

EHRENAMTLICH ENGAGIERT

BILDUNGSANGEBOTE
FÜR DIE REGION
ESSLINGEN/STUTT GART



PILGERTAG

„Wir machen uns auf den Weg...“

Unser Pilgertag führt uns in diesem Jahr auf den Besinnungsweg „Weit-Blick“, ganz in der Nähe von Nürtingen. Auf der Rundwanderung begegnen uns Skulpturen und Texte, die uns zum Innehalten, zu Austausch und Gespräch einladen. Immer wieder haben wir die Schwäbische Alb im Blick und genießen ganz besondere Ausblicke.

SAMSTAG, 23. SEPTEMBER 2023, 9.30 – 16.00 Uhr

Dozentin: Ingrid Wiesler,
Sozialarbeiterin und Wildpflanzenpädagogin

Treffpunkt:
Stadtkirche St. Laurentius
72622 Nürtingen

„DER KOPF WIRD DEMENT, DAS HERZ ABER NICHT“

Der Umgang mit Menschen, die demenzielle Veränderungen aufweisen, stellt uns alle vor große Herausforderungen. Da hilft es, wichtige Infos über die verschiedenen Demenzerkrankungen sowie die damit einhergehenden körperlichen und psychischen Veränderungen zu erhalten. Frau Stephani Maser wird mit ihrer langjährigen Erfahrung im Austausch mit den Teilnehmenden auf Alltagssituationen eingehen und auch aufzeigen, wie manche erhalten gebliebenen Ressourcen positiv genutzt werden können. Es gelingt ihr, mit dem ein oder anderen nützlichen Alltagstipp dem Thema die Schwere zu nehmen und Mut zu einer wertschätzenden Kommunikation und einem Blickrichtungswechsel zu machen.

FREITAG, 27. OKTOBER 2023, 9.00 – 12.30 Uhr

Dozentin: Stephani Maser,
Ergotherapeutin und Multiplikatorin Demenz-Balance-Modell

Samariterstift Ostfildern
Im Stiftssäle
Kirchgässle 1
73760 Ostfildern

SELBSTVERTEIDIGUNG FÜR JEDEN

Im Alltag kann es Situationen geben, in denen Ihnen jemand zu nahekommt, Sie sogar tätlich angreift und Sie sich selbst verteidigen müssen. Wie können Sie deeskalierend wirken und sich selbst schützen? Wie kommen Sie auch im Dunkeln abends mit einem guten und sicheren Gefühl nach Hause? Häufig sind es Kleinigkeiten wie die richtige Körpersprache, Selbstbewusstsein und einfache Techniken, die keine Anforderungen an Ausdauer oder Gelenkigkeit stellen, die aber der Schlüssel zu einer effektiven Selbstverteidigung in Notsituationen sind. Wir üben miteinander verbale Deeskalation und Selbstverteidigung, sowie die richtige Körpersprache.

FREITAG, 26. JANUAR 2024, 13.30 – 17.30 Uhr

Dozenten: Monika und Andreas Scheyhing,
Lehrende 2. Grad im Kampfsport Wing Tzun

Dr. Vöhringer-Heim
Veranstaltungsraum
Schlossweg 11
72622 Nürtingen



JETZT KOSTENLOS ANMELDEN:

- direkt per Mail unter engagement@samariterstiftung.de
- telefonisch unter 07022 / 505 - 273
- bei Ihrer Ehrenamtskoordinatorin oder Hausleitung vor Ort

WIR FREUEN UNS AUF SIE!