



Einladung zum Seminar: Selbstfürsorge in der ehrenamtlichen Arbeit mit Flüchtlingen

Liebe Engagierte in der Flüchtlingsarbeit,

als Flüchtlingsrat NRW e.V. möchten wir Sie in Ihrer Tätigkeit für und mit Flüchtlingen stärken. Darum laden wir Sie gerne ein zum Seminar*:

**Freitag,
06.03.2020**

17:00 - 20:00 Uhr

Selbstfürsorge in der ehrenamtlichen Arbeit mit Flüchtlingen

Ehrenamtliche in der Flüchtlingsarbeit stehen vielen Herausforderungen gegenüber. Sie werden mit den belastenden Lebenssituationen von Flüchtlingen, mit zahlreichen dringenden Aufgaben und auch mit rechten Anfeindungen konfrontiert. Flüchtlinge und hauptamtliche Akteure richten vielfältige Erwartungen an die Engagierten, die zugleich hohe Ansprüche an sich selbst haben. Da ist es wichtig, eine gute Balance zwischen den eigenen Bedürfnissen, beruflicher und familiärer Verantwortung und dem ehrenamtlichen Engagement zu finden.

In diesem Seminar werden wir die Sensibilität für die eigenen Bedürfnisse stärken, Energieräuber und -quellen identifizieren und die eigenen Grenzen reflektieren. Wir befassen uns mit sekundärer Traumatisierung, mit den Ursachen von Belastung im Ehrenamt und dem Wie und Warum von Selbstfürsorge. Durch alltagspraktische Tipps und gemeinsamen Austausch entwickeln wir einen positiven Umgang mit den vielen Herausforderungen in der ehrenamtlichen Flüchtlingsarbeit. Ziel des Seminars ist es, gestärkt in das Engagement zurückzugehen und Überforderung und Erschöpfung vorzubeugen.

Referentin: Miriam Harosh-Pätsch, systemische Therapeutin, Fachberaterin für Traumatologie und freiberufliche Referentin für Medica Mondiale

Veranstaltungsort:
i-Punkt Integration
im Treffpunkt Windmühle
Kurt-Schumacher-Straße 62
58730 Fröndenberg/Ruhr



Anmeldung
bis Do., 27.02.
bei:

Maria Fechter
Referentin „Vernetzung des Ehrenamts“
Ehrenamt2@frnrw.de
Tel.: 0234 58 73 15 83