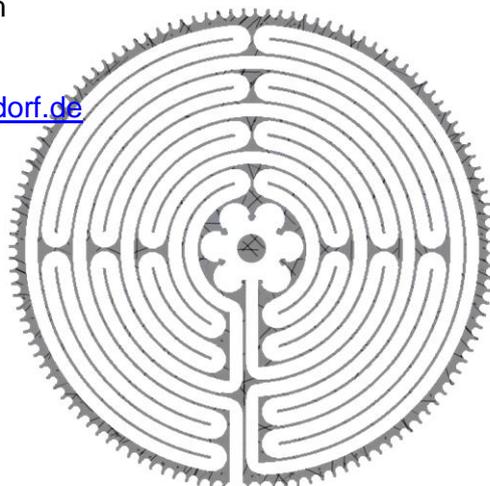
### **Brennen für's Ehrenamt – ohne auszubrennen**

„So langsam wächst mir mein Ehrenamt über den Kopf. Warum tu ich mir das eigentlich an?“ Das sind Fragen, die fast jeder ehrenamtlich Tätige kennt. Mit großem Idealismus wurde ins Ehrenamt gestartet und schnell ist daraus eine richtig große Aufgabe geworden, die viel Energie kostet. Auch Enttäuschungen und Missstände zehren am Engagement der Ehrenamtlichen. Wo zunächst ein „Brennen für eine gute Sache“ vorhanden war, stellt sich langsam das Gefühl des „Ausgebranntseins“ ein. Wir wollen bei diesen Stammtischgesprächen neue Sichtweisen aufzeigen, eigene Ressourcen entdecken und dadurch Kraft tanken für eine erfüllende ehrenamtliche Arbeit.

#### **Folgende Aspekte können die Stammtischgespräche beinhalten:**

- Kommunikation mit Hauptamtlichen, Klienten und „Kollegen“
- Profil: Ehrenamt
- konkrete Schwierigkeiten und akute Probleme der Teilnehmenden
- Ressourcen
- Strategien zur Selbsthilfe

- Termin:** Montag, dem 4. Dezember 2017, 17:30 bis 19 Uhr
- Ort:** Soziales Zentrum Leopoldstraße 30, Konferenzraum 2, 4. Etage
- Kosten:** keine Teilnahmekosten, Platzzahl begrenzt, Anmeldung erforderlich
- Referentin:** Annette Florin M. A. Psychologische Beraterin und Sprecherzieherin (DGSS) [info@sprechzimmer-duesseldorf.de](mailto:info@sprechzimmer-duesseldorf.de)
- Anmeldung:** bis 27.11.2017  
Marianne Hojczyk  
Soziales Zentrum & Familienzentrum  
Leopoldstraße 30, 40211 Düsseldorf  
Telefon 0211 1602-1757  
E-Mail: [fwa.impuls@caritas-duesseldorf.de](mailto:fwa.impuls@caritas-duesseldorf.de)



**MACHEN  
SIE MIT!**



**Newsletter | Ehrenamt in Düsseldorf**

**AUSGABE 2017/4**

**GESUCHE**  
für ehrenamtliche Einsätze



## Newsletter | Ehrenamt in Düsseldorf

AUSGABE 2017/4

### Heiligabend allein? Das muss nicht sein!

Ein christlicher Verein ist am Heiligen Abend Gastgeber für über 600 alleinstehende Männer in Düsseldorf. Helfen Sie mit, die Veranstaltung zu einem feierlichen Ereignis zu machen. Werden Sie Gastgeber/in an den Tischen, unterstützen Sie im Servicebereich oder in der Küche. Sie brauchen lediglich Offenheit für Menschen jeglichen Alters und Herkunft sowie etwa fünf Stunden Zeit am Nachmittag/Abend des 24. Dezember 2017. Zum Dank für Ihren Einsatz werden Sie zum Auftritt von Kabarettisten Kai-Magnus Sting am Freitag, den 26. Januar 2018 eingeladen.



### Sprache ist die Eintrittskarte in die Gesellschaft

Sie sind offen gegenüber anderen Kulturen und verfügen über eine gesunde Portion Gelassenheit? Dann unterstützen Sie ein Flüchtlingskind im Sprachunterricht! Sie begleiten das Kind drei Stunden pro Woche in den Unterricht und spenden Motivation, falls es mal schwierig wird. Sie sind Lesefördernder, damit es mit der deutschen Sprache besser klappt.

### Was haben Sie morgen vor, Gedächtnistraining?

Die Alzheimer Gesellschaft sucht freundliche Freiwillige, die Lust haben, an Demenz erkrankten Menschen zu helfen, indem Sie mit ihnen einmal wöchentlich für zwei bis vier Stunden in Düsseldorf Grafenberg Gedächtnistraining und Ähnliches durchführen. Für diese Aufgabe bringen Sie idealerweise viel Geduld mit. Alles Weitere lernen Sie in einer speziellen Schulung.



### Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Marianne Hojtzyk  
Soziales Zentrum & Familienzentrum  
Leopoldstraße 30, Raum 3.13  
40211 Düsseldorf  
Telefon 0211 1602-1757  
[fwa.impuls@caritas-duesseldorf.de](mailto:fwa.impuls@caritas-duesseldorf.de)



## Newsletter | Ehrenamt in Düsseldorf

AUSGABE 2017/4



### Gemeinsam schmeckt es besser

Kochen Sie gerne, für sich und andere? Dann suchen wir Sie – für eine Kochtätigkeit in Mörsenbroich an jedem 1. und 3. Mittwoch im Monat in der Zeit von 10 bis 17 Uhr.

### Eine Stimme für Geflüchtete

Bereiten Sie Flüchtlinge in einem Workshop zusammen mit dem Kursleiter (ebenfalls Geflüchteter) auf individuelle Aufgaben vor. Das kann z. B. ein Vortrag in einer Kirchengemeinde sein, die Teilnahme an einer Podiumsdiskussion oder Ähnliches. Sie übersetzen und vermitteln die inhaltlichen Basics zwischen Kursleiter und Geflüchteten, deshalb sind Englischkenntnisse erforderlich. Der Workshop wird – nach Absprache – zwischen 17 bis 20 Uhr in der Düsseldorfer Innenstadt stattfinden.



### Erst die Deko, dann das Vergnügen

Sie dekorieren leidenschaftlich gern und hätten Spaß daran, das anderen Menschen zu vermitteln? Zwei Cafés sozialer Einrichtungen in Garath und Rath brauchen Ihre Unterstützung: Zeigen Sie haupt- und ehrenamtlichen Café-Mitarbeitenden zwei Stunden pro Woche, wie man Räume mit wenig Aufwand und Geld verschönern kann!

### Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Marianne Hojczyk  
Soziales Zentrum & Familienzentrum  
Leopoldstraße 30, Raum 3.13  
40211 Düsseldorf  
Telefon 0211 1602-1757  
[fwa.impuls@caritas-duesseldorf.de](mailto:fwa.impuls@caritas-duesseldorf.de)