

# Fortbildungen Ehrenamt

Stress meistern  
Gelassen durch den Alltag kommen

Patientenverfügung, Vorsorge- und Betreuungsvollmacht

Keine Angst vor Konflikten  
Gespräche aktiv gestalten



**Stress meistern  
Gelassen durch den Alltag kommen**

**4. Juni 2018, 18 bis 20 Uhr**

Referent: Kriminalkommissar Werner Scharpenseel

- Was ist Stress?
- persönliche Erfahrungen mit Stress
- Woher kommt der Stress?
- Methoden zum Umgang mit Stress

**Alle Fortbildungen finden statt  
im Haus der Kirche, Saal 2  
Am Burgacker 14-16  
47051 Duisburg**

*Teilnehmerzahl: max. 12; Anmeldung bitte bis zum 14. Mai 2018 an Monika Weinert  
(Tel.: 0203/29513138 oder E-Mail: weinert.monika@diakonie-duisburg.de)  
Zu dieser Veranstaltung wird ein Folgetermin für alle Teilnehmenden angeboten  
(am gleichen Ort: 19. Juni 2018 ab 18 Uhr)*

**Keine Angst vor Konflikten  
Gespräche aktiv gestalten**

**2. Juli 2018, 17 bis 19 Uhr**

Referentin: Diplom-Psychologin Ulrike Stender

- Wie gehe ich am besten in ein schwieriges Gespräch
- Konflikte wahrnehmen und aktiv und konstruktiv angehen
- Grundhaltung in Konflikten
- praktische Beispiele und Übungen

*Teilnehmerzahl: max. 20; Anmeldung bis zum 15. Juni 2018 an Monika Weinert  
(Tel.: 0203/29513138 oder E-Mail: weinert.monika@diakonie-duisburg.de)*

**Wer klug ist, sorgt vor!  
Patientenverfügung, Vorsorge- und Betreuungsvollmacht**

**24. September 2018, 18 bis 19.30 Uhr**

Referent: Diplom-Sozialarbeiter Markus Hönicke

Ev. Familienhilfe e.V., Betreuungsverein des Diakonischen Werkes Oberhausen

*Ein Unfall oder eine schwere Erkrankung können jeden von uns in eine Situation bringen, in der selbstbestimmtes Handeln nicht mehr möglich ist. In diesen Fällen können andere Personen, Familienangehörige, Kinder oder Ehepartner nur mit einer Vollmacht handeln und entscheiden. Wie man mit entsprechenden Verfügungen dafür Vorsorge treffen kann, wird in diesem Vortrag erläutert.*

*Teilnehmerzahl: max. 20; Anmeldung bis zum 12. September 2018 an Monika Weinert  
(Tel.: 0203/29513138 oder E-Mail: weinert.monika@diakonie-duisburg.de)*

**Alle Fortbildungen sind für Ehrenamtliche kostenfrei.**

[www.diakonie-duisburg.de](http://www.diakonie-duisburg.de)